

Zeitschrift: Pädagogische Blätter : Organ des Vereins kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz
Herausgeber: Verein kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz
Band: 19 (1912)
Heft: 41

Rubrik: Sprechsaal

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: 14.01.2026

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

Sprechsaal.

Antwort betreff gestörten Schlafes nach den Gesangsproben. Was ist da zu machen? Schalkhaft meinte ein „gelehrtes Haupt,“ dem ich diese Frage zur Beantwortung vorlegte: Keine Gesangsprobe mehr halten!!

Doch glaube ich noch einen andern Ausweg zu finden, um eine Besserung in diesem fatalen Uebel herbeizuführen.

1. Werden Sie Abstinenz, sofern Sie es noch nicht sind.

2. Genießen Sie fleißig Obst und Gemüse, und wenig Fleisch.

3. Ihre verehrte Gemahlin stelle Ihnen jeden Abend in einem großen Sautoir oder ähnlichen Gefäße kaltes Wasser in die Stube. Am Morgen stehen Sie unmittelbar nach dem Aufstehen in dieses „stubengestandene“ Wasser hinein und waschen damit zugleich möglichst rasch den ganzen Körper von unten bis oben und dann flink (ohne abtrocknen) in die Strümpfe und Kleider hinein!

4. Endlich lesen und befolgen Sie, was der berühmte Verfasser des herrlichen Büchleins „Ehrut und Uchrut“, Hochw. Hr. Pfr. Rünzle in Wangs schreibt über: „Wie heilt man Nervosität.“ (P. N. Das Büchlein ist in den meisten Buchhandlungen oder beim Verfasser selbst erhältlich zu dem sehr bescheidenen Preise von 50 Rp.)

Dies ein wohlgemeinter Rat von einem Kollegen, der selbst aus gleicher Ursache am gleichen Uebel litt und jetzt schlafen kann wie ein „Götti“, sobald er mit den weichen Federn in nähere Fühlung kommt, so daß unser lb. Herrgott oft mit einem sehr kurzen Abendgebet vorlieb nehmen muß. S.

Antwort. Dem Hrn. Kollegen, der sich in letzter Nr. über Schlafstörungen nach abendlicher Probe usw. beklagt, kann ich aus eigener Erfahrung ein viertelstündiges lauwarmes Fußbad und eine Tasse Valerianthee empfehlen. Es wird dies nur gute Wirkungen haben. Z.

Literatur.

Planmäßig geordnete Beispiele zum schriftlichen Gedankenausdruck für die Volksschulen und die Mittelklassen höherer Knaben- und Mädchenschulen. Von Johannes Schneiderhan. Zweite, verbesserte und vermehrte Auflage. Drei Teile. gr. 8o Freiburg 1912, Herdersche Verlagsbuchhandlung. Erster Teil: Unterstufe. (XII u. 108 S.) Mf. 1.20; geb. in Leinw. Mf. 1.60. Zweiter Teil: Mittelstufe. (X u. 134 S.) Mf. 1.50; geb. Mf. 2.—. Dritter (Schluß-) Teil: Oberstufe. (XII u. 258 S.) Mf. 2.50; geb. Mf. 3.—.

Der alte best bekannte Mezler in zeitgemäßer Umarbeitung. Ein wirklich willkommenes Lehrmittel. Der Methodiker Schneiderhan hat Mezlers „Musterbeispiele“ trefflich und echt neuzeitlich umgearbeitet. Das neue Buch bietet in methodischer Hinsicht alles, was das Einhalten der goldenen Mitte zwischen Veraltetem und einseitigem Reformeifer verlangt. Beinahe 1400 Beispiele führen die drei Teile des Buches auf — eine Auswahl, die jedem praktischen Schulmanne hinreichend brauchbare Stoffe bietet. Die gehaltvolle Einleitung gibt Winke über Zweck und Ziel des Aufsatzunterrichts, Stoff, Auswahl und Anordnung, und endlich über das Lehrverfahren dieses Faches. Da finden wir auch die Frage der „freien Aufsätze“ behandelt, wobei der Verfasser zu dem Schlusse kommt: „Der freie Aufsatz ist das Ziel des Aufsatzunterrichts; die Stufen dazu bilden die gebundenen Aufsätze. Daneben treten die freien Aufsätze in allen Klassen gleichsam als Kraftmesser für die Schüler auf.“ Dieser Auffassung, der nichts Stichhaltiges entgegengestellt werden kann, entspricht die Aufnahme einer Reihe „freier Aufsätze“. Sie zeigen, wie weit die Schüler fort-