

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 45 (1940-1941)  
**Heft:** 18

**Artikel:** Ich habe vergessen : aus dem Unterricht in Lebenskunde  
**Autor:** Brack, H.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-314241>

#### 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:** 05.02.2026

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

### 3. Persönliche Hilfe :

- a) Abnahme der Haus- und Gartenarbeit im bäuerlichen Betriebe.
- b) Betreuung der Kinder und leichtere Hausarbeit. (Horte für Landkinder nicht überall erwünscht.)
- c) Hilfe bei der Landarbeit in Garten und Feld.
- d) Flick- und Näharbeit in den Flickstuben des FHD oder zu Hause (Näh- und Flickware zu holen beim FHD). Der Frauen-Hilfs-Dienst ist die richtige Stelle für Auskunft und Vermittlung.

Vor allem wird sich jede von uns prüfen, welche Arbeit wirklich ohne Ueberanstrengung von ihr geleistet werden kann. Aber auch ein Zuviel an gleichartiger Betätigung während Schul- und Ferienzeit kann ebenso ermüden, wie ungewohnte Arbeit. Mit klugem Masshalten werden alle Hilfsbereiten das Richtige tun und so die Sommerferien nützlich und segensreich gestalten.

M. Wd.

---

## Ich habe vergessen

Aus dem Unterricht in Lebenskunde. — Von *H. Brack*, Frauenfeld

Die im Artikel vom « Aufbauwerk » angekündigten Rechenschaftsberichte der hauswirtschaftlichen Klasse über: « Ich habe vergessen », sind, wie man sich denken kann, ausgiebig, aber, je nach der Art der Schreiberin, ganz verschieden ausgefallen. Einzelne Schülerinnen wussten nur wenige Beispiele zu melden, weil ihnen, wie es sich bei näherem Zusehen ergab, gar nicht alle Fälle von Vergesslichkeit zum Bewusstsein gekommen waren. Andere hatten ihre Aufgabe wenig gründlich aufgefasst, indem sie nur die Schule in den Bereich ihrer Selbstkontrolle einbezogen. Wieder andere hatten diese Kontrolle auch auf das Verhalten ausserhalb der Schule ausgedehnt und haben streng und gewissenhaft aufnotiert, nicht nur, was sie an erhaltenen Befehlen nicht ausgeführt, sondern auch, was sie an eigenen Vorsätzen nicht verwirklicht hatten. « Ich habe mir vorgenommen, nie mehr das Wort „Jesus“ zu brauchen in meinem Gespräch, doch heute habe ich das Wort wieder gesagt. » — « Ich nahm mir vor, die Türe immer sanft zu schliessen. Heute habe ich sie wieder zugeschlagen. Ich habe meinen guten Vorsatz vergessen aus Gleichgültigkeit, aus Mangel an Sorgfalt, aus Mangel an Nächstenliebe. Wäre jemand im Haus krank und hätte geschlafen, wäre er durch mich vielleicht erschreckt worden und erwacht. » Einzelne Schülerinnen gaben sich Rechenschaft über die Folgen ihrer Vergesslichkeit : « Ich habe vergessen, der Mutter eine Kommission in der Stadt zu machen, weil ich Eile hatte. Die Mutter kam deswegen in grosse Verlegenheit und konnte wegen mir die Arbeit nicht beenden. » — « Ich vergass, die Blumen zu begießen. Sie verdorrten, weil sie frisch eingesetzt worden waren. » Ein Bericht enthielt Winke zum Bekämpfen der Vergesslichkeit : « Ich habe mir nun angewöhnt, jeden Abend, wenn ich die Mappe für den andern Tag richte, recht zu überlegen, ob ich nichts vergessen habe. Z. B. denke ich : So, morgen haben wir Hauswirtschaft und Gartenbau. Für Hauswirtschaft brauche ich Hauswirtschaftsheft und eine Schürze. Für den Gartenbau brauche ich : das Gartenbauheft, das Kassenbüchlein, im Kassenbüchlein muss liniert sein. Ich habe nun die Erfahrung gemacht, dass ich so, wenn ich vorher über alles nachdenke, viel weniger etwas vergesse. »

