

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 103 (1977)  
**Heft:** 3  
  
**Rubrik:** Die Seite der Frau

### **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**

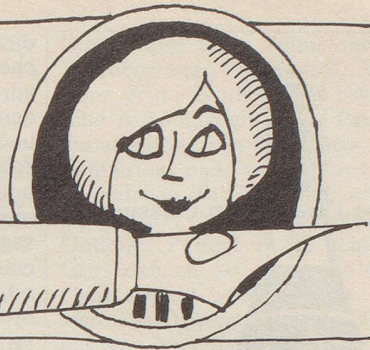
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.02.2026

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



# Die Seite der Frau



## Nur keine Frustrationen!

In der guten alten Zeit predigte man den Mädchen immer das Heiraten. Nur so könnten sie zu Glück und Ansehen gelangen. Eindringlich wurden sie vor dem traurigen Lose gewarnt, ledig zu bleiben!

Drei Faktoren haben das Leben der Frauen seither grundlegend verändert: Fast doppelt so lange Lebenserwartung wie vor 100 Jahren, Kleinfamilie und moderner Haushalt mit ungezählten Erleichterungen, von denen unsere Grossmütter nicht einmal zu träumen wagten. Auch die Auffassungen haben sich inzwischen geändert. Erlernung und Ausübung eines Berufes bis zur Heirat oder bis zur Ankunft des Nachwuchses und Wiedereinstieg in den Beruf, wenn die Kinder halbwegs flügge geworden sind, gelten heute als üblich. Das ist einleuchtend, aber wogegen ich mich wehre, ist die Art und Weise, wie die erneute Berufsaufnahme der Frauen in der zweiten Lebenshälfte als alleinseigmachend angepriesen wird. Wie es für junge Mädchen im letzten Jahrhundert «nur die Ehe» gab, so gibt es heute für die Frau im reiferen Alter nur «die Rückkehr in den Beruf». Fertig, aus, Dogma!

Da möchte ich ausrufen: Lasst doch jede Frau selbst entscheiden, wie sie ihr Leben individuell gestalten will. Ermutigt die Schüchternen, die Hemmungen haben, beruflich neu anzufangen. Aber lasst auch jene gelten, die einen anderen Weg suchen. Die Menschen werden schliesslich immer differenzierter in ihren Ansprüchen. Vielleicht ist es eine künstlerische Betätigung oder ein sozialer Einsatz, die volle Befriedigung bringen, oder die Übernahme eines politischen Amtes oder der Bezug einer Altersuniversität und Studienbeginn mit 50 Jahren!

Heute begegnet man immer wieder jener billigen Schwarz-Weiss-Malerei, die behauptet, dass einer Frau nur beim Wiedereinstieg ins Berufsleben ein glückliches und erfülltes Leben winkt! Dabei «menschelet» es doch über-

all, und es ist ein abgegriffenes Klischee, dass man angeblich in der Familie ausgenutzt und unverstanden dahinvegetiert, hingegen bei Berufsaufnahme liebevolle, bereichernde menschliche Kontakte findet!

Dies will keineswegs ein Plädoyer gegen die Berufsaufnahme der Frauen sein, deren Kräfte zum Teil brachliegen, wenn der Nachwuchs flügge geworden ist. Aber ich möchte diejenigen von Minderwertigkeitsgefühlen warnen, die eine Rückkehr ins Berufsleben nicht bewerkstelligen können oder wollen. Beruflicher Einsatz ist nur eine Möglichkeit, ein erfülltes Leben zu führen. Wenn wir aufmerksam um uns und über die Grenzen schauen und an die Millionenheere von Arbeitslosen denken, die es überall gibt, dann wird auch einleuchten, dass nicht jeder Frau die Wiederaufnahme der gewünschten Berufstätigkeit möglich sein kann.

Eine Rückkehr in den Beruf sollte man realistisch planen und mit Tatkraft und Unternehmungsgeist an die Hand nehmen. Doch wenn es nicht klappen sollte, so helfen schöpferische Phantasie, Initiative und guter Wille, das Dasein so zu gestalten, dass es trotzdem noch Lebensfreude und Erfüllung bringt.

