



Lebensbedingungen und psychische Krankheiten von Frauen

Zweifelloos, so festgelegt wie um die Jahrhundertwende ist die Rolle der Frau heutzutage nicht mehr: Hausfrauen- und Mutterdasein ist eine von mehreren Möglichkeiten für Frauen geworden – und trotzdem auch heute noch der Maßstab für ein Frauenleben. Entwerfen wir einmal mehrere Szenarien eines Frauenlebens heute.

"NUR"-HAUSFRAU Die klassische Lösung: die Frau ist zu Hause, verheiratet und hütet die Kinder – angesichts zunehmender Arbeitslosigkeit auch heute bei jungen Mädchen durchaus eine begehrte Alternative, viele ältere Frauen leben ohnehin so. Die

Monotonie dieses Arbeitsbereiches, die häufige Isolation, das eingeschränkte Gesichtsfeld, die wirtschaftliche und in der Folge auch emotionale und intellektuelle Abhängigkeit vom Mann bringen (schon häufig analysierte) Probleme mit sich. Angesichts der Tatsache, daß die häusliche Arbeit und die emotionale Versorgungsarbeit von Frauen weitaus geringer bewertet werden als – zumeist von Männern geleistete – Erwerbsarbeit, erstaunt es nicht, daß sich bei diesen Frauen (wie wir später sehen werden, auch bei den anderen) Selbstwertprobleme häufen, Depressionen, Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit weit häufiger sind als es

zunächst den Anschein haben mag. Hausfrauenalkoholismus ist schon zu einem Begriff geworden. Mit Medikamenten kann Frau ihre Abhängigkeit noch besser kaschieren, da sie ja "eigentlich" zur Aufrechterhaltung der Gesundheit dienen. Schon im Begriff der Abhängigkeit steckt eine grundsätzliche Lebenshaltung von Frauen, die ja auch zur Abhängigkeit hin sozialisiert werden. Abhängigkeit vom Mann, nicht auf eigenen Füßen stehen können und Abhängigkeit von Drogen haben etwas miteinander zu tun. Alkohol und Tabletten als Ersatz für unerfüllte Bedürfnisse, als Kompensation dafür nicht unabhängig, d.h. risikobereiter leben zu können oder zu wollen.

Depressionen entstehen häufig aus nach innen gerichteten Aggressionen. Es gehört nicht zum weiblichen Bild laut brüllend Ärger und Mut hinauszuposaunen. Das bringt für eine Frau keine Anerkennung, höchstens den Vorwurf hysterisch zu sein. Die andere Wahl: dann doch lieber depressiv. Die ideale Hausfrau und Mutter: für alle ihre Lieben sorgend, die Kümernisse der Familie bearbeitend, zu jeder Zeit für alle da – gleichzeitig nahezu kindlich abhängig. Wie oft wird eine Hausfrau und Mutter nicht richtig ernst genommen, auch vom eigenen Mann und von den heranwachsenden Kindern.

BERUFSTÄTIGE

Aber das ist doch heute längst nicht mehr die Realität von vielen Frauenleben, werden Einwände kommen. Richtig – dennoch ist es die Grundlage, auf der auch andere Möglichkeiten aufbauen. Sehen wir uns doch einmal an, was es heißt berufstätige Frau zu sein. Da gibt es zum einen die dazuverdienende Ehefrau – bisweilen halbtags beschäftigt, manchmal auch ganztags, die dann in der restlichen Zeit die Kinder und den Haushalt versorgt. Sicherlich hilft in einer solchen Situation oft der Mann im Haushalt mit, aber er hilft eben mit, er ist nicht der Verantwortliche, führt häufig nur das aus, was er aufgetragen bekommen hat. Das führt dann bei der Frau zur viel beschworenen Doppelbelastung. In dieser Situation fühlen sich Frauen oft innerlich zerrissen. Entweder haben sie Schuldgefühle, nicht richtig für die Kinder sorgen zu können und keine gute Mutter zu sein oder sie sind im Beruf nur halbwegs einsatzfähig, nicht so initiativ wie ihre Kollegen, machen viel seltener Karriere usw. An diese beiden unterschiedlichen Aufgabenbereiche sind auch unterschiedliche Rollenerwartungen geknüpft: hier wieder die sich aufopfernde, Beziehungsarbeit leistende Frau, die eigene Interessen zurücksteckt, anpassungsfähig und hilfsbereit ist, sich immer nach den anderen richtet usw., dort die durchsetzungsfähige, initiativvolle, dynamische Mitarbeiterin, die selbständig und eigenverantwortlich arbeitet und auch Führungsaufgaben übernehmen kann. Völlig verschiedenen Anforderungen, bei denen sich Frauen immer auf einer Seite unzulänglich fühlen; mangelndes Selbstwertgefühl tritt also auch hier auf.

Des weiteren mache man sich klar, in welchen Berufen und beruflichen Stellungen Frauen vornehmlich arbeiten: in Sozialberufen z.B. als Erzieherin, Lehrerin (eher als Grundschullehrerin denn als Direktorin eines Gymnasiums). Die Chefs der jeweiligen Einrichtungen sind häufig Männer, auch wenn alle sonstigen Mitarbeiterinnen Frauen sind. In Assistenzberufen (Arzthelferin, Sekretärin, MTA etc.) im Gesundheitsbereich, im Dienstleistungsbereich (Verkäuferin, Friseurin etc.) als Arbeiterin für besonders feinmotorische Arbeiten und meistens



in: Putzfrauen (Fischer TB)

unterbezahlt. Selten arbeiten Frauen im technischen Bereich, selten in übergeordneten Positionen. So sind denn auch Frauen, die ihre Familie ernähren immer noch die Ausnahme. Bekommt der Mann einen Arbeitsplatz an einem anderen Ort, ist es selbstverständlich, daß die Frau und die Kinder nachfolgen, die umgekehrte Möglichkeit wird selten überhaupt in Erwägung gezogen. Das zeigt mit großer Deutlichkeit, daß auch für berufstätige Frauen, die Rolle der Hausfrau und Mutter meistens im Vordergrund steht. Die gesellschaftliche Anerkennung durch den Beruf ist weitaus nicht so groß wie für den Mann.

