

Grå skilsmisse.

- Et kvalitativt studie af skilsmisser i senlivet



Grå skilsmisse

Et kvalitativt studie af skilsmisser i senlivet

Forfatter: Anne Leonora Blaakilde

Dato: 11-04-2025

Kontaktperson: Forfatteren

Forord

I 2023 oprettede Ældre Sagen en forskningspulje til udmøntning af fire mindre forskningsprojekter. Puljen var målrettet forskere med et ønske om at bygge ovenpå Ældre Sagens Fremtidsstudie 'Alderens mangfoldighed' - et forløbsstudie gennemført i 2010, 2015 og 2021 om livet, forventningerne og ønskerne til fremtiden blandt danskere mellem 50 og 89 år.

Formålet med dette har været at få udfoldet og nuanceret Fremtidsstudiets fund og dermed tilvejebringe ny viden. Derudover skulle projekterne gerne generere viden, der kan nå ud til den bredere befolkning, samt pege i retning af mulige udviklingstendenser, der kan præge velfærdssamfundet i fremtiden.

Denne rapport sammenfatter de resultater, som udsprang af det ene af de i alt fire puljeprojekter.

Læs mere om Ældre Sagens Fremtidsstudie, forskningssamarbejdet og de resterende projekter www.aeldresagen.dk/forskningssamarbejde.

Indhold

Forord	3
Sammenfatning.....	5
1. Indledning	9
2. Baggrund	10
3. Metode.....	16
4. Teori	18
5. Fund fra interviews: Årsager og konsekvenser	21
5.1 Om de adspurgte i undersøgelsen	21
5.2 Årsager til grå skilsmisse.....	24
5.3 Konsekvenser af grå skilsmisse	27
5.4 Når livet går videre efter grå skilsmisse.....	36
5.5 Skyggefotællinger	40
6. Årsager til og konsekvenser af grå skilsmisse - set i aldringsperspektiv.....	41
6.1 Lyst og begær	43
6.2 Sygdom	45

6.3 "Nu er det nok"	43
6.4 Konsekvenser i aldringsperspektiv	46
7. Perspektiver	50
8. Konklusion	59
9. Referencer	63

Sammenfatning

Grå skilsmisse er en betegnelse for skilsmisser blandt mennesker over 55 år. Fænomenet er nyt og i stigning i de vestlige lande. De grå skilsmisser har afgørende betydning for mennesker personligt, for familie, fællesskaber og for samfundet som sådan. Dette er det første danske forskningsmæssige bidrag om årsager til, konsekvenser af og livet efter grå skilsmisse. Forskningsprojektet består af en kvalitativ interviewundersøgelse blandt 18 fraskilte mennesker i alderen 62 - 82 år på interviewtidspunktet.

Undersøgelsen peger på tre overordnede begrundelser for skilsmisser blandt de interviewede.

1. "Nu er det nok!"
2. Lyst og livsmod
3. Sygdom hos partner

Samfundsmæssige forklaringer på grå skilsmisse er:

A. Længere middellevetid og bedre helbred skaber større forventning til et aktivt og uafhængigt liv i den 3. alder

- B. Serielt monogami som udbredt samlivsform. Flere partnerskaber gennem livet med én partner ad gangen fortsætter helt op i alderdommen
- C. Øget individualisme og trang til at realisere eget liv samt kvinders øgede økonomiske uafhængighed

De tre individuelt betingede begrundelser og de tre samfundsmæssige forklaringer skal ikke ses som indbyrdes sammenhængende; fx kan øget individualisme være baggrund for skilsmisse på grund af både lyst til andre partnere, træthed af hidtidig partner, eller manglende overskud til at passe syg partner.

Konsekvenser af de grå skilsmisser er varierede og både af positiv og negativ karakter. De fordeler sig i tre kategorier som henholdsvis personlige, sociale og samfundsmæssige.

Personligt og eksistentielt kan grå skilsmisse give en følelse af frihed, mulighed for nye oplevelser i livet og større uafhængighed. De fleste fraskilte er dog i første omgang udsat for dårligere økonomi og ændret boligsituation. Blandt mennesker i senlivet er dette en større udfordring end blandt yngre, fordi der er kortere tid til at opbygge en ny tilværelse, tjene til og skaffe en ny bolig og få nye naboskaber. Ikke alle i denne aldersgruppe finder samme fodfæste i tilværelsen efter en skilsmisse, som yngre fraskilte gør (Brown & Wright 2017). Grå skilsmisse indebærer stor risiko for en periode med eksistentielle følelser af tab, tillidsbrud, forladthed og sorg. Efter mange års samliv kan disse følelser og et nyt hverdagsliv være svære at håndtere. Nogle fraskilte kommer sig måske ikke over disse tabsfølelser. Andre fraskilte er syge og mister en støttende partner (Ibid.).

Socialt set kan en grå skilsmisse føre til nye kæresteforhold, nye venskaber, nye aktiviteter og deltagelse i nye fællesskaber. De fleste oplever dog først og fremmest et smertefuldt brud i et familieliv, der har varet i mange år. Relationer ændres, både i familielivet og blandt venskaber og naboskaber. For nogle fraskilte kan det føles sorgfuldt og vedvarende. Grå skilsmisse kan desuden udgøre et stærkere pres på voksne børn, hvis der er behov for hjælp og støtte, når den fraskilte partner mangler.

Samfundsmæssigt udgør samlevende og gifte et fundamentalt net for hinanden i forhold til støtte og omsorg i hverdagen, ikke mindst i senlivet. Det øgede antal af skilsmisser gennem hele livsløbet betyder, at sandsynligheden for partnerskaber, der kan levere nær omsorg, bliver mindre fremover. Samtidig er der politisk og samfundsmæssigt større efterspørgsel på det, vi kan kalde "en pårørendebank". En pårørendebank består af nærtstående individer, der kan varetage de nødvendige omsorgsopgaver, som ikke ydes af velfærdsstatens offentlige institutioner. Med de ændrede familiemønstre må man være forberedt på, at den øgede skilsmisserate i senlivet kan have påvirkning på mængden af ressourcer i pårørendebanken i negativ retning. Der kan i højere grad være gifte personer, som lader sig skille ved øget behov for eller krav om støtte i forbindelse med partnerens sygdom, enten for at beholde egen individuelle uafhængighed, eller fordi omsorgsbyrden bliver for høj.

Samfundsmæssigt er der behov for mere opmærksomhed på dette nye fænomen.

For nogle mennesker kan grå skilsmisse udgøre en væsentlig risiko for fattigdom, sygdom og ensomhed, samt vanskeligheder ved at klare en hverdag uden hjælp. Denne undersøgelse baserer sig på interview med forholdsvis ressourcestærke mennesker, og der må formodes at være et mørketal af mennesker, der oplever skilsmisse som mere belastende end mange af de interviewede. Vi mangler viden om netop den gruppe, der er mest sårbar efter grå skilsmisse, både i forhold til bolig, økonomi, sociale relationer og sundhed, og ikke mindst i forhold til behov for hjælp, navnlig hvis pårørendebanken viser sig at være tømt.

Der er desuden mange flere faktorer knyttet til grå skilsmisser, som mangler at blive udforsket. Det kan dreje sig om forhold til voksne børn, børnebørn og venner, øvrig familie, arbejde og flytning, det kan dreje sig om dybere viden om nye fællesskaber og interesser, som kan være omvæltende i livet på en positiv måde. Spørgsmål om kønsforskelle trænger sig også på, både med hensyn til familierelationer, økonomi, bolig og sundhedstilstand, ligesom ulighed knyttet til socialklasse og uddannelsesbaggrund spiller

en vigtig rolle for tilstanden i tiden efter skilsmisse generelt (Sander et al. 2020), hvilket må formodes at være tilfældet også i højere alder.

Handlingspunkter

Undersøgelsens konklusioner rejser en række spørgsmål, som der bør være fokus på for fremtidens ældre i samfundet. Dette gælder både ældre, der for nylig er blevet fraskilt, og ældre borgere generelt som forebyggende indsats. Nogle i denne gruppe har selv ressourcer, men det gælder ikke alle, og en skilsmissesituation udgør et voldsomt brud, som udfordrer de fleste.

For de nyligt fraskilte bør der være særligt fokus på:

- Sundhed og trivsel, evt. psykologbistand eller lignende terapitilbud. Især opmærksomhed på særlige behov, hvis den ene part er syg og har brug for pleje i forvejen
- Social støtte til forebyggelse mod ensomhed, evt. deltagelse i foreningsliv eller særlige grupper for skilsmisseramte
- Mulighed for at få rådgivning, juridisk, økonomisk, boligmæssigt og evt. jobmæssigt
 - a. Sikring af juridiske rettigheder ved deling af bolig, pension mm.
 - b. Støtte i tilfælde af økonomisk trang ifm. opbrud af fælles værdier, måske især for den ene part
 - c. Støtte til mulig genoptagelse på arbejdsmarkedet mhp. egen forsørgelse, fx ifm. flytning
 - d. Bolighjælp, idet boligmarkedet (ejer- såvel som lejeboliger) er indrettet primært til par og familier, og prisen er ofte for høj for enlige
- Mulighed for familierapi, hvis dette er aktuelt
- Opmærksomhed på, at fraskilte (især kvinder) bliver frigjort for pasning af tidligere partnere

Undersøgelsen af grå skilsmisse understøtter også, at der bør være generel opmærksomhed på følgende forhold for ældre borgere:

- Bekæmpelse af ensomhed

- Flere og billigere boliger for enlige
- Bedre adgang til arbejdsmarkedet for seniorer
- Hvem sætter kapital i Pårørendebanken? - Hvem kan hjælpe i tilfælde af behov?
- Opmærksomhed på, at ægtefæller og andre partnere ikke bliver udsat for rovdrift på pårønderressourcer, hvilket kan lede til skilsmisse
- Evt. etablering af omsorgsfællesskaber, som ikke er plejehjem eller seniorbofællesskaber, men boligområder for svækkede ældre med tilknyttet omsorgspersonale og hjælp til selvhjælp.

1. Indledning

Mens antallet af skilsmisser falder en smule generelt i Danmark, er der flere, som bliver skilt i den sene del af livet; fra 55 år og opefter. Efter international inspiration vil fænomenet i denne rapport blive benævnt "grå skilsmisse" (Brown & Lin 2012). Der anvendes forskellige alderskriterier for dette fænomen i forskellige forskningsundersøgelser; både 50 år, 55 år og 60 år anvendes som udgangspunkt, hvilket der skal tages højde for, når man sammenligner de forholdsvis få undersøgelser, der findes af fænomenet. I denne rapport er anvendt aldersudgangspunktet 55 år for skilsmisse, mens de interviewede i rapporten alle er over 60 år på interviewtidspunktet, altså nogle år efter begivenheden er indtruffet.

På 10 år er der i Danmark sket en stigning på 29% i antallet af skilsmisser blandt par i alderen 60+, fra 721 par i 2012 til 928 par i 2022 (Kr. Dagblad 2023).

"Familien" indgår i Ældre Sagens Fremtidsstudier i generaliseret form som et lykkegivende element i mange ældre menneskers liv. Med 83 pct. indtager familien en klar førsteplads, når Fremtidsstudiets respondenter svarer på, hvad der er vigtigst, når de tænker på, hvem de egentlig er. Desuden spiller familie en stor rolle for den enkeltes lykke, da 70 pct. svarer familielivet, når de bliver spurgt om, hvad der gør dem lykkelige. Samtidig viser Fremtidsstudiet, at individuel frihed har stigende betydning for lykkefølelse. Der ses en stigning fra 40% 2010 til 47% i 2021, i respondenter der svarer at *friheden til selv at vælge* har betydning for ens lykkefølelse.

De to resultater udgør et interessant skisma mellem fællesskab og individualisme. Skilsmisse er et godt eksempel på dette skisma, som både involverer individer, fællesskaber og samfundsmæssige institutioner.

Denne undersøgelse er den første i Danmark, der skaber viden om grå skilsmisse. Formålet med studiet er at få viden om årsager til stigningen i grå skilsmisser, at undersøge på hvilke måder skilsmisse kan påvirke livet som ældre (55+ år), samt hvilke konsekvenser fænomenet kan have for den enkelte, for familien og for samfundet som sådan.

De atten personer, som lod sig interviewe til undersøgelsen, skal takkes for deres deltagelse med åbne og ærlige samtaler om personlige og svære emner. Desuden skal der lyde en stor tak til ansatte og aktører fra Ældre Sagen, som har givet støtte både finansielt og rådgivningsmæssigt samt hjulpet med distribution af opslag og annoncer for at finde relevante informanter til interviewundersøgelsen. Også SUFO, Landsforeningen for ansatte i SUndhedsfremmende FOrebyggende hjemmebesøg, skal have tak for at have hjulpet med at skabe kontakt til mulige interviewpersoner og samtaler undervejs. Også tak til andre, som har hjulpet med at opsøge og finde mennesker til interviewundersøgelsen i deres netværk og på sociale medier. En stor tak skal også gives til journalist Abelone Glahn, der har læst teksten med konstruktivt blik.

2. Baggrund

Skilsmisse hjælper ikke!

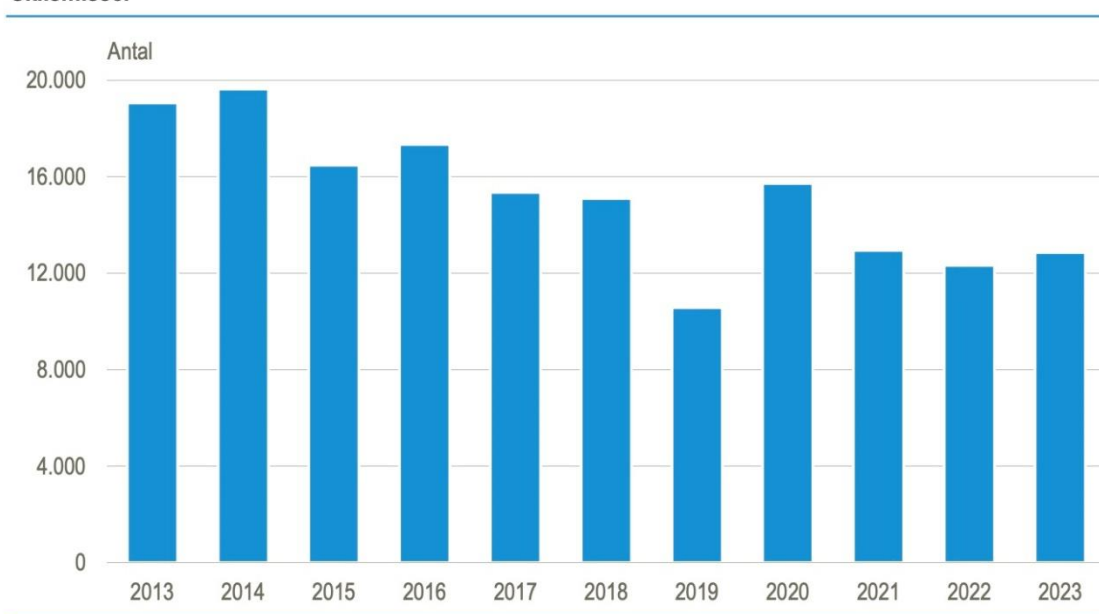
Det gælder for alle disse ægteskaber, at konflikterne kan være opstaaet i barndommen eller i de helt unge aar, og at de ved fornuftig psykiatrisk behandling kan løses.

Artikel i Femina, 15. januar 1952

I løbet af 1900-tallet blev skilsmisse en udbredt og efterhånden anerkendt måde at afbryde et samliv mellem to voksne på. Ved slutningen af 1800-tallet blev 1-2 % af ægteskaber opløst ved skilsmisse, og i 2014 var skilsmisseprocenten på 54 % (Vallgård 2020). Som

historikeren Karen Vallgård beskriver det, har der til alle tider været flere skilsmisser, idet ikke alle ægteskaber har været registreret, men samlivsrevolutionen gennem det 20. århundrede har medført store forandringer, for mennesker personligt, for familien Danmark og for samfundet som sådan. Skilsmisse har, fra at blive opfattet som et skamfuldt, måske endda sygeligt fænomen, forandret sig til at blive en hverdagslig affære, der nu kan effektueres ved et tryk på MitID. Kvindernes indtræden på arbejdsmarkedet siden sidste halvdel af det 20. århundrede har gjort dem økonomisk uafhængige, og dette har medvirket til en stigende skilsmisserate op gennem tiden. I de seneste år er kurven med antal skilsmisser fladet ud for de yngre aldersgrupper (Se illustration 1), mens den langsomt stiger for de ældre (Se illustration 2) og for dem, der har været gift længe (se illustration 3).

Skilsmisser



Kilde: www.statistikbanken.dk/ski6

Illustration 1. Statistik over udvikling i antal skilsmisser. "Skilsmisser" Publiceret 12.2. af Danmarks Statistik 2024, hentet 13.3.2024.

<https://www.dst.dk/da/Statistik/emner/borgere/husstande-familier-og-boern/skilsmisser>

Skilsmisser mellem to af forskelligt køn

Mandens bopæl: Hele landet | Mandens alder:



Skilsmisser mellem to af forskelligt køn

Kvindens bopæl: Hele landet | Kvindens alder:



Illustration 2. Statistik over udvikling i antal skilsmisser blandt mænd og kvinder over 50 år. Danmarks Statistik 2024. Skabt d. 24.11.2024 fra databasen på Danmarks Statistik.