Ingrid

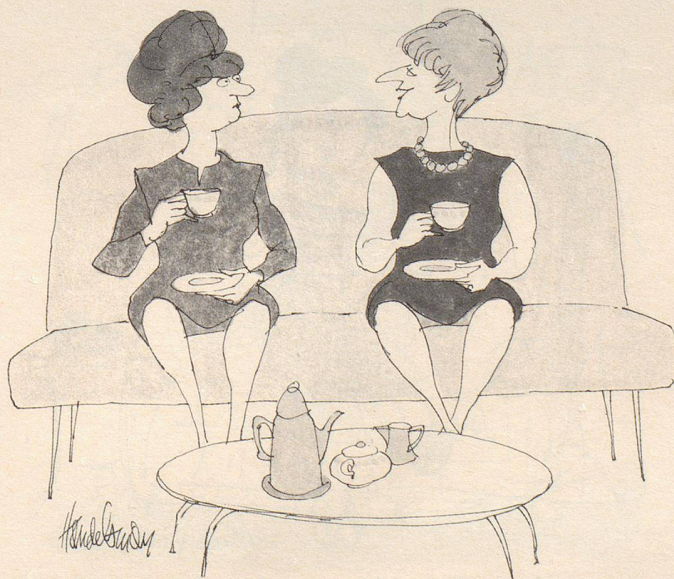
## Vorsätze müssen nicht den Weg zur Hölle pflastern!

Sicher haben schon die meisten Menschen gute Vorsätze gefasst, und das besonders am Jahresende. Früher habe auch ich dazugehört. «Von jetzt an will ich früher zu Bett gehen, will weniger Kaffee trinken, will gegenüber dem Mitmenschen toleranter sein» etc. etc. Früh in die Federn zu schlüpfen, habe ich nie gelernt, allen guten Vorsätzen zum Trotz. Vielleicht ist das eine Erbanlage. Ich kann mich nicht erinnern, dass mein Vater sich vor zehn, elf Uhr abends ins Schlafzimmer begab. Am Morgen musste er ja auch nicht allzu früh in sein Büro. Seitdem auch ich nicht mehr zeitig aufzustehen brauche, wird es immer später, und mit dem gesunden vormitternächtlichen Schlaf ist es Essig. Es ist für mich ein Trost zu wissen, dass es noch mehr solche Nachtmenschen gibt. Die Abendstunden sind für mich die schönsten, und das hauptsächlich im Winter. Man kann sich ein Buch vornehmen oder, falls etwas Rechtes kommt, den Fernsehapparat einschalten, einen längst fälligen Brief schreiben oder bei Kerzenlicht ein wenig träumen. Diese Abendstunden verfliegen rasch, auch wenn man allein ist.

Das Alleinsein braucht gar

nicht traurig und langweilig zu sein. Natürlich lernt man das nicht von einem Tag auf den andern, besonders wenn man einen lieben Gatten verloren hat. Das weiss ich aus eigener Erfahrung. Aber mit gutem Willen kann viel erreicht werden. Es gibt so vielerlei Möglichkeiten, sich abzulernen, man muss sie nur ergreifen. Mit Klagen und Jammern ist niemandem geholfen, man erschwert sich und ändert das Leben und fällt bald einmal lästig. Also, liebe alleinstehende ältere Frauen und Männer, fasst den Vorsatz, im neuen Jahr allerlei zu unternehmen, um der Einsamkeit zu entfliehen. Fast im hintersten Krachen hat sich heute das Altersturnen eingebürgert. Lasst euch diese Gelegenheit nicht entgehen. Es ist dies für Leib und Gemüt äusserst gesund. Kleine Gebrechen dürfen uns davon nicht abhalten. Im Gegenteil! Die Schmerzen in meiner Achsel habe ich durch die Turnübungen verloren. Man hat auch Gelegenheit, nette Menschen kennenzulernen. Es tut gut, unter seinesgleichen Gedanken auszutauschen, bei sich zu Hause oder in einem heimeligen Lokal bei einem Käfeli gemütlich zu plaudern und einander aufzumuntern. In diesem Sinne wünsche ich allen einen glücklichen Start ins neue Jahr. Abonniert den Nebelspalter, der uns manche fröhliche Stunde schenkt!

Anni



«Ach nein, euer Tommy ist noch immer mit dem herrschenden System einverstanden, unser Stefan spuckt schon längst aus!»

