

**Zeitschrift:** Frauezitig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1986-1987)  
**Heft:** 18

**Artikel:** Was habt ihr mit eurer Wut getan?  
**Autor:** Schoch, Anne Margreth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054306>

#### 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:** 31.01.2026

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

# Was habt ihr mit eurer Wut getan?

## Sucht

Medikamentensucht, Sucht nach Drogen, Zustand periodischer oder chronischer, durch den wiederholten Gebrauch einer natürlichen oder synthetischen Droge hervorgerufenen Intoxikation, die dem Betroffenen und der Gemeinschaft schadet.

WHO-Definition

## Sucht

Krankheit, doch nur noch von besondern oder einer besonderen Art von Krankheiten. Bei Menschen: Schwer heilbare Krankheit (...), hitziges Fieber, Gliedersucht, Rheumatismen, vielfach nur noch in Zusammensetzungen.  
Z.B. Menstruation! Pest, Epilepsie (Fallsucht), Tuberkulose (Schwindsucht), Syphilis (venerische Sucht) etc.  
«Füle Sucht»: Schimpfwort auf eine Weibsperson.

*Schweizerdeutsches Wörterbuch Band 7, Frauenfeld 1913, Spalten 271–274*

## Sucht

Krankheit.  
Siehe siech, krank – Seuche  
– Sucht

Neuhochdeutsches Sprachgefühl verbindet Sucht irrend mit suchen, darum Sucht nach etwas.

*Friedrich Kluge, «Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache», Berlin 1970*

In meiner Erfahrung bedeutet Sucht Hunger, Gier, Unersättlichkeit. Sucht nach mehr. Mehr Nahrung, mehr Liebe, mehr Wärme, mehr Geborgenheit, mehr Aufgehoben-Sein.

Die Sucht aufzugeben und loszulassen heißt Gefühle der Enttäuschung, der Wut, des Schmerzes und der Trauer über das nie Erhaltene, Unerreichte zu ertragen. Die innere Armut und Verwahrlosung, die Verzweiflung über die Einsamkeit und Leere hinauszuschreien, hörbar zu machen.

Die traditionellen Definitionen von Sucht werden suchtmittelabhängigen Frauen nicht gerecht.

## Weibliche Sozialisation und Suchtentwicklung

Suchtentwicklung bei Frauen ist verknüpft mit ihrer Sozialisation, bei der sie den gesellschaftlichen Erwartungen angepasstes Rollenverhalten erwerben.

Sucht und Abhängigkeit in traditioneller Definition entstehen beim Versuch, mit Hilfe von Medikamenten, Alkohol, Drogen, von der Norm abweichendem Essverhalten, usw., Probleme und Konflikte zu lösen und unerträgliche physische und psychische Zustände zu lindern oder aufzuheben. Ein Versuch zur Problemlösung, der tief in den Formen der «alltäglichen Abhängigkeiten»<sup>1</sup> unserer Lebensbedingungen verwurzelt ist, was zunächst einmal für Frauen und Männer zutrifft. Durch die unterschiedlichen patriarchal bestimmten Lebensbedingungen und Anforderungen, die an Frauen und Männer gestellt werden, wirken sich jedoch die grundsätzlichen Einflüsse auf Frauen weit gravierender aus als bei Männern. Frauen sind viel tiefer in Abhängigkeiten verfangen als Männer.

Frauen werden zur Abhängigkeit erzogen. Von Anbeginn ihres Lebens wird die

Mehrzahl der Frauen genötigt, ihre Aufmerksamkeit andern zuzuwenden. Für die erwachsene Frau bedeutet das, die ihr nahestehenden Personen emotional zu versorgen und die eigenen Bedürfnisse zurückzustellen. Mit der Zeit spaltet sie ihre Bedürfnisse ab, verbirgt und verdrängt sie. In jeder Frau lebt ein «hungiges, bedürftiges, benachteiligtes und wütendes kleines Mädchen».<sup>2</sup>

«Abhängigkeit (nicht nur die Suchtmittel-abhängigkeit) ist alltägliches Erleben und Erfahren von Frauen, ist ihr Alltag. In unserem Leben herrschen «Sucht und Ordnung»! Wir wollen die Diskussion über das alltägliche Dilemma von Frauen anregen, über ihre ständige Über- und Unterforderung und das Spannungsverhältnis zwischen Anpassung und Aufbegehren.»

*Frauen und Sucht, Einleitung*

«Die alltäglichen, sogenannten normalen Bewusstseinsstrukturen und Verhaltensweisen von Frauen sind also in sich schon sozialisierte Abhängigkeitsstrukturen – und Verhaltensweisen, die durch die Suchtmittel derart verstärkt und vertieft werden, dass sie sich allmählich zu Suchtstrukturen und süchtigen Verhaltensweisen entwickeln können.»

