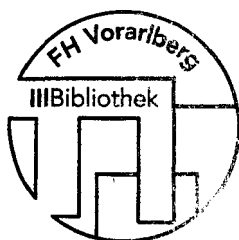


Katharina Höcker

Durststrecken

Zwischen Abhängigkeit
und Aufbruch
Frauen und Alkohol



Akademie für Sozialarbeit

Kapuzinergasse 1

6900 Bregenz

Bibliothek

Fischer Taschenbuch Verlag

Inhalt

Vorwort	9
Von apathischen, fetten Männern und eigentlich ganz netten, ordentlichen Frauen. - Die Alkoholiker-Klischees in der Öffentlichkeit und die Notwendigkeit, sie zu durchbrechen.	
Ich trinke, weil	17
Jede von uns hat 1000 gute Gründe für ihr Saufen. Und bei jeder hat es eigentlich ganz »normal« angefangen, mit einer gelegentlichen Korrektur der Wirklichkeit - bis dann der Suff seine eigene Wirklichkeit hatte. - Einblicke in das Entstehen des Suchtkreislaufs.	
Versagerin auf ganzer Linie?	64
Cool, aber herzlich, autonom, aber für-alle-da- kurz: hundertprozentig perfekt wollen wir sein. Und so bleiben wir doch nur, wie wir uns fühlen: dumm, häßlich, mangelhaft. - Was fehlt uns, daß wir die Flasche brauchen? Welche Selbstbilder und welche (Weiblichkeits-)Normen stehen hinter unserem süchtigen Verhalten?	
Im Zentrum einer Krankheit	108
Wenn sich die Klammer der Sucht schließt, hat auch der Rausch seine schillernde Fassade verloren: Er ist einsam, monoton, verzweifelt. Trotzdem trinken wir weiter. - Von der Ausweglosigkeit unseres Saufens und unserem Selbstbetrug, es »irgendwie schon hinzukriegen«.	
Das erste Glas stehenlassen - und noch viel mehr Trockenwerden heißt nicht nur, mit dem Saufen aufzuhören: Es heißt, sich selbst wahr- und ernst zu nehmen. Wir haben mehr zu verlieren als unsere Flaschen - aber wir haben ein selbstbestimmtes Leben zu gewinnen.	134
»Geheilt« zurück ins kaputte Frauenleben	166
Das Angebot therapeutischer Hilfe und seine Lücken für uns Frauen. Sollen wir wiederhergestellt werden, um	

fortan nüchtern noch besser zu funktionieren, oder kann Hilfe mehr sein als eine Anleitung zur Anpassung? Welche Hilfe brauchen wir, auf welche können wir verzichten?

- 7 Sich selbst lieben - Frauen lieben?187
Süchtig nicht nur nach Alkohol, sondern nach Anpassung, haben wir unsere eigenen (auch sexuellen) Wünsche verschüttet. Mit dem Trockenwerden durchbrechen wir die Weiblichkeitsnormen und definieren unser Frauen sein selbst - der Beginn einer lesbischen Identität?
- 8 Nicht still für uns die Schäflein ins trockene bringen! 210
Das trockene Leben als Basis kleiner und großer Kämpfe. Gibt es in einer besoffenen Gesellschaft Lebensräume für uns, und wie verändern wir nicht nur uns selbst, sondern auch die Strukturen, die uns abhängig gemacht haben?
- 9 Solange wir reden, saufen wir nicht, sondern kämpfen 270
Daß Betroffene sich gegenseitig am besten helfen können, ist bekannt. Daß Frauen diese Hilfe am besten bei Frauen finden, hingegen weniger. Frauenselbsthilfegruppen als Chance, nicht nur mit der Sucht zu leben, sondern von ihr zu profitieren.