## Ueber den heutigen Sexunterricht

Woran ich und noch viele Mitbürgerinnen Anstoss nehmen, ist, dass man das körperliche Geschehen so sehr ins Rampenlicht rückt. Natürlich spielen da auch die Medien eine grosse Rolle. In der Medizin hat man wieder begriffen, dass der Mensch ein Ganzes ist und dass man sich nicht nur einzelner Teile annehmen darf. Geist und Seele werden im heutigen Sexualunterricht oft übergangen. Deshalb erstaunte und enttäuschte Ausrufe von Mädchen: «Ist das nun alles?» Nein, eben nicht!

Am neutralsten stelle ich mir eine Aufklärung anschliessend an eine Schulstunde durch einen psychologisch geschulten Arzt für





Was i wett isch Cassinette

Cassinette ist gesundheitlich  
wertvoll durch seinen hohen  
Gehalt an fruchteigenem

**Vitamin C**

Ein **ova** - Produkt

**hich**

**IM TESSIN  
IST IM  
WINTER  
DER FRÜHLING  
ZU GAST!**

Prospekte und Informationen:

**ETT**  
6501 **BELLINZONA**

die Knaben und eine entsprechende Aertzin für die Mädchen vor. Diese Personen verschwinden wieder von der Bildfläche und hinterlassen allenfalls ihre Adressen für «Notfälle». Eltern und Lehrer sind diesem Problem nicht immer gewachsen. Auch spielen da leicht Emotionen hinein, die nicht dazugehören. Zwischen Eltern und Kindern kommt oft eine gewisse Befangenheit auf, ja es gibt sogar Kinder, die zu Schlüssellock-Spionen werden und ihre Ohren an die Schlafzimmertüre drücken, um noch mehr zu erhaschen und unter die Kamerädele zu bringen. Ich finde, dass auch die Erzeuger eine Intimsphäre beanspruchen dürfen, die den Sprösslingen entzogen bleibt.

Eventuell kann auch eine gut ausgewiesene Verwandte das Kind einweihen. Ich hatte das Glück, durch meine Grossmutter (Verwalterin in der Heilanstalt Burgölzli) Aufklärung über das Geschlechtsleben zu erhalten. Da sie über entsprechende Literatur verfügte, die heute überall zu haben ist, legte sie mir einmal «augenfällig» das Buch von Auguste Forel: «Die sexuelle Frage» vor die Nase mit der Bemerkung, wenn mir etwas unklar sei, könne ich sie ja fragen. Ich pickte mir dann nur das für mich Fällige heraus, das andere liess ich links liegen für später.

Natürlich wurden meine Eltern orientiert und erwähnten die Sache mit keinem Wort, wie auch ich nicht. Merkwürdig, dass Mutter und Vater von mir in dieses Geschehen nicht einbezogen

wurden. Ich verdrängte nichts, es war einfach nicht «drin». Noch heute bin ich froh über diese einfache Lösung. Auch meinem Sohn habe ich ein entsprechendes Buch zugesteckt, und auch er war froh über diesen Unterricht. mape

*Liebe mape, ich bin erstaunt. Glauben Sie wirklich, dass das «Zustecken» eines Buches heute noch die richtige Art sexueller Aufklärung sei? Ist es nicht vielmehr so, dass die Eltern sich damit um eine Aufgabe drücken und dass gerade deshalb ihre Sprösslinge zu Schlüssellock-Spionen werden? Ich verstehe auch nicht, weshalb Gefühle nicht dazugehören; warum sollte ausgerechnet über den persönlichen Bereich des Menschen ohne Emotionen gesprochen werden? Aus Ihren Worten geht gerade hervor, dass gute Aufklärung in der Schule, die heute sehr früh erfolgen muss, notwendig ist; aber auch die Eltern sollten unbedingt lernen, mit ihren Kindern über sexuelle Probleme zu reden.*

*Vielleicht äussern sich noch andere Leserinnen und Leser zu diesem wichtigen Thema?* Nina

### Mir ging es besser!

K. R. beschreibt in ihrer Glosse «Der langersehnte Höhepunkt» (Nebi Nr. 48) so anschaulich ihre grosse Enttäuschung, wie sie zu spät zur Brevetierung ihres Leutnants kam und vor verschlossenen Türen wieder umkehren musste. Wer den langen Weg eines Wehrmannes vom Soldaten zum Offizier, vom Leutnant bis zum Obersten miterlebt und mitgelitten hat, kann ihren Kummer

verstehen. Doch eben... siehe oben!

