

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 37 (1933-1934)  
**Heft:** 13

**Artikel:** Zur Psychologie der Persönlichkeit  
**Autor:** Hocke, Fritz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-669227>

#### **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:** 22.02.2026

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

Schau, da bricht die Sonne durch die Wolkenwand und scheint auf das weiße Tischtuch.

Und dem Buben ist gleich viel froher zu Mut, vom Beten und von der Sonne. Die wird auch der Lisbeth wohl tun.

Der Mensch ist gleich ganz ein anderer, wenn das trübe Gewölk draußen verschwindet und sonnige Helle in die Herzen strömt. Da ist man gleich viel aufgeleger und aufgeräumter.

Nach dem Essen geht's gleich ins Hochfeld hinauf mit dem Pfluggespann.

Die Sonne hat sich durchgekämpft, und die paar Wolken, die ihr noch übers helle Gesicht laufen, können ihr nichts mehr anhaben.

Ruhig und fest führt der Bub den Pflug durch die schweren Schollen. Die Gäule greifen tüchtig aus, und wenn sie so durchhalten, ist der Acker um fünf Uhr gewendet, und der Bub kann Feierabend machen. Und dann will er bei der Lisbeth Feierweile halten.

Fortwährend denkt er an das Dirndl.

So oft er im Umkehren den Nachbarhof sieht, steigt ein froher Wunsch oder ein frommer Betspruch für das Dirndl in den lichten Himmel hinauf.

Bei der Besperpause zieht er das Kärtlein aus der Tasche und liest es wieder: „Auf Wiedersehen freut sich deine treue Kameradin.“

Der Bub denkt allerhand. Wenn jetzt das Dirndl gesund wird, und wenn seine Militärzeit einmal herum ist, dann —

Ganz selig ist der Bub in dem Gedanken: Die Lisbeth und keine andere soll einmal die Seine werden. Und heute abend, wenn er zu ihr geht, will er ihr schon sagen, daß er ihr ganz gut ist, daß er immer an sie gedacht hat, wie sie fort war. Damit sie weiß, wie er zu ihr steht.

Ja, das will er!

Wie er die Gäule wieder antreibt, um ja recht bald zur Lisbeth zu kommen, hört er vom Dorfe

Die Sonne gibt so grellen Schein,  
Wie kann die Uhr so langsam sein . . .  
Mir ist, wenn sie die Stunde schlägt,  
Dß sich ein Tag dazwischen legt.

## Traurigkeit.

Der Vögel Sang — wie tut er weh!

Und wenn ich unter Menschen geh,

Ist mir, die ganze Welt vergißt,

Dß irgendjemand traurig ist!

Paul Müller.

## Zur Psychologie der Persönlichkeit.

Bon Fritz Hocke.

Oft begegnen wir im Leben Menschen, von denen eine eigene, nicht näher zu beschreibende Kraft aussstrahlt, so daß wir von ihnen den Eindruck einer Persönlichkeit empfangen. Um

die dünnen, schrillen Klänge eines Glöckchens herauswimmern.

Hört er recht?

Was ist das? Das Sterbeglöcklein!

Wer ist da heimgegangen? Wohl der alte Bergbauer oder sonst ein altes, frisches Leut?

An die Lisbeth denkt der Bub nicht.

Wie er aber beim Umkehren mit dem Pflug wieder auf den Nachbarhof hinabblickt, sieht er, wie sich die Dorfleute um das Haus herumdrängen. Sie befreuzen sich und beten, und das Glöcklein wimmert so traurig und armselig, daß es dem Buben durchs Herz schneidet.

„Lisbeth!“ stößt er heraus. „Lisbeth, Lisbeth!“

Und er weiß, wem das Glöcklein klingt.

Das Unfaßbare zwingt ihn in die Knie. Da wirft er sich nieder, umklammert die Pflughörner und jammert: „Sagen wenn ich dir können hätt‘, wie gut ich dir allezeit gewesen bin, Lisbeth! Damit du’s gewußt hättest und an mich gedacht hättest in der Ewigkeit.“

In seinem Schmerze nimmt er das Kärtlein wieder zur Hand, das einzige Andenken, das er von der treuen Kameradin hat. Und liest: „Auf Wiedersehen!“ Das Wort hat plötzlich einen tiefen, heiligen Sinn.