*Frauen und Sucht (S. 16)*

## Soziale Funktion und Folgeerscheinungen

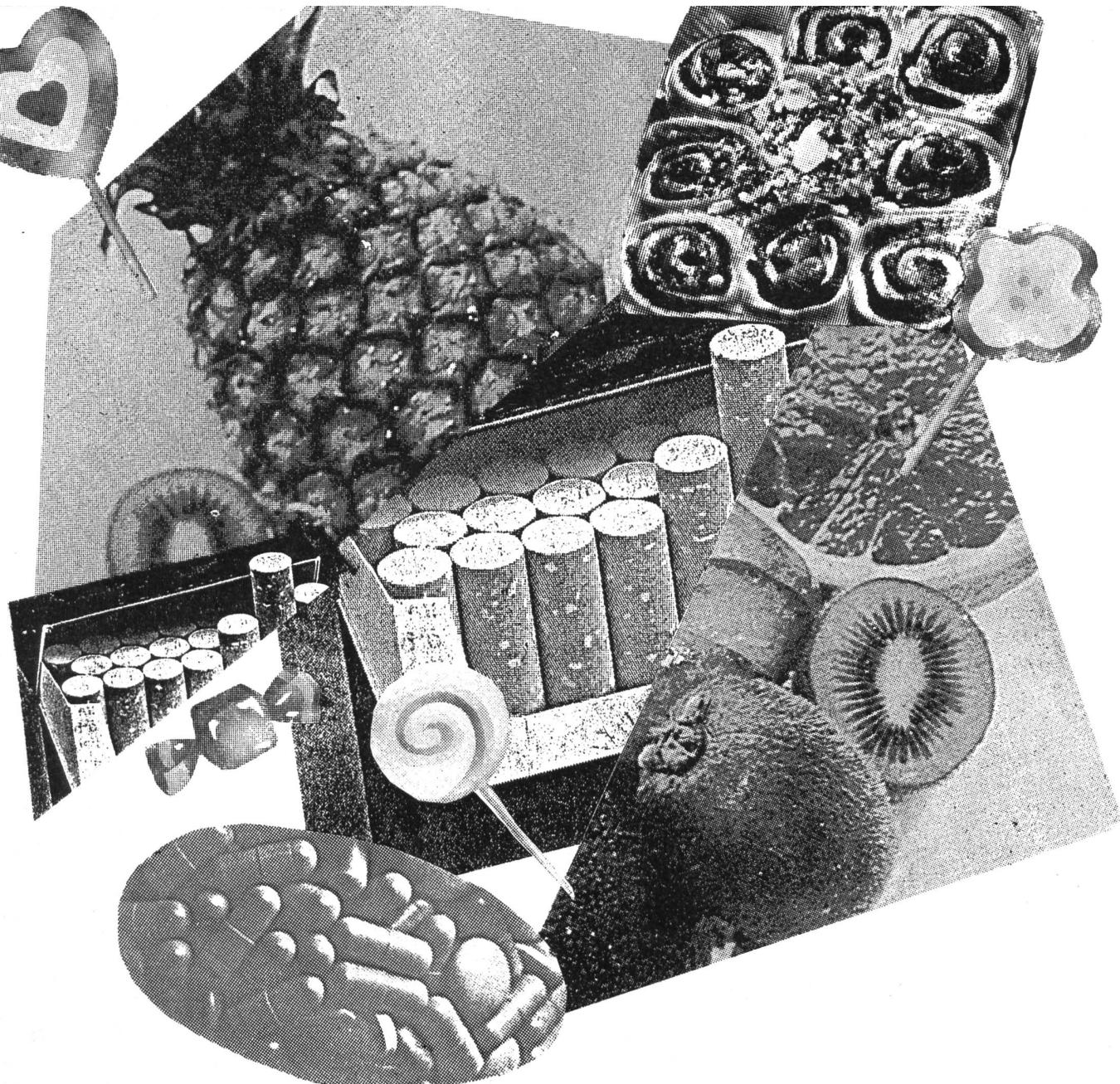
Frauen dürfen nicht für sich sorgen, sich selbst ernst und wichtig nehmen, sondern müssen sich in erster Linie andern zuwenden. Sie haben einführend, helfend, umsorgend, lieb, treu, freundlich, aufopfernd zu sein. Sie sind verantwortlich dafür, dass die

«andern» sich gut fühlen. Ist dies nicht der Fall, fühlen sie sich selbst schlecht. Beziehungen werden übermäßig wichtig. Sie dienen der Frau zur Identifikation und zur Bestätigung des Selbstwertes und dürfen nicht in Frage gestellt werden. Als Folge entwickelt sie wenig aktive Formen der Auseinandersetzung. Frauen versuchen, ihre Konflikte unauffällig und in sozial anerkanntem und legalem Rahmen zu lösen. Sie neigen zu passivem Problemlösungsverhalten. Durchsetzungsvermögen, aktives Konfliktlösungsverhalten wird nicht belohnt. Sie tragen ihre Konflikte nicht nach aussen, sondern machen sie zu ihren eigenen, verinnerlichten und versuchen sie individuell zu lösen. Aggressivität wendet sich gegen die eigene Person und wird konkret über den eigenen Körper ausgetragen und bekämpft. Nichtbewältigte Lebenssituationen werden als persönliches Versagen, als Schwäche und Minderwertigkeit erlebt.