Als treue Bernerin musste ich vor vielen Jahren mit Mann und Kind ins Züribiet dislozieren. Ungern genug! Als kleines Trösterchen betrachtete ich die Tatsache, dass mein Mann ein Berner Kommando erhielt, wir so wenigstens ein wenig mit Bern verbunden blieben. Als dann nach Abschluss eines WK sein Regiment vor dem Bundeshaus defilieren sollte, da hielt mich nichts in Zürich zurück, da musste ich doch meinen Allerliebsten auf dem Jeep – die Rössli waren schon damals abgeschafft – anrücken sehen. Aber welche Enttäuschung! Als ich vom Bahnhof gegen das Bundeshaus rannte, der Zug kam etwas verspätet an, da waren alle Zugänge dahin mit dichten Reihen besetzt. Irgendwie gelangte ich dann via Bundesterrasse auf die hintere Seite des Bundeshauses. Dort erblickte ich einen Weibel, dem ich verzweifelt mein Leid klagte: Ich sei extra von Zürich gekommen, um meinen Mann als Regimentskommandanten defilieren zu sehen. Der Gute hatte Erbarmen, er führte mich durch die heiligen Hallen direkt zum Vordereingang, und welche Wonne, ich stand in der Nähe des Divisionärs – in angemessener Entfernung natürlich –, aber doch so weit vorn, dass ich alles aus nächster Nähe sehen konnte. Voller Stolz und Rührung stand ich da, vergessen waren alle Sorgen einer Soldatenfrau, das lange Warten auf den Mann, das viele Alleinsein, das Wäschewaschen und die Uniformenputzerei. Und das nur, weil ein mitleidiger Weibel mich beim Arm genommen hatte mit den Worten: «Dir gueti Frou, reget Ech doch nid uf, Dir söuet Eue Maa gseh.» Ehre seinem Andenken! Cornelia

### Die drei Affen

Wie ich vom Einkaufen komme, beobachte ich, wie drei Knaben auf dem Parkplatz von Auto zu Auto gehen und «lüfteln». Gewandt hantieren sie an den Pneuentilen und hören sich befriedigt die austretende Luft an. Beim Gang ins Dorf begegne ich zwei Fischern, die während der jetzigen Schonzeit in aller Ruhe ihre Angeln ins Wasser halten. Auf dem Trottoir wirft mich ein Töfflfahrer beinahe über den Haufen. Bei den Nachbarn wird konzessionslos ferngesehen. Ueber der ausgezogenen Linie gelingt Nr. 86710 ein gewagtes Ueberholmanöver.

Ist es nun meine Bürgerpflicht, in all diesen Fällen selbstgerecht und weltverbessernd einzugreifen? Wo käme ich überhaupt mit meiner wenigen Zeit hin, wenn



«Ich habe sämtliche Alarm- und Sicherheitsvorrichtungen ausser Betrieb gesetzt, aber ich bin noch immer allein!»



ich bei jeder Gelegenheit den lieben Gott spielen würde?

Die «lütelnden» Knaben habe ich auf ihre ausgefallene Tätigkeit hin angesprochen, worauf sie mir die völlig zusammenhanglose Gegenfrage stellten, ob ich von Zürich sei. Ich komme auf das Thema zurück und versichere ihnen, dass ich sie beobachtet habe. «Er isch es gsi», beichten darauf die beiden flaubartigen Aelteren und zeigten auf den Viertklässler. «Er isch drum en Tschingg, en saudumme Tschingg.» Von Mitverantwortung erzähle ich ihnen und bitte sie, in Zukunft von derartigem Zeitvertreib abzulassen. Verständnislos grinsen sie mir ins Gesicht und warten, bis die lästige Moraltante abgezogen ist, um im Programm fortfahren zu können. War ich zu wenig laut, zu wenig autoritär, hätte ich einen Volksauflauf veranstalten sollen?