„Auf Wiedersehen — in der Ewigkeit. Deine treue Kameradin.“

Das ist ein Trost.

Er reißt sich auf und pflügt die Fläche zu Ende. Es wird sein ewiges, heiliges Geheimnis bleiben, wie gut er der Lisbeth immerdar gewesen.

Die Zähren, die ungeschenen, die es jetzt verraten, flossen in die frischen Türen. Und die Sonne trinkt sie auf und führt sie zu lichten Höhen. Und es ist, als ob von dorther eine leise, liebe Stimme riefe:

„Auf Wiedersehen!“

Der Vögel Sang — wie tut er weh!

Und wenn ich unter Menschen geh,

Ist mir, die ganze Welt vergißt,

Dß irgendjemand traurig ist!

Paul Müller.

allgemeinen sind wir geneigt, dies vor allem auf äußere Wahrnehmungen zurückzuführen, sei es auf das sichere, zielbewußte Auftreten, auf die äußere imponierende Erscheinung, auf den

energischen Blick, auf die eindrucksvolle Sprache —, aber wir müssen in dieser unserer Annahme irre werden, wenn wir anderseits die Beobachtung machen, daß auch andere Menschen häufig als Persönlichkeit auf uns wirken, die vielfach über diese äußereren Kennzeichen nicht verfügen. Öfters aber werden wir uns der Oberflächlichkeit dieser unserer Wahrnehmungen, die nur das Äußere des Menschen erfassen, bewußt, wenn uns andere Handlungsweisen eben dieser Menschen von dem Gegenteil überzeugen und wir uns eingestehen müssen, daß Opfer einer Täuschung geworden zu sein!

Nein! Die Persönlichkeit eines Menschen wuzelt vor allem in seinem Innenleben, und wenn wir dieses zu ergründen versuchen, werden wir dem Wesen der wahren Persönlichkeit am nächsten kommen. Es ist kein billiges Schlagwort, wenn behauptet wird, daß Persönlichkeiten selten geworden sind, und die tiefere Ursache liegt des einen in dem neurotischen Zug der Zeit, des anderen in ihrer Schablonisierung; auch die technischen Errungenschaften mit ihrer Arbeitsteilung, die Wissenschaften mit ihrer Spezialisierung geben keinen guten Nährboden für die Entwicklung von Persönlichkeiten ab. Jeder, der sich über das Mittelmaß an Leistungen erhebt, sich nicht streng an die engen Gesetze und Richtlinien der Masse hält, seine Individualität behaupten will, wird in Acht und Bann erklärt, angefeindet, verfehmt..., was aber wirkliche Persönlichkeiten nicht abhält — so selten sie auch sein mögen —, auf den von ihnen beschrittenen Wegen weiter zu gehen, unheirrt des Geifers der Menge.

Grundbedingung jeder Persönlichkeit ist vor allem die freie Entfaltung ihrer Triebe und Instinkte, womit natürlich keineswegs ein freies Ausleben und Sichgehenlassen zu verstehen ist. Die Triebe müssen, wie Baudouin in seinem Buche „Die Macht in uns“ ausführt, „ein gut verschnürtes Bündel kraftvoller Strebungen sein!“ — zielfsicher und einheitlich, nicht zerflüttet, wie wir dies so häufig beobachten können. Jeder Charakter, der Wünsche, Triebe und Regungen verdrängt hat, darf nie darauf Anspruch erheben, als Persönlichkeit gewertet zu werden, denn in diesem Falle hat sich sein Ich in zwei Persönlichkeiten „gespalten“, von denen die eine stets das will, was der anderen zuwiderläuft. Wo solche „Verdrängungen“ stattgefunden haben, hemmen sie die freie Entfaltung der Triebe, erzeugen häufig neurotische Symptome, und es

