

**Zeitschrift:** Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen  
**Herausgeber:** Emanzipation  
**Band:** 5 (1979)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Erlebnisbericht : Mann-Frau-Beziehung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-359102>

### **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:** 12.02.2026

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

## ERLEBNISBERICHT

# Mann - Frau - Beziehung



## Sind heterosexuelle Beziehungen überhaupt lebensfähig?

Ich erhebe nicht den Anspruch auf Allgemeingültigkeit, denn ich kann nur aus meinen eigenen Erfahrungen berichten:

Ich pflege seit rund 4 1/2 Jahren eine 2er-Beziehung mit einem um ein Jahr älteren Mann. Es gab die üblichen Auf und Ab's (mehr Ab's?). Ich war anfänglich total verschossen in „meinen Freund“, war er doch sehr intelligent, aktiv in Musik und Sport und konnte meine Bedürfnisse nach Geborgenheit und Zärtlichkeit befriedigen. Unglücklicherweise schaute ich sehr an ihm empor, nahm teil an seinen Aktivitäten (denn ich hatte selbst ja keine) und bereicherte so sein und mein Leben. Sein Freundeskreis wurde immer mehr auch zu meinem (bestand vor allem aus anderen Jungs, nur vereinzelt Mädchen). Zusammen in dieser Gruppe beneidete ich immer seine Fähigkeiten zur Spontaneität und ausgelassen, empfand ich mich selbst noch immer als zurückhaltend.

Allmählich wurde ich immer unzufriedener in unserer Beziehung: Ich merkte, dass ich sehr sehr viel für unsere Beziehung tat, viel investierte, immer wieder Gemeinsamkeiten plante – und spürte, dass dies zwar dan-

kend und erfreut aufgenommen, aber selten erwidert wurde. Ja, ich lief meinem Freund nach, also was sollte er noch dazu tun, für ihn genügte das.

## Mehr Selbstvertrauen!

Durch Zufall kam ich in dieser für mich unbefriedigenden Zeit in Kontakt mit feministischer Literatur: Ich verschlang das Buch „Häutungen“ von Verena Stefan dreimal nacheinander, las mit Interesse den „Mythos des vaginalen Orgasmus“ und Alice Schwarzers „Der kleine Unterschied“.

Ich begann Diskussionen mit meinem Freund, mit unseren Bekannten. – Es war für alle ein neues Gebiet, teils beängstigend, teils faszinierend. (Endlich war auch ich bei Gesprächen einmal eine Kapazität, nicht immer nur die Jungen mit ihrer Spontaneität und ihren Sport- und Studiererlebnissen.) Ich versuchte meinem Freund zu erklären, dass ich es schön fände, von ihm mehr Emotionalität, mehr Empfindsamkeit, mehr „Liebesbeweise“ (das kann sich in Gesten, kleinen ausgetauschten Zärtlichkeiten, Blicken, Aufmerksamkeit äussern) und mehr Sinnlichkeit zu erhalten.

Da ich zu dieser Zeit jedoch noch immer stark in seinem Schatten stand (er studierte mit Erfolg, spielte in einer Musik-

band, war begeisterter Sportler – ich hatte nichts dergleichen zu bieten, war nur eine frustrierte Primarlehrerin) und das Gefühl hatte, an mir lägen vor allem die Fehler in unserer Beziehung. – Ich unterstützte sein Selbstwertgefühl weiterhin mit Liebe und Solidarität, während mein eigenes sich nur an ihm identifizierte – er zeigte ja für meine Tätigkeiten keine Bewunderung, höchstens überlegene „Niedlichkeitsgefühle“.

## Immer das gleiche Spiel!

Doch mit der Zeit durchschaute ich dies alles immer mehr, fand immer mehr Schwächen an ihm, sah, dass er emotional total unterentwickelt und sehr ehrgeizig war, erkannte seine Unsicherheit auf vielen Gebieten und spürte auch, dass er mich auf seine Art genauso stark brauchte.

Ich wollte nicht mehr sein kleines Mädchen sein, ich begann mich ein klein wenig zu emanzipieren. (Etwas, das er mir auch immer vorgehalten hatte: Werde doch selbständiger, dann bist du nicht so angewiesen auf mich – welche Arroganz!) Dieser Prozess dauerte sehr lange und ist noch nicht beendet, bei weitem nicht. Doch half es mir, mich gegen seine Überlegenheit zu wehren, meine vermeintliche Unterlegenheit zu überwinden.

Vor ein paar Monaten nun stellte ich ihm noch einmal klar meine Forderungen. Ich versuchte ihm zu zeigen, dass ich vor allem

die Gebende unserer Beziehung sei, die Werbende.

Ja, es kam soweit, dass ich unsere Beziehung beenden wollte, ich empfand unsere Charaktere so verschieden, mir fehlte zu viel an Emotionalität, seine immer noch vorhandene Überlegenheit, sein sich-vor-machen, sich-bieten-lassen nervte mich sehr.

Da, auf diese Drohung hin änderte er sein Verhalten total: Aus Angst um unsere Beziehung (oder war es nur aus Angst vor dem Alleinsein?) bemühte er sich plötzlich um mich, ich genoss dies sehr (endlich!), und blieb noch eine Zeit recht kühl. Doch ich musste mich ihm einfach zuwenden, denn so wie er sich jetzt benahm, so konnte ich mir eine Beziehung vorstellen.

Leider hielt dieses Verhalten nicht so lange wie erwartet an, und das ganze wiederholte sich nochmal! Um ein schönes Verhältnis zu meinem Freund zu haben, müsste ich fast eine stete Beziehungs-Ende-Drohungs-Situation kreieren!

Die Frage, die mich im Moment am meisten beschäftigt:

*Ist dies wieder einmal die typische Leidensgeschichte einer Mann-Frau-Beziehung?* H.