

Erschreckende Studie: Mit 40 glauben vielen Frauen: Das wahre Leben ist vorbei

Eine Studie von Stern-Online bringt es auf den Punkt: Es gibt nicht mehr unendlich viele Möglichkeiten, manch eine Chance ist verpasst, und irgendwann wird das Leben vorbei sein. (Zitat)

Auch wenn der Begriff Midlife-Crisis oft belächelt wird – Wissenschaftler haben in weltweiten Studien herausgefunden, dass für die meisten Menschen das Lebensalter zwischen 40 und 55 ein großer Einschnitt bedeutet. Während die Männer sich in dieser Zeit oft einer jüngeren Partnerin zuwenden, zweifeln viele Frauen an ihrem Wert und ziehen sich in sich zurück.

Und es wird noch schlimmer

Aktuelle Zahlen zeigen, Jugend, Schönheit und Schlankheit sind die Ideale, mit denen sich besonders die Frauen in unserer westlichen Welt auf eine geradezu aggressive Art konfrontiert sehen. So kommt es, dass in der Mitte des Lebens die Unzufriedenheit bei vielen Frauen deutlich ansteigt. Die Ökonomen David Blanchflower und Andrew Oswald, untersuchten Datensätze zur Lebenszufriedenheit von mehr als einer Million Personen aus über 70 Ländern. Sie kamen zu dem erschreckenden Ergebnis: Mit Mitte 30 beginnen die Menschen stetig unzufriedener zu

werden, ab 40 steuern sie auf die Talsohle zu. Die Psychologin und Bestsellerautorin Julia Onken sagt dazu:

„Wenn Frauen älter werden, müssen sie sich nochmals auf Entwertungen gefasst machen.“

Viele von Ihnen stellen fest, dass sie in Bezug auf Familie und Beruf nicht mehr endlos viele Chancen haben, dass ihr Körper altert – und zudem auch älter aussieht – und dass das Leben über kurz oder lang sogar vorbei sein könnte. Das stürzt nicht wenige in eine tiefe Sinnkrise.

Der Grund, warum es so nicht mehr weitergeht

Zu den körperlichen Veränderungen kommen auch noch seelische Probleme: Gereiztheit, Wut, Unzufriedenheit, Trauer, innere Leere und Angst vor der Zukunft können das eigene Lebensgefühl stark beeinträchtigen.

Statt sich nur zu fragen: was habe ich erreicht, ist es lohnender, sich Gedanken über ein

anderes Thema zu machen.

Wo will ich noch hin? - ist eine Frage gerade in der Lebensmitte mehr als nur Sinn macht!

Gute Neuigkeiten: Es gibt immer noch extrem gut funktionierende Strategien

Das beste Alter beginnt jetzt! Statt in ein unerfreuliches Muster des Bedauerns über verpassten Chancen und vertane Möglichkeiten zu rutschen, lohnt es sich gerade jetzt sein Leben noch einmal fest in die eigenen Hände zu nehmen.

Es gibt einige Alternativlösungen, die, wenn man sie richtig anwendet jeder Frau zu neuem Schwung und Selbstbewusstsein verhelfen und noch ungeahnte Perspektiven eröffnen.

Weitere Informationen, wie Sie Ihr Leben wieder in die eigenen Hände nehmen können erhalten Sie direkt auf den Blogseiten von

junggenug.wordpress.com.

Bestellen Sie gleich den kostenlosen Newsletter und glauben Sie daran, dass das Leben noch einiges für Sie bereit hält..