

Pressemappe: Agrar-PR

21.03.2023 | 11:43:00 | ID: 35839 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

### **Babyboomer: Frauen setzen sich jetzt besser durch**

*Was verändert sich in der Lebensmitte? Zum Beispiel das bislang gelebte Geschlechtsrollenverständnis, sagt Entwicklungspsychologin Perrig-Chiello*

Es ist eine Frage, die viele Babyboomer, also die Vertreter der geburtenstarken Jahrgänge zwischen 1962 und 1972, beschäftigt: Was habe ich erreicht, wo stehe ich? "In dieser Phase bewerten wir neu, was in unserem Leben wichtig ist", sagt Entwicklungspsychologin Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello von der Universität Bern im Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau".

Babyboomer: das Leben neu ausrichten

Korrekturen lohnen sich in diesem Alter, betont Perrig-Chiello: "Immerhin haben wir im Durchschnitt noch 30 bis 35 Lebensjahre vor uns." Ihre Forschungsarbeiten hätten gezeigt, so die Entwicklungspsychologin, dass Menschen in der ersten Lebenshälfte viele Kompromisse eingegangen sind, um sich beruflich, familiär, gesellschaftlich zu positionieren. "Spätestens in der Lebensmitte zwingt sich dann eine Neudefinition des Lebenssinnes und der Lebensziele auf: Wo bin ich geblieben, was waren meine Träume, was kann ich noch realisieren?" Viele Babyboomer sehen nun eine Chance, Korrekturen anzubringen oder ihr Leben neu auszurichten. "Dazu bieten sich heute weit mehr Möglichkeiten als noch vor einigen Jahrzehnten", so Perrig-Chiello.

Zudem verändert sich zumeist auch das Geschlechtsrollenverständnis - das schenkt neue Freiheit. Die Veränderung hängt mit dem hormonellen Wandel zusammen, wie Perrig-Chiello erklärt: "Bei Frauen sinkt das Fürsorgehormon Östrogen stark ab, und das Männlichkeitshormon Testosteron kommt zum Tragen. Bei Männern wiederum sinkt das Testosteron langsam und macht zunehmend dem Östrogen Platz."

Breiteres Spektrum an Bewältigungsstrategien

Dieser hormonelle Wandel relativiert das bislang gelebte Geschlechtsrollenverständnis, hat die Professorin Perrig-Chiello beobachtet: "Viele Frauen leben nun vermehrt ihre kantigen Seiten aus, sind durchsetzungsstärker. Männer entdecken ihre fürsorglichen und sozialen Seiten." Bei beiden Geschlechtern erweitere sich das Spektrum der Bewältigungsstrategien, das sowohl traditionell als männlich beziehungsweise weiblich bezeichnete Elemente umfasse. "Jene, die dieses breite Spektrum nutzen, haben die besten Karten für ein gutes Altern", so Pasqualina Perrig-Chiello.

Diese Meldung ist nur mit Quellenangabe zur Veröffentlichung frei. Das Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau" 3B/2023 ist aktuell in den meisten Apotheken erhältlich. Viele weitere interessante Gesundheits-News gibt es unter <https://www.apotheken-umschau.de> sowie auf Facebook, Instagram, Twitter und YouTube.

Pressekontakt:

Julie von Wangenheim, Leitung Unternehmenskommunikation

Katharina Neff-Neudert, PR-Manager

Tel.: 089/744 33-360

E-Mail: [presse@wubv.de](mailto:presse@wubv.de)

[www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

<https://www.linkedin.com/company/wort-&-bild-verlag/>

[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: [redaktion@agrar-presseportal.de](mailto:redaktion@agrar-presseportal.de) Web: [www.agrar-presseportal.de](http://www.agrar-presseportal.de) >>> [Pressefach](#)