

**Zeitschrift:** Frauezeitig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1995-1996)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Frauen zwischen Normalität und Sucht : gesellschaftliche Ursachen für den Tablettenmissbrauch von Frauen  
**Autor:** Trionfini, Anatinna  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054096>

### **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>**

# Normalität

## Frauen zwischen Sucht und

Gesellschaftliche Ursachen für den  
Tablettenmissbrauch von Frauen

**Die Autorin hat jahrelang medikamentenabhängige Frauen therapeutisch betreut. Sie zeigt auf, wie diese stille und unauffällige Sucht oft von Frauen entwickelt wird, die traditionelle Frauenrollen leben. Ihr Fazit: Medikamentensucht stellt den gescheiterten Versuch von Frauen dar, überkommenen Normen gerecht zu werden.**

Von Anatinna Trionfini\*

Die Gesamtverkäufe an Medikamenten haben seit 1980 stetig zugenommen. Jede Schweizerin (und jeder Schweizer) gibt etwa 500 Franken pro Jahr für Medikamente aus. 200'000 Frauen und 120'000 Männer zwischen 15 und 74 Jahren nehmen jeden Tag mindestens ein Schlaf-, Schmerz-, Beruhigungs- oder Anregungsmittel ein. Es handelt sich dabei um Medikamente, die abhängig machen können.

Im Gegensatz zu Verkaufs- und Konsumzahlen sind Daten zum Medikamentenmissbrauch in der Schweiz schwer zu finden. Untersuchungen zeigen, dass ein gewichtiger Teil von Personen mit der Diagnose «Medikamentenabhängigkeit» ihre Abhängigkeit nur deshalb entwickeln können, weil der behandelnde Arzt oder die behandelnde Ärztin über lange Zeit hinweg Medikamente verschreiben, die abhängig machen können. Sie berücksichtigen die Tatsache nicht, dass bei vielen Frauen nicht die somatischen Beschwerden der Grund ihres Arztbesuches sind, sondern dass einer Krankheit oft psychische Ursachen zugrunde liegen. Ein anderes Problem besteht darin, dass es viele Süchtige meisterhaft verstehen, ihre Sucht zu verbergen und durch gezielte Manipulation das gewünschte Medikament zu erhalten.

### Die unauffällige Sucht

Aus Untersuchungen ist bekannt, dass das männliche und weibliche Krankheitsverhalten abhängig ist vom Selbst- und Fremdbild beider Geschlechter, das heisst von der Art und Weise wie Frau und Mann ihre seelische Verfassung, ihre innere Struktur und ihr Verhältnis zu ihrer sozialen Umwelt beschreiben. Das Selbstbild der Frauen unterscheidet sich in folgenden Dimensionen von dem der Männer: Frauen erleben sich als ängstlicher, depressiver und erotisch gehemmter, fühlen sich unsicherer in enger Zusammenarbeit und beschreiben sich als ordentlicher und fürsorglicher. Dagegen gehört zum Bild des Mannes Angstunterdrückung, Demonstration von Selbstsicherheit, Stärke, Dominanz, Ehrgeiz und Egozentrität sowie Unordentlichkeit und Bequemlichkeit.

Frauen sind im weiteren eher bereit, eine körperliche oder seelische Missempfindung als Krankheit zu verstehen, und diese mit wirksamen chemischen Mitteln zu bekämpfen.

Sie suchen schneller um Hilfe nach als Männer, weil sie durch ihre Erziehung und durch ihre Stellung in der Gesellschaft eher an Abhängigkeit gewöhnt sind. Dass überwiegend Frauen Medikamente nutzen, ist Ausdruck ihrer abhängigeren und unauffälligeren Art zu leben. Diese Art von Drogen passt in das Grundmuster «weiblicher» und «angepasster» Problemlösungsweisen.