Skilsmisser fordelt efter ægteskabets varighed, senest opgjorte år

Tid: 2023:

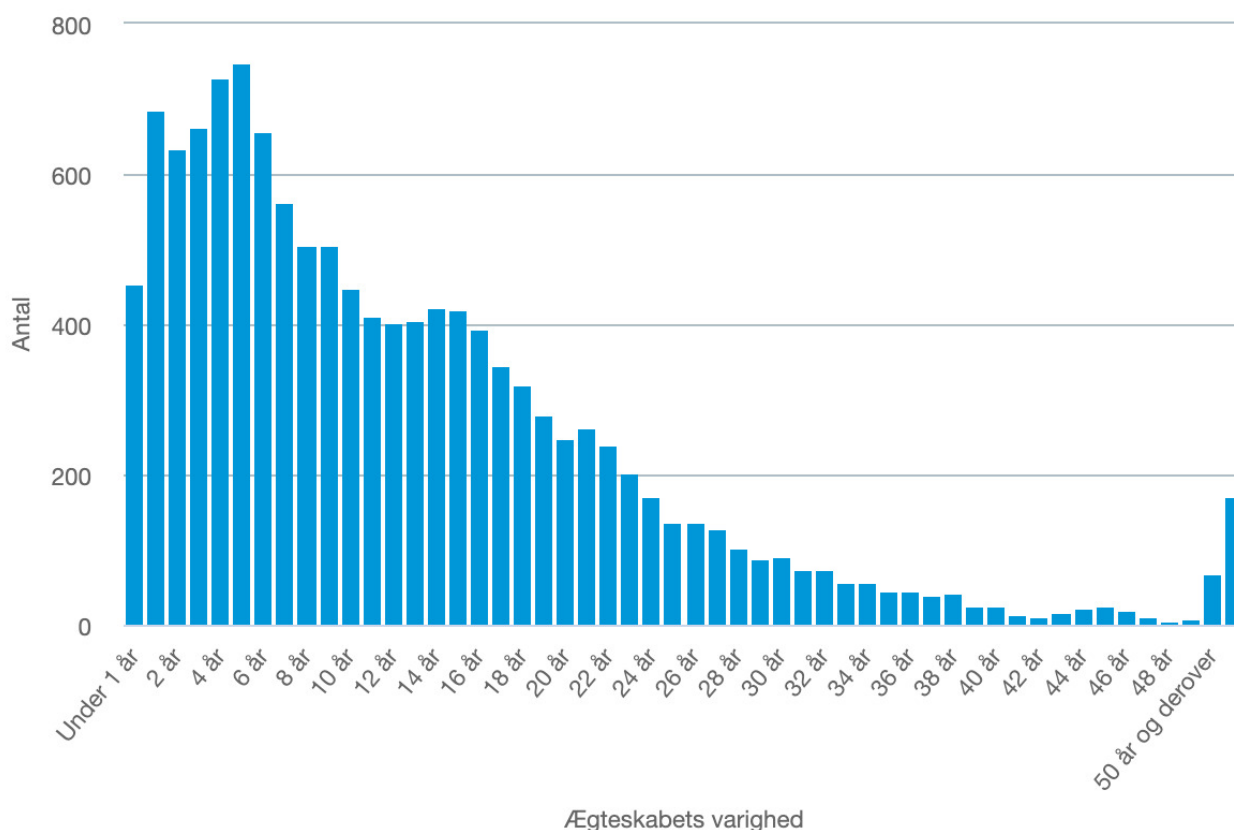


Illustration 3. Statistik over skilsmisse fordelt efter ægteskabets varighed. "Skilsmisser": <https://www.dst.dk/da/Statistik/emner/borgere/husstande-familier-og-boern/skilsmisser>. Hentet 13.3.2024

Samlivsrevolutionen er nu nået til den ældre del af befolkningen, både blandt dem, der har været gift flere gange, men også blandt dem, der har været gift med den samme i det meste af deres liv. Fænomenet er så nyt, at statistikkerne endnu ikke viser tal for disse varianter; hvorvidt de fraskilte ældre personer har været gift en, to eller flere gange før, eller hvornår i livet, de er blevet skilt. Som det ses i illustration 2, er der flere mænd end kvinder, der bliver skilt i disse aldersgrupper. I de allerældste grupper fra 80-99 år er der også fraskilte, men dog ganske få.

Denne langsomme stigning i skilsmisseandelen blandt de ældre ses også på bare fire år fra Sundhedsstyrelsen, der anvender tal fra Sundhedsprofilerne fra 2017 og 2021, når der måles på antallet af fraskilte, og altså ikke fænomenet skilsmisser (Sundhedsstyrelsen 2019; Pisinger et al. 2024). Hvad angår den ældste gruppe på 85+ år var der i 2017 6% fraskilte mænd og 8% fraskilte kvinder. I 2021 var tallet steget til 7% for mænd og 9,1% for kvinder i samme aldersgruppe. I USA viser statistikken over fraskilte mennesker over 50 år (som er det aldersudgangspunkt, undersøgelsen har anvendt), at skilsmisseraten er fordoblet i de seneste 20 år. En ud af fire af de fraskilte amerikanere var over 50 år i 2010 (Brown & Lin 2012).

På det personlige plan kan skilsmisser for nogle mennesker være befriende, men for mange er en skilsmisse et alvorligt brud på det levede liv, på vaner og følelser, som giver personlig sorg samt store efterdønninger i de sociale relationer og fællesskaber - ikke mindst efter et langt liv og ægteskab. Det at miste sin nærmeste partner gennem mange år kan være en rystende oplevelse (Brown & Wright 2017) som kan påvirke det mentale helbred; identitet og livskvalitet, og det kan have betydning for sundheden hos den enkelte, (Sbarra 2015; Brown & Wright 2017; Zulkarnain & Korenman 2019; Lin & Brown 2020; Sander et al. 2020; Davidsen et al. 2022). De fleste kommer formentlig efter en kortere eller længere periode over denne krisetilstand (Tosi & van den Broek 2020). For en mindre gruppe af især ældre mænd kan skilsmisse dog være en risiko for selvmord (Jørgensen 2018), mens risiko for ensomhed øges med alderen for kvinder, der bor alene (Kristensen et al. 2019).

Det at være i et parforhold giver dog generelt bedre helbred og behandlingsmulighed for dem, der har brug for det. KL har fundet, at 67+ årige danskere med mindst en kronisk sygdom oftere får ambulans behandling, hvis de har både en samboende partner og voksne børn, sammenlignet med dem, der slet ingen pårørende har, og de sidstnævnte har derfor større sygdomsrisiko og højere sandsynlighed for at blive indlagt og belaste sundhedsvæsenet (Altinget 2023). Skilsmisser medfører flere enligboende, og det at bo alene rummer større risiko for sygdom, ringere behandling ved sygdom, fattigdom,

ensomhed og ringere sociale kontakter, sammenlignet med dem, der er samboende (Schramm et al. 2022, Amilon og Christensen 2023, Rockwool Fonden 2024).

For familie og omgivelserne omkring det fraskilte par kan skilsmisser også skabe problemer, og familier kan brydes helt op. De voksne børn til skilsmisseparret kan blive påvirket, ligesom andre familiemedlemmer som fx børnebørn kan mærke konsekvenser af grå skilsmisse. Der eksisterer dog ikke megen viden eller undersøgelser på dansk om mulige konsekvenser, set fra et perspektiv af voksne til ældre forældre, der bliver skilt. Vi ved mere om skilsmisse hos voksne forældre set fra børn og unges perspektiv (Dreier 2022).

Et brud på samliv kan tilmed få betydning for plejemulighed fra en partner som nærmeste pårørende. Ti % i Fremtidsstudierne angiver at have givet personlig pleje til en ægtefælle, og ifølge VIVE er der blandt mennesker over 52 år 19%, som hjælper en partner med personlig pleje dagligt eller et par gange om ugen, mens antallet af dem, der giver praktisk hjælp dagligt eller et par gange om ugen, er 72% (Siren og Larsen 2019).

Selv i en nordisk velfærdsstat som Danmark, hvor pleje af mennesker forventes at blive varetaget af det offentlige, er der stigende efterspørgsel efter pårørende, som kan klare de opgaver, det offentlige ikke mener at have ressourcer til. Med Ældrereformen fra 2024 indskrives konkret, at der ønskes et tættere samspil mellem civilsamfund og pårørende omkring mennesker med plejebenhov (Regeringen 2024). Man kan her tale om en "pårørendebank", hvorfra der ønskes at hæve flere ressourcer. Imidlertid udgør pårørendeopgaver en helbredsrisiko mentalt, fysisk og socialt (Andersen et al. 2023), og man kan forvente, at med flere grå skilsmisser vil der komme større pres på voksne børn, som allerede hjælper deres forældre i høj udstrækning (fx angiver 94% af voksne børn til danske hjemmehjælpsmodtagere i 2023, at de hjælper deres forældre, en stigning fra 83 % i 2015 (Hansen et al 2024). Mange af disse voksne hjælpere angiver at være bekymrede, mere pressede i deres hverdag og med dårligere psykisk helbred, og andelen med disse problemer er steget siden 2015 (Ibid.). I forbindelse med skilsmisse kan en øget forventning til hjælp fra voksne børn til den ældre forældre som erstatning for den fraskilte

partner imidlertid risikere at skade relationen mellem voksne børn og deres forældre (Brown & Lin 2012). Man kan også forestille sig, at forventningen til pårørendebanken vil lægge ekstra pres på de ægtefæller, som allerede er til rådighed.

Derfor kan den stigende andel af grå skilsmisser som et led i det seneste århundredes samlivsrevolution være en afgørende faktor med store konsekvenser på både menneskeligt, familiemæssigt og samfundsmæssigt niveau, og der er brug for langt mere viden om dette nye fænomen.

3. Metode

I metodeafsnittet redegøres for de metoder, der er anvendt i studiet, og de intentioner, der har ført til de pågældende valg.

Det empiriske materiale i undersøgelsen består af 18 personlige interviews med danskere, der er blevet skilt som 55-årige eller derover. Kriteriet for deltagelse var, at deltageren var 60+ og inden for de seneste fem år var blevet skilt efter et længerevarende samliv på minimum 15 år. De adspurgte måtte ikke have relation til hinanden, og skilsmissen skulle være mere end et år gammel.

Intentionen var at interviewe 20 mennesker (ti kvinder og ti mænd) udelukkende af dansk herkomst for at undgå sproglige vanskeligheder og analytiske komplikationer med et forholdsvis lille materiale¹. Som et kvalitativt studie er generaliserbarhed på baggrund af et

¹ Fravalget af ikke-etniske danskere er valgt for ikke at komplicere analyseparametrene uforholdsmæssigt meget med variationer knyttet til migration. Dette ville udgøre et helt aspekt i sigt selv. Det må antages, at emnet udgør en problemstilling også for ikke-etniske danskere, som også bør inddrages i forskning om grå skilsmisser på længere sigt.

mindre antal interviews minimal, men styrken ligger i den dybdegående indsigt, som lange, personlige interviews tilfører forskningen. Samtidig blev der i udgangspunktet søgt efter en bred repræsentation i forhold til køn, social klasse, uddannelse, erhverv og geografisk lokation.

Indsamlingsmetoden blev støttet af den store lokale udbredelse, som Ældre Sagen har i hele landet, idet der blev annonceret efter informanter i ÆS's nyhedsbrev for frivillige i Danmark. Også SUFO, Landsforeningen for ansatte i SUndhedsfremmende FOrebyggende hjemmebesøg, har været behjælpelig med at eftersøge informanter. Der er blevet annonceret via sociale medier; egne og andres grupper med alder som tema, fx fb-gruppen "Alderens muligheder og umuligheder". Sneboldmetoden blev brugt til mundtlig udbredelse via venner og kolleger i håb om kontakt med skilte mennesker over 60 år. Alle disse metoder har bidraget til, at i alt 17 informanter meldte sig, mens en attende fraskilt person boede hos en af de interviewede og dermed tilfældigt blev involveret. Det skal nævnes, at en af de interviewede kvinder har forladt et homoseksuelt forhold, hvilket ikke betragtes analytisk set som en særskilt type i denne undersøgelse. Der meldte sig flere mulige deltagere til undersøgelsen, men enten passede de ikke til kriterierne, eller også måtte de trække tilsagnet tilbage pga. sygdom.

En vigtig, analytisk pointe i forhold til det empiriske materiale er, at ressourceniveauet hos de interviewede personer må antages at være højere end blandt den samlede mængde af senskilte. Dette udgør en bias i dette studie, som må indtænkes i resultaterne. De deltagende informanter kan således ikke betragtes som repræsentative for alle skilte i senlivet i Danmark fx i kraft af rekruttering blandt aktive, frivillige medlemmer af Ældre Sagen. Det har været langt nemmere at få kontakt til kvinder end mænd, og skønt de deltagende repræsenterer forskellige grupperinger socioøkonomisk, erhvervsmæssigt og geografisk, kommer de fleste med en urban baggrund og repræsenterer en høj, social og/eller kulturel kapital, ifølge Bourdieus kapitalteori (Bourdieu 2005). Det blev forgæves forsøgt at rekruttere interviewpersoner blandt nogle mandegrupper i ÆS, da mandlige deltagere var og er færre i denne undersøgelse. Undervejs meldte tre potentielle informanter afbud pga. sygdom, og således skal det tages i betragtning ved dette studie,

at de mennesker, der har haft overskud til at deltage, sandsynligvis på mange parametre er i en bedre situation og tilstand end den samlede gruppe af skilte i senlivet, hvilket indebærer en formodning om, at *der er et mørketal af fraskilte ældre mennesker, som kan have det værre end dem, der kommer til orde her.*

Samtidig kan man dog også tale om 18 "skyggefortællinger" i dette materiale, nemlig historierne om de 18 eks-partnere, som er omtalt på anden hånd, når de interviewede fortæller om deres eget forhold og skilsmisse, hvor der indgår en anden person. Disse historier peger både på ekspartnere med overskud, men også på ekspartnere, der er syge fysisk og mentalt, og som har brug for hjælp.

Interviewfasen bestod i interviews med hver enkelt af de 17 personer, samt et "sideinterview" med den attende (se ovf), og de varede næsten alle i tre timer hver efter på forhånd indgået aftale. Interviewene er bygget op som livshistoriske interviews i tre spor, dvs. at der interviewes først om personens livsforløb, inklusiv familiehistorie, for at høre om en mulig skilsmissekultur i familien. Andet spor drejer sig om forløbet af det nu afbrudte ægteskab, og evt. tidligere ægteskaber berøres kun kort. Tredje spor handler om ægteskabsafbrydelsen og tiden derefter samt overvejelser om fremtiden. Undervejs i samtalen blev informanterne præsenteret for en bunke billedkort og kunne vælge et kort, der symboliserede deres skilsmisse. Dette gav anledning til en alternativ form for fortælling om ægteskabsafbrydelsen.

Der er udarbejdet samtykkeerklæringer med alle jvf. persondataloven og loven om GDPR. Alle deltagere præsenteres i denne rapport ved pseudonym.

4. Teori

Her redegøres for de forskellige social- og humanistisk gerontologiske teorier, der anvendes som baggrundsforståelse i dette studie. Det drejer sig om livsløbs- og livsfaseteori i forskellige varianter og om kontinuitetsteori. De præsenterede teorier danner grundlaget for hele projektet fra planlægning til afslutning, men de udfoldes ikke indgående i analyseafsnit pga. rapportens begrænsede omfang.

Overordnet set er det relevant at tænke ud fra modernitetsteorier om individualisme og individuel frihed, som sætter individet frit i forhold til forpligtigelser over for sociale og familiære relationer, og som derfor påvirker menneskers personlige liv og forbundethed til hinanden (Giddens 1992), men som også påvirker reciprocitetskontrakter; dvs. aftaler og forventninger om, hvem der hjælper hinanden, når der er brug for det.

Socialgerontologiske teorier om livsløb (Elder, 1994; Hareven, 2000), som fokuserer på tidens betydning for det enkelte individ og fællesskabet er også relevante i denne sammenhæng. Navnlig aldring og aldringens vilkår er betinget af de forhold, som livet og tiden har bragt med sig. For det første præges hvert enkelt menneske af sit eget, individuelle livsforløb, der sætter en retning for vejen ind i alderdommen. For det andet omgives et menneske af lige så vigtige og betydningsfulde sammenhænge og påvirkninger i form af de livsforløb, som nærtstående familie og venner gennemlever. Nogle af de interviewede i denne undersøgelse har fx hørt om eller oplevet skilsmisser i deres familiehistorie som en mulig afslutning på ægteskab, der senere kan inspirere i deres eget liv, mens skilsmisse for andre kan virke ukonventionelt og traditionsbrydende, fordi skilsmisse i deres verden har været ikke-eksisterende eller skamfuldt. For det tredje præges vi alle af den specifikke tid og dertil knyttede kulturhistoriske tendenser, som vi hver især gennemlever sammen med andre. Dette har fx betydning i forhold til den øgede forekomst af skilsmisser fra 1960'erne, som har bidraget til at fjerne mulige tabuer og skam over skilsmisser fra tidligere tider.

Endelig kan der være et væld af andre faktorer, som kan spille ind på, hvordan et liv forløber. Disse er ikke inkluderet i Hareven's teori om livsløb, men rummer intersektionelle faktorer som bl.a. køn, klasse, lokalitet, erhverv, uddannelse mm. (Crenshaw 2013).

Et par aldringsteorier, som finder anvendelse her, er dels teorien om de unge-gamle/ gamle-gamle (Neugarten, 1974) og efterfølgende lignende teorier om det forhold, at med menneskets forlængede levetid får de fleste også en markant længere livsfase uden arbejde - til "fri-" tid. Denne længere livsfase præsenteres ifølge disse teorier som opdelt i to faser; dels den "3. alder" (Laslett 1987), hvor man er ved godt helbred og lever et aktivt

liv som ældre, dels den "4. alder", som er præget af sygdom og svækkelse, og som betragtes som et "abject"; et affaldsprodukt i en vestlig verden, der værdsætter aktivitet, sundhed og produktivitet (Katz, 2000; Higgs & Gilleard 2014). Der sættes ikke numerisk alder på disse faser, idet svækkelse optræder individuelt forskelligt. Med en større skilsmissefrekvens blandt seniorer er det fremført, at dette bl.a. skyldes en større lyst til at leve et aktivt og givende liv i sin 3. alder så længe som muligt, hvilket også kan betyde, at et træt eller udslidt ægteskab ikke længere giver mening, men at parterne (eller en af dem) vælger en anden vej hver for sig for at få mest muligt ud af deres aktive del af senlivet (Bildtgård & Öberg 2019).