ist die vornehmste Aufgabe der Psychoanalyse, die in das Unterbewußtsein verdrängten Regungen bewußt zu machen, den Menschen zu seinem wahren Ich zurückzuführen und ihn damit nicht nur von seiner Krankheit zu befreien, sondern ihm auch die volle Auswirkung seiner Persönlichkeit zu gewährleisten. Darin mag wohl auch eine der Hauptursachen liegen, warum die Psychoanalyse so angefeindet wird und man ihr so gerne vorwirft, daß sie für das „zügellose Ausleben“ des einzelnen eintrete. — Mode und Gesellschaft tun natürlich ein übriges, die Entfaltung der Persönlichkeit zu verhindern: die Mode in ihrem Uniformierungsbestreben —, die Gesellschaft mit ihrer Oberflächlichkeit, ihren verbindlichen, glatten Umgangsformen, sowie ihrer Reserve und Zurückhaltung. Hier trifft man allerdings des öfteren auf Menschen, die als Persönlichkeit gewertet werden, obwohl sie über nichts anderes verfügen als eine große Sprechgewandtheit, über reichliche Brocken oberflächlicher Bildung und die Gabe, sich stets in Szene zu setzen zu wissen. Die wahre Persönlichkeit setzt sich aber unbekümmert um das Urteil der Menge durch, sie schiebt nicht nach deren Gunst und ist daher nahe verwandt mit dem wirklichen Künstler, dem ernsten Forscher. Sie ist sich der Grenzen der eigenen Kraft bewußt und verfolgt ihre Ziele zäh, ausdauernd. Diese Ziele sind keineswegs eng umgrenzt, werden nicht mit der Ausschließlichkeit einer fixen Idee ins Auge gefaßt, denn damit würden so und so viele andere Kräfte gebunden und in ihrer freien Auswirkung gehemmt. Die wahre Persönlichkeit identifiziert sich mit ihren Zielen und verfügt auch über die nötige Energie, jene auch durchzusetzen —, ihre Arbeitskraft erscheint unerschöpflich und der Kampf ist ihr Element. Sie meistert ihre seelischen Kräfte, wie der Virtuose sein Instrument und beherrscht ihr Gefühlsleben, denn sie ist sich wohl bewußt, welche Nachteile und Kraftvergeudung Erregungszustände, wie Zorn und Leidenschaft, bedingen, womit natürlich keineswegs auf Gefühllosigkeit bei ihr geschlossen werden muß. Im Gegenteil! — reiches Innenleben ist unbedingtes Erfordernis jeder Persönlichkeit, denn wir dürfen nicht vergessen, daß der wahre Instinkt ihre eigentliche Triebfeder ist und jeder Erregungszustand eine Außerung des Instinkts darstellt. Ökonomie der Kräfte und deren richtige Anwendung ist ihr Geheimnis —, diese verleihen ihr die Sicherheit und Zielsbewußtheit, mit denen sie ihren

Mitmenschen gegenüber „imponiert“, ohne diesen Effekt selbstredend beizwecken zu wollen. Die innere Ruhe der Persönlichkeit erstarrt nie zur Gleichgültigkeit oder Trägheit, sie ist vielmehr für äußere Eindrücke sehr empfänglich, nur werden diese stets klar und besonnen überschaut, gesichtet und in den Dienst der eigenen Idee gestellt. Der nervöse Charakter, der stets zögert und überlegt, dem die richtige Entschlusskraft und der Mut zur Handlung fehlen, ist von der Persönlichkeit ebensoweiit entfernt, wie etwa der stets Eifrige, Hastende, Vielgeschäftige, der in der Fülle der auf ihn einstürmenden Ideen, mangels erforderlicher Konzentration des Geistes, keine zur Ausführung zu bringen vermag. Ein weiteres, nicht zu unterschätzendes Kennzeichen der Persönlichkeit ist eine gewisse Intuition, die sie die Wirksamkeit ihrer Handlungen im voraus „erfühlen“ läßt, und vor allem ein gewisser Lebensoptimismus; denn der Einfluß, den sie

auf andere ausübt, hängt zum Großteil von dem Vertrauen ab, das sie den anderen entgegenbringt, das nicht zuletzt wieder in der Zielsicherheit des eigenen Charakters begründet liegt.