Von Bekannten habe ich gehört, die des Nachts ganz schreckliche, nach Mord und Totschlag tönende Hilfeschreie vernahmen. «Wer weiss, ob der Täter bewaffnet ist?» sprachen sie, zogen die Bettdecken fester über die Ohren und konnten vor Gewissensbissen bis zum Morgen grauen kein Auge mehr schliessen.

Als wir uns kürzlich in Nigeria in den grausamen Verkehr wagten, lag da ein Toter am Wegrand. «Schauen Sie nicht hin», riet der erfahrene Chauffeur, «sonst werden wir noch zur Verantwortung gezogen.» Laissez faire – laissez aller ... Wenn wir nach dem Motto der drei Affen, die weder sehen, hören noch sprechen wollen, durch unsere Tage trotten, werden wir vielleicht älter!

Es lebe unsere eigene Sicherheit!  
Susi

## Kindersorgen

Unsere Wohnung wird langsam zu klein. Deshalb suchen wir auf das Frühjahr eine neue. In diesem Zusammenhang sehe ich mit besonders offenen Augen jeweils mir fremde Kinderspielplätze an. Kürzlich, auf einem Spaziergang, packte mich wirklich die Wut. Weshalb? Wir gingen an ein paar Wohnblöcken vorbei. Dabei fiel mein Blick auf einen sogenannten Spielplatz. In einer schattigen Mulde, an der Ecke eines Hauses, befindet sich eine grosse, mit Sand gefüllte Zementröhre. Wenn drei kleine Kinder hier aber spielen, geraten sie unweigerlich einander ins Gehege, weil einfach zu wenig Platz da ist. Man kann kaum drei «anständige» Sandberge zusammenschaukeln. Natürlich weiss ich nicht, wie viele Kinder in den

Häusern wohnen. Trotzdem ärgert es mich: wie schäbig, sozusagen in einen verschupften Winkel hat man die kleinen Kinder verbannt! Zwar steht da auch noch ein Schaukelgerät, eines von der Sorte, wie man sie oft in Privatgärten sieht – also auch von minimaler Grösse. Daneben befindet sich – wie grossartig – noch eine Sitzbank für allfällige Mamis ... Ich kann Ihnen sagen, das ganze Plätzchen macht einen so kläglichen, fast behelfsmässigen Eindruck, dass es aussieht, als seien hier Kinder unerwünscht.

Schon öfters habe ich mich gefragt, was sich wohl Architekten, Bauherren, Geldgeber etc. jeweils denken, wenn sie Anlagen und Wohnungen planen und bauen. Ob wohl diese Herren selbst keine Kinder haben? Oder wohnen alle in eigenen Häusern? Dabei habe ich das unguete Gefühl, dass allzuoft auf eine recht einfache Weise viel Geld an solchen Siedlungen verdient worden ist: Man hat überall dort gespart, wo es um einen minimalen Wohnkomfort gegangen ist. Aber selbst, wenn Architekt und Bauherr keine Kinder haben, sollten sie sich vielleicht bei ihrer Arbeit hie und da an die eigene Kinder- und Jugendzeit erinnern ... Haben sie nicht auch mit Bauklötzchen in der Stube gespielt, Holzwägelchen nachgezogen?! Wissen sie, wie das in einer schlecht isolierten Wohnung für den Hausbewohner im unteren Stock tönt? Und wo sollen unsere Kinder sich handwerklich betätigen, etwas nageln oder sägen? Einen Bastelraum gibt es für zehn Familien, und der ist als Lagerraum vermietet worden. Also bleibt nur die Wohnung. Meine Küche ist aber so klein, dass ich – wenn ich einen Einmach- oder Backtag einschalte – fast Platzangst

bekomme. Blicke noch das Kinderzimmer. Aber auch das ist so klein, dass nebst der nötigen Einrichtung kaum Platz zum Spielen bleibt.

Und das Wohnzimmer ist nicht gerade die ideale Stätte für Säge und Hammer. Nebst zu kleinen Kinderzimmern, zu kleinen Kellern – denn auch hier lässt sich keine Ecke freimachen – haben unsere Kinder sich meistens auch noch mit langweiligen Grünanlagen und dürftig eingerichteten Spielplätzen zu begnügen. Wie aber sollen sie sich entfalten, ihre Phantasie brauchen können, wenn sie an allen Ecken anstossen, eingeengt und nur zu «unhörbaren» Tätigkeiten angeregt werden – wenn man ihnen kaum einen Spielraum zugestehen will? Wie sollen sie jemals grosszügige, tolerante Erwachsene werden, wenn sie von uns nur Einschränkungen, nur Kleinlichkeiten gewohnt sind?