En anden relevant gerontologisk teori, som inddrager hele livsløbet, er Atchley's kontinuitetsteori (Atchley, 1999). Denne psykologiske teori antager, at mennesket i løbet af sit liv trækker sine erfaringer med sig og inkorporerer dem i livet, så kompetencer, interesser og handlemåder vedbliver at være til stede og betydningsfulde i alderdommen. I forhold til grå skilsmisse relaterer denne teori især til mennesker, som i løbet af deres liv har oplevet op til flere skilsmisser (serielt monogami), og for hvem en skilsmisse på en måde bliver en "naturlig" del af livet, eller i hvert fald en beslutning, der ikke er så vanskelig at træffe - igen. Knyttet til Hareven's livsløbsteori kan dette fænomen kobles både til personlig, familiemæssig og kulturhistorisk erfaring med skilsmisse, idet fænomenet skilsmisse er blevet mere udbredt kulturhistorisk i de seneste 50 år og dermed har berørt både mange familier og individer som en personlig erfaring for en stor del af befolkningen i alle aldre. Med kontinuitetsteorien kan den øgede forekomst af grå skilsmisser forklares med udviklingen af en "skilsmissetradition", som føres op i livet frem til alderdommen; fra "ægteskabskultur" til "skilsmissekultur (Hackstaff, 1999, cf. Bildtgård & Öberg 2019). Derfor kan et menneskes parforholdsbiografi (på engelsk: "Marital biography" (Brown & Wright (2017)) have indflydelse på mange forskellige faktorer såsom længde og mulig afbrydelse af et partnerskab.

5. Fund fra interviews: Årsager og konsekvenser

I kapitel fem bliver der redegjort for fund i studiet af grå skilsmisse. Det indsamlede materiale rummer et væld af informationer om emner relateret til skilsmisse, som ikke alle kan finde plads inden for denne rapports begrænsede rammer. Her er udvalgt tre temaer: Årsager til skilsmissen, konsekvenser af skilsmissen samt livet efter en grå skilsmisse. Med en kort, indledende beskrivelse af flokken af 18 mennesker, som er interviewet til undersøgelsen, rummer kapitel 5 fem dele:

Afsnit 5.1: Oversigt over de interviewede 18 personer med specifikke kendetegn, som kan give et billede af de forskellige vilkår og hændelser, der karakteriserer undersøgelsens deltagere.

Afsnit 5.2: Årsager til grå skilsmisse. Her præsenteres nogle forklaringer på skilsmisser i denne livsfase, baseret på de interviewedes fortællinger.

Afsnit 5.3: Konsekvenser af grå skilsmisse. Her vises nogle af de konsekvenser, som en grå skilsmisse kan have for de involverede.

Afsnit 5.4: Når livet går videre. Hvordan er de fraskilte kommet videre, og hvordan tænker de om fremtiden?

Afsnit 5.5: Skyggefortællinger. Indirekte fortællinger om de interviewedes eks partnere og deres situation kan i visse tilfælde give fingerpeg om livsvilkår for de fraskilte i senlivet, som er mere udsatte end de interviewede.

5.1 Om de adspurgte i undersøgelsen

Fraskilte i senlivet kan ikke typificeres, skønt vi kender det kulturelle script om gråsprængte herrer, der udskifter deres midaldrende hustruer med yngre modeller. I dette afsnit præsenteres de 18 interviewede generelt, hvor det fremgår i overordnede træk, hvem de er ift. køn, alder, erhverv, længde på det afsluttede ægteskab og hvorvidt de har været gift flere gange. Der gives også oversigter over deres helbred samt økonomiske og bolig-mæssige situation efter skilsmissen. Med dette overblik viser det sig, at det er svært at generalisere om køn, klasser og specifikke typer af skilsmisser.

Kort oversigt:

- Elleve kvinder (herefter forkortet K) og syv mænd (herefter forkortet M)
- Født fra 1942-1961
- Alder på interviewtidspunktet: 62-82 år
- Ægteskabslængde: 19 - 51 år (En informant dog undtagelsesvis kun 6 år)
- Gift med en person hele livet: 5K, 2M
- Gift en gang før: 4K, 3M
- Gift to eller flere gange før: 2M, 2K
- Seneste skilsmisse er foregået mellem 1 og 11 år siden
- I arbejde: 4M, 1K
- Dårligt helbred: 1M og 1K er udfordret efter hjernesygdomme, men i bedring. To K har eller har haft en kræftdiagnose, men lever med det. En M lider af bariatri /fedme. 1K har fået hjerteoperation
- Samboende med ny partner: 1M, 3K
- Eneboende: 8K, 6M
- Initiativ til skilsmisse: Tolv af de interviewede har selv taget initiativ til skilsmissen; 9K, 3M. Blandt fire af disse (4K) var deres partner enig, da de foreslog skilsmisse. To af de 12 (1K, 1M), havde fundet en anden partner, de var interesseret i. Blandt de seks andre, som ikke selv havde taget initiativ til skilsmisse (2 K, 4M), var der to, som opdagede utroskab fra partnerens side (1K, 1M), mens to andre (1K, 1M), blev forladt pga egen sygdom.
- Forsøg på at afværge skilsmisse: Blandt de 18 interviewede er der tre, som har indgået i parterapi, inden de blev skilt fra deres partner.

Erhvervsmæssigt repræsenterer de interviewede mange faggrupper, men ingen ufaglærte, og nogle af de interviewede har flere uddannelser eller har haft flere forskellige hverv i tilværelsen, ligesom nogle erhvervsgrupper går igen hos flere af de interviewede: Pædagoger, ph.d. i sundhedsfag, præst, jurist, selvstændige virksomhedsejere, alternativ behandler, frisør, politikere, sekretær, korrespondent, gartner, humanist/underviser, speciallæge, farmakonom, sygeplejerske, ergoterapeut.

Geografisk er de interviewede samlet primært omkring urbane områder, og hovedparten af dem, der på interviewtidspunktet bor i et landområde, er flyttet fra et mere urbant område. Se illustration 4.



Illustration 4. På kortet angives, hvor i landet de interviewede personer bor.

Økonomi er her vurderet subjektivt. Der er ikke spurgt til en selvangivelse eller specifik indkomst, men de interviewede er blevet bedt om selv at sige, om de mener, deres økonomi er dårlig, middel, eller meget god. På baggrund af deres udsagn om økonomi og

oplysninger om bolig, samt indtryk af beliggenhed og indretning er deres økonomiske status vurderet inden for disse tre kategorier: Dårlig, middel eller meget god.

- Meget god økonomi og egen, relativt dyr bolig: 4K
- Medium god økonomi og egen ejer- eller andelsbolig: 4M og 2K
- Ringe økonomi og lejebolig, ingen bolig eller meget billig ejerbolig på landet: 3M og 5K

Ud af de atten interviewede skilsmisseramte personer mener syv, at deres tidligere partner har snydt dem økonomisk ved bodeling og skilsmisse (3K, 4M), og fem (3K og 2M) har mistet deres tidligere hjem af langt højere værdi end det, de nu har.

To af de interviewede mænd har haft en nogenlunde fair fordeling i deres skilsmisse men mener, at begge parter har tabt penge. En kvinde har selv taget værdifuldt indbo fra sin mand med ud af det tidligere fællesbo, og en anden kvinde har fået en stor kapital med sig til nyt hus og tidlig selvpensionering fra sin velhavende eksmand. En af de interviewede kvinder har været den, der har skaffet indtægt, kapital og bolig til familien, og ved skilsmisse har hun delt nogenlunde lige med sin eksmand, mens en anden kvinde er faldet langt i økonomisk stilling ved sin skilsmisse, idet hendes velhavende mand har beholdt det meste.

De overordnede informationer om de atten interviewede viser et mangfoldigt billede af mange forskellige typer af mennesker, der har oplevet grå skilsmisse. Det brogede billede afspejler dog også et generelt højt ressourceniveau, bl.a. mht. uddannelse og erhverv. Variationerne vil blive uddybet i de kommende afsnit om årsager til og konsekvenser af skilsmisserne.

5.2 Årsager til grå skilsmisse

De atten interviewede personer angiver forskellige årsager til deres skilsmisse, men begrundelserne falder i tre overordnede kategorier:

- "Nu er det nok!" (14 personer)
- Lyst og livsmod (9 personer)
- Sygdom (3 personer)

Der kan være flere overlappende årsager til hver skilsmisse, så derfor giver den samlede sum ikke 18, svarende til de 18 informanter.

5.2.1 "Nu er det nok!"

Den første kategori rummer flere forskellige faktorer med det til fælles, at den ene eller begge parter har fået nok af mange års ægteskab og irritationer over forskellige ting i deres fælles liv. Det kan være:

- Dårligt sexliv
- Ringe arbejdsfordeling mellem parterne
- Kedeligt eller negativt samliv
- Værdiforskelle og økonomi
- Relationer til børn og anden familie (evt. sammenbragte familier)
- Misbrug

Dårligt sexliv rummer dem, der ønsker mere og andet sex, end det, der var i deres ægteskab. Mennesker med denne erfaring vil blive beskrevet i kategori 5.2.2.

Arbejdsfordeling mellem parterne. To kvinder og en mand fortæller, at de blev skilt, fordi de var meget trætte af at være den i forholdet, der skulle sørge for alting sammen med en enten hjælpeløs eller ignorant partner. De to kvinder havde været gift i hhv. 25 og 36 år, mens mandens ægteskab havde varet i 39 år. Endnu en kvinde, som har været gift i 51 år, fortæller, at hun følte, at hendes eksmand var for uselvstændig og afhængig af hendes initiativer.

Utilfredsstillende samliv. En del i interviewgruppen omtaler deres tidligere partner som "psykisk skrøbelig", "negativ", "kedelig" eller "narcissistisk". Fire kvinder har forladt deres partnere, fordi samværet med dem blev for belastende for deres eget, psykiske velbefindende.

Værdiforskelle og økonomi har haft betydning for 2M og 2K. For de to kvinder har deres partners fokus på arbejde og indtægt på bekostning af samvær med familie været direkte årsag til ønsket om skilsmisse. En mand har (især i retrospektiv) opfattet sin ekskone som meget materialistisk, og en anden mand, Niels på 81 år, havde diskussioner med sin ekskone om fælles lånebidrag til hendes børn af tidligere ægteskab, hvilket førte til skilsmissen. Niels siger: *Der er to ting, der kan ødelægge et ægteskab. Penge eller utroskab.*

Relationer til børn og anden familie har i visse familier også betydning for, om et forhold kan holde, navnlig når parterne er kommet op i årene, og hvis der er sammenbragte børn. Ekspartnerens børn kan også være en af årsagerne til brud, som Niels' skilsmisse er et eksempel på.

Misbrug kan være årsag til skilsmisser, og blandt de atten interviewede er en mand blevet fravalgt pga. sit tidligere alkoholmisbrug.

5.2.2 Lyst og livsmod

Kategorien rummer, udover lyst også utroskab, jalousi eller ny "anden". To personer i interviewgruppen har været ude for, at deres tidligere partner fandt en anden og var dem utro. Det drejer sig om en kvinde og en mand, som hver især havde denne oplevelse, mens de var sidst i halvtredserne eller begyndelsen af tresserne. En anden mand i gruppen har selv været den, der faldt for en yngre kvinde og afbrød sit ægteskab, som han fandt kedeligt og sexløst. En kvinde blandt informanterne har været ude for, at hendes eksmand anklagede hende (uden grund) for utroskab og derfor ville skilles. Omvendt oplevede en mand, at hans yngre hustru generelt var for jaloux, og det ville han ikke leve med, så det blev en af årsagerne til, at han tog initiativ til skilsmissen. Flere andre informanter har erfaret, at deres ekspartner efter skilsmissen hurtigt har fundet en ny partner, og i sådanne tilfælde er det vanskeligt at vide præcist, om der har været tale om et forudgående kærlighedsforhold med en anden.

Disse tilfælde synes at vise, at mennesker fra 55 år og derover har lyst til sex og kærlighed i så høj en grad, at dette kan være en begrundelse for at afbryde et sexløst eller "kedeligt" samliv. Fire andre af de interviewede understøtter denne begrundelse og nævner manglende sex som en af grundene til opløsningen af forholdet, også skønt der ikke indgår konkrete historier om utroskab.

5.2.3 Sygdom

To personer i dette materiale er blevet udsat for skilsmisse, da de blev syge, angiveligt fordi deres tidligere partner fandt det for krævende eller udfordrende at have et forhold til et sygt menneske. Den ene af de to forladede, en mand født i 1961, fik en pludselig hjerneblødning, kom på hospitalet og lå i koma i mange dage. Da han vågnede op, ønskede hans hustru gennem 15 år skilsmisse, endnu før han blev udskrevet fra hospitalet, og hans voksne børn måtte tage sig af ham og finde et nyt sted, han kunne opholde sig. Han fik ikke lov at komme tilbage til det fælles hjem. Manden er i dag i fuld bedring og har fundet sig en ny kæreste.

Også en kvinde, født i 1955, blev syg, idet hun i løbet af 10 år fik to hjernetumorer, som blev helbredt, men hun har forskellige bivirkninger og måtte gå på nedsat tid på arbejdet efter den anden tumor. Dette foranledigede hendes mand gennem 37 år til at beklage sig over den forringede økonomi, hvorefter de blev skilt.

Der findes også kvinder i materialet, som har forladt en partner med sygdom og svækkelse. Ønsket om skilsmisse skyldtes dog ikke partneres fysiske sygdom, men derimod et uudholdeligt psykisk samvær gennem mange år.

5.3 Konsekvenser af grå skilsmisse

De interviewede nævner mange forskellige konsekvenser af skilsmisse. For nogle kan skilsmissen være forfærdelig og give store ar i hjertet, mens andre kan føle sig lettede, befriede og måske endda nyforelskede - i en anden. Der kan både være eksistentielle og følelsesmæssige konsekvenser, men der kan også være økonomiske, bolig-mæssige og sociale konsekvenser af en skilsmisse i det nære netværk af familie og venner. I det

følgende præsenteres først økonomiske og boligmæssige konsekvenser, dernæst eksistentielle, og til sidst sociale konsekvenser. Konsekvenser kan opfattes både negativt og positivt.

5.3.1 Økonomisk og boligmæssige konsekvenser

Som en positiv konsekvens af skilsmissen nævnes friheden ved at kunne bestemme over egne penge og vælge rejser, hobbies eller forbrug uden at skulle diskutere eller stå til ansvar for en anden. Nogle nævner også glæden ved at bo alene og kunne bestemme indretning, vaner og adfærd selv. Disse glæder nævnes mest af kvinder i undersøgelsen. De fleste skilsmisser har dog negative konsekvenser for mindst den ene part og ofte for dem begge, hvad angår bolig og økonomi.

I denne undersøgelse er 3 M og 2 K blevet boende i deres bolig efter skilsmissen, mens resten (13) er flyttet. I en del tilfælde flytter begge parter, især af økonomiske grunde. Kun få af de interviewede har *ikke* oplevet økonomiske vanskeligheder ved deling af boet og boligen. Mange informanter oplever derfor store, praktiske omkostninger ved en skilsmisse i denne alder, hvor de fleste par har opbygget en del fællesværdi i form af ejendom og ejendele. Selve bruddet og flytningen kan også være meget turbulent, mens bodeling finder sted, ny bolig findes, og nyt hjem skal etableres. For dem, der bliver i den fælles bolig, er denne transitionsfase mindre kaotisk. Blandt dem i undersøgelsen, der har bedst økonomi, har skilsmissen medført køb af og flytning til ny bolig, eller de har betalt deres eksægtefælle ud af den tidligere bolig. For det fleste er flytning dog foregået til en ringere bolig end før skilsmissen.

Niels var 75 år, da hans tidligere kone seks år før interviewet fik låsene udskiftet i deres fælles bolig, efter han havde været på et par dages besøg hos sine voksne børn. Han blev således smidt ud af sin bolig og boede i tre måneder dels på Mændenes Hjem, dels hos venner, indtil han ved hjælp af en voksen søn fik købt et meget billigt hus på landet. Han fik nemlig ingen penge med ud af det fælleshus, som oprindeligt var hans eks-kones.

Poul, nu 65 år, er efter eget valg flyttet, og mistede i udgangspunktet ikke penge pga. sin skilsmisse. Han blev otte år før interviewet skilt efter en forelskelse i en yngre kvinde, som han indledte et forhold til efter skilsmissen. Forholdet til den yngre kvinde holdt ikke, men han fortryder ikke, idet han opfattede sit ægteskab som kedeligt og savnede sex. Han har haft en dejlig tid med sin yngre kæreste, så længe det varede, skønt han efterfølgende indrømmer, at han mener, hun har udnyttet ham økonomisk, og det betød, at han mistede penge, eget firma og job. Den økonomiske rutchetur skyldtes dog ikke hans egentlige skilsmisse, men det forhold, at han blev meget forelsket i den yngre kvinde. Så Poul har ikke fået dårligere økonomi pga. sin skilsmisse, men pga. sine handlinger derefter.

Det var ligesom at opleve kærlighed, ligesom dengang jeg mødte (første hustru) første gang, ikke? Det var ligesom den der... Og man kan jo sige også, at jeg var blind, fordi nogen sagde, at hun udnyttede mig. (...)

Mange sagde, at hun udnyttede mig, så sagde jeg, jamen det kan godt være, men... Hun er også fantastisk, når vi er sammen. Men til sidst blev det for... for tydeligt. (...)

