

# Die Krise in der Mitte des Lebens

## Der Sachroman „Die zweite Halbzeit des Lebens“ von Jochen Bethge behandelt den Umgang mit Midlife-Crisis und Wechseljahren

**Wie lässt sich der fragile Übergang in die zweite Lebensphase gestalten? Dieser Frage geht der Autor Jochen Bethge in seinem Roman nach. Sein Buch „Die zweite Halbzeit des Lebens“ ist seit August 2022 im Buchhandel erhältlich. Bethge gibt anschauliche Tipps, wie sich die herausfordernden Gefühle bewältigen lassen.**

Die Protagonisten des Buches sind Christian und Stephanie. Das in Hamburg lebende Ehepaar befindet sich in der wohl sensibelsten Phase des Erwachsenenlebens. Zu den Problemen des Paares gehören Mobbing am Arbeitsplatz sowie Schwierigkeiten mit den erwachsenen Kindern. Falsche finanzielle Entscheidungen und ein Fahrradunfall fordern Christian heraus. Als dann seine Ehe mit Stephanie zu wanken beginnt, sind beide gezwungen sich ihren Problemen zu stellen. Gespräche und angenommene Hilfe bringen Christian und Stephanie dazu, die sich anbahnenden Krisen zu bewältigen. Bethge flicht in die fiktive Geschichte der beiden immer wieder praktische Tipps ein, die Anregungen zum Umgang geben. Der Ratgeber in Geschichtenform richtet sich vorrangig an Frauen und Männer zwischen 35 und 50 Jahren aus dem Businessbereich, die mehr über die Auswirkungen auf die berufliche Tätigkeit erfahren möchten.

Auf die Frage nach seiner Schreibmotivation antwortet Autor Jochen Bethge:

„Mittelbar setze ich in dem Buch Komponenten ein, die mein eigenes Leben betreffen und von denen ich sicher bin, dass sie auch andere Menschen interessieren. Ich möchte anderen Hilfestellung geben, da ich selbst weiß, wie schwierig der Übergang in diese zweite Lebensphase sein kann. Mich haben an diesem höchst kreativen Schreibprozess vor allem die Recherche zu Orten und Personen sowie die Verknüpfung von Fachwissen und Fiktion fasziniert. Ich hätte in dieser Zeit nichts lieber getan, als ein Buch zu schreiben.“

Die Begeisterung für das Schreiben merkt man dem Buch an. Mit Witz und viel Energie beschreibt der Autor Szenen aus dem Leben, in denen die Lebenserfahrung spürbar ist. Der Folgeband über die Rentenphase der Protagonisten ist bereits in Arbeit.

Verfügbar ist der Sachroman im Buchhandel unter der ISBN 978-3-7543-1239-1.

### Kontakt

Jochen Bethge, [jochen@jochenbethge.com](mailto:jochen@jochenbethge.com)