LEDIGE

Nun, nicht alle Frauen leben in Beziehungen, wie steht es mit der alleinstehenden berufstätigen Frau – nahezu der Inbegriff von Emanzipation. Wenn sie jung ist, heißt es: "Sie heiratet ja sowieso bald", daher werden Frauen ja auch oft von Arbeitgebern nicht gerne genommen. Ist sie schon älter, heißt es: "Sie hat keinen abgekriegt!" Wer sagt dasselbe schon von einem männlichen Junggesellen, "der wollte eben einfach nicht heiraten". Sie gilt als schrullig, vielleicht kompliziert, sie wird nicht ernst genommen als Person auch wenn sie in ihrem Beruf noch so gewissenhaft und erfolgreich ist: sie ist eben keine ganz richtige Frau, sie gilt als unweiblich, da fehlt etwas... Also ganz gleich, was eine Frau macht, wie sie ihr Leben einrichtet, sie muß immer mit widersprüchlichen Rollenerwartungen fertig werden, fühlt sich daher auf irgendeinem Gebiet immer unzulänglich, zerrissen, wertlos.

PSYCHISCHE FOLGEN

Welche psychischen Konsequenzen haben nun diese widersprüchlichen Rollenerwartungen auf die Frau-



in: Putz!Frauen (Fischer TB)

en, auf ihr Leben in einer Gesellschaft, in der die Maßstäbe allen Verhaltens das Verhalten des Mannes ist? In der Frauenforschung beginnt sich die Auffassung durchzusetzen, Krankheit von Frauen als versteckten Widerstand gegen solche Bedingungen zu sehen, als stummen Protest, weil Frauen nicht gelernt haben laut zu protestieren.

Den Bezug von Depression und Drogenabhängigkeit zum weiblichen Lebenszusammenhang habe ich schon weiter oben aufgezeigt. In den letzten Jahren nehmen bei Frauen die Essprobleme zu: als Esssucht, Ess-Brech-Sucht, Magersucht. Die Einordnung als Sucht zeigt wieder einen Zusammenhang zum Problem der allgemeinen und psychischen Abhängigkeit von Frauen. Magersucht wird auch bisweilen als Protest der "braven Mädchen" bezeichnet. Man schätzt, daß circa 60% der weiblichen Bevölkerung zwischen 15 und 45 Jahren an zwanghaftem Essverhalten leiden.

Frauen bekommen gesellschaftliche Anerkennung über ihren Körper: mit seiner Hilfe ziehen sie einen Mann an, der ihnen dann Familie usw. verschafft. "Viele Frauen haben das bewußte Wunschziel, schlank zu sein. Schlankheit bedeutet alles, was gut, gesund und sexuell ist. Dicksein ist ein Symbol für Traurigkeit, Isolierung und Selbsthaß. Unbewußt drücken diese Körperzustände oft ganz andere Bedeutungen aus; daraus erklärt sich, warum es der Frau so schwerfällt, ihre 'Idealform' zu erreichen und beizubehalten. Magerkeit kann z.B. Verletzlichkeit oder Perfektion bedeuten, Dicksein ist ein Schutzschild." (1) Neben der Bedürftigkeit drückt sich in Essproblemen zugleich ein Protest gegen den weiblichen Lebenszusammenhang aus.

Viele Frauen leiden unter Ängsten, entweder ganz allgemein oder auch unter Phobien, d.h. bei bestimmten Reizen werden die Frauen von ungewohnten Empfindungen und Gefühlen, die stark angstbesetzt sind, überschwemmt. "Man kann Phobien als Abwehrstrukturen innerhalb der Psyche verstehen. Negative Erfahrungen wie etwa die Ablehnung in der Dynamik von Abstoßung und Anziehung sind äußerst schmerzlich. Sie erzeugen ... in der Frau das Gefühl selbst schlecht zu sein." (2) Dieses Gefühl ist so unerträglich, daß die Frau die Gefahr, die davon ausgeht auf einen äußeren Gegenstand übertragen muß. Oft ist es aber auch so, daß auf Grund der Beschränktheit des weiblichen Lebenszusammenhangs gar nicht alle Phobien erkannt werden, weil die Frauen einfach solche Situationen vermeiden (z.B. Fahrstuhlfahren, Benutzen öffentlicher Verkehrsmittel usw.). Häufig treten auch Zwangsverhalten auf und in letzter Zeit finden psychosomatische Störungen zunehmend Beachtung.

An dieser Stelle kann ich nicht auf sämtliche psychischen Leiden und Krankheiten von Frauen, geschweige denn auf deren Therapiemöglichkeiten eingehen. Es kam mir vor allem darauf an zu zeigen, in welchem Zusammenhang sie mit weiblichen Lebensbedingungen stehen.

Ika Nobiling-Raphael

Anm.: 1) Luise Eichenbaum, Susie Orbach, Feministische Psychotherapie, München 1984, S.163 2) aaO., S.151