Hun sagde, at hun elskede mig og alt det der. Der er ingen tvivl om, hun var ude efter kærlighed, men hun var også ude efter et luksusliv.

(...) Så jeg levede jo et luksusliv på et tidspunkt. Det har jeg også prøvet, ikke?

Interviewer: Hun forblændede dig lidt?

Fuldstændigt. Ja. Fuldstændigt.

Poul ejede på et tidspunkt aktiemajoriteten i sit eget firma, men begyndte at sælge sine firmaaktier for at betale luksusforbrug og rejser sammen med kæresten og endte med at måtte overdrage lederposten til en anden, der havde flest aktier, hvorpå hans stilling ophørte. Han flyttede til en anden landsdel og stoppede forholdet til sin kæreste. Inden da havde han solgt de sidste firmaaktier for at finansiere endnu nogle luksusrejser med hende. Han havde dog kapital til at købe et nyt hus på landet.

Bodil, 65 år, blev skilt fra sin forholdsvis velhavende mand, der var partner i en familievirksomhed. Bodil valgte selv skilsmissen efter mange års ægteskab i en familiekonstellation, som hun opfattede som materialistisk og følelseskold. Ved

skilsmissen måtte hun da erfare, at eksmanden og hans familie med virksomheden, der havde være indtægtskilde og arbejdsplads for dem alle, havde sørget for, at hun ikke fik pension eller midler med ud af boet. Efter 26 års samliv gik Bodil fra at leve i en økonomisk velstillet familie til at bo i en billig lejebolig med ringe økonomi.

5.3.2 Eksistentielle konsekvenser

En skilsmisse kan have større eller mindre eksistentielle konsekvenser af både positiv og negativ art for de involverede. Langt hovedparten af de interviewede nævner en form for lettelse, befrielse og følelse af frihed efter skilsmissen; tid til sig selv og ens egne ønsker for livet. Der kan samtidigt med følelsen af lettelse også være forbitrelse, sorg og frygt for ensomhed blandt de interviewede. Der kan være følelser af at være forladt af familie og venner. Men der er forskellige baggrunde for at mærke følelsen af befrielse. Blandt dem, der har følt sig bedraget pga. "en anden" er der en tendens til befrielse over, at de ikke længere behøver at nages og være utrygge over forholdet til deres tidligere ægtefælle og hans/hendes mulige utroskab og løgne, som det fx er tilfældet med Michael.

Altså, det var en stor befrielse også for mig at blive skilt, fordi jeg ligesom var i det der chok, som jeg måske først havde haft. Over, at hun handlede, som hun handlede. Så for mig var det en stor befrielse at blive skilt. På rigtig mange måder. Altså, mine bekymringer var mest børnene og så min økonomi.

Michael, 65 år

Også for dem, der selv har valgt at gå, eller hvor begge parter er blevet enige om at afbryde deres samliv, kan der opstå en lettelse. Marianne på 62 år var altid den aktive i sit ægteskab, og hun var lidt bekymret for, hvordan hendes eksmand ville tackle et liv som ene:

Jeg spurgte ham en gang her for noget tid siden, hvordan han egentlig havde det med det der med, at vi var blevet skilt og sådan noget. Og så kiggede han sådan lidt underfundigt på mig, og så siger han: "Jeg synes faktisk det er dejligt. Fordi nu har jeg ikke dig til, at jeg skal gå rundt og have dårligt samvittighed over..., jeg kan gøre det, jeg har lyst til."

Så nu kan han bare gøre de der ting, han har lyst til, uden at han behøver at bekymre sig om, hvad jeg synes. (...) Så det er nærmest en lykkelig skilsmisse. Jeg føler mig også frisat på den måde, at jeg nu netop kan gøre de ting, jeg har lyst til.

Blandt nogle, der selv er gået fra en partner, som ikke ønskede skilsmisse, udtrykkes der også lettelse.

Alice på 74 år forlod sin partner efter mange års dårligt samvær i et forhold, der havde varet i 25 år. Alice følte, at forholdet var kvælende, idet partneren var deprimeret og sygemeldt. Efter deres skilsmisse fik ekspartneren førtidspension. Alice selv har det godt med adskillelsen, fordi ekspartneren var meget dominerende. Alle vennerne og også ekspartnerens voksne søn har kontakt med Alice nu, og nogle af vennerne har sagt, at "det var på tide", at Alice forlod ægteskabet. For at beskrive sine følelser ved skilsmissen vælger Alice et meget farvestrålende billedkort fra bunken:

(Der er)... liv og dynamik, og der er farverne. Der er ligesom noget håb og lethed over det. Og det er sådan, jeg synes, mit liv er (nu).

Men der er også nogle i undersøgelsen, for hvem skilsmissesåret trækker dybe spor. Det at miste en partner, man har haft i mange år, kan være sorgfuldt og smerteligt. Måden, bruddet er foregået på, har tilsyneladende stor betydning for følelserne hos fraskilte personer. De, der ser ud til at have det værst længe efter, er dem, der har opdaget, at de blev bedraget. Bedrag kan være foregået både økonomisk og menneskeligt, hvor ekspartneren enten har gemt penge til sig selv, endda måske sparet op til en skilsmisse i hemmelighed, eller bedraget ved et forhold til et andet menneske - eller begge dele. Her kan den efterladte længe være præget af traumer over begivenheden. Det at blive bedraget kan give langvarig bitterhed og vrede, begrundet i sorg og mistet tillid til den, man troede, var ens nærmeste. Jytte siger, 11 år efter skilsmissen:

Jeg kommer nok aldrig til at tilgive min eksmand.

Samtidig med skilsmissen blev Jytte fyret fra sit prestigefyldte arbejde i hovedstaden og flyttede fra Københavnsområdet til Jylland og startede en helt ny tilværelse med nyt hus, nyt job og en ny kæreste efterfølgende. Da Jytte skal finde et billedkort, som kan illustrere hendes skilsmisse, finder hun et kort med et træ, der er ved at blive hugget over af en mand med en økse:

Det var simpelthen et spørgsmål om, at jeg slettede hele mit tidligere liv. Startede forfra. Årh, det er ham med øksen der.

Også andre af de interviewede har haft eller har stadig dybe følelser af vrede, frygt eller ensomhed. Frygten kan især dreje sig om at blive adskilt fra sine børn eller anden familie. Louises eksmand fandt hurtigt en ny kæreste efter 32 års samliv, og det fremgår ikke helt tydeligt af historien, om kæresten spøjte i kulissen forinden. Louise på 63 år er den af de interviewede, der er bedst økonomisk sikret, også efter sin skilsmisse, men hun lider af en dybere, eksistentiel frygt:

Min frygt er jo, om hun (eksmandens nye "anden", red.) skal komme ind og altså, og hapse min familie. Så de ligesom sådan.... (Louise frembringer en lyd: Uiihh). Og så laver de sådan en ny familie der. Og så står jeg her ude helt alene. (...). Hvorfor var jeg så vred? Det var jeg, fordi han..., at vores familieliv var brudt ned. Og jeg var superbange for at blive alene og ensom. Det var min allerstørste frygt.

Louises frygt handler ikke alene om det at miste sin mand eller få opløst sin familie, men hun har en eksistentiel frygt for at miste kontakten til sine egne børn og blive efterladt alene og ensom. Hun giver udtryk for en meget grundlæggende følelse, som bruddet har affødt.

For fraskilte i senlivet vil børnene ofte være ret store eller voksne, hvilket har helt andre følgevirkninger, end når børn er mindreårige, og hvor et muligt konfliktområde er praktisk deling af et fællesbarn. Med voksne børn kan der i højere grad være tale om behov for sympati og loyalitet fra mennesker, der er autonome og har mulighed for at forlade deres forældre. Desuden er tidspunktet måske sammenfaldende med tidspunktet for, hvornår

børnene forlader hjemmet for at flytte hjemmefra, eller hvor de af andre årsager har behov for at løsrive sig. For nogle forældre kan dette i sig selv være smertefuldt, og i kombination af en konfliktfyldt skilsmisse med mulige loyalitetsudfordringer kan dette forstærke smerten.

Der kan også være en anden eksistentiel konsekvens af en skilsmisse, nemlig følelsen af, at man som fraskilt må vedblive med at hjælpe sin ekspartner, skønt dette kan koste mange ressourcer og psykisk energi. Dette gælder to af de interviewede kvinder, Lilly på 82 og Helle på 75.

Lilly og Helle har begge forladt en syg ægtefælle af deres 3. og seneste ægteskab, og deres forhold har varet i hhv. 30 og 22 år. Det var ikke decideret sygdomme, som gjorde udslaget, men derimod psykiske udfordringer, dels hos deres eksmænd, dels i relationen mellem ægtefællerne. Både Helle og Lilly oplevede et meget anstrengt forhold i ægteskabet, og det blev værre år for år. Helles ægtefælle var efter sin overgang til pension ifølge Helle ikke villig til at lave noget sammen med hende. Hun ønskede at komme ud; at rejse og at besøge familie i København. Da han tilmed blev syg og mistede begge ben, blev aktivitetsniveauet begrænset endnu mere. Helle forsøgte fx at hjælpe ham med at få proteser, men det var han ikke interesseret i. Til sidst flyttede hun fra Jylland tilbage til København, hvor hun kom fra, og hvor hendes familie bor.

For Lilly var forholdet til hendes eksmand så psykisk udmattende, at hun endte med at forsøge at begå selvmord for at komme ud af det. Først derefter blev hun skilt. Ifølge Lilly har eksmanden med sin negativitet skubbet andre mennesker fra sig, også kommunale hjælpere, og Lilly mistænker, at han nu er ved at udvikle demens.

Både Helle og Lilly har tilsyneladende følt sig manipuleret og hæmmet i forholdet, og efter deres beslutning om at forlade deres ægtefælle, har dårlig samvittighed - og eksmandens nød - tilsagt dem at komme og hjælpe den eks-partner, de egentlig forlod pga. store uoverensstemmelser og negativt samvær. Kvinderne fortæller begge om, hvordan der ikke er andre, der kommer og hjælper deres tidligere ægtefæller, og at de derfor føler sig

nødsaget til at gøre dette. Helle rejser en gang om måneden fra København til Jylland for at hjælpe sin eksmand.

Både Helle og Lilly giver udtryk for lettelse over at være kommet ud af deres forhold, mens de ikke desto mindre påtager sig et ret stort omsorgsansvar for de to mænd, der på interviewtidspunktet ikke får hjælp andre steder fra, hvilket bliver en fysisk og mental belastning for kvinderne.

5.3.3 Sociale konsekvenser

Sociale konsekvenser af en skilsmisse kan være vidtrækkende og reelt få negative konsekvenser for mange andre personer end netop de to, der bliver skilt. Det kan ændre relationer mellem mennesker på mange forskellige måder.

I visse tilfælde kan der være opstået meget pinefulde, sociale brud i den nære familie i forbindelse med skilsmissen:

Berit er 74 år, blev skilt efter 51 års ægteskab med Bent, og de har to børn i fyrrerne. Berit beretter i interviewet, at hun aldrig burde have giftet sig med Bent, og at de for mange år siden burde have været skilt, fordi de ikke havde noget kærlighedsliv. Berit følte, at Bent var alt for afhængig af hende og ikke selv havde så meget at byde på. Men tiden gik, og skilsmissen kom til sidst i stand, fordi Bent og deres søn konfronterede Berit med en korrespondance, hun havde haft med en tidligere forlovet fra sin pure ungdom, og som de havde afkodet fra hendes telefon. De mente, at hun opførte sig amoralsk, og samtalen resulterede i, at Berit og Bent blev skilt, skønt Berit ikke havde haft noget intimt forhold til sin tidligere forlovede. Den voksne datter mente imidlertid, at far og søn gjorde hendes mor uret. På den måde blev familien delt i to, og det har gjort Berit meget ondt, at hendes forhold til sønnen er blevet belastet, mens datteren samtidig ikke er så tæt på sin far, som på sin mor.

Hold da kæft, jeg har godt nok ligget vågen mange gange og tænkt, at det er fandme..., nu tror han (sønnen, red), at jeg er en rigtig dum kælling.

For andre kan størstedelen af det sociale netværk være hevet op med rode. Poul, som blev introduceret ovenfor, er pga. skilsmissen flyttet, har skiftet arbejde, og har mistet kontakt med kolleger og tidligere bekendtskaber i den by, han boede i, samt til hele familien på sin ekskones side, som ser ilde til ham, efter han fandt en yngre kvinde. Han har kontakt med sine voksne børn og børnebørn fra det opbrudte ægteskab. Han giver dog ikke udtryk for stor fortrydelse ved disse tab, men virker glad for sit nuværende liv. Det var hans eget valg.

Nogle holder sammen på de tidligere familierelationer i en slags proforma-sammenkomster til fx. familiefødselsdage eller jul, hvor man helst undgår at tale med sin ekspartner, og andre vedbliver med at mødes til årsfesterne uden større problemer. En del af de interviewede har mistet sociale kontakter ved skilsmissen, som regel med svigerfamilien; både ældre og yngre medlemmer.

I sammenbragte forhold, som er blevet afbrudt, kan der opstå ophør i forholdet mellem den ene af skilsmisseparterne og den andens biologiske børn af tidligere ægteskab eller andre fra svigerfamilien, som i mange år har været en del af en samlet familie.

Jytte på 68 år blev skilt efter 38 års ægteskab, da hendes mand fandt en anden, yngre kvinde. Ægteparret havde et delesommerhus med hans familie, og efter skilsmissen ønskede svigerfamilien ikke længere at se Jytte, og de beholdt sommerhuset.

(Svigerinden havde lige forinden skilsmissen) ... givet os en invitation til sin 60-års fødselsdag. Og der fik jeg besked på, at jeg skulle bare blive væk. Altså, hvis jeg var uønsket, så ... Så kommer man ikke. Og jeg følte mig lige pludselig meget alene, fordi jeg havde en meget mindre familie. (...)

(...) jeg var jo så vant til, at de var en så stor del af min tilværelse, så jeg følte mig egentlig lidt ensom til at begynde med. (...)

Jeg har følt, at jeg, jeg mistede halvdelen af min familie. Ja. Og mindst halvdelen af vennerne. (...)

Relationer til både venner og naboer bliver også berørt af skilsmisse. To af de fraskilte kvinder, som er flyttet fra et fælles hjem, mens deres eksmand er blevet boende, fortæller begge om, hvordan de er meget kede af, at de har mistet det nabofællesskab, som de i mange år har været en del af. Fælles for dem er, at de to tilbageblevne mænd ikke har nogen kontakt med det nabolovværk, som de fraflyttede kvinder var så glade for. Disse kvinder beretter, ligesom en del andre af de interviewede kvinder i undersøgelsen, om at være den, der primært sørgede for et socialt liv for begge parter i parforholdet. Samtidig er der tre mænd blandt de interviewede, som altid har vedligeholdt egne venskaber i deres parforhold, og det kommer dem til gode efter skilsmissen.

Nogle har oplevet, at tidligere fælles venner er faldet fra efter skilsmissen, og heriblandt også "egne" gamle venner. Dette gælder både for mænd og kvinder i undersøgelsen. Der kan være eksempler på, at tidligere venner vælger den anden part, eller at de ikke længere inviterer; især på "parmiddage", hvor de fraskilte føler, at de ikke er velkomne som enlige blandt par, og nogle interviewede nævner, at det kan føles akavet at være den eneste enlige i en forsamling af par. Nogle kvinder nævner også, at de mærker en skepsis fra de kvindelige partnere i andres parforhold, som om de er ude på at "tage" deres ægtemænd.

Endelig er der også fraskilte, som nævner, at de har oplevet manglende opbakning fra venner, eller at skilsmissen er et emne, man ikke taler om.

Men der er jo rigtig mange, der ikke snakker om det. Det med skilsmissen. Det synes jeg faktisk har været lidt overraskende.

Michael, 65 år

5.4 Når livet går videre efter grå skilsmisse

Historierne om at komme videre er lige så forskellige som de andre forhold ved grå skilsmisse. Blandt de 18 interviewede er der en del, som har haft det svært både før, i løbet af og efter deres skilsmisse. På interviewtidspunktet mellem et og 11 år efter har de fleste fundet nye veje til at komme videre, men det kan stadig være svært.

5.4.1 "Hvad vil jeg?"

Som nævnt tidligere taler mange af de interviewede om en "lettelse", "befrielse" og ny "frihed" ved at blive alene efter mange års ægteskab. Her bliver der mulighed for at undersøge sit eget liv og egne ønsker. Denne nye frihed bliver brugt på nye aktiviteter, foreningsliv, at finde nye og gamle venner og at indgå i nye fællesskaber.

Pia på 68 år siger:

Dengang jeg flyttede for mig selv, tænkte jeg, hvad er det egentlig, jeg gerne vil? Og hvad mangler jeg? Hvad er savnet?

Alice på 74 fortæller, at hun er rigtig glad for sit eget selskab og for, at hun kan gå til mange ting, som hun synes om:

Jeg er så utroligt glad for de ting, jeg går til. Jeg går til rigtig meget. Jeg går til flere forskellige psyk-kurser, og jeg går til forelæsninger...

Nogle af dem, som udtaler den slags glæde, har i mange år følt sig presset ind i hverdagsliv, de ikke har følt sig tilpas i, men det har været svært for dem at indse det og dernæst at vælge at komme ud af de snærende forhold. Et par af dem har efterfølgende kastet sig ud i selvudviklingsprojekter eller er flyttet til nye omgivelser, hvor nye muligheder og fællesskaber er opstået.

5.4.2 Ny kærlighed - og gammel

Kærlighed er vigtigt for en stor del af de interviewede. Få af dem har allerede haft en "anden", (1M og 1K) som de har vendt sig mod efter skilsmissen, men for disse to er fortællingerne om de nye forhold kilde til både glæde og frustration. For Pouls vedkommende er forholdet til den første "anden" ophørt (se s. 29), men han har nu en anden kæreste, som han planlægger at flytte sammen med. For Marianne er der en gift mand, som hun har kendt, også mens hun selv var gift, men dette forhold er langt fra afklaret, efter hun selv blev skilt.