### Was ist Sucht?

Hinter jeder Sucht verbirgt sich ursprünglich eine Lebenssituation, die ohne Suchtmittel als nicht «lebensmöglich» oder als nicht «lebenswert» empfunden wird. Das Suchtmittel erfüllt die Aufgabe, negative Gefühle auszuschalten, da die betroffene Person mit ihnen nicht (mehr) umzugehen weiss. Jede Person, die die Einnahme eines Suchtmittels nicht beenden kann, ohne dass unangenehme Zustände körperlicher und/oder seelischer Art auftreten, ist abhängig.

Vitalstörungen, also Symptome wie Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen führen oft zu Tablettenkonsum. Auch die wechselnden körperlichen Veränderungen des Menstruationszyklus (Klimakterium, prämenstruelles Syndrom) können zu einer Diskrepanz zwischen Anforderungen der Realität und psychischer und physischer Verfassung führen. Medikamente werden in diesen Fällen häufig prophylaktisch eingenommen, um möglichen Beschwerden auszuweichen. Die Entwicklung psychosomatischer Krankheiten und die Versuche, mit ihnen fertig zu werden, stehen ebenfalls in enger Verbindung mit dem hohen Medikamentenkonsum von Frauen überhaupt.

### Mögliche Ursachen einer Sucht

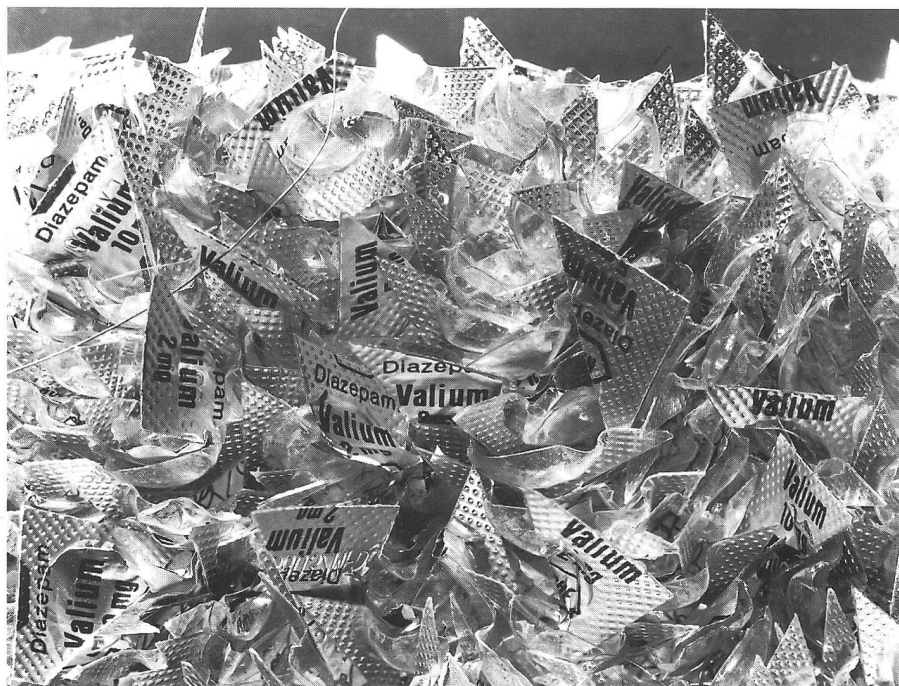
Frauen, die ihre eigenen Bedürfnisse nicht kennen, die sich ihrer Identität nicht bewusst sind und die sich nur in Bezug auf einen Partner, eine Partnerin oder über die Kinder definieren können, sind in ihrer Identität nicht gefestigt. Weibliche Identität, das heisst ein intaktes Selbstwertgefühl, gibt den Frauen die Sicherheit, sich für ihre Integrität und Würde wehren zu können. Da ein stabiles Selbstwertgefühl in der herkömmlichen weiblichen Sozialisation nicht gefördert wird, neigen Frauen in Konfliktsituationen eher zu Rückzug und Resignation. Sie entwickeln passivere und emotionalere Verhaltensweisen und weniger aktive Auseinandersetzungsformen. «Nette», angepasste Frauen

