

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 22 (1980)  
**Heft:** 11: Alltag

**Artikel:** Muss es so sein?  
**Autor:** Zoller, Barbara  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-155720>

### **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:** 16.01.2026

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

# Alltag

## MUSS ES SO SEIN?

Alltag = Routine

Ja, ja, ich bin schon recht routiniert, wenn es darum geht, am morgen das ekelhafte gesurre des elektrischen weckers abzustellen. Ich schwinge meinen arm mit geschlossenen augen in richtung wecker, und meistens trifft der zeigfinger schon beim zweitenmal den knopf, und ich kann mich beruhigt wieder in die kissen zurückfallen lassen. Beruhigt? Nein, ich darf ja nicht in den schlaf (des gerechten? ) zurückfallen, also blinzele ich, versuche krampfhaft die augen offen zu halten und mich dem schlimmsten augenblick des tages zu stellen, dem aufstehn. Wenn es mir nämlich endlich gelungen ist, die wärme des bettes zu verlassen, ist das getriebe in gang und alles läuft wie am schnürchen, routine! In dieser routine bleibt keine zeit, darüber nachzudenken, warum das aufstehen eine tägliche qual ist. Auch dieser mühsame start ist routine geworden, zur unabänderlichen tatsache.

Im alltagstramp beachte ich (wie ist's bei dir? ) fragen, die hinter diesem unwohlsein stecken können: habe ich mir etwa zuviel arbeit aufgebürdet, zuviel verpflichtungen, sodass der motor sich jeden morgen verweigern möchte? Oder ist meine arbeit zu wenig befriedigend? Sehe ich überhaupt einen sinn in meinem alltäglichen tun? Habe ich vielleicht schwierigkeiten mit mitarbeitern oder freunden? Oder fehlt mir am morgen ein mensch, dessen wärme und aufmunterung mir morgens not täte? Oder kommen meine morgendlichen krämpfe ganz einfach daher, dass ich ein abendmensch und daher ein morgenmuffel bin? Diese fragen stelle ich aber nicht, denn ich muss ja arbeiten. Verändern das ist schwierig (und tönt erst noch nach Brecht und links) und so wie es jetzt ist, geht's ja, wo kämen wir auch hin, wenn alle sich verändern wollten?

*Wo chiemte mer hi  
We jede seiti  
wo chiemte mer hi  
und kene gieng ga luege  
wo me anechiem  
we mer gieng*

*Kurt Marti (aus dem gedächtnis zitiert)*