Blandt mændene i undersøgelsen er behovet for en ny kæreste meget fremtrædende. To af mændene var stadig mærket af skilsmissen, og for dem har en vej frem været at søge efter en ny kæreste så hurtigt som muligt. På interviewtidspunktet var de begge i gang med kæreste nummer to efter skilsmissen i håbet om lykke. To andre mænd søgte efter kæreste, og en tredje mand, Hans, var allerede flyttet ind hos en ny kæreste. Tre har været aktive på datingsider eller i datingopslag i medier. Kun en mand i undersøgelsen, Per på 68 år, som blev skilt efter 39 års ægteskab, har ikke intentioner om at finde en ny partner, men har fået meget støtte fra sine mandlige venner. En anden mand, Jesper på 72 år, føler sig ikke sikker på, om han skal have en ny kæreste. Det er også værd at bemærke, at i udgangspunktet er der fire af de syv fraskilte mænd i undersøgelsen, som ikke selv har valgt at blive skilt.

Blandt de 11 interviewede kvinder er der tre, som er flyttet sammen med en ny kæreste. To af disse kvinder har aktivt søgt en ny partner i erkendelsen af, at de ikke ønskede at være alene.

Der er også en vis tøven blandt en del af de interviewede, når talen falder på nye parforhold, især blandt kvinderne. Det er dog især en mand, Jesper på 72 år, der sætter ord på den tvivl, som aldringsmæssige perspektiver kan medføre, idet han nævner risiko for sygdom og svækkelse:

Der kommer alt muligt, og hvor meget skal man så investere? (...) der er virkelig mange usikre faktorer ved at indgå i et nyt forhold, ikke?

Risikoen for at blive "sygepasser", som Marianne kalder det, får betydning, når der er tale om overvejelser om parforhold i senlivet, som her, hvor Marianne fortæller om en anden kvinde, hun kender:

(...) altså hun har jo været sygepasser for den der mand i årevis, og hvor jeg bare tænkte, det tror jeg ikke lige, jeg er klar til at skulle være: En sygepasser. For en gammel mand. (...) Og der er jo ikke, altså der er jo ikke nogen, der har glæde af, at andre slider sig selv ned for at passe på hinanden.

Det virker som om, skilsmissen påvirker en del af de fraskilte til at se med andre øjne på andre par, som ikke er skilte. Der kommer en vis kritisk holdning til, om andre gamle par egentlig er gode for hinanden, eller om de slider hinanden ned. Fx fortæller Lilly om både venner og om sin egen søster:

De er i hvert fald sammen med deres mænd endnu, og jeg kan godt høre på dem begge to, at de også har nogle perioder ind imellem, hvor deres mænd hænger dem langt ud af halsen. Så det bliver ikke nemmere med alderen. Heller ikke for dem, der har haft det nemmere før. Og min søster ligesådan: Hun har jo også sin mand, det er jo som om hun, åh, hun føler bare, at hun er husholderske. Han glemmer alt, han kan ikke huske noget.

Lillys nye kritiske holdning til det at vie sin 3. alder til pleje af en partner kan være et fingerpeg henimod nye tider, knyttet til grå skilsmisse og behovet for at indtænke eller omtænke omsorgsopgaver, som har været primært funderet i parforholdet.

5.4.3 En fremtid med pleje?

Dette emne afføder uvilkårligt spørgsmålet om, hvem man kan regne med at få hjælp fra i alderdommen, når skrøbelighed og svækkelse sætter ind. I en kultur, hvor parforhold konventionelt set primært er blevet afbrudt af dødsfald, er ægtefælle eller partner ofte blevet opfattet som den nærmeste pårørende, og dernæst eventuelt voksne børn. Dette vilkår må de fraskilte også se i øjnene, og derfor indgår spørgsmålet i undersøgelsen også: "Hvem skal tage sig af dig, når du får brug for hjælp?"

Nogle interviewede nævner deres voksne børn som mulighed for hjælp og omsorg, hvis behovet optræder, men en del af dem har ikke lyst at belaste deres børn. Nogle af de interviewede etablerer nye parforhold, hvor de tilsyneladende forventer den nødvendige støtte i fremtiden. Men mange er enlige, og en del af dem nævner som en fremtidig løsning at flytte i seniorbofællesskaber. Marianne nævner muligheden for "omsorgsfællesskaber".

Per har nogle gamle mandlige venner, som han føler sig meget tæt på og siger:

Altså i hele mit voksenliv har jeg... (...) Der har jeg jo snakket med forskellige. Altså (vennens navn) for eksempel: "Jamen, skal vi ikke finde et sted hvor vi kan bo flere?" Flere mennesker tæt sammen. En slags oldekolle eller sådan. Vi skal have hver vores lejlighed, men det skal være sådan, så vi har nogle fælles faciliteter, sådan at vi kan være sammen for hinanden. Når vi har behov for det. Bofællesskab er for mig noget med, at jeg har min lejlighed her, og du har din der, og du har din der og der og der. Og herovre der ligger der et fælles hus med et fælles værksted, hvor man kan gå over og besøge hinanden. Og der er et fælles spisested, hvis man vil ud at spise sammen osv. osv. osv. Så man har hver sit sted, sådan at man kan gå ind og låse døren, og hvis mine underbukser skal ligge i vindueskarmen, så ligger de fucking fandme i vindueskarmen.

Der er ingen af de interviewede, som er flyttet i senior- eller andre bofællesskaber. Størsteparten bor alene. Fire ud af de atten interviewede bor sammen med en partner, og de to af disse fire er ét par. De fleste lader ikke til at have taget egentlig stilling til plejespørgsmål, hvis det skulle blive aktuelt.

Netop her bliver emnet om grå skilsmisse meget vigtigt og samfundsrelevant. Både ift. hvorvidt og hvor mange af de senskilte, der kan klare sig selv, og hvem der skal hjælpe dem, når behovet opstår.

5.5 Skyggefortællinger

Som nævnt i metodekapitlet er der en vis bias i dette studie. Det skyldes, at de interviewede er mennesker, der har haft overskud til at lade sig interviewe. For andre fraskilte i senlivet, som har det meget dårligere, ville et interview nok ikke være en mulighed, og til eksempel måtte tre mulige interviewkandidater aflyse deres deltagelse i denne undersøgelse pga. sygdom.

Med de atten interviews i undersøgelsen indgår også atten "skyggefortællinger", som jeg har valgt at kalde historierne om de 18 eks-partnere, der her er fortalt på anden hånd, når de interviewede fortæller om deres eget forhold og skilsmisse, hvor der indgår en anden

person. Nogle af disse skyggefortællinger er meget korte og perifere, andre fylder mere i interviewet.

De fleste eks partnere, som indirekte nævnes i interviewundersøgelsen, præsenteres, som om de ikke umiddelbart har aktuelle problemer med økonomi, ensomhed eller andet. Men der skyggefortælles dog om en lille håndfuld af både mænd og kvinder, som efter skilsmissen har fået det dårligere, virker ensomme, og hvoraf en del er syge og har brug for hjælp. Disse personer fra skyggefortællingerne fremstilles som mennesker med fysiske, mentale eller sociale problemer, hvilket har været en afgørende årsag til, at de er blevet forladt af deres interviewede eks partner. I denne sammenhæng får vi dog ikke direkte, men kun indirekte kendskab til deres liv og situation. Denne problemstilling bør påkalde sig opmærksomhed ifm. det øgede antal af grå skilsmisser, da det kan kræve særlig hjælp fra professionel side at tage sig af de mest sårbare af de fraskilte, som er forladt af deres nærmeste.

6. Årsager til og konsekvenser af grå skilsmisse - set i aldringsperspektiv

Antallet af skilsmisser generelt i Danmark er faldet lidt de sidste ti år, men steget blandt de ældre. I 2023 blev 12.862 par skilt, mens 31.582 blev viet (Danmarks Statistik, 2024). 48% blev skilt indenfor de første ti år, mens 11% blev skilt efter mindst 25 års ægteskab (ibid.). I Danmark angives der generelt to hovedårsager til skilsmisser, nemlig ophør af kærlighed og kommunikationsproblemer, og derefter flere andre årsager, som rangerer lidt lavere i udbredelse, bl.a. manglende respekt eller sympati, vokset fra hinanden, utroskab og

manglende sex, sygdom og misbrug (Strizzi et al. 2019)². Disse årsager flugter med det, der nævnes blandt de interviewede over 60 år i denne undersøgelse. Men er der også vilkår og faktorer, som kan være anderledes, når tid og alder spiller ind? Det vil blive diskuteret sammen med en kort opsummering af de forhold, der er blevet fundet i det empirisk baserede kapitel 5.

De overordnede kategorier af begrundelser for de grå skilsmisser er "Nu er det nok", lyst og livsmod, samt sygdom. Bagvedliggende forklaringer på disse begrundelser skal dog findes i kulturelle og samfundsmæssige formationer som:

1. Længere middellevetid og bedre helbred med større forventning til et aktivt og uafhængigt liv i den 3. alder. Livet er blevet længere, og alderdommen er for de fleste blevet mere sund og aktiv. Dette påvirker forventningen til et aktivt liv som ældre, både hos den enkelte og i samfundet. Vi må dog erkende, at livets slutning sjældent rammer som en kølle; derfor opdeles alderdommen sprogligt i en 3. alder og en 4. alder; hhv. det sunde, aktive og det syge, svækkede liv som gammel, og overgangen mellem de to er ofte flydende. Ikke desto mindre er indholdet i den 4. alder ikke kulturelt velset, idet sygdom og svækkelse er både ubehageligt og koster penge og ressourcer. De britiske sociologer Paul Higgs og Chris Gilleard (2014) mener, at vi kulturelt set opfatter den 4. alder som et "abject"; et fænomen, vi gerne vil undgå og skubber fra os. Dette medfører, at de fleste ønsker at forblive i den 3. alder.

2. Serielt monogami som udbredt samlivsform. Et livsmønster med flere partnerskaber gennem livet med én partner ad gangen fortsætter helt op i alderdommen og har stor

2.Undersøgelsen er baseret på 2.371 respondenter med en gennemsnitsalder på 45,21 år.

betydning for skilsmissefrekvensen, ikke mindst i senlivet. Begrebet "ægteskabelig biografi" (marital biography) er et vigtigt perspektiv i studier af grå skilsmisse (Brown & Wright 2017). Når man sammenligner yngre fraskilte med fraskilte over 60 år, er der den udbredte forskel, at de ældre ofte har flere års ægteskab bag sig - med en eller med flere partnere. Det betyder, at i et livsløbsperspektiv vil mange af de fraskilte i senlivet have været gift flere gange og prøvet skilsmisse før, og følger man Atchleys kontinuitetsteori (Atchley 1999), vil de tage denne livspraksis med sig ind i senlivet. Dette betyder også, at der er opstået en skilsmissekultur, som præger livslangt for både individer, kohorter og dermed samfundet som sådan, efterhånden som kohorter med en skilsmissekultur er blevet ældre.

3. Øget individualisme og trang til at realisere eget liv. Gennem en længere årrække har man kunnet identificere det senmoderne individ i vestlige samfund som refleksivt på den måde, at livsprojektet bestandigt indgår i en reflektiv proces for at evaluere og vurdere meningsfuldhed i alle livets facetter, også i kærlighedsrelationer (Giddens 1992). Hvis realiteten ikke svarer til forventningen, afsluttes forholdet, og man finder evt. en anden partner i jagten på det gode og meningsfulde liv. Dette gælder begge køn, idet kvinderne i løbet af det seneste halve århundrede har opnået bedre økonomisk selvstændighed og derfor ikke føler sig nødsaget til at leve i et utilfredsstillende ægteskab.

Flere af disse tre forklaringer kan spille ind samtidigt, når de interviewedes begrundelser for grå skilsmisser skal sættes ind i en samfundsmæssig forståelsesramme.

6.1 "Nu er det nok"

Når beslutning om skilsmisse indtræffer forholdsvis sent i et forhold, kan det skyldes kedsomhed og ensformighed efter mange års samliv, eller det kan skyldes opbrugt håb og vilje til et samliv efter mange års problemer med en ophobet frustration, der giver udslaget. Måske kan det undre, at parterne ikke har ladet sig skille tidligere, men her ser det ud til, at de har sørget for de opgaver, som knytter sig til familien; nemlig at få en bolig, børn, arbejde og forsørgelse, indtil børnene er flyttet hjemmefra. De voksne forældre opdager

da, at de ikke længere har noget at give eller sige til hinanden - i bedste fald - eller de opdager, at de er decideret trætte af hinanden. Denne træthed kan skyldes manglende interesse for hinanden, manglende begær, eller følelsen af at give mere end man får, at have forskellige værdisæt. Træthed og irritation kan desuden forstærkes i og med, at parterne, eller en af dem, går på pension, og dermed er de mere sammen i hverdagen, end yngre par er.

6.2. Lyst og livsmod

Begrundelser knyttet til lyst, begær og livsmod kan måske overraske ift. tidligere holdninger til seksualitet i senlivet. Det er ikke så mange år siden, at man opfattede ældre mennesker som asekuelle væsener (Bildtgaard & Øberg 2019), men det er efterhånden anerkendt, at seksualitet også er en del af alderdommen. Ikke desto mindre findes der en kendt myte fra det kulturelle katalog om den ældre mand, der finder en yngre model. I dette materiale har to af de interviewede mænd (ud af syv) mødt en yngre kvinde, mens der blandt de 11 interviewede kvinder berettes om fem afbrudte forhold, hvor eksmanden har fundet en yngre kvinde, enten i ægteskabet eller kort efter skilsmissen. Kun tre af de fraskilte kvinder har selv fået en ny kæreste; et par af disse er få år yngre end kvinderne selv.

Det ses også, at flere af dem, der forlades pga. utroskab (2K og 1M) ikke står tilbage alene, men derimod finder sig en ny partner. Forholdet til lyst og livsmod i alderdommen har ændret og åbnet sig i de seneste 50 år, både på grund af den større individualisme og trang til at realisere eget liv, også langt ind i alderdommen på grund af den længere middellevetid med forventeligt godt helbred i den 3. alder, og endelig fordi forventningen til et godt sexliv sammen med erfaringen med og accepten af det serielle monogami kan befordre en udskiftning af partnere gennem mange år, som måske har mistet lysten og begæret over for hinanden. Her spiller kontinuitetsteorien også ind (Atchley 1999), idet den pågældende aldersgruppe som unge har gennemlevet den seksuelle revolution fra det 20. århundrede og derfor tager disse værdier med sig ind i alderdommen.

6.3 Sygdom

Når vi ser indtruffen sygdom hos den ene part optræde som årsag til grå skilsmisse, kan dette forklares med "abjection" (Higgs & Gilleard 2014); det, at sygdom og svækkelse er uønsket generelt, både individuelt og samfundsmæssigt. Den raske part lever måske stadig midt i og med forventning til den 3. alder som en længere og sund livsfase og vil gerne fortsat leve et aktivt liv uden belastningen fra en syg partner, der tilmed kræver omsorg og pleje. Den raske part ser i øjnene, at livet i den 3. alder ikke vil vare evigt, men vil gerne, som et selvstændigt individ, have så meget som muligt ud af det for sig selv. Her spørger det senmoderne menneske sig selv: "Har du nu fået al den frihed, du ønskede dig, og har du nået alle de ting, du gerne ville?"

Relateret til det serielle monogami som samlivsmønster kan den ægteskabelige biografi sandsynligvis også bidrage til at ønske skilsmisse på grund af sygdom hos den ene part. I dette materiale har under halvdelen (fem kvinder og to mænd) kun været gift én gang, mens resten har været gift to eller flere gange. Man kan forestille sig, at offerviljen hos den raske part er stærkere i et forhold, der har varet hele livet, men er mere sårbart, hvis man kun har været par i 15-20 år eller færre. De to fraskilte, der i dette materiale er blevet forladt eller smidt ud af deres partner pga. deres sygdom, var begge i andet ægteskab. Men der er to andre kvinder, Lilly og Helle, som var i deres tredje ægteskab, da de blev skilt, og dog vedbliver de med at passe deres syge eksmand.

Skilsmisse som løsning på samlivsproblemer er mere nærliggende, når skilsmisseerfaring er gjort tidligere i livet, og det er mere sandsynligt, jo ældre man er. Med den øgede individualisme øges forventningen generelt til partneren og samlivet. Dette kan give kortere tålmodighed og lavere accept af partner og samliv, før man vælger at bryde op og evt. prøve noget andet. Også dette er en erfaring, der allerede er gjort tidligere af de senmoderne, refleksive individer. Med serielt monogami følger flere forskellige familiekonstellationer og sammenbragte børn - og børnebørn. Jo ældre, jo flere. Dette betyder en større bagage af mennesker, som trækkes med ind i nye parforhold blandt ældre mennesker, hvor begge parter måske bringer en flok hel- og halvbiologiske børn med. Sådanne sammenbragte flokke af mennesker betyder flere relationer, som skal

"passe sammen", for at et familiefællesskab kan fungere. Dette er ikke altid let eller muligt, og det kan også give anledning til gnidninger og måske opløsning af forhold i senlivet (Brown & Wright 2017). Derfor er skilsmissefrekvensen for flergangsgifte ifølge Brown & Wright 2,5 gang større i USA end blandt førstegangsgifte.

6.4 Konsekvenser i aldringsperspektiv

Skilsmisser er for de fleste mennesker et meget stressende brud i hverdagslivet, som truer det psykologiske velbefindende. Hovedparten kommer over det, mens 10-15% af de fraskilte forbliver i en kritisk tilstand, og for alle er der 23% større risiko for død pga. forskellige faktorer som forhøjet blodtryk, søvnmangel, mentale forstyrrelser og ensomhed (Sbarra 2015).

