

**Zeitschrift:** Sprachspiegel : Zweimonatsschrift  
**Herausgeber:** Schweizerischer Verein für die deutsche Sprache  
**Band:** 38 (1982)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Wortbildung

### **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:** 11.04.2026

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

## Von der Frustration zum Frust

Wörter, die aus einer anderen Sprache ins Deutsche kommen, bleiben zu- meist als Fremdwörter erhalten. Es kann aber auch vorkommen, daß sie in allen möglichen Wortneubildungen eingedeutscht werden und sich dann in unserer Sprache recht hübsch ausnehmen, hübscher jedenfalls als das Wort ‚eindeutschen‘.

In neuerer Zeit sind besonders häufig englische Wörter in die deutsche Sprache übernommen worden. So ist es noch nicht lange her, daß ‚frustrated‘ und ‚frustration‘ zu uns kamen, und alsbald wurden die Wörter ‚Frustration‘ und ‚frustriert‘ recht gebräuchlich, denn für diese Begriffe gab es vorher kein rechtes Wort im Deutschen. Das lateinische Wort ‚frustrare‘, von dem das englische Wort ursprünglich abgeleitet ist, bedeutet ‚vereiteln‘. Und wenn jemand ‚frustriert‘ ist, dann leidet er darunter, daß er verhindert oder gehemmt ist, daß er nicht aus sich heraus kann, nicht weiterkommt, nicht tun kann, was er möchte. Das also ist Frustration, und das Wort hat eingeschlagen. Das Fremdwort hat sich so schnell verbreitet, daß es in jüngster Zeit bereits zu folgender eingedeutschten Wortneu- bildung führte:

Vor kurzem war ein Zeitungsartikel überschrieben: „Der Frust nagt an den Grünen“, und in dem Artikel hieß es unter anderem: „Bei den Grünen ist der Frust Dauergast.“ Erklärt wird das Wort ‚Frust‘ nicht. Es wird voraus- gesetzt, daß der Leser es versteht, obgleich es im Wörterbuch noch nicht zu finden ist. Der Leser wird das Wort wohl schon zuvor gehört haben, wie der Verfasser des Artikels es gehört hat, und was gesprochen wird, soll man auch schreiben können.

Wenn ‚Frustration‘ zu ‚Frust‘ gekürzt wird, spricht es sich leichter aus, und man kann vorhersehen, daß ‚Frust‘ bald seine Herkunft von ‚Frustra- tion‘ verleugnen wird. Denn ‚Frust‘ klingt so deutsch wie ‚Frist‘. Und wenn sich diese Kurzform eingebürgert hat, dann wird man allenfalls denken, ‚Frust‘ sei schon immer dagewesen, und ‚Frustration‘ sei offenbar eine Erweiterung von ‚Frust‘. Wenn man dann sagt: „Jeder hat seine Frustration“, meint man allenfalls: „Jeder hat seine Ration Frust“!

Nun fragt es sich, wie es dazu kam, daß man ‚der Frust‘ sagt, warum nicht ‚die Frust‘? Es heißt doch auch ‚die Brust‘. Andererseits heißt es ‚der Frost‘, und vielleicht erinnert Frust mehr an die Kälte des Frosts als an die Wärme der Brust. Auch der Durst und der Rost standen vielleicht Pate bei der Artikelbildung von Frust.

Jetzt brauchen wir bloß noch darauf zu warten, bis neue Verben von „Frust“ abgeleitet werden; nicht ‚frustrieren‘, das gib<sup>t</sup> es schon, und von diesem Verb kommt ‚Frust‘ ja seinerseits, obschon man vielleicht denken wird, ‚frustrieren‘ sei von ‚Frust‘ abgeleitet worden wie ‚gastieren‘ von ‚Gast‘. Bei der wachsenden Popularität von ‚Frust‘ kann es jedoch auch zur Bildung ganz neuer Verben kommen. Wenn zum Beispiel einer voll Frust sein Dasein fristet, wird es wohl heißen: „Er frustet so dahin.“ Und wie manche Menschen lustig sind, so sind andere frustig; und wie die ersteren einander zuprosten mögen, so können die letzteren einander an- frusten. Die sind dann so verfrustet, wie ein Gefrierschrank mit Eis ver- krustet ist. Solche Leute sollte man einmal tüchtig entfrusten, wie man einen Gefrierschrank entfroset.

Doch so weit sind die Wortneubildungen noch nicht gediehen. Wir sind erst noch beim Frust. Aber das ist ja auch schon etwas. Das reimt sich sogar auf Brust und auf Lust. Und damit kann man immerhin schon einen Limerick machen: Etwa so:

An einem Tag im August  
überkam ein Pärchen die Lust.  
Sie hielten sich dicht,  
doch sie liebten sich nicht,  
denn sie litten beide am Frust.

*Klaus Mampell*

## Erinnerungen

### **Als Student in Bonn vor fünfzig Jahren**

Notizen vom einen zum andern Goethe-Jahr

Es war eher eine Seltenheit, daß damals ein Berner Student von der sprachlich-historischen Fakultät für ein Sommersemester nach Bonn am Rhein zog. Wenn recht viele schweizerische Theologiestudenten dies taten, um ein oder mehr als ein Semester dort Professor Karl Barth zu hören, war das ein seit Jahren bewährter Brauch. Zu meinem Studienaufenthalt in Bonn, das damals 100 000 Einwohner zählte, wovon 10 000 Studenten, hatte Professor Fritz Strich in Bern seinen guten Rat gegeben, lehrte doch in Bonn damals noch der Altmeister der deutschen Literaturgeschichte Professor Oskar Walzel. Unvergeßlich blieb für mich seine Festansprache an der Goethe-Feier in der Aula der Universität.

Noch durfte der humanistisch-weltbürgerliche Grundton die Feierstunde zum 100. Todestage Goethes prägen. Daß kein Jahr verstreichen sollte, bis die Weimarer Republik (der Genius Goethes war ihr als Pate zugedacht worden) dem Dritten Reiche weichen mußte, ahnten wohl nur wenige in der festlichen Runde.

Nun, die Goethe-Feier war bloß eine Episode für den Studenten aus Bern. Der akademische Alltag nahm ihn in Pflicht, und zwar auch mit einer literarischen Seminararbeit. Es galt, zwei Novellenfassungen eines zeitgenössischen Schriftstellers miteinander zu vergleichen. Nach einigen Wochen übergab ich meine Arbeit dem Assistenten Dr. Tack. Wenige Tage später erhielt ich sie zurück mit dem Bescheid, sie sei angenommen, nur habe er gewisse Bedenken, ob ich als Schweizer mich für die deutschen Kommilitonen in verständlichem Hochdeutsch auszudrücken wisse, eine Sprechprobe sei unumgänglich. Mit leicht verletztem Schweizer Stolz stellte ich mich zu dieser Leseprobe im Hörsaal ein. Doch kaum hatte ich ein paar Sätze gelesen, winkte Dr. Tack ab, er sei nun überzeugt, daß mich alle verstünden. Dennoch wurde mein nicht einwandfrei nach Siebs gelautes Hochdeutsch wahrgenommen. Während ich vorlas, schritt nämlich Professor Walzel, der hinten Platz genommen hatte, langsam die Fensterwand entlang nach vorn, den Vortragenden fest ins Auge fassend, wobei mir ein gewisses Aufleuchten seines Gesichtes nicht entging. In der darauffolgenden Pause, bei der persönlichen Begrüßung, der erstmaligen, gab der Professor seiner Freude darüber Ausdruck, einen Berner Studenten an seiner hochdeutschen Sprache erkannt zu haben. Das war durchaus nicht