

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 41 (1937-1938)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Können Sie sprechen?  
**Autor:** Cavin, Milla  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-668665>

### 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:** 06.02.2026

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

Er raucht nicht, denkt der andere. Er spielt mit dem Bub und schaut in die Wolken. Merkwürdig, der Schulmeister.

Als es dunkel wird und der Schulmeister mit dem Bub ins Haus geht, schleicht Jörg vor das Haus und hückt sich zu den Pflastersteinen nieder.

Er sieht genau hin, aber es liegen keine angebrannten Zündhölzer herum.

Jörg geht zurück in sein Haus. Im Schrank steht noch eine Flasche. Er nimmt sie jetzt und schleudert sie in den Bach, wo sie an einem Stein in tausend Stücke zersplittert.

### III.

Er spielt jetzt auch mit seinem Bub vor dem Haus, wenn er Feierabend hat.

## Können Sie sprechen?

Eine merkwürdige Frage; natürlich können Sie sprechen. Sie haben es ja in Ihrer frühesten Jugend gelernt. Nun ja gewiß, Sie sprechen sehr geläufig, können Ihnen Gedanken fast immer den gewünschten Ausdruck geben, und sicher ist es Ihnen noch nie in den Sinn gekommen, daß an Ihrer Sprechfertigkeit etwas auszusetzen wäre.

„Aber da liegt's“, um mit Hamlet zu sprechen. Wenn sie einmal mit kritischem Bewußtsein zugehört hätten, wie Sie sprechen, würden Sie wahrscheinlich überrascht und befremdet den Kopf geschüttelt haben, eine Reaktion, die man bei fast allen Menschen beobachten kann, die einmal eine Schallplatte ihrer Sprechstimme aufnehmen ließen. Es wäre Ihnen vielleicht aufgefallen, daß Sie etwa höchst undeutlich artikulieren, halbe Silben verschlucken oder daß Sie in eine übermäßig hohe Tonlage verfallen und sich heiser schreien, wenn Sie in Affekt geraten usw.

Sie haben natürlich andere Sorgen, als sich andauernd selbst zu belauschen. Sie brächten es auch gar nicht fertig, ohne schließlich Ihre ganze Unbefangenheit einzubüßen. Und dennoch schaden Sie sich durch Ihre arglos verübten „Sprechuntaten“ gewiß öfter als Sie annehmen.

Sie treiben Sport, Gymnastik, Körperflege, achten auf gute Körperhaltung. Als Kulturmensch haben Sie stets ein gepflegtes Aussehen. Das sind Dinge, die Sie täglich durch einen Blick in den Spiegel kontrollieren können.

Aber wissen Sie auch, wie Sie wirken, wenn Sie zu sprechen beginnen? Darüber gibt Ihnen kein Spiegel Auskunft. Menschen, die eben erst Ihre Bekanntheit gemacht haben, werden es noch weniger tun, und Freunde, die sich an Ihre Sprechweise längst gewöhnt haben, denken nicht daran. Vielleicht aber wird der gute Eindruck, den

Ihre Erscheinung erweckt, durch die Art und Weise Ihres Sprechens wieder vollkommen zerstört, ohne daß Sie es ahnen. Wie ungünstig kann es für Sie sein, wenn Ihnen beispielsweise aus geschäftlichen oder persönlichen Gründen viel daran liegt geschickt zu werden?

Sie haben es in der Hand, auch diesen zweiten Eindruck zu Ihren Gunsten zu gestalten, so zu sprechen, daß Sie nicht nur durch den Inhalt Ihrer Worte überzeugen, sondern daß auch vom Klang und der Modulation Ihrer Rede eine anziehende Wirkung ausgeht...

Die Kultur des Äußerlichen wirkt auf das Innere zurück. Ein untrügliches Zeichen der Selbstbeherrschung des Leibes und seiner Zügelung ist es, wenn ein Mensch mit schwerer Zunge und plumper Äußerlichkeit seine ihm angeborene grobe Leiblichkeit zu innerlich anmutiger Rede gezwungen hat — ein Triumph des Geistes über die Materie. Die Bildung der Sprache ist dann eine wahrhaft geistige Gymnastik. Sie müssen nur einmal bewußt und systematisch Ihr Sprechorgan zur Disziplin erziehen.

Die moderne Sprechschulung, die im Fachgebiet der Phoniatrie ihre wissenschaftliche Fundierung hat, weist den Weg. Es handelt sich ganz einfach um Sprachhygiene: richtig zu atmen — richtig zu artikulieren — der Stimme ihren richtigen Sitz zu geben, gesund und natürlich zu sprechen. Sie bringen dadurch Ihre Kräfte besser zur Geltung und steigern Ihre Erfolgsmöglichkeiten.

Der Mensch hat seine Sprache vom Schöpfer nicht nur bekommen, um seine Gedanken besser verborgen zu können, sondern auch und vor allem, um seine Persönlichkeit voll zur Geltung zu bringen.

Milla Cavin.