For nogle af de interviewede i denne undersøgelse har det været befriende at blive skilt efter mange års dårligt samliv, men for en del kan konsekvenserne af skilsmisse virke mere voldsomme end blandt yngre mennesker. Også her spiller tid og alder en vigtig rolle. Grunden til, at skilsmisse kan virke mere voldsom blandt ældre end blandt yngre mennesker, er det længere spand af år, som mennesker i senlivet har levet sammen, mens de også er blevet ældre sammen. Negative erfaringer og oplevelser kan have ophobet sig i løbet af de mange år, man har tilbragt sammen, og de kan forstærke følelsen af træthed eller irritation. Samtidig betyder indarbejdelsen af fælles, indgroede rutiner også, at man "vokser sammen" på måder, der kan være svære at skille ad igen. Hverdagens gøremål og rutiner har stærk, vanedannende effekt. Selve bruddet kan være chokerende, fordi der har været flere år med samliv, end tilfældet er blandt yngre skilsmissepar, så det drejer sig ikke alene om at miste relationen til et nært menneske, men også om at miste sine daglige rutiner, vaner, tilknytning til et sted og måske indtægt og levegrundlag gennem mange år, samt opbrud i de sociale relationer.

Økonomi og bolig er meget vigtige faktorer. Begge dele er fundamentale for en grundlæggende tryghedsfølelse, og de fleste i denne undersøgelse oplever dårligere økonomi samt flytning til ny bolig ifm. skilsmisse. En del af de interviewede oplever efterfølgende glæde over at bo for sig selv - eller sammen med en ny partner. Men

ændringer i både økonomi og boligsituation kan give øget bekymring og uro på et tidspunkt i livet, hvor mange mennesker nok havde foretrukket mere ro. Boligpriser er ofte indrettet på par- og familier, og med øgede boligpriser og få mindre boliger på boligmarkedet kan det være vanskeligt at finde en bolig som fraskilt (Holm 2017), og det kan være nærmest umuligt at låne penge til boligkøb i senlivet, især hvis man ikke længere er på arbejdsmarkedet, og man ikke længere, som i ungdommen, har et langt liv foran sig til at etablere sig og rette op på sin økonomi (Brown & Wright 2017).

Mange af de interviewede er flyttet til lejebolig, et par stykker har købt en billig bolig. Nogle af de interviewede har skullet etablere sig helt fra bar bund; et vilkår, som vi oftere knytter til ungdomslivet end senlivet. Det kan alt andet lige være noget sværere at finde en ny bolig og oparbejde et nyt liv, når man er i senlivet, fx som 75-årig, end når man er 35 år, hvilket var Niels' skæbne, da han blev smidt ud fra sit hjem. Hans var "kun" 61, da han oplevede det samme, men var samtidig syg og ikke i stand til at finde en ny bolig til sig selv. Konsekvensen af skilsmissen er for langt hovedparten desuden, at de kommer til at bo alene, mens de har været vant til at være mindst to i husholdningen, hvilket kræver en forholdsvis robust økonomi.

Eksistentielt set er der mange af de adspurgte, der priser deres nye frihed og uafhængighed, hvor de finder et nyt og måske bedre liv. Men en skilsmisse kan give risiko for følelser af ensomhed og forladthed, og disse følelser kan forstærkes, hvis det drejer sig om relationer, man har haft i mange år eller gennem hele livet. Hvis der kommer nye partnere ind i den opbrudte familie, eller hvis bruddet er sket pga. en "ny anden", kan det uventede brud og svigt give langvarige følelser af vrede, sorg og frygt for ensomhed. Det er et stort brud på tilliden til sine nærmeste at blive vraget, valgt fra eller decideret skubbet ud (som at blive smidt ud fra sit hjem). Jo flere år, forholdet har varet, jo mere chokerende kan en sådan oplevelse af tillidsbrud være for det menneske, der bliver erstattet af en anden. For nogle kan tanken om at blive og bo alene være frygtindgydende efter mange år i samliv med mindst en anden. På grund af skilsmisssens sene tidspunkt i livet kan bruddet finde sted omtrent samtidig med, at børn flytter hjemmefra eller netop er flyttet. Disse to

faktorer tilsammen kan give yderligere eksistentielle kriser, idet det hidtidige liv ændrer sig på flere områder.

Spørgsmålet om at finde en ny, anden partner kan også være anderledes for ældre fraskilte end for yngre. For det første hvorvidt det kan være en realistisk mulighed at få en ny partner på dette tidspunkt i livet; en overvejelse, som yngre fraskilte ikke i samme grad behøver at forholde sig til. Især for de ældre, heteroseksuelle kvinder vil der uvilkårligt være færre mænd til rådighed, jo ældre man bliver på grund af den nuværende kønsfordeling i aldersgrupper, hvor kvinder har længere middellevetid end mænd. For det andet kan den fraskilte stille sig spørgsmålet, om vedkommende har ressourcer til at engagere sig som en del af en pårørendebank i tilfælde af en ny partners mulige sygdom. Dette spørgsmål relaterer sig især til omsorgsansvar i relation til sygdom og bliver diskuteret under emnet "sygdom."

Sociale relationer. Skilsmissen kan medføre en frygt for, at de voksne børn eller andre familiemedlemmer eller venner, som har været følgesvende i store dele af livet, vil tage parti for den anden part eller vil afvise en. Jo ældre man er i denne situation, jo mere kan dette føles som et alvorligt, menneskeligt tab. For yngre fraskilte kan tab af børn også være smertefuldt, men de voksne børn fra senskilte tager i højere grad selvstændig stilling i en sådan situation. Som det fremgår af Ældre Sagens Fremtidsstudier udgør netop familien den største lykkegiver blandt mennesker over 50 år (Ældre Sagen 2023), så tab af voksne børns loyalitet, solidaritet eller respekt kan være en alvorlig trussel mod denne menneskelige værdi.

Der er mange i undersøgelsen, som oplever at miste kontakt til familie, venner og naboer ved skilsmisse. Det kan i nogle tilfælde dreje sig om meget gamle venner, og derved kan bruddet med flere nære relationer end partneren opleves som en stor sorg eller give anledning til mangel på noget, man har haft tidligere og sat pris på.

Livet efter en skilsmisse kan også åbne for nye og gamle vennerrelationer og fællesskaber, fx fra fortiden.

Sygdom og pårørendebanken. Risiko for sygdom og svækkelse i alderdommen giver en ekstra dimension til grå skilsmisser, sammenlignet med personer, der skilles tidligere i livet. Her bliver spørgsmålet om pårørendebanken present. Et samlivsbrud kan medføre moralske og personlige overvejelser om, hvorvidt en syg ekspartner vil kunne klare sig efter skilsmisse, afvejet mod den raske partners ressourcer, muligheder og vilje til at være den primære omsorgsgiver. Konsekvenser af grå skilsmisse kan i så fald også rumme en overgivelse af ansvar til andre aktører, hvad enten det er voksne børn eller offentlig hjælp. Her kan det være afgørende at vide, om en sådan "anden hjælp" er til rådighed. Sådanne situationer involverer i højere grad både familie og samfund - i form af hjælp fra velfærdsstaten eller civilsamfundet. Samtidig ses det også i dette materiale, at hvis denne form for hjælp og støtte mangler, og der trækkes *for* meget i pårørendebanken hos de raske partnere, kan de også af denne grund overveje en skilsmisse for at vedligeholde egen sundhed.

Spørgsmålet om sygdom og hjælp ved behov gælder også de interviewede selv, der er blevet spurgt om deres egne tanker om fremtiden, hvis de får brug for hjælp. Ingen har dog klare svar på rede hånd eller har forberedt en handlingsstrategi. Nogle taler om "omsorgs-" eller "bofællesskaber", men ingen har realiseret denne tanke.

I forlængelse af ovennævnte faktorer med hensyn til den forøgede middellevetid, 3. og 4. alder, samt øget individualisme i det senmoderne liv, som har åbnet for en mere fritstillet alderdom, hvor mange ting er tilladt, bl.a. sex, partnerskifte og selvrealisering, er det væsentligt at pege på de fraskilte i senlivet, som nyder deres nye (frie) liv, hvor de alene kan træffe flere beslutninger om eget liv, få nye interesser, nye - og gamle - venner og fællesskaber. Hos nogle kan denne frihedsfølelse opstå ret hurtigt efter skilsmissen, hos andre kan der gå en del år. Det er dog ikke givet, at alle fraskilte i senlivet vil nå dertil, afhængigt af mange forskellige andre faktorer i deres liv. Det er åbenlyst, at mennesker, der lever med andre og flere udfordringer i deres liv, som fx dårlig økonomi, sygdom, ensomhed eller mentale problemer vil have langt vanskeligere ved at komme over en grå skilsmisse, og måske vil de derfor indgå som en del af de 23%, der ifølge Sbarra (2017) er i højere risiko for dødelighed efter skilsmisse.

7. Perspektiver

Grå skilsmisse er et nyt fænomen, som uden tvivl vil blive større og brede sig i fremtiden. Mange spørgsmål trænger sig på vedrørende forholdet mellem individ og de fællesskaber, som hidtil er blevet betragtet som grundfæstet, fx om nye parrelationer og intergenerationelle relationer, samt det enkelte individs kontrakt med velfærdsstaten. Grå skilsmisse vil give nogle bølgeskulp i forhold til måder, som vi har været vant til at opfatte alderdom og ældre mennesker på. Skilsmisserne aktualiserer desuden en række spørgsmål om individuel frihed, fællesskaber og reciprocitet; hvilke former for ydelser og gen-ydelser, fx i form af omsorg og pleje, er vi villige til at give hinanden - og hvem er "vi" i denne sammenhæng? Disse problemstillinger vedrører enkeltpersoner, familier og andre fællesskaber, samt velfærdssamfundets indretning i forhold til at yde omsorg for svækkede og syge mennesker.

Denne rapport er den første af sin art om grå skilsmisse i Danmark. Baseret på 18 interviews med danskere, der har prøvet det selv, kan rapporten ses som generelt indblik i nogle af de mange faktorer, som kan blive påvirket ved det nye fænomen. Der er derfor fremkommet en del emner og problemstillinger, som er værd at tage med til videre refleksion og anbefalinger til forskning.

7.1 Individ og fællesskab

For det enkelte menneske kan der være eksistentielle kriser ifm. skilsmissen, og for nogle kan krisen være langvarig, dybdegående og måske slet ikke holde op igen, mens andre fraskilte kan bryde ud af deres tidligere forhold med en stor lettelse og appetit på flere oplevelser i alderdommen. Undervejs i krisen er der ofte behov for hjælp, både økonomisk, praktisk (flytning fx), socialt og personligt. De fleste kommer over det, men ikke alle. Antallet af enlige og aleneboende stiger, og det at bo alene udgør en større risiko for dårlig økonomi, dårligt helbred og ensomhed, sammenlignet med par. Hvem er så til rådighed for at give støtte? Det er ikke alle i denne undersøgelse, som har følt sig støttet og hjulpet, og her må vi huske, at denne gruppe af interviewede må opfattes som forholdsvis ressourcestærke, sammenlignet med mange andre, der ikke har haft ressourcer til at indgå i et interview. Vi ved meget lidt om de mere sårbare senfraskilte, ligesom vi ifølge de

amerikanske forskere Brown & Wright mangler viden om mulige forskelle på konsekvenserne for efterladte efter henholdsvis død og skilsmisse (Brown & Wright 2017). Vi står overfor en ny balancegang mellem moderne individualisme og ønsker om individets uafhængighed og ønsker om at få mest muligt ud af livet, sat over for behov for og forventninger om reciprocitet; hvem er til rådighed til at hjælpe i nød, og fra hvilke fællesskaber kan disse personer findes? Disse spørgsmål kan blive aktuelle i parforhold og i familierne og vennerne omkring de par, der vælger et brud.

7.2 Familie og fællesskaber

For familier og fællesskaber betyder grå skilsmisse, at gamle og langvarige relationer, som man troede var faste, brydes ned, mens nye måske efterfølgende bygges op, og med serielt monogami får en del fraskilte personer i løbet af livet en stor familiekræds af mennesker, især jo ældre man bliver. Det medfører en større palet af inter-relationelle kontaktflader; både med positive og negative konsekvenser. Risikoen for konflikter er større, jo flere mennesker, der er indblandet. For nogle fraskilte kan dette bevirke, at de har en stor og frodig, sammensat familie omkring sig i senlivet, mens andre fraskilte, måske har haft mange konflikter og mistet kontakten med deres forskellige slægtinge.

Når der ikke er en ægtefælle eller partner, er de nærmeste pårørende voksne børn (Andersen et al. 2023), som ifølge Ældre Sagens undersøgelser yder en stor hjælp til deres forældre (Ældre Sagen 2024). Også her giver den højere skilsmissemfrekvens i senlivet nogle nye perspektiver ift. familielivet. En svensk undersøgelse viser, at voksne børn ser positivt på, at deres forældre indgår i nye parkonstellationer, bl.a. fordi børnene forventer, at det ældre par vil udgøre en støtte og tryghed for hinanden i hverdagen og derved lette ansvaret for de voksne børn selv (Bildtgaard & Öberg, 2019).

7.3 Pårørendebanken

Grå skilsmisse berører et vigtigt samfundsmæssigt emne til videre udforskning, især ifm. behov for pleje og omsorg ved sygdom og svækkelse. Tidligere forventedes det, at ægteskaber holdt hele livet igennem, og hvis de blev afbrudt ved skilsmisse, skete det tidligere i livet. Der har været, og er, forventning til ægtefæller om at hjælpe hinanden med

daglig omsorg og omhu, pasning og måske pleje, hvis det bliver nødvendigt. Pårørendebanken er især befolket af ægtefæller og voksne børn. Opfattelser af parforholdskontinuitet ligger indlejret i samfundets og velfærdsstatens forventninger til, hvad ægtefæller skal kunne klare (Altinget 12. oktober 2023). Dette ses fx i et gæsteindlæg på Abelone Glahns blog: "Skal din ægtefælle være din ubetalte (handicap)hjælper?" (Cambell, 2024). Tina Marie-Louise Cambell skriver her om et møde med den offentlige velfærdsstat:

En dag, da jeg bad om personlig hjælp, sagde en socialrådgiver til mig: "Din mand burde ikke have giftet sig med dig, hvis han ikke har lyst til at hjælpe dig resten af jeres liv sammen." (15. august 2024)

Socialrådgiverens forventning ligger indlejret i mange af kulturens medlemmer og i det offentlige plejesystem og kan komme til udtryk som forargelse, når ægtepar går fra hinanden, fx pga. sygdom. Som eksemplet med socialrådgiveren viser, kommer denne forventning nok i stigende grad i modsætningsforhold til det senmoderne menneskes trang til at være fritstillet i den tredje alder som et menneske, der kan realisere sine drømme og nå noget af det, som livet endnu ikke har budt på. Eller som bare har lyst at bruge resten af sit liv på noget andet end at være sygepasser for sin ægtefælle, som Marianne udtrykte det ovenfor (se s. 38). - Eller som ikke kan klare mere uformel pleje, som tilfældet med Helle og Lilly (se s. 33), og må finde en udvej; en skilsmisse.

Der findes nemlig fraskilte kvinder i denne undersøgelse, som har hjulpet for meget i forhold til deres ressourcer, men som fortsætter med at hjælpe deres eks-partner efter en skilsmisse. De kan ikke lade være og føler sig forpligtet til det, fordi ingen andre træder til. Helle og Lilly er dog ved at knække af opgaven og forsøger mere eller mindre desperat at få andre til at gå ind i omsorgsopgaven for deres eksmand, da de netop blev skilt pga. det store pres ved samværet. Disse kvinders fortællinger viser, at det er nødvendigt at være opmærksom på hvilke forestillinger, der præger tildelingen af hjælp fra det offentlige, og hvilke rationaler der ligger til grund for vurdering af, hvem der har brug for hjælp; hvem der opfattes som "pårørende", og hvilke ressourcer disse mennesker reelt har til rådighed.

Hvor meget kan pårørendebanken levere? Man risikerer, at de pårørende bryder sammen og overgår til kategorien af mennesker, der har behov for hjælp selv. Dette er ikke en ny problemstilling, men det nye er, at grå skilsmisse nu kan være en personlig løsning for den anden part i et ægteskab, hvor den ene er blevet syg og plejekrævende. Grå skilsmisse er derfor også et vigtigt emne at tage højde for i velfærdsstatens politikker for ældrepleje i fremtiden.

7.4 Køn

Køn er hidtil ikke inddraget i denne undersøgelse som et særskilt aspekt. Men det er åbenlyst et vigtigt tema, som må undersøges yderligere i sammenhæng med alder og grå skilsmisse. Mange kønsaspekter tegner sig, både på det individuelle, det familiære og det samfundsmæssige niveau. Antallet af grå skilsmisser fordelt på køn viser, at der er flere skilsmisser blandt mænd end blandt kvinder i alderen 50-79 år (Se illustration 2 s.12), mens antallet af fraskilte kvinder er højere end antallet af fraskilte mænd, når man ser på aldersgruppen 65+ (Pisinger et al. 2024). Desuden var der i 2017 stor forskel på andelen af hhv. ældre mænd og kvinder, der levede med ægtefælle eller samlever. Blandt de 75-84-årige levede 70,2% af mændene og 39,9% af kvinderne sammen med en partner. I alderen 85+ var andelen af samlevende mænd 51,1%, mens tallet for kvinder var 14,3% (Sundhedsstyrelsen 2019).