Was haben die Schülerinnen überhaupt alles vergessen ? Natürlich das

Alltägliche. Sie haben Schulhefte und Schulbücher zu Hause gelassen, Schuhe nicht geputzt, Zähne nicht gereinigt, nach der Schule keine andere Schürze angezogen, am Morgen das Bett nicht aufgedeckt, Hefte und Bücher nicht versorgt, Hausschuhe nicht angezogen, Bericht und Gruss nicht ausgerichtet, Blumen nicht begossen, Brief nicht eingeworfen, Licht im Keller brennen lassen, elektrischen Herd nicht ausgeschaltet, Knopf nicht angenäht, Milch überkochen lassen, dem Vater die Zeitung nicht gebracht, die Strümpfe des Bruders nicht geflickt, Kommissionen nicht besorgt, der kranken Mutter die Bettflasche nicht gerichtet, die Medizin beim Arzt nicht geholt, Sonntagskleider nicht geputzt und nicht versorgt usw.

Was steckt nun alles hinter dieser Vergesslichkeit? Ist es einfach ein schlechtes Gedächtnis, für das man nichts kann? Wir betrachten miteinander die Hintergründe der einzelnen Fälle und kommen zur Erkenntnis, dass das Vergessen die mannigfältigsten Ursachen hat: Wir vergessen sehr leicht, was wir nicht gern tun, was wir aufschieben, wenn wir in Eile sind, z. B. weil wir zu spät aufstanden. Wir vergessen, wenn wir mit den Gedanken nicht bei der Sache sind, wenn wir in den Tag hinein leben und uns nicht mit den vor uns liegenden Pflichten befassen, wenn wir zu wenig an die andern denken und nicht wichtig nehmen, was sie angeht. Wir vergessen aus Mangel an Sorgfalt, aus Bequemlichkeit, aus Mangel an Gewöhnung, aus Mangel an Pflichtgefühl. Wir vergessen über dem Lesen, über dem Radio, über dem Plaudern. Das Vergessen ist also sehr oft kein Gedächtnisfehler, sondern ein « Herzfehler ». Im Charakter sitzen meistens die Wurzeln des Uebels. Die Frage nach unserer Vergesslichkeit ist also eigentlich die Frage nach unserer Treue im kleinen. Es ist eine Gewissensfrage, und wir dürfen uns nicht mit billigen Entschuldigungen der Vergesslichkeit zufrieden geben. Wir müssen lernen, unsere Gedanken in Zucht zu nehmen. Von da aus wird uns der Kampf gegen das Uebel am besten gelingen.

Die Schülerinnen suchten nun selber Mittel zur Bekämpfung der Vergesslichkeit und schrieben die Vorschläge gleich auf. So bekamen wir eine reichhaltige Sammlung von guten Ratschlägen. Hier einige davon:

Gut zuhören, wenn man einen Auftrag bekommt. Jedesmal vor der Schule prüfen, ob alles in der Mappe sei. Früh genug aufstehen. Knopf ins Taschentuch machen. Die Kommissionen im voraus der Reihe nach ordnen. Sich vor jeder Arbeit besinnen, ob man alle Arbeitsgeräte gerichtet hat. Nichts verschieben. Alles sofort fertigmachen. Sich nicht ablenken lassen. Nicht wie im Schlafwandel in der Welt herumlaufen. Sich gute Gewohnheiten aneignen, so dass man das Rechte, auch ohne zu denken, tut. Nicht soviel schwatzen. Nicht gleichgültig sein. Nicht nur an sich denken. Eine fertige Arbeit, z. B. das Tischdecken, noch einmal überprüfen.

Diese Aufgabe und die daran geknüpfte Besprechung wird natürlich lange nicht genügen, das Uebel auf die Dauer einzudämmen. Dazu sitzt es viel zu tief. Aber es bedeutet doch schon eine kleine Hilfe, wenn die Mädchen sich einmal über ihre Vergesslichkeit, deren Hintergründe und Wirkungen Rechenschaft geben und nach Wegen zu ihrer Bekämpfung suchen. Verwandte Uebungen sollen die ersten befestigen und fortsetzen. Die nächste wird heißen « Unnütze Schritte ».

Unsere Jugend ist durch Radio, Zeitschriften, Kino und andere zerstreuende Dinge zerfahren. Wir müssen sie wieder lehren, ihre Gedanken in Zucht zu halten. Ein Weg dazu ist der Kampf gegen die Vergesslichkeit.