

**Zeitschrift:** Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen  
**Herausgeber:** Emanzipation  
**Band:** 4 (1978)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Geh - bevor du dich kaputt machst! : geschieden - aufgeblüht...  
**Autor:** Sennhauser, Karin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-358913>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Geh-bevor du dich kaputt machst!

## Geschieden - aufgeblüht ...

Vor sieben Jahren hat sie ihn geheiratet. Voller Erwartung und Träume von der bevorstehenden, glücklichen Ehe. Sie war hübsch, munter und – sehr verliebt. Nach jahrelangen Qualen, erheblicher Gewichtszunahme, ständig wachsender Verslossenheit, mehreren Aufenthalten in psychiatrischen Kliniken und schlussendlich einem Selbstmordversuch wurde sie in diesem Frühling geschieden. Zwölf Kilo leichter hat sie jetzt von Vorne angefangen, hat eine neue Stelle und kommt einem strahlend entgegen, wenn man sie trifft. Sie ist aber immer noch nicht und wird wahrscheinlich lange noch nicht von ihrer Männerangst befreit. Dazu hat die schlechte Beziehung zu ihrem Mann zu tiefe Spuren hinterlassen. Dadurch dass sie ihre Geschichte erzählt, möchte sie anderen Frauen in ähnlichen Situationen zeigen, dass es etwas nützt, wegzugehen – dass man, wenn man will, auch ein neues Leben anfangen kann.

### ER SCHLUG MICH

„Meine Eltern waren dagegen, dass ich ihn heirate. Aber ich liebte ihn, so wie ich ihn auf eine Weise auch noch heute – trotz allem – liebe, und wollte ihn unbedingt haben. Wir heirateten und es dauerte nicht lange, bis ich entdeckte, wir er wirklich war. Er war zwei Personen in einer – nicht krankhaft, überhaupt nicht – aber hatte ein Gesicht nach aussen und eins gegenüber mir. Wenn wir mit anderen Leuten zusammen waren, war er wahnsinnig lieb und nett, und alle hatten ihn sehr gern. Zu Hause dagegen konnte er fast nur schimpfen und befehlen... nicht selten schlug er mich auch! Ich sagte niemandem etwas davon – wollte ja das Bild von der glücklichen Ehe bewahren und hoffte natürlich immer, dass es nur vorübergehend sei. Dazu kam, dass ich in einer sehr religiösen Familie aufgewachsen bin – ich bin auch selber gläubig – und eine Scheidung würde für mich eine Katastrophe bedeuten. Dass das Bleiben noch katastrophaler war, wurde mir erst bewusst, als es fast zu spät war...

### ER WAR EIFERSÜCHTIG

Ich hatte mit der Krankenschwesterausbildung angefangen, aber mein Mann wollte, dass ich damit aufhöre. Er war sehr eifersüchtig auf alles, was ich unternahm und versuchte mich von allem weg zu halten. Laut dem Schweizerischen Zivilgesetzbuch kann der Mann ja bestimmen, ob die Frau arbeiten gehen darf oder nicht, und ich – damals etwas naiver als heute – wagte mich nicht zu wehren. Er hätte mich noch schlimmer geschlagen. Ich wurde langsam krank – psychisch war ich nicht mehr dieselbe – musste ja mit allen meinen Problemen alleine fertig werden! Ich wurde in eine psychiatrische Klinik eingeliefert – mehrmals – aber ohne Erfolg. Ich war verkrampft, konnte mich nicht öffnen. Und meine Situation verbesserte sich natürlich auch nicht dadurch, dass ich von zu vielen Tabletten und Trostspeisen fast sechs Nummern zugenommen hatte.

### ER KONTROLLIERTE ALLES

Ein Arzt hat mir empfohlen, arbeiten zu gehen, und so arbeitete ich eine Zeit lang als Betreuerin in einem Heim für Körperbehinderte. Die Arbeit gefiel mir sehr, aber ich musste wieder ins Spital. Am Arbeitsplatz wurde ich sehr gut behandelt: Nach mehreren Monaten Krankheit wurde ich wieder angestellt – dieses Mal in der Ergotherapie – auch weil ich den Wunsch ge-

äussert hatte, etwas Kreatives zu machen. Dann wurde mein Mann arbeitslos – und die Hölle ging los. Er wollte wieder mal nicht, dass ich arbeite, aber sah doch auch ein, dass einer von uns Geld verdienen müsse. Er kontrollierte genau, wieviele Minuten ich z.B. mit Einkaufen verbrachte. Und verbot mir natürlich jeglichen Umgang mit anderen Leuten!