Disse forskelle kan sandsynligvis delvis forklares med den udbredte, kulturelle norm for parforhold, hvor manden ofte er ældre end kvinden, samt kvinders længere middellevetid (Siren og Larsen 2019). Andre spørgsmål vedrørende køn og grå skilsmisse trænger sig dog på; fx. hvorvidt der i realiteten er en større udbredelse af skilsmisser blandt mænd fra 50 år og derover, fordi de bliver skilt og finder en yngre partner, sådan som det kulturelle script tilsiger. I denne undersøgelse er der et lille, men ikke markant overtal af den type, hvor manden finder en yngre kvinde efter skilsmisse fra en jævnaldrende, når vi medregner skyggefortællingerne; altså de fraskilte partnere, der ikke er interviewet her. Hvilke implikationer kan dette have for det mere aldersspredte forhold (og den ældre mand i det)? Kan det fx være denne type af mand, der senere i livet bliver skilt igen, når vi ser

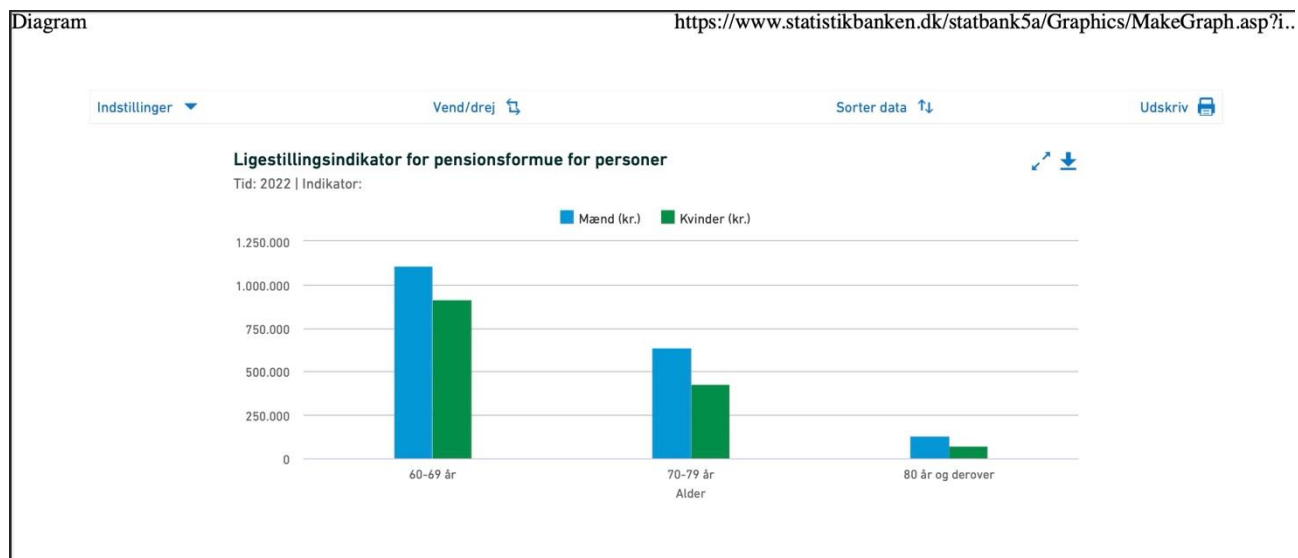
den højere skilsmissealder for flere mænd, eller kan dette udgøre en af årsagerne til, at der er langt flere ældre mænd i parforhold end ældre kvinder?

Man kan også stille spørgsmålet: Hvilke implikationer kan der være i senlivet for den kvinde, der i første omgang bliver udskiftet til fordel for en yngre kvinde? Kan det høje antal af ældre enlige kvinder skyldes, at de i højere grad end mænd forbliver enlige efter den første skilsmisse? Spørgsmålene trænger sig på, og dette materiale med atten interviewede kan ikke give uddybende svar. Der mangler langt mere præcis statistisk viden om samliv og skilsmisser, set i livsløbsperspektiv.

Et andet vigtigt forhold er sammenhængen mellem køn og grå skilsmisser, knyttet til bolig og økonomi. I undersøgelsen her er der en lille tendens til, at kvinder i højere grad går ud af et ægteskab ved skilsmisse med økonomiske og boligmæssige tab end manden, hvilket understøttes af international forskning (Brown & Wright 2017). Ved skilsmisse i Danmark, hvor parret har haft et fælles parcelhus, er det i 65% af tilfældene kvinden, som flytter (Danmarks Statistik 2020). I herværende undersøgelse er 13 ud af atten interviewede blevet nødt til at flytte, heraf ni til billigere boliger; seks kvinder og tre mænd. Grå skilsmisse indebærer sandsynligvis en generel udsathed for mange ældre kvinder med hensyn til bolig og økonomi. Men der er også en gruppe af ældre mænd, som er sårbare overfor skilsmisse, og fx rummer denne undersøgelse to mænd, der er blevet smidt ud af deres hjem ifm. skilsmisse, som blev effektueret på foranledning af deres partner. Kønsforskelle relateret til udsatte ældre, fraskilte mænd er endnu et uafdækket område. Endelig viser hjemløshedsstudier blandt alle aldersgrupper, at der blandt de hjemløse kvinder er 25%, som angiver skilsmisse som hovedårsag til hjemløsheden, mens tallet for mænd er 13% (Benjaminsen et al. 2018).

Økonomisk ser vi, at kvinder generelt i Danmark med alderen taber højde sammenlignet med mænd. I aldersgruppen 65+ er der blandt mænd 13,1%, som har en indtægt over 500.000 kr. årligt, mens tallet for kvinder er 4,7% (Pisinger et al.2024). I de laveste indkomster ligger mænd og kvinder nogenlunde ens med 1.0% af mændene og 1,3% af kvinderne, som tjener under 100.000 kr. årligt (Ibid.). I de mellemste indtægtsgrupper ligger kvinderne ligeledes lidt under mændene i indkomst årligt. Pensionsgab mellem

mænd og kvinder blev i 2024 vurderet til 25% generelt af Nykredit (Nykredit 2024), mens Danmarks Statistik viser, at pensionsgabets størrelse stiger med alderen, så det når op fra 17% i 60-årsalderen til 45% for kvinder over 80 år (Se illustration 5)



Ligestillingsindikator for pensionsformue for personer

Indikator: Pensionsformuegab (pct.) | Tid: 2022:

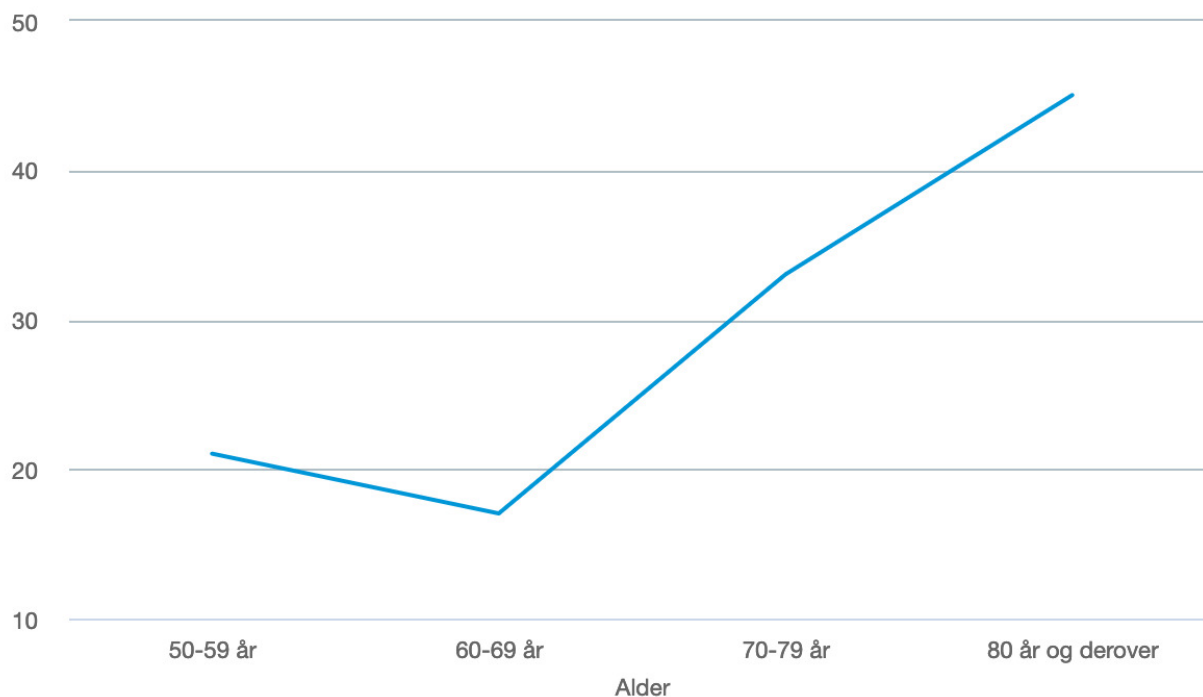


Illustration 5. Pensionsformuegab mellem mænd og kvinder. Øverst angivet i kroner og nederst i procentdele. Skabt ved Danmarks Statistikbank 27.11.2024

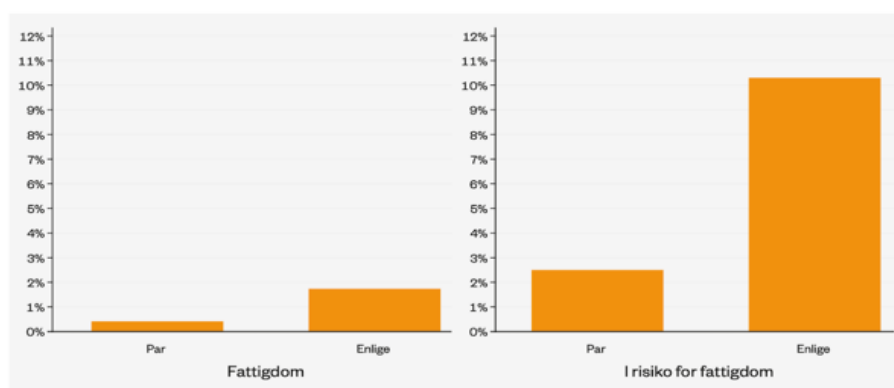
Alt i alt tegner der sig et billede af, at senskilte kvinder er mere udsatte økonomisk end senskilte mænd.

Internationalt er det fundet, at "re-partnering"; det at flytte sammen med en ny partner efter skilsmisse, fører til bedre vilkår både økonomisk, helbredsmæssigt og socialt, og at det i højere grad er fraskilte mænd end kvinder, som finder en ny samlever (Brown & Wright 2017). Som nævnt ovf. viser dette studie en lille forskel på kønnene i denne retning.

I forlængelse af den udsatte position knyttet til bolig og økonomi viser der sig også et mønster, hvis vi kobler køn, økonomi og det at bo alene i højere alder. Det er påvist, at flere ældre kvinder har dårligere økonomi end jævnaldrende mænd jvf. pensionsgab og lavere indtægt, men også at flere kvinder i forhold til mænd bor alene (se ovf). Ser vi på koblingen mellem det at bo alene og økonomi, viser Rockwoolfonden, at det at være enig pensionist rummer risiko for fattigdom, hvilket altså indirekte peger på de mange ældre (og måske fraskilte) kvinder, der lever alene, og som derfor er i større risiko for fattigdom (Rockwool Fonden 2024 - se illustration 6).

I Danmark mangler vi mere præcis viden om konsekvenser for økonomi og bolig i kønsperspektiv relateret til skilsmisse. Fænomenet skilsmisse bør måles i alle aldersgrupper, og det er vigtigt at inddrage viden om konsekvenser i hele livsløbet.

Figur 2. Andel 68-89-årige pensionister, som oplever fattigdom eller er i risiko for fattigdom, fordelt på familietype i 2019



Note: "Fattigdom" er defineret som hos OECD og Danmarks Statistik ved at være 50 procent af medianindkomsten. "I risiko for fattigdom" er defineret som hos Eurostat ved at være 60 procent af medianindkomsten.

Kilde: "Fordelingsaspekter af det danske pensionssystem", ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed.

Illustration 6. Rockwool Fonden 2024.

Der kan ligeledes være konsekvenser af skilsmisser relateret til køn og sundhed; fysisk, mentalt og socialt. Risikoen for sygdom og ensomhed er statistisk set højere blandt enlige end blandt par (Schramm et al. 2022, Amilon og Christensen 2023, Rockwool Fonden 2024). Det at være i et parforhold giver bedre helbred og behandlingsmulighed for dem, der har brug for det. KL har fundet, at 67+ årige danskere med mindst en kronisk sygdom oftere får ambulans behandling, hvis de har både en samboende partner og voksne børn, sammenlignet med dem, der slet ingen pårørende har, og de sidstnævnte har derfor større sygdomsrisiko og højere sandsynlighed for at blive indlagt og belaste sundhedsvæsenet (Altinget 2023). Med de kendte tal for antallet af enlige ældre kvinder, respektive ældre mænd, må man formode, at de ældre kvinder er i langt større risiko for ringere helbred end de ældre mænd, fordi en større andel af kvinder er enlige og aleneboende. Vi ved, at ældre kvinders selvvalgte helbred er ringere end jævnaldrende mænds (Sundhedsstyrelsen 2022; Pisinger et al. 2024) men savner mere viden om dette. For en mindre gruppe af mænd er skilsmisse en risikofaktor for selvmord (Jørgensen 2018), og for ældre kvinder er det at bo alene en stærk risiko for ensomhed, som stiger med alderen (Kristensen et al. 2019). Det er fremgået tidligere, at de interviewede i denne undersøgelse generelt tilhører en mere ressourcestærk gruppe af fraskilte, og derfor kan materialet næppe bekræfte disse dystre tal, men der indgår især blandt mændene nogle personer, som er blevet særligt udsatte ved at blive smidt ud fra deres hjem af deres ekspartner, og nogle fraskilte mænd fra skyggefortællingerne er særligt udsatte for sygdom og ensomhed.

Med forventningen om ressourcer fra en pårørendebank er kønsaspektet især relevant. Her drejer det sig både om spørgsmålet om at have behov for og at give hjælp. Kvinder yder i almindelighed i højere grad end mænd omsorg til andre som pårørende (Fischer et al. 2024; Johansen et al. 2024). Den nordiske, universalistiske velfærdsstat er af samfundsforskere blevet kaldt "kvindevenlig", fordi statslige institutioner har haft til formål at frigøre kvinder til arbejdsmarkedet fra samfundsnødvendige arbejdsopgaver som reproduktion, pleje og omsorg (Borchorst og Siim, 2008; Goul Andersen 2007). Denne tankegang og sprogbrug viser, at omsorgsarbejde i almindelighed traditionelt har været knyttet til kvindekønnet, og den traditionelle kønsopfattelse med en kulturelt kønnet

omsorgsnorm præger tilsyneladende stadig familier, kvinder og mænd, skønt kvinders arbejdskraft samtidig er ønsket på arbejdsmarkedet. Baseret på ældredatabasen, som medtager personer fra 52 år og opefter i forskellige kohorter, har VIVE nemlig vist, at 24% af kvinderne svarer, at de hjælper deres ægtefælle med personlig pleje dagligt, mens 12% af mændene svarer ja til det samme spørgsmål (Siren og Larsen 2019). Gælder det hjælp til praktiske ting, svarer 49% af kvinderne, at de hjælper ægtefællen dagligt, mens 55% af mændene svarer ja til dette spørgsmål. Vi ved allerede, at flere ældre mænd end ældre kvinder er gift, og derfor har mænd generelt større sandsynlighed for at få hjælp fra ægtefælle længere op gennem livet, end kvinder har, mens kvinder har større sandsynlighed for at give mere hjælp end de får, relateret til antallet af enlige og andelen af dem, der hjælper.

Hvis man ser på de voksne børn til plejekrævende forældre, træder også her kvindernes belastningsgrad frem, idet flere døtre end sønner påvirkes mentalt og fysisk af deres rolle som pårørende (Hansen og Veliovits 2024). Et svensk studie har vist, at voksne børn var glade for deres forældres "re-partnering", fordi de opfattede det som en lettelse af omsorgsbyrden, at deres forælder havde en ny partner (Bildtgaard og Öberg 2019).

Hvis der stilles høje krav til pårørendebanken, som Ældrereformen lægger op til (Regeringen 2024), kan dette i højere grad ramme de kvinder, der i forvejen forsøger at yde omsorg på grund af den kulturelle rolle som omsorgsgiver, som kvinder har i samfundet, og som de selv ofte tager på sig. Det kan medføre belastning af den pårørende (kvinde), eller det kan medføre en skilsmisse, som tilfældet er blandt flere af de interviewede i denne undersøgelse, hvor både mænd og kvinder har forladt hinanden pga. sygdom eller for stor belastning ved sygdom. Historien om de to kvinder Helle og Lilly viser, at det kan være meget vanskeligt for visse kvinder at vikle sig ud af den omsorgsrolle, som er kulturelt defineret og internaliseret i dem.

Skyggehistorierne om deres fraskilte mænd viser til gengæld, at velfærdsstaten ikke altid er i stand til at opspore og dække behov hos svækkede ældre mennesker.

Disse faktorer tilsammen viser, at der er behov for langt mere viden om pårørendebanken, som regeringen efterspørger (Regeringen 2024), relateret til forandrede familieformer, køn og ressourcer.

8. Konklusion

Grå skilsmisser er et fænomen i stigning i de vestlige lande. I denne undersøgelse defineres grå skilsmisse som en skilsmisse blandt personer over 55 år, mens forskellige statistiske undersøgelser i baggrundsmaterialet tager udgangspunkt i lidt forskellige aldersdefinitioner. Undersøgelsen baserer sig på 18 interviews med syv mænd og elleve kvinder i alderen 62 - 82 år på interviewtidspunktet. Alle undtagen en har været samlevende i mindst 15 år med en partner, og skilsmissen er på interviewtidspunktet sket for 1- 11 år siden. Syv af de interviewede har kun været gift en gang, mens resten har været gift eller samboende flere gange. De fraskilte er rekrutteret fra hele Danmark, og de fleste bor i urbane områder.