stossen auf weniger Widerstände als solche, die sich wehren und ihre Wut und Aggression zeigen. In der Sprache zeigt sich deutlich, wie kämpferische Frauen abgewertet werden: «Furie», «Hyäne» und «hysterisches Weib» sind noch die harmlosesten Ausdrücke. Frauen haben gelernt, ihre Konflikte unauffälliger zu lösen. Im Gegensatz zum Mann verinnerlichen sie ihre Konflikte eher und richten sie gegen die eigene Person. Frauen wählen passivere Konfliktlösungsstrategien, sie bewerten Schwierigkeiten, Probleme und körperliche und psychische Erschöpfung als persönliches Versagen, eigene Schwäche und Minderwertigkeit. Der Konsum unterschiedlichster Beruhigungs-, Aufputsch-, Schmerz- und Betäubungsmittel kann fürs erste befreiend wirken. Der Übergang, die Grauzone von Gebrauch und Missbrauch eines Medikamentes, ist jedoch schleichend.

Da gibt es die Frau, die von Arzt oder Ärztin ein Beruhigungsmittel oder ein Schlafmittel verschrieben bekommen hat. Die Frau realisiert, dass dieses Beruhigungsmittel sie tatsächlich beruhigt: Der Ärger über den Partner, der seine Verpflichtungen nicht einhält und nicht zur abgemachten Zeit nach Hause kommt, wird durch das Medikament abgeschirmt und abgedämpft. Süchtige Frauen sprechen oft von einer «Scheibe», wenn sie den Zustand beschreiben, in dem sie sich unter Medikamenten befinden. Hinter einer «Scheibe» sind die Probleme weniger drängend und die Gefühle weniger quälend. Durch das Medikament wird eine belastende und kränkende Situation relativ einfach ausgehalten, die Frau regt sich nicht auf, und der Mann ist erst noch zufrieden, weil seine Frau nicht «motzt». Dieser Prozess kann sich über Jahre dahinziehen, und die Frauen verlieren den Kontakt zu ihrer Vitalität, ihren Bedürfnissen und ihrem Körper.

### Die Ehe als Risikofaktor für die seelische Ausgeglichenheit der Frau

Es gibt Untersuchungen, die aufzeigen, dass das Risiko einer Frau, wegen einer «seelischen Erkrankung» (meist wegen Depressionen oder Angstzuständen) behandelt werden zu müssen, erheblich höher ist, wenn sie verheiratet ist. Bei Männern ist es genau umgekehrt: Die Ehe ist ihr sicherster Schutz vor einer derartigen Erkrankung. Die Frau hat in der Ehe in erster Linie die Aufgabe, eine harmonische und warme Atmosphäre herzustellen. Es soll den Kindern und dem Mann wohl sein



Valiumkissen. Objekt von Verena Sieber-Fuchs

zu Hause. Die Frau soll gewährleisten, dass Liebe, Vertrauen, Schutz und Geborgenheit für alle Familienmitglieder vorhanden ist. Viele Frauen überfordern sich damit und leiden unter Versagensängsten und Schuldgefühlen. Ihre eigenen Bedürfnisse können sie nicht wahrnehmen. Aus der zuvor beschriebenen gesellschaftlichen und sozialen Situation der Frau, an deren Selbstverständnis einerseits ständig gerüttelt wird und welche andererseits immer funktionstüchtig zu sein hat, ist es daher verständlich, dass sie Spannung und Protest nicht offenkundig austragen kann und darf.

#### Prävention, die bei der speziellen Situation der Frauen ansetzt

Für die Frauen besteht nach wie vor ein grosses Bedürfnis, ein bestimmtes Selbstverständnis zu entwickeln und die breite Kluft zwischen der neuen Realität und den noch weithin anerkannten und angewandten alten Normen zu verringern. Ihre neue soziale und gesellschaftliche Stellung ist nicht gefestigt, sondern wird oft diskutiert und manipuliert. Sie sehen sich mit einem Frauenimage konfrontiert, das neben Berufstätigkeit, gepflegtem Haushalt, wohlgeratenen Kindern, gesellschaftlichen Verpflichtungen, Freizeit-

