

**Zeitschrift:** Fraueztig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1987-1988)  
**Heft:** 23

**Artikel:** Mein Weg zur Autonomie  
**Autor:** Zehnder, Sabine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054439>

#### **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>**

Ich wuchs in einem zwiespältigen Milieu bei meinen Eltern auf. Als kleines Kind hatte ich sehr viel Zuwendung und Liebe meines Vaters genossen. Als ich in die Pubertät kam, wendete sich der Vater abrupt von mir ab, beachtete mich kaum noch, kritisierte mich ständig und es kam soweit, dass er mich nicht mehr bei meinem Namen nannte. Je mehr sich meine Weiblichkeit profilierte, umso mehr distanzierte sich der Vater von mir.

Meine Mutter verhielt sich sehr liebend und konstant zu uns Kindern. Sie war der heitere Geist im Hause, erledigte das meiste und setzte alles daran, ihren Ehemann zu schonen und zu umsorgen. Es durfte bei uns zuhause beispielsweise nicht laut gesprochen werden, um den Vater ja nicht zu stören.

Für die Entwicklung einer tragfähigen weiblichen Identität hatte dieser Umstand gravierende Folgen. Der Vater bekundete durch sein Verhalten, dass er meine Weiblichkeit auf keinen Fall unterstützen kann. Die Mutter, welche zwar als weibliches Identifikationsobjekt ohne weiteres hätte dienen können, zeigte ihrerseits, dass sie das Verhalten des Vaters billigte. Dies führte bei mir zur Entwicklung einer einseitigen Weiblichkeit in dem Sinne, dass Bemühungen zu Männern mit der Phantasie belegt wurden: «Beziehungen zu Männern führen immer zu Ablehnung.»

Angetrieben von meinen unbewussten Ängsten bezüglich meiner eigenen Weiblichkeit, wurde ich frühzeitig geschlechtsreif.

Schon als Sechzehnjährige hatte ich eine leidenschaftliche Beziehung mit einem Mann, welche drei Jahre dauerte. In dieser Beziehung fühlte ich mich bestätigt als Frau. Die betonte Männlichkeit dieses Partners diente mir als Kompensation für meine Ängste. Es stellte sich jedoch heraus, dass dieser Mann keine ernsthaften Absichten hegte, und die Beziehung ging auseinander. Ich reagierte darauf mit tiefer Trauer und empfand darin eine Bestätigung meiner verborgenen Ängste.

Einige Zeit widmete ich mich noch meinem Beruf, bis ich dann meinen zukünftigen Mann kennenlernte. Dieser war ruhig, zurückgezogen, trug eine scheue Männlichkeit zur Schau und erwartete von mir lediglich eine inoffensive Weiblichkeit. Er zeigte sehr wenig Interesse an der Sexualität, beschäftigte sich mit Vorliebe mit Kindern und Knaben und legte das Hauptgewicht in der Partnerschaft auf den Aufbau einer sicheren Existenz.

Ich empfand diese Beziehung anfänglich als wohltuend und war sehr bemüht, die eheliche Partnerschaft auszubauen, litt je-

doch zunehmend unter der mangelhaften Fähigkeit meines Mannes, Liebe und Zuwendung zu schenken. Da mein Mann als gütiger Mensch galt, konnte ich ihm deshalb nichts vorwerfen und musste diese Kränkung selbst verarbeiten.

Das Verhalten meines Mannes, welches nach aussen hin korrekt und tadellos war, nach innen jedoch eine schwere emotionelle Vernachlässigung für mich bedeutete, bestätigte abermals meine verborgenen Phantasien, dass nämlich eine Beziehung zu einem Mann zwangsläufig zur Ablehnung führen muss, weil ich doch erlebt hatte, wie liebevoll und aufmerksam mein Mann zu Kindern und älteren Menschen sein konnte. So war es nicht verwunderlich, dass ich in der mangelnden Fähigkeit meines Gatten, mir als Frau Zuwendung zu schenken, eine Bestätigung meiner Ängste fand.

Ich befand mich emotionell in einem äußerst öden und kargen Milieu, das ich nicht ertragen konnte. Fast zwangsläufig musste ich meinen legitimen Wunsch nach Liebe und Zuwendung auf Frauen richten. Beide Versuche, Zuwendung und Bestätigung bei Männern zu bekommen, waren fehlgeschlagen.

Es folgte nun eine stürmische Zeit und krisenreiche Phase der ehelichen Beziehung. Ich versuchte in meiner Verzweiflung mit meinem Mann die hetero-sexuelle Beziehung aufrecht zu erhalten, wurde aber immer wieder enttäuscht, so dass ich mich schliesslich völlig den Frauenbeziehungen widmete. Dem milden, inoffensiven Charakter meines Mannes zufolge hatten wir uns letztlich so geeinigt, dass jeder über Jahre seine eigenen Wege gehen konnte, ohne den familiären Rahmen mit den beiden Kindern zu sprengen.

Bevor es aber zu diesem Arrangement kam, war meine emotionelle Belastung ins Unerträgliche gewachsen. Hin- und hergerissen zwischen meinem Wunsch, Liebe und Zuwendung zu bekommen, sowie meiner Pflicht als Mutter meinem Kindern gegenüber, machte ich einen schwerwiegenden Suizidversuch. Erst in der Rekonvaleszenz dieses Ereignisses, konnte ich langsam ein tragfähiges Gleichgewicht zwischen diesen beiden Polen finden.

Der Aufprall auf die Persönlichkeitsstruktur meines Ehemannes führte zur Verwirklichung meiner homoerotischen Neigung.

Heute bin ich fünfundvierzig Jahre alt, seit sieben Jahren geschieden und lebe mit meinen beiden Kindern zusammen. Ich lebe Frauenbeziehungen und fühle mich in meinen emotionalen Bedürfnissen befriedigt und autonom.

Sabine Zehnder



# Autonomie