

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 29 (1953-1954)
Heft: 7

Artikel: Das besondere Gesicht : allerlei Gedanken über Frau und Haushalt
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1070721>

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: 16.02.2026

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



Das besondere Gesicht

Allerlei Gedanken über Frau und Haushalt

Von Helen Guggenbühl

ICH kann mich nicht beklagen. Oft bekomme ich von freundlichen Leserinnen aufmunternde Briefe mit lobenden Worten über den praktischen Teil des «Schweizer Spiegels». Diese Briefe tun mir wohl und geben mir für meine Arbeit neuen Aufschwung. Aber wenn man lange auf dem gleichen Gebiet tätig ist, kommen hin und wieder Tage, wo man trotz äußerer Anerkennung am Sinn dessen, was man tut, zweifelt.

Warum ich gerade jetzt von Zweifeln geplagt bin?

Immer wieder lese ich mit großem Interesse gute Artikel in der Frauenbeilage einer Tageszeitung oder Aufsätze in Frauenzeitschriften. Wie unendlich viel wird heute auf diesem Gebiet geboten. Es gibt kaum ein Problem, das liegen bleibt, da und dort wird es von dieser und jener Seite her beleuchtet. Es gibt eine Fülle anregenden Lesestoffs über Haushaltfragen.

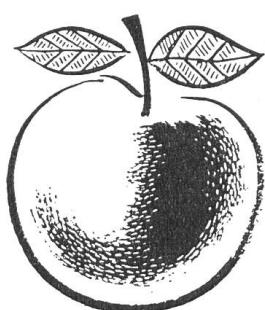
Auch «Frau und Haushalt» und der «Küchenspiegel» ist so ein Füllhorn. Worin liegt die Berechtigung dessen, was es spendet? Und was mich gerade jetzt vor allem beschäftigt: Worin unterscheiden sich unsere Beiträge von all den andern, ähnlichen, anderswo gebotenen?

Um eine Antwort zu finden, begeben sich meine Gedanken auf die Wanderschaft. Wollen Sie, liebe Leserin, mich auf diesem Weg begleiten?

Es ist ein Weg durch beinahe dreißig Jahre, denn wir gehen in die erste Zeit nach der Gründung des «Schweizer Spiegels» zurück. Damals trug man furchtbar häßliche Hüte, entsetzlich unförmige Kleider — so gesehen mit der modischen Brille vom Frühling 1954. Altmodisch war aber auch der Haushalt, vor allem altmodisch-umständlich. Man denke an die komplizierten, mit gehäkelten Spitzen verzierten, tadellos gebügelten Nachthemden, an die staubigen, für den unermüdlich klopfenden Teppichklopfer reifen Teppiche oder an die nach Stahlspänen und fleckenlosem Glanz dürstenden Parkettböden. Und dementsprechend veraltet und deshalb vielleicht ebenso komisch erscheint uns heute manches von dem, was damals im praktischen Teil des «Schweizer Spiegels» geschrieben stand.

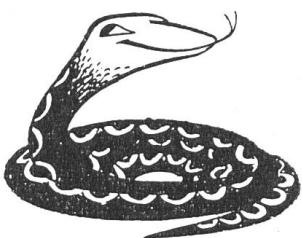
* * *

Zum Beispiel manche Artikel, die im Zeichen des Kampfes gegen die oben angeführten, so zeitraubenden Umständlichkeiten der alten Haushaltführung am Anfang geschrieben wurden. «Der vereinfachte Haushalt» hieß damals unsere Rubrik. Das war ein Schlagwort, das fast revolutionär wirkte und mir manche empörte Briefe einbrachte. Jahrelang war damals die Rationalisierung des Haushaltes mein höchstes Ziel.



«Appetitlich»
ist nicht
«verführerisch»...

der hocharomatische,
milde Thomy's Senf
regt als reines
Naturprodukt
den Appetit auf
natürliche Art an.



Die feine Suppe mit

fü-fü Flädli

mit Frischmilch und
Eiern hergestellt - des-
halb wie selbst gemacht.

Der 100 Gr. Beutel
kostet 60 Rappen

A. Rebsamen & Cie. AG. Teigwarenfabrik
Richterswil

Weil alles Neue zuerst auf Widerstand stößt, wehrten sich viele Frauen lange Zeit gegen eine Vereinfachung ihrer Arbeit, zum Teil aus Liebe zur Tradition und zum Bestehenden, zum Teil aus am falschen Ort angebrachter Bequemlichkeit, zum Teil aus Scheu vor dem unbekannten Neuen.