Eine Kollegin, mit welcher ich den Verhältnissen entsprechend einen guten Kontakt pflegte, fragte mich eines Tages, was eigentlich mit mir los sei, und langsam aber sicher begann ich, aus mir herauszukommen. Der Gedanke, mich scheiden zu lassen, wurde plötzlich eine reale Möglichkeit für mich. In der psychiatrischen Poliklinik in Bern, wo ich vorher war, hat man mir auch diesen Rat gegeben. Ich hatte meinem Mann oft damit gedroht, ohne es aber wirklich zu wollen. Jedes Mal wurde er ganz lieb zu mir und sagte, dass er mich nicht entbehren könne. Und es ist ja tatsächlich nicht einfach wegzugehen...



„Jetzt kann ich wieder lachen!“

„BRING MICH NUR UM!“

Dann kam der Höhepunkt seiner Bosheit. Ich habe eine Vase auf den Fussboden fallen lassen – eine kleine Scherbe ist abgebrochen – und er hat sich masslos aufgeregt. Diese Vase habe er immer besonders gern gehabt. Er nahm sie, warf sie gegen die Wand und rief dabei, dass ich ja sowieso alles kaputt mache. Dann entschloss ich mich!

Ich wollte weggehen, aber er nahm die Schlüssel und versperrte mir den Weg. Mein erster Gedanke war, aus dem Fenster zu springen, aber bevor ich so weit war, hatte er mich auf den Fussboden geschleudert, so dass ich mit dem Kopf gegen das Bett zu liegen kam. Er wollte plötzlich mit mir schlafen – ich natürlich nicht! Dann ergriff er meinen Hals und presste zu. In dem Moment war mir alles egal, und ich rief, er solle mich nur umbringen. Dann fing er an zu weinen, und ich konnte ihm die Schlüssel wegschnappen. Aber bevor ich aus der Tür war – noch nicht angezogen – schlug er mich ins Gesicht, so dass mir zwei Zähne herausfielen... Ich rannte zum Nachbarn und er half mir, in die Klinik zu gehen, wo ich mich am sichersten fühlte. Übrigens, als der Nachbar meine Kleider holen ging, empfing mein Mann ihn ganz herzlich und teilte mit, dass er von nichts wisse.

### DER SELBSTMORDVERSUCH

Dann begann die ganze Sache zu laufen. Ich reichte die Scheidung ein und mietete ein Zimmer. Die Einsamkeit und die bevorstehenden Probleme überwältigten mich aber, und ich versuchte, Selbstmord zu begehen. 10 Minuten bevor es zu spät gewesen wäre, fand man mich, und nach drei Tagen tiefer Bewusstlosigkeit wachte ich wieder auf. Damals wäre ich gerne gestorben, heute bin ich froh, dass ich gerettet wurde.

Bei der Scheidung wurde mir zwar kein Rappen zugesprochen. Mein Mann wurde als armengünstig bezeichnet, und ich wollte nicht auf dem Geld beharren, sondern so schnell wie möglich frei werden...

Meine Eltern haben mir sehr geholfen – vor allem in der ersten schweren Zeit, als ich ständig weinte. Aber auch heute stehen sie zu mir: Ich habe eine Wohnung in ihrem Haus günstig mieten können, sie haben mir ein Auto geschenkt, und ich bin jetzt daran, den Führerschein zu erwerben. Auch das hatte ich damals aufgeben müssen.

Einer anderen Frau aus ärmeren Verhältnissen wäre es vielleicht nicht so gut gegangen, dessen bin ich mir völlig bewusst.

Ich habe jetzt eine gute Arbeit in einem Heim für Waisenkinder und habe das Gefühl, dass man mich wieder braucht. Ich kann jetzt wieder lachen, muss nicht stets aufpassen, was ich tu und lasse. Ich bin langsam daran, wieder selbstsicher zu werden. Nochmals heiraten? Also ehrlich, ich glaube nie!“

(Aufgezeichnet von Karin Sennhauser)