Fehlt die Möglichkeit, aus Beziehungen oder der Arbeit, die oft auch beziehungsabhängig ist, Bestätigung zu erhalten, entsteht Leere, Depression, Resignation, Isolation. Vergleichbar mit Entzugserscheinungen bei Entzug des Suchtmittels «Beziehung». Scham über ihr vermeintliches Versagen und die frühe Erfahrung, dass sie selbst keine emotionale Unterstützung erhalten, verhindern bei Frauen ausserdem, sich Hilfe zu holen.

Rollenerwartungen und entsprechende Sozialisation führen Frauen in die «alltägliche Abhängigkeit»<sup>1</sup>. Auf diesem frauenspezifischen Hintergrund ist jedes Suchtverhalten von Frauen zu sehen.

*Befreiung von Suchtmitteln ist ein grundsätzlicher Emanzipationsprozess zur Gewinnung von Unabhängigkeit. Keinesfalls gilt, dass dieser Prozess zur Sucht führt, wie in letzter Zeit häufig zu hören ist. Emanzipation macht Sucht und Abhängigkeit von Frauen sichtbar.*



## Der Weg aus der Abhängigkeit

Frauen werden von Frauen erzogen. Diese Tatsache wird immer wieder dazu verwendet, den Müttern die «Schuld» zuzuschreiben. Hier in diesem Zusammenhang die Schuld an der Unterdrückung und Abhängigkeit der Töchter. Frauen werden von ihren Müttern auf den Weg der «alltäglichen Abhängigkeit»<sup>1</sup> gebracht, doch ist es an der Zeit, sie von ihrer Schuld freizusprechen. Auch sie sind Töchter von Töchtern.

«Wenn wir die Tochter in der Mutter erreichen, dann können wir die Fesseln unseres falschen Erbes brechen; wir zerschneiden unsere Bindungen an die Institution der patriarchalen Mutterschaft.»<sup>3</sup>

Die Erfahrung in Therapien zeigt, dass sich Frauen auf dem Weg aus den Abhängigkeiten und Verstrickungen heraus mit ihren negativen Gefühlen gegenüber der Mutter konfrontieren müssen. Oft ist diese Konfrontation die Voraussetzung, dass Frauen sich aus dem patriarchalen Muster, das Müttern und Töchtern aufgezwungen wurde und das sie oft zu Gegnerinnen macht, befreien können. Ein positiv verändertes Frauenbewusstsein kann nur entste-

hen, wenn Frauen sich mit ihren verinnerlichten Müttern vertöchtern (!).

Das «hungrige, bedürftige, benachteiligte und wütende Mädchen», das in Müttern und Töchtern lebt, will befreit werden. In diesem Mädchen liegt die Kraft, die Frauen benötigen, um sich stark und unabhängig zu machen und Sucht und Abhängigkeit hinter sich zu lassen.

«Sobald eine Frau anfängt, die Tochter in ihrer Selbst, in ihrer Mutter zu entdecken, kommt sie mit ihrer wahren Tradition in Berührung. Sie sieht das Antlitz ihrer eigenen göttlichen Verheissung. Wenn sie diese Erkenntnis teilen, werden Mütter und Töchter zu Schwestern in ihrem Kampf.»<sup>3</sup>

Ein Teufelskreis ist aufzulösen, der Frauen verweht und verunmöglicht, sich dort Hilfe zu holen, wo allein sie wirkliche Unterstützung in ihrem Kampf um Unabhängigkeit erhalten können – bei Frauen.

## Entwicklung weiblichen Bewusstseins

Sucht und Abhängigkeit sind eine Folge früher Versagungen, resp. Erziehung zur Abhängigkeit. Verantwortlich ist ein verinnerlichtes Frauenbild, das entstanden ist aus

der Unterdrückung der Frau.

- nur Frauen können zusammen mit Frauen ein weibliches Bewusstsein entwickeln, das frauidentifiziert ist
- feministische Psychotherapie unterstützt diese Entwicklung.

Um Schritte aus der Abhängigkeit tun zu können, müssen Frauen folgende Eigenschaften entwickeln.

- Einsicht in die gesellschaftlichen Zusammenhänge
- Einfühlung und Verständnis für sich selbst
- Verständnis dafür, dass Sucht und Abhängigkeit nicht individuelles Versagen und individuelle Schuld sind, sondern eine Folge ihrer speziellen Situation der Frau.

Anne Margreth Schoch,  
dipl. Psychologin IAP

### Literatur

- 1 Christa Merfert-Diete/Roswitha Soltau 1984, Frauen und Sucht, Rowohlt, Reinbek bei Hamburg
- 2 Luise Eichenbaum, Susie Orbach, 1984  
Feministische Psychotherapie Kösel, München
- 3 Mary Daly, 1985, 3. Aufl.  
GYN/ÖKOLOGIE, Frauenoffensive, München