Hiermit hätten wir die psychischen Erfordernisse der Persönlichkeit umschrieben. Selbstredend sind diese allein nicht bestimmd, denn es gibt noch physische Erfordernisse, die man sich von jenen Menschen, die auf Masse wirken, Einfluß auf sie gewinnen sollen, nicht gut wegdenken kann. Aber in diesen allein liegt jedenfalls nicht das Geheimnis der Persönlichkeit, denn sonst hätten wir nicht Beispiele von Persönlichkeiten in der Geschichte, die sich trotz allem durchzusetzen wußten, wie etwa Napoleon, der von kleinem Wuchs war, oder Mirabeau und Danton, die ausgesprochen häßlich waren, und die beweisen, daß die Macht des persönlichen Einflusses vor allem in den seelischen Kräften begründet erscheint.

### Hauswirtschaftliches.

**Billig und gut.** Durch richtige Wahl beim Einkauf der Nahrungsmittel kann viel Geld gespart werden. Das ist aber nur dann der Fall, wenn man sie darauf einschätzen kann, ob sie billige oder teure Nährstofflieferanten sind. Versteht die Hausfrau das Kochen, so kann sie auch aus den billigen Nährmitteln prachtvolles Essen zuresten.

Die Wissenschaft wartet uns mit interessanten Berechnungen über den Nährwert im Vergleich zum Preise bei verschiedenen Nahrungsmitteln auf, die jede Hausfrau sich eigentlich zu Gemüte führen müßte. So erringen im Vergleichswettbewerb die Kostbohnen am meisten Punkte, nämlich 350. Am nächsten kommen ihnen Mais mit 310 und Haferflocken mit 280 Punkten. Diese Nahrungsmittel nähren also für wenig Geld am Ausreichendsten. Vollmehl bringt es auf 240, Gries auf 225 und Vollbrot auf 185. Auch Linsen mit 165, Reis mit 160 und Makaroni mit 160 Punkten dürfen noch zu den billigen Nahrungsmitteln gezählt werden. Vielleicht auch noch Erbsen, Weißbrot und Roggenbrot mit 140, Zucker mit 125 und Schäfkartof-

feln mit 120 Punkten. Jetzt aber melden sich die teureren, ja teuren Nahrungsmittel, an denen sehr wohl gespart werden kann, die lediglich von Zeit zu Zeit auf den Tisch zu bringen sind. Hefefranz erringt 70, Fruchtwähe 52 und Weggli 45 Punkte. Frühkartoffeln 68, Rotkraut 50, Rüben 44 Punkte. Auch Kochschokolade kommt auf 50, Milchschokolade auf 30 Punkte. Gedörrte Birnen bringen es auf 40, gedörrte Äpfel auf 35 Punkte, frische Äpfel auf 35, frische Birnen auf 25. Für Zwetschgen errechnet man 30 Punkte, für Kirschen 18. Grüne Erbsen sind mit 28, Rändern mit 25, Blumenkohl mit 15, Kopfsalat mit 14 und Spinat mit 11 Punkten zu bewerten. Dann kommen noch Bananen mit 10, Orangen mit 9 und Eierpilze mit 7 Punkten. Nun ist gewiß wichtig, daß niemals ein tödlich gefocht wird. Jeden Tag Milchkaffee und Rösti bedeutet eine bedauerliche Ernährungsart und ist der Gesundheit nicht zuträglich. Aber die Abwechslungsmöglichkeiten möchten unter den angeführten Nahrungsmitteln mit hohen Punktzahlen gesucht werden, wenn wirklicher Sparwille vorhanden ist.

**Redaktion:** Dr. Ernst Eschmann, Zürich 7, Rütistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. **Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfbachstrasse 19, Zürich.**

**Insertionspreise für schweiz. Anzeigen:**  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 180.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 90.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 45.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 22.50,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 11.25  
für ausländ. Ursprung:  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 200.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 100.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 50.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 25.—,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 12.50