

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 103 (1977)  
**Heft:** 3

**Illustration:** "Ach nein, euer Tommy ist noch immer mit dem herrschenden System einverstanden, unser Stefan spuckt schon längst aus!"  
**Autor:** Handelsman, John Bernard

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

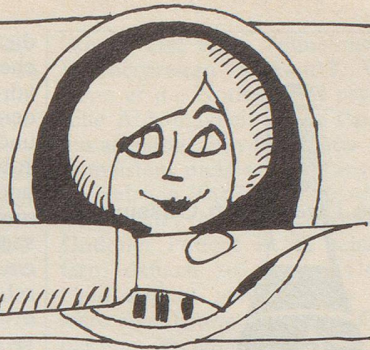
### **Terms of use**

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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 24.04.2025

**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 alleinigmachend 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 mitmenschliche 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

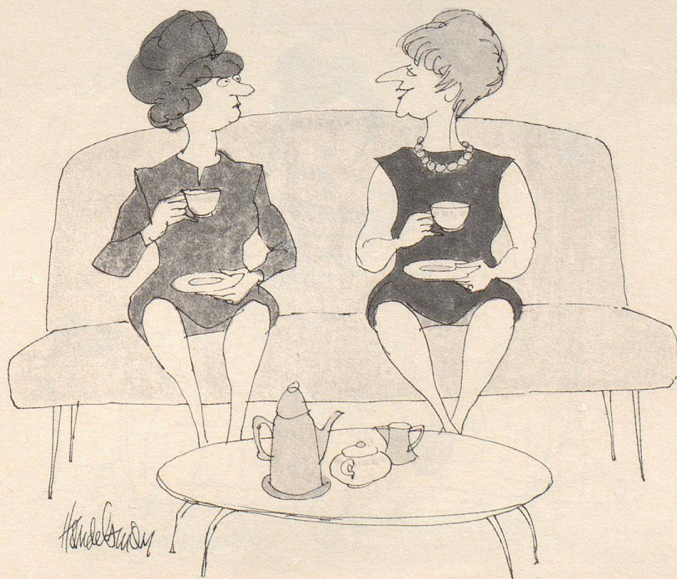
## Vorsätze müssen nicht den Weg zur Hölle pflastern!

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 andern 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