

**Zeitschrift:** Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen  
**Herausgeber:** Emanzipation  
**Band:** 5 (1979)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Gedanken zum Artikel "Mann-Frau-Beziehung" (Nr. 8) : abhängig oder selbständig  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-359150>

### **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>**

GEDANKEN ZUM ARTIKEL „MANN-FRAU-BEZIEHUNG“ (Nr. 8)

# Abhängig oder selbständig ?

Der Erlebnisbericht von H. in der letzten Emanzipation hat in mir Erinnerungen wachgerufen. Natürlich kann auch ich auf die von H. gestellte Frage keine allgemeingültige Antwort geben, sondern nur die Gedanken mitteilen, die gewachsen sind auf dem Boden meiner Erfahrungen.

„Ich unterstützte sein Selbstwertgefühl weiterhin mit Liebe und Solidarität, während mein eigenes sich nur an ihm identifizierte...“, schreibt H. Auch ich habe fünf Jahre in einer so strukturierten Beziehung gelebt. Wir studierten beide noch, als wir uns kennenlernten, waren beide aktiv in der linken Bewegung und selbstverständlich „fortschrittlich und emanzipiert“, was alles nichts daran änderte, dass wir in diese seltsame Art von Abhängigkeit gerieten, wo jeder sein Selbstwertgefühl nur durch den anderen bekam. Der Geschichte von H. und meiner eigenen könnte ich noch einige ähnliche aus meinem Bekanntenkreis hinzufügen, aber auch diejenige meiner Mutter, meiner Tanten. Alles Beziehungen, die für uns Frauen irgendwann einmal unbefriedigend, später oft deutlich entwicklungshemmend, wenn nicht gerade zerstörerisch werden. Beziehungen, die es uns Frauen immer wieder verunmöglichen, unsere eigene Identität zu entwickeln und wirklich selbständig auf eigenen Füßen im Leben zu stehen. Wir stehen im Schatten des ach so grossen Mannes.

Als ich realisierte, dass ich mit dieser Problematik nicht alleine war, stellte sich für mich auch die Frage: Was sind das für „Gesetzmässigkeiten“, die uns Frauen immer wieder in so strukturierte Beziehungen verwickeln und wieso ist es so schwierig, diese Strukturen zu überwinden?

Ich glaube, dass ein Mann und eine Frau, die eine so strukturierte Beziehung haben, an einem gemeinsamen Grundproblem leiden. (Natürlich läuft nicht jede Mann-Frau-Beziehung so o.) Beide haben, wie oben schon angedeutet, aufgrund ihrer früheren Entwicklung ein mangelndes Selbstwertgefühl. Für beide stellt sich nun aber die Frage: Wie komme ich in diesem Leben zu einem Selbstwertgefühl, das mir ermöglicht, mich wenigstens einigermaßen wohl zu fühlen? An diesem Punkt (an dem in vielen Beziehungen dieser gemeinsame Grundkonflikt so gelöst wird, wie z.B. von H. beschrieben) gilt es, nach Erklärungen zu suchen. Die folgenden Gedanken sollen ein Versuch dazu sein.

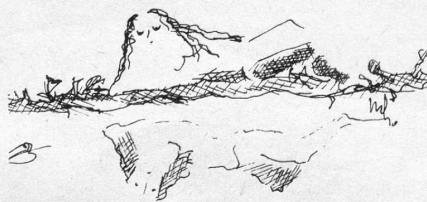
Sowohl der Mann als auch die Frau verhalten sich auch heute noch ihrer gesellschaftlichen Funktion entsprechend, wie sie es seit Jahrhunderten gelernt haben. Das heisst die Geschichte, die gesellschaftlichen Verhältnisse bestimmen selbstverständlich auch unsere Zweierbeziehungen.

In unserer Gesellschaft entwickelte der Mann sein Selbstwertgefühl seit jeher „im Öffentlichen“, die Frau „im Privaten“. Damit meine ich, dass die männliche Sozialisation von frühester Kindheit an auf das Berufsleben ausgerichtet ist. Der Leitgedanke

„heiraten“, der unseren Vätern mitgegeben wurde, durchzog auch noch die Erziehung unserer Männer. Die Verwirklichung im Beruf ermöglichte dem Manne schon immer, Anerkennung zu finden, sein Selbstwertgefühl wachsen zu lassen. – Die weibliche Sozialisation der heute 30jährigen war im wesentlichen noch immer auf Ehe und Mutterschaft ausgerichtet. „Alleine bist du nicht vollwertig, erst als Ehefrau und Mutter bist du eine richtige Frau“, waren Einstellungen, welche unsere Jungmädchenzeit prägten. Ist es da noch verwunderlich, wenn wir uns an unseren Männern identifizieren, nur im Zusammensein mit ihnen zu einem Selbstbewusstsein gelangen?