De frembragte konklusioner skal ses i lyset af, at de interviewede hovedsageligt repræsenterer mennesker med en vis ressourcekapital. Fraskilte mennesker i senlivet kan være i risiko for fattigdom, boligproblemer, sygdom, ensomhed eller andre sociale problemer og måske misbrug. Nogle af de interviewede har forskellige lidelser, nogle har en lille indtægt, bor i billig bolig, er tidligere misbrugere eller tidligere hjemløse - sidstnævnte på grund af deres skilsmisse - men alle klarer sig selv på rimelig vis på interviewtidspunktet, og en lille håndfuld af dem har ret gode økonomiske forhold. Disse mennesker har haft overskud til at deltage i et tre timer langt interview og til at indvie et fremmed menneske i deres livshistorie, som ofte rummer smertelige erindringer om det skete. En stor del af dem er i efterrationaliseringens lys meget glade for, at de blev skilt og har fået sig et liv, de er godt tilfredse med.

Resultaterne skal derfor læses som en krusning i en vandoverflade af mulige problemer, der i højere grad kan tilflyde mindre ressourcestærke mennesker end dem, der er repræsenteret her. Der indgår i materialet en lille indsigt i mere udsatte liv blandt fraskilte, som fremkommer ved hjælp af såkaldte "skyggefortællinger". Skyggefortællinger udgør indirekte fortællinger om de eks partnere, som de interviewede er blevet skilt fra. Nogle af dem har fået det meget svært efter skilsmissen, men vi hører kun om dem på anden hånd,

så informationerne er ikke tilstrækkelige til at få fuld indsigt i mere udsatte menneskers skilsmisse.

Undersøgelsen peger på tre primære årsager til den stigende tendens til grå skilsmisser:

1. "Nu er det nok" er en meget udbredt årsag til skilsmisserne. En eller begge partnere er trætte af hinanden og samlivet og ønsker enten at leve et frit og uafhængigt liv eller at prøve noget nyt.
2. De fraskilte har mere appetit på livet til sex eller nye oplevelser. De eller deres eks partnere har søgt nye partnere for at udleve denne lyst. Der er flest mænd i denne kategori, men der er også kvinder.
3. Sygdom kan foranledige en partner til at søge skilsmisse, enten fordi pleje og pasning bliver for byrdefuldt, eller fordi partneren udvikler vanskelige personlighedstræk.

Disse tre årsager skal alle ses som effekter af tre større samfundsmæssige udviklinger:

- A. Forlænget middellevetid med bedre helbred i længere tid medfører en større, individuel forventning til aktive udfoldelser og oplevelser i den tredje alder, og her kan et anstrengende eller krævende parforhold stå i vejen for dette.
- B. Serielt monogami har medført, at skilsmisse ikke længere betragtes som skamfuldt, men normalt. Det betyder også, at mange mennesker har levet et helt liv med serielt monogami, og at partnerskifte er blevet en del af et forventeligt livsløb. Dette påvirker beslutninger om skilsmisse, og det medfører også, at familier ofte er mere sammensatte af biologiske og halvbiologiske børn, forældre og bedsteforældre, hvilket kan afstedkomme flere konflikter partnerne imellem. Samtidig kan nye partnerskaber blandt fraskilte ældre mennesker opleves som en lettelse for de voksne børn, hvis ansvar derved aflastes.
- C. En øget individualisme, hvor det senmodene og reflekterede menneske søger selvrealisering for at finde et nyt og bedre liv. Med kvinders økonomiske selvstændighed i nyere historie gælder dette begge køn.

Konsekvenser af grå skilsmisse fordeler sig i tre kategorier; personligt/eksistentielt, familiemæssigt/socialt samt samfundsmæssigt.

Personligt og eksistentielt kan en skilsmisse være et voldsomt skælv, der kan påvirke økonomi, boligsituation, fysisk og mental helbredstilstand samt ensomhed eller eksistentiel frygt for at blive forladt. Økonomien forringes for hovedparten, når hjemmet deles ifm. skilsmisse, ligesom de fleste skifter bolig. Til forskel fra yngre fraskilte har de ældre ikke et langt arbejdsliv foran sig til at opbygge et nyt liv med etablering af bolig og nye rammer for en tilværelse. Det at bo alene rummer statistisk set højere risiko for fattigdom, sygdom og ensomhed sammenlignet med dem, der er samlevende.

Et ægteskab, som har varet i mange år, rummer mange vaner og rutiner, som sidder i kroppen og kan tage lang tid at afvænne efter en skilsmisse. Blandt nogle af dem, der selv er gået, kan der være dårlig samvittighed over at efterlade ekspartneren i en dårlig tilstand, og nogle af de fraskilte kvinder fortsætter derfor med at hjælpe en syg ekspartner, de i udgangspunktet ikke længere kunne holde ud at være sammen med.

De fleste fraskilte i denne undersøgelse er dog efter en kortere eller længere periode lettet over deres nye tilværelse med et nyt og bedre liv, nye muligheder og interesser, som flugter med det senmoderne ideal om et selvstændigt og uafhængigt individ. Dette mål kan indgå som en del af strategierne til at komme over en grå skilsmisse.

Familiemæssigt og socialt kan en skilsmisse sende ringe ud i større, sociale cirkler. Familier og venskaber kan blive brudt op, hvilket for nogle fraskilte er et stort tab, og for andre en lettelse eller ligegyldigt. Det drejer sig her især om svigerrelationer og ikke-biologiske sammenhænge. Der er dog også eksempler på kriser i forhold til egne voksne børn ved skilsmisser, fordi familien bliver splittet op, eller fordi alliancer og relationer ændrer sig, hvilket kan være til stor sorg for de fraskilte parter. Også nabofællesskaber og vennerelationer kan opløses ifm. skilsmisse, mens nogle fraskilte får støtte fra nye eller gamle venner.

Grå skilsmisse kan i visse tilfælde involvere mennesker i deres 4. alder; dvs. som er svækkede, syge og har brug for hjælp. Ved en skilsmisse forsvinder en mulig, støttende partner, og andre aktører må træde til. Derfor kan grå skilsmisse i udgangspunktet komme til at lægge mere pres på voksne børn som pårørende.

Strategier blandt de fraskilte til at komme igennem en skilsmisse er dels at lede efter nyt arbejde, nye partnere, nye fællesskaber, flytte til nye områder og involvere sig i fællesskaber der; det kan være nye såvel som gamle og måske glemte fællesskaber.

Samfundsmæssigt kræver grå skilsmisse som et nyt og voksende fænomen øget opmærksomhed. For det første opstår der for mange af de fraskilte en umiddelbar krise i forbindelse med skilsmissen, og dette kan vedrøre bolig, økonomi, sundhed, ensomhed og sociale relationer; ikke mindst familieliv. På længere sigt ser det ud til, at de fleste fraskilte kommer over deres krise, mens en mindre andel får det værre, men fakta på dette område er ukendt. Det at bo alene er allerede en kendt risikofaktor for udsathed ift. økonomi, sundhed og ensomhed. Grå skilsmisser aktualiserer spørgsmålet om pårørendebanken; hvem der kan påtage sig ansvar for pleje og omsorg af sårbare og svækkede mennesker i den 4. alder.

Med velfærdsstatens stigende efterspørgsel efter pårørende er det derfor vigtigt at have samfundsmæssig opmærksomhed på især tre ting:

1. Med det øgede antal af skilsmisser gennem hele livsløbet vil sandsynligheden for partnerskaber, der kan levere nær omsorg, blive mindre fremover.
2. Den øgede forventning til en pårørendebank fra det offentlige kan medføre, at nogle ægtepar slider sig ned, og at skilsmisse bliver en udvej for at slippe for en ubærlig omsorgsbyrde. Dette kan forventes at blive mere udbredt i fremtiden med den større individualisme og trang til at realisere egen 3. alder samt i kraft af erfaring med serielt monogami.
3. En gruppe af efterladte fraskilte vil ikke være i stand til at tage tilstrækkeligt vare på sig selv. De er mere udsat for fattigdom, sygdom og ensomhed, og får sværere ved at klare en hverdag uden hjælp, end tilfældet var, da de var samboende.

For de raske og ressourcerige fraskilte, som føler sig frisat og mere uafhængige efter en skilsmisse, kan der derimod forventes større aktiv deltagelse på arbejdsmarkedet og i frivillige sammenhænge. En af de observerede strategier til at komme videre i livet efter en skilsmisse er netop arbejde, frivilligt arbejde og nye meningsfulde fællesskaber. Denne gruppe kan levere vigtige ressourcer til samfundet, men det er vigtigt, at der er mulighed for at få støtte i den første tid og måske år efter den grå skilsmisse.

9. Referencer

Altinget (12. oktober 2023). *KL vil have pårørende til at hjælpe mere til i behandlingen af kronisk syge*. <https://www.altinget.dk/sundhed/artikel/kl-vil-have-paaroeerende-til-at-hjaelpe-mere-til-i-behandlingen-af-kronisk-syge>

Amilon, A. og Christensen, M.L. (2023). *Ældre og sorg. En analyse på baggrund af Ældredatabasen 2017* VIVE.

Andersen, L.S., Topholm, E.H-E. og Sparre, S.L. (2023). *Uformel omsorg til hjemmeboende ældre – Et afgrænset kvalitativt litteraturstudie*. VIVE, 2023.

Atchley, R.C. (1999). *Continuity and Adaptation in Aging. Creating Positive Experiences*. Baltimore, Maryland, John Hopkins University Press.

Benjaminsen, L., Grønfeldt, S.T., Bom, L.H., Fynbo, L. & Schmidt, A (2018). *Hjemløshed blandt kvinder i Danmark. En kvalitativ interviewundersøgelse*. VIVE.

Bildtgård, T. & Öberg, P. (2019). *Intimacy and Ageing. New relationships in later life*. Bristol, Policy Press.

Borchorst, A., & Siim, B. (2008). Woman-friendly policies and state feminism: Theorizing Scandinavian gender equality. *Feminist theory*, 9(2), 207-224.

Bourdieu, P. (2005). *Udkast til en praksisteori*. København, Danmark: Hans Reitzels Forlag.

Brown, S.L., & Lin, I.-F., (2012). The gray divorce revolution: rising divorce among middle-aged and older adults, 1990–2010. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67(6), 731–741, doi:10.1093/geronb/gbs089. Advance Access publication October 9, 2012

Brown, S.L. & M.R. Wright (2017). Marriage, cohabitation, and divorce in later life. *Innovation in Aging* 1.2 (2017): igx015.

Cambell, T.M-L. (2024). Gæsteindlæg: *Skal din ægtefælle være din ubetalte (handicap)hjælper?* På Abelone Glahns blog: <https://abeloneglahn.dk/gaesteindlaeg-skal-din-aegtefaelle-vaere-din-ubetalte-handicaphjaelper-5347/>

Crenshaw, K. W. (2013). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. In: *The public nature of private violence* (pp. 93-118). Routledge.

Danmarks Statistik (2020). Hvem flytter, når vi flytter fra hinanden? (hentet 27.11.2024) <https://www.dst.dk/da/Statistik/nyheder-analyser-publ/Analyser/44203-hvem-flytter-naar-vi-flytter-fra-hinanden>

Danmarks Statistik (2024). Stagnering i antal skilsmisser i 2023. *Nyt fra Danmarks Statistik* 12.februar 2024. <https://www.dst.dk/da/Statistik/nyheder-analyser-publ/nyt/NytHtml?cid=48096>

Daidsen K, Carstensen S, Kriegbaum M, et al. (2022). Do partnership dissolutions and living alone affect systemic chronic inflammation? A cohort study of Danish adults. *J. Epidemiol. Community Health* 76:490–496.

Dreier, A.F. (2022) Skilsmisser er fyldt med sorg - også for de voksne børn. *Samvirke*, august.

Elder, G.H. (1994). Time, human agency and social change - perspectives on the life course. *Social Psychology Quarterly*, 57(1), 4-15.

Fischer, R.H., Aarhus, R., Johansen, M.B., Kass, E.D. og Madsen, M.H. (2024). *Hverdagslivet som pårørende. En narrativ litteraturgennemgang*. VIVE.

Giddens, A. (1992). *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*. Stanford, California, Stanford University Press.

Goul Andersen, J. (2007). Velfærdsstatens værdigrundlag og institutioner: Behov, præstation og medborgerskab som principper for velfærd. Kapitel 7. Per H. Jensen (red.): *Velfærd - dimensioner og betydninger*. Frydenlund. Pp. 157-185.

Hansen, M.B. og Veliovits, N. (2024). *Voksne børn til modtagere af hjemmehjælp*. Danmarks Statistik. Udført for Ældre Sagen

Hareven, T.K. (2000). *Families, History, and Social Change: Life-Course & Cross-Cultural Perspectives*. Westview Press, Perseus Press Books Group.

Higgs, P., & Gilleard, C. (2014). Frailty, abjection and the 'othering' of the fourth age. *Health Sociology Review*, 23(1), 10-19.

Holm, C.O. 2017. *Efter skilsmissen: Ingen hjælp til bolig hos kommunen*. Videnscentret Bolius. <https://www.bolius.dk/efter-skilsmissen-ingen-hjaelp-til-bolig-hos-kommunen-10044>. Hentet 26.11.2024

Johansen, M.B., Aarhus, R., Kass, E.D., Fischer, R.H. og Madsen, M.H. (2024). At være pårørende i Danmark. En kvalitativ analyse af pårørendes erfaringer fra et hverdagslivsperspektiv. VIVE.

Jørgensen, K.A. (2018), *Selvmondsadfærd blandt mænd i alderen 40-59 år*. Center for Selvmordsforskning.

Katz, S. (2000). Busy bodies: Activity, aging, and the management of everyday life. *Journal of aging studies*, 14(2), 135-152.

Kristeligt Dagblad (2023). Flere bliver skilt i en sen alder: Det kan rive tæppet væk under ens livsfortælling. Artikel af Thilde Thordahl Andersen d. 13.07. med tal fra Danmarks Statistik.

Kristensen, M.S., Wodschow, K., Christensen, A.I. et al. (2019). *Ensomhed og svage sociale relationer blandt ældre. Tal fra Den Nationale Sundhedsprofil 2017*. SDU: Statens Institut for Folkesundhed.

Laslett, P. (1987). The emergence of the third age. *Ageing & Society* 7(2), 133-160.

Lin, I. and Brown, S.L. (2020). Consequences of later-life divorce and widowhood for adult well-being: A call for the convalescence model. *Journal of Family Theory & Review* 12(2), 264-277. DOI: <https://doi.org/10.1111/jftr.12366>

Neugarten, B. (1974). Age Groups in American Society and the Rise of the Young-Old. In *The Annales of the American Academy of Political and Social Science*. vol 415 (1), 187-198.

Nykredit (2024). Løngab mellem mænd og kvinder udvider sig lidt. 2.oktober 2024. (Hentet 27.11.2024.) <https://www.nykredit.dk/dit-liv/formue/nyheder/2024/10/longabet-mellem-mand-og-kvinder-udvider-sig-lidt/>

Pisinger, V., Davidsen, M., et al. (2024). *Ældres sundhed og trivsel. Ældreprofilen 2023 er baseret på Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen, Den Nationale Sundhedsprofil og udvalgte registre*. Sundhedsstyrelsen

Regeringen (2024). Regeringens ældrereform handler om selvbestemmelse, tillid og lokal forankring. Social-, Bolig- og Ældreministeriet.

<https://www.regeringen.dk/nyheder/2023/regeringens-aeldrereform-handler-om-selvbestemmelse-tillid-og-lokal-forankring/>. Hentet 24.11.2024

Rockwool Fonden (2024). *Flest enlige pensionister ligger under fattigdomsgrænsen*. Vidensoverblik januar 2024

Sander, S., Strizzi, J. M., Øverup, C. S., Cipric, A., & Hald, G. M. (2020). When love hurts—mental and physical health among recently divorced Danes. *Frontiers in Psychology*, 11, 578083.

Sbarra, D.A. (2015). Divorce and health: Current trends and future directions.

Psychosomatic Medicine, 77(3): 227-236. DOI:

<https://doi.org/10.1097/PSY.000000000000168>

Schramm, S., Bramming, M., Davidsen, M. Jensen, H.A.R., Tolstrup, J. (2022).

Sygdomsbyrden i Danmark – risikofaktorer. Sundhedsstyrelsen, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Siren, A. og Larsen, M.R. (2019). *Ældres familiære og sociale relationer – Analyser på baggrund af Ældredatabasens 5. bølge*. VIVE

Strizzi, J. M., Sander, S., Ciprić, A., & Hald, G. M. (2019). I Had Not Seen Star Wars and Other Motives for Divorce in Denmark. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 57–66.

<https://doi.org/10.1080/0092623X.2019.1641871>

Sundhedsstyrelsen (2019). Ældres sundhed og trivsel. *Ældreprofilen 2019 er baseret på sundheds- og sygelighedsundersøgelserne, de nationale sundhedsprofiler og udvalgte registre.*

Sundhedsstyrelsen 2022. *Danskernes Sundhed. Den nationale sundhedsprofil 2021. Sundhed for alle.*

Tosi, M. and van den Broek, T. (2020). Gray divorce and mental health in the United Kingdom. *Social Science and Medicine*, 256: 113030. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113030>

Vallgård, K. (2020). *Skilsmisser*. Aarhus Universitetsforlag.

Zulkarnain, A. and Korenman, S. (2019). Divorce and health in middle and older ages. *Review of Economics of the Household* 17(4), 1081-1106. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11150-018-9435-z>

Ældre Sagen (2023). ALDERENS MANGFOLDIGHED. Fremtidsstudiet 2021: Et studie af livet, forventninger og ønsker til fremtiden blandt danskere mellem 50 og 89 år.

Ældre Sagen (2024). *Pårørende bliver mere og mere pressede. Analyse.*
<https://www.aeldresagen.dk/maerkesager-og-resultater/viden-og-tal/analyser-og-undersoegelser/2024-voksne-boern-til-modtagere-af-hjemmehjaelp>