

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

Artikel: Da mag ich gerne süchtig sein!
Autor: Niklaus, Alice
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1054308>

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>

Da mag ich gerne süchtig sein!

Wenn ich über Sucht höre oder lese, löst das Wort bei mir immer Assoziationen wie Krankheit, Unfreiheit, Bedrohung aus. Wenn ich von mir selbst als süchtig spreche, meine ich damit, Bedarf nach mehr Genuss, auch lustvolles Erleben. Sucht, Süchte verteile ich somit auf zwei Ebenen, die der anderen – die krankmachenden Süchte – und die meinen – die lustvollen. Für beide Ebenen gilt jedoch die gleiche Unfreiheit des Nichtverzichtenkönnens oder -wollens.

Eigentlich wollte ich über Fitness-Sucht schreiben

Wenn ich meinen Wochenablauf in Gedanken durchgehe, treffe ich keine offensichtlichen Süchte an, denn ich rauche nicht, trinke nicht übermässig und nehme keine Drogen.

Obwohl die mir als dringend notwendig erscheinenden Stunden im Fitness-Center als Sucht gelten könnten? Wie dem auch sei, diese Besuche geben zu wenig her, um daraus einen Bericht zu machen. Immerhin: zusammen mit der Atemtherapie sind dies die beiden körperlichen Trainings, die ich momentan zum Leben brauche. Fitness ohne bewusste Atemtechnik stimmt für mich nicht. Und da liegt, so meine ich, der wunde Punkt bei vielen Leuten, denen ich im Center begegne. Ich staune über die rotköpfigen, muskelbepackten verkrampften Männer, die so komisch gehen, weil ihre überdimensionierten Beinmuskeln eine normale Bewegung nicht mehr zulassen. Was ich für mich während drei Stunden pro Woche erwerben will, ist Beweglichkeit und so viel Kraft, dass ich mich wehren kann, um nicht in die Kategorie der »typischen« Opfer von Vergewaltigungstätern zu gehören.

Da fing das Süchteln an ...

Beim Stichwort »Vergewaltigung« bin ich wie elektrisiert, merke, dass ich ein Fadenende in der Hand habe, das ich aufrollen muss, weil am anderen Ende etwas Wichtiges hängt, worauf ich nicht mehr verzichten kann – Frauenbeziehungen nämlich!

Als ich die Möglichkeit wahrnahm, mit einer Frau Job-Sharing zu machen, freute ich mich auf die Unmengen von freier Zeit, die auf mich warteten. Ich wollte spazieren, im Garten arbeiten, sticken, den Wolken nachsehen, zeichnen und vieles mehr. Aber es kam alles ganz anders. Zur gleichen Zeit begann ich mit einer nebenberuflichen Ausbildung zur Gruppenleiterin in der Erwachsenenbildung. Dadurch kam ich mit den interessantesten Frauen in Kontakt. Aus losen Bekanntschaften wurden Freundschaften und Interessensgemeinschaften. Heute bin ich begierig darauf, neue Frauen kennenzulernen, ihre Ge-

schichte zu erfahren und mit ihnen ein Stück Weg zu gehen.

Mittlerweile bin ich mit beinahe allen feministischen Frauengruppen irgendwie verhängt, schreibe und telefoniere, diskutiere und schimpfe, lache und organisiere den halben Tag lang: Die Infra ist morgen ohne Hütefrau? Sicher, ich komme. Eine Frau braucht ausserhalb der Beratungszeit eine Adresse? Klar, ich sehe nach. Das Frauenhausteam lädt zu einem Info-Abend ein? Selbstverständlich muss ich hin; mich interessiert, wie sie mit ihrer problembeladenen Aufgabe umgehen. Ein Telefonnotruf für schlagende Eltern soll aufgebaut werden? Darüber muss ich mehr wissen. Margrit K., die Polizeiassistentin, spricht in Waldkirch zum Thema »Gewalt an Frauen und Kindern«? Ich chauffiere einige Frauen hin. Freundin H. möchte den Walraff-Film ansehen? Ich hüte gerne Klein-Cécile. Frau S. hat bei einem Arbeitsunfall ein Fingerglied verloren? Ich setze mich beim Sozialfonds dafür ein, dass sie Schmerzensgeld erhält. Frauenfrühstückstreffen? Ich gehe zum dritten Mal mit Freundinnen zur Beobachtung hin. Am Dienstag läuft die Verhandlung der Klage auf Lohnnachzahlung wegen fristloser Entlassung infolge Schwangerschaft von Frau H. gegen ihren ehemaligen Arbeitgeber? Eigentlich sollte ich arbeiten, aber ich muss einfach dabei sein und der Frau meine Solidarität zeigen, also ziehe ich einen Ferientag ein. Den FRAZEN verspreche ich leichtsinnig, etwas über Fitness-Sucht zu schreiben und weiss doch im voraus, dass ich sehr viel Zeit dafür aufwenden werde, denn Journalismus ohne Ausbildung ist kein Schleck. Der monatliche Samstag, an dem die Werkstatt Frauensprache stattfindet, ist schon wieder greifbar nah und muss noch organisiert und vorbereitet werden. Wenn ich Zeit habe, will ich bei der geplanten Frauenbibliothek mitmachen. Ein Selbstverteidigungskurs für Frauen steht auch noch an.

Der grosse Unterschied

Meine Frauenbeziehungen sind aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken. Ich brauche sie unbedingt. Sie sind die Trostquelle, die sprudelt, wenn ich im seelischen Tiefgang treibe, die Trichter, in die ich meine Erlebnisberichte schüttele, das Netz, in das ich mich bei einem Depressionsschub fallenlassen kann.

Manchmal frage ich mich, worin sich meine Arbeit im Büro von derjenigen daheim unterscheidet. Ausser, dass ich für die eine am Monatsende Geld erhalte und bei der anderen drauflege, besteht auch sonst ein gewaltiger Unterschied: Als Berufsfrau arbeite ich für Männer. Meine Freizeitaktivitäten geschehen mit und für Frauen. Da mag ich gerne süchtig sein!

Alice Niklaus