aktivitäten, auch ein aktives Sexualleben sowie ein blendendes und jugendliches Aussehen vorsieht. Die beste Prävention für Frauen ist ein allmählicher Lernprozess, sich nicht nur über das Leben von Männern und Kindern zu definieren, sondern ein Stück emotionale, soziale und ökonomische Unabhängigkeit zu finden. Dazu gehören auch unabhängige, eigene Beziehungen ausserhalb der Familie. Eigene Interessen und eigene Freiräume lassen die Frauen unabhängiger werden, das Prinzip «Für-andere-da-sein» wird ersetzt durch «Mehr-für-sich-selbst-leben». Abhängige Frauen sind in ihrer Kindheit und Jugend oft psychischer und/oder physischer und/oder sexueller Gewalt ausgesetzt gewesen. Die Abspaltung dieser Erlebnisse hat zur Folge, dass die dazugehörenden Gefühle wie Ohnmacht, Hass, Wut und Ekel mit Alkohol und/oder Medikamenten unterdrückt werden. Das Eingeständnis der Suchtmittelabhängigkeit geht meistens mit der Erkenntnis einher, dass hinter der Suchtabhängigkeit andere Abhängigkeiten versteckt sind. So gilt es in den meisten Fällen, die Beziehungen zum Partner oder zur Partnerin, zu den Eltern, den Kindern oder nahestehenden Freunden und Freundinnen von einem suchtfreien Standpunkt aus neu zu klären.

#### Prävention durch Ärzte und Ärztinnen

Für die Prävention im medizinischen Bereich ist es von grosser Bedeutung, dass psychisch wirksame Medikamente, die suchtbildend sind, nur äusserst zurückhaltend und möglichst für kurze Zeit verordnet werden. Medikamente sind keine Problemlöser, sondern bringen nur symptomatische Erleichterung. Ärzte und Ärztinnen sollten sich mehr Zeit für die einzelnen Patientinnen nehmen können und auch fähig sein, psychische Probleme erkennen zu können.

#### Hilfe suchen

Wenige Frauen schaffen den Ausstieg aus der Sucht alleine. Es braucht die Hilfe einer spezialisierten Beratungsstelle. In Gesprächen kann dort der schrittweise Ausstieg aus der Sucht besprochen und den Ursachen der Abhängigkeit nachgegangen werden. Ausserdem gibt es die Möglichkeit, neue Problemlösungsmöglichkeiten zu erlernen und auszuprobieren. Die erste Zeit ist nicht einfach. Die positive Verstärkung durch das Suchtmittel fällt weg, es drohen Entzugerscheinungen und Leere. Trotzdem lohnt sich der Griff zum Telefon um Anstoss, Unterstützung und Begleitung von aussen in diesem Prozess zu erhalten.

**\* Anatinna Trionfini ist Psychologin und arbeitete von 1990 bis 1994 als Therapeutin im Therapiezentrum Wysshölzli in Herzogenbuchsee, wo sie mit alkohol- und medikamentenabhängigen Frauen Einzel- und Gruppentherapien durchführte.**

Inserat

**MONTA VUALA**  
Ferien- Schulungs- und Kurshotel  
für Frauen  
CH-8881 Walenstadtberg  
Tel: 081 735 11 15 • PC 30-34504-3

**Kurse im Dezember 1995:**  
15.-17.12. Winter – Sonnen – Wende • Weihnachtsferien  
mit: Yoga, Qi Gong, Tango Argentino und Ski

**Ausbildungen:**  
Rhetorik (ab Dez.) • Touch for health (ab Dez./Jan.) •  
Psychodrama (ab Jan.) • REIKI • Matriachale Jahreszeit-  
feste mit Heide Göttner Abendroth (ab März)

**Kurse im 1996:**  
Menstruation, das Tor zur Weisheit • Märchen-Schreib-  
werkstatt mit Ursula Eggli • Motherpeace – Tarot, mit  
Margarete Petersen • Die Kraft der Bärin – die Gabe des  
Heilens • Wieder klar sehen, Augenferien • Qi Gong •  
Sport-Ferien für Mutter und Kind • Skispass und Bewegung  
Ausführliches Programm gegen frankiertes Couvert C5