Lisbeth

## Die sanfte Erpressung

Der Psychiater und Schriftsteller Dr. X in Zürich verlangt für eine Konsultation Fr. 300.–. Man mag einwenden: Nun gut, ein Liebhaberpreis. Wenn ein Arzt oder ein Künstler arriviert ist, kann er verlangen, was er will. Die anbetungshungrigen Gläubigen werfen ihm das Geld bereitwillig in den goldenen Rachen. Je teurer der Mensch sich verkaufen kann, desto wertvoller und wunderbarer muss das sein, was er bietet. Eine logische Ueberlegung. Was ist schon dabei?

Sehr viel. Eine besonders schöne Dirne, die 1000 Franken für eine Nacht kassiert? Soll sie, das ist in Ordnung; die reichen Herren, die sie bezahlen, dauern mich nicht. Aber ein Arzt? Wie ist das, wenn er seine Zeit, sein

Wissen und seine Teilnahme zu Wucherpreisen verkauft? Wie, wenn er die Notlage und psychische Abhängigkeit seiner Patienten ausnützt? Ein Psychiater sagt ja meistens nicht von Anfang an, zu welchen Tarifen er zu arbeiten gedenkt. Aus guten Gründen. Und der Patient ist zu schüchtern, danach zu fragen. Ueber Geld spricht man nicht – das wäre eine Tabuverletzung – Geld hat man (zu haben!).

Gestern beschrieb mir eine Bekannte, die an schweren funktionellen Störungen leidet, ihren Schock. Sie bekam vom Psychiater X diskret eine Rechnung zugesandt: 1500 Franken für fünf Konsultationen. Nun ist die junge Frau aber bereits so im Banne dieses Mannes, so innerlich von ihm abhängig, dass sie nicht mehr wagt, die Behandlung abzubrechen. Lieber macht sie Schulden, als auf ihre letzte Genesungshoffnung zu verzichten: «Dr. X muss mir doch helfen können, er hat so wunderbare Bücher geschrieben, so sozial engagierte Bücher!» (Billiger kann er's leider nicht machen, der Menschenfreund. 40 000 Franken monatliches Einkommen braucht er vermutlich zur Erhaltung seines Selbstwertgefühls ...)

Meine Bekannte tat mir leid. Krankenkasse? Ja, mit der Krankenkasse ist das so eine Sache. In gewissen Fällen übernimmt sie eine psychiatrische Behandlung. Aber sie zahlt «schlechte» Tarife. Das wirkt sich in der Praxis so aus: Geht es auf Krankenkasse, nimmt sich der Psychiater wenig Zeit, verschreibt hauptsächlich Medikamente. Manchmal nützen die Mittel, manchmal nicht. Braucht der Patient menschliche Teilnahme (Gesprächstherapie oder Analyse), muss er selber zahlen, denn mehr als zehn Minuten Psychiaterzeit kann sich die Krankenkasse nicht leisten. Leider in vielen Fällen der Patient auch nicht. (Es mag mitleidige und sozial denkende Psychiater geben, die eine Ausnahme von dieser Regel bilden. Als Mitarbeiterin einer psychologischen Beratungsstelle wäre ich für entsprechende Hinweise sehr dankbar.)

Wer bestimmt eigentlich die Tarife der Aerzte? Sie selbst. Sie geniessen eine uneingeschränkte Monopolstellung. Niemand wagt, sie wegen Wucher zu verklagen. Niemand wagt, einen Chirurgen vor der Operation nach dem Preis zu fragen. Wie wollte er auch: Von Schmerzen gepeinigt würde er sowieso gezwungen sein, jede finanzielle Erpressung zu akzeptieren. So ist das bei uns. Wäre ein staatlicher Gesundheitsdienst nicht am Ende das kleinere Uebel? Das grosse Geschäft mit dem Leiden: es ist eine Schande.  
Ariane



«Ich kenne nun Ihren Namen und auch die Art Ihrer Beschäftigung. Jetzt würde mich nur noch interessieren, welche Rolle Sie spielen.»