Aber eben diese Prinzipien, die noch immer massgebend die Erziehung unserer Generation beeinflussten, stehen natürlich nicht im luftleeren Raum, sondern sind einerseits die Widerspiegelung unserer gesellschaftlichen Strukturen, andererseits dienen sie dazu, dieselben zu befestigen.

Wenn nun wir Frauen beginnen, uns zu emanzipieren, d.h. selbständig werden, beginnen, unser Selbstbewusstsein nicht mehr an den Männern zu orientieren und anfangen an unsere eigene Kraft zu glauben, machen wir auch gleichzeitig einen Schritt daraufhin, diese geschilderten Abhängigkeitsverhältnisse aufzulösen. Dies ist es vielleicht auch, was H.'s Freund solche Angst macht. Er spürt nämlich deutlich, dass seine Freundin nicht nur aufhört, sich an ihm zu identifizieren, sondern auch nicht mehr bereit ist, ihn weiter zu bewundern etc., etwas, was er ja seinerseits für sein Selbstbewusstsein so dringend braucht. Ist dieser Prozess der Auflösung dieses Abhängigkeitsverhältnisses einmal in Gang gesetzt, ist er meistens nicht mehr aufzuhalten. Die nächste Frage ist dann: Wo führt diese Entwicklung hin? Meiner Meinung nach muss es in einer solchen Situation nicht unbedingt zur Trennung kommen, sondern dieser bereits eingeleitete, oft schwierige und schmerzhaft Emanzipationsprozess kann im besten Fall dahin führen, dass wir Frauen uns als autonome Persönlichkeiten in einer Beziehung wiederfinden, in der wir von unserem Partner auch als solche respektiert werden. Dahin zu gelangen, ist ein langer und mühsamer Weg. Oft müssen wir auch durch mehrere Beziehungen hindurch, nicht zuletzt deswegen, weil noch nicht alle Männer bereit sind, mit einer Frau diesen Weg zu gehen. Für die Männer bedeutet diese Entwicklung natürlich immer auch der Verlust einer dominierenden Position, der Verlust von Macht. Eine Macht allerdings, die je länger je mehr auf wackligen Füßen steht. M.



## LESERBRIEF

zum Artikel Mann-Frau-Beziehung (Nr. 8)

Die Frage: „Sind heterosexuelle Beziehungen überhaupt lebensfähig?“ sollte anders gestellt werden, und zwar: „Wie sind Beziehungen überhaupt lebensfähig?“ H. schreibt, dass der Mann sehr intelligent WAR (warum war??), aktiv in Musik und Sport und H.'s Bedürfnisse nach Geborgenheit und Zärtlichkeit befriedigen konnte. Sie beneidete ihn um seine Spontaneität und Ausgelassenheit. Nach 4 1/2 Jahren nun ist der gleiche Mann emotional total unterentwickelt und hat nun plötzlich Schwächen. Mit dieser Geschichte stimmt doch etwas nicht. Warum hat H. den Mann so völlig falsch gesehen, als sie ihn kennenlernte? Wenn H. einen Mann kennenlernt und ihn auf einen Götterthron erhebt, zu ihm emporschaut, an seinen Aktivitäten teilnimmt, sich nur noch in seinem Freundeskreis bewegt, seine Schwächen nicht sieht oder nicht sehen kann oder will, dann ist eine solche Beziehung bestimmt nicht lebensfähig, und wenn sie sich dann genervt fühlt, hat der Mann bestimmt eben solchen Grund genervt zu sein. Es ist bestimmt eine typische Leidensgeschichte einer Mann-Frau-Beziehung, nur scheint mir, dass in solchen Beziehungen nicht nur die Frau die Leidende ist. Eine entsprechende Beziehung zwischen zwei Frauen würde übrigens genauso ausgehen. Wir Frauen werden immer noch zur Anpassung und zur Anbetung der Männer erzogen und der Weg zur Emanzipation ist ganz bestimmt ein Leidensweg, auf dem wir aber mit Selbstmitleid nicht weiterkommen. Frauen und Männer müssen hier eigene Arbeit leisten. Es besteht aber gerade bei uns Frauen die Gefahr, dass wir uns einen Mann wählen, an den wir uns dann anlehnen möchten und der uns dann väterlich zur Emanzipation führen soll. Beziehungen sind bestimmt nur dann lebensfähig, wenn wir uns zu eigenständigen Wesen entwickeln und den Partner (ob Frau oder Mann) als eigenständiges Wesen respektieren.

Susanne