Heute aber hat jede junge Frau und jede fortschrittliche Frau der ältern Generation ihren Haushalt vereinfacht. Die Rationalisierung steht deshalb nicht mehr im Vordergrund, aber wichtig ist sie immer noch. Es gibt nämlich immer konservative Frauen, heute wie vor zehn Jahren. Sie wehren sich gegen die Anschaffung des Kühlschranks, gegen die moderne Behandlung des Parkettbodens oder gegen den neuen Dampfkochtopf. Warum auch neue Apparate oder neue Putzmittel, die Mutter machte es auch ohne sie! Geduldig tragen sie das Buttermödeli und die Milch im Sommer in den Keller, verbringen täglich einen Teil des Vormittags beim Einkauf im Laden oder lassen den unbeschreiblichen Wohlgeruch des Pot-au-feu beim langen Kochen sich in der Küche verflüchtigen, statt ihn in der modernen Pfanne sorgsam behütet an Ort und Stelle zu bewahren. Wie schade für das verschleuderte Aroma des Gesottenen, für den Verlust an Energie und Arbeitszeit und für anderes Wertvolles, das durch diesen allzu langen Widerstand verlorengesetzt wird.

Deshalb: Je moderner ein Haushalt, um so unermüdlicher ist die Hausfrau an rationellen Geräten und Arbeitsmethoden interessiert. Jede tägliche Kleinarbeit wird bekanntlich zur Routine und birgt dadurch die Gefahr, in Umständlichkeit auszuarbeiten. Zudem funktioniert kein Haushaltbetrieb wie eine ausgeklügelte, fixfertige Maschine, sondern es ist ein mit wechselreichem Leben erfüllter Organismus, der immer wieder andere Regelungen verlangt. «Wie mache ich es vernünftig?» wird im gleichen Haushalt heute so, morgen wieder ganz anders beantwortet!

In der häuslichen Arbeit hat sich während der letzten zwanzig Jahre unter dem Zwang der äußeren Umstände manches zum Bessern gewendet.

Da taucht zum Beispiel ein Bild vor mir auf, das ich selber in mancherlei Variationen aus eigener Erfahrung kenne, Sie aber, junge Leserin, vielleicht nur vom Hörensagen: Die Familie mit zwei Kindern und einem Dienstmädchen in einer komfortablen Fünfzimmer-

wohnung. Tadellos gepflegter Haushalt. Die Hausfrau und ein Dienstmädchen mit unerhört langer Arbeitszeit sind ständig mit häuslicher Arbeit voll beschäftigt. Es ist die Hausfrau, die ganz im Haushalt aufgeht, das heißt, sie lässt alle die in der Jugend gepflegten Talente oder Interessen verkümmern, beschränkt sich auf das Leben in ihren vier Wänden und wird dabei für die Umwelt zur todlangweiligen Frau. Hausbacken ist das zutreffende Wort.

Heute ist dieses Problem veraltet. Hausbacken ist so unmodern wie ein Öldruck von Ruedisühle, und das Idyll der Kleinfamilie mit Dienstmädchen ist am Aussterben. Warum? Wohl vor allem dank des Mangels an Dienstpersonal.

* * *

Gestern, als ich bereits die Gedanken, die ich hier niederschreibe, im stillen bei mir erwog, sagte eine jüngere Hausfrau, die eine Familie mit fünf Kindern betreut, zu mir: «Ich kann das Wort „geplagte Hausfrau“ nicht ausstehen. Irgendeine Frau kann geplagt sein oder sich freiwillig zur Geplagten stempeln. Aber gerade wir Hausfrauen sind, wenn uns das Schicksal wohl will, am allerwenigsten geplagt. Unsere Arbeit, sofern wir sie vernünftig erledigen, ist reizvoll wie keine andere.»

So denkt heute die moderne Frau. Vor zwanzig Jahren war es anders. Die junge Generation war damals zwar im allgemeinen für die Vereinfachung, aber viele junge Frauen nur deshalb, weil sie die Hausarbeit verachteten, ja viele von ihnen trugen im tiefsten Herzen einen Haß gegen sie. Es war doch die berüchtigte Schraube ohne Ende, der man wenn immer möglich den Rücken kehrte; es galt als veraltet, die Hausarbeit gern zu verrichten. Im besten Fall war es wie eine unglückliche Liebe, der man nur im verborgenen huldigte.

Deshalb wies ich im «Schweizer Spiegel» in vielen Aufsätzen darauf hin, wie falsch es ist, die häusliche Arbeit geringzuschätzen, wie schön sie im Gegenteil sein kann und wie es einzige und allein darauf ankommt, sie mit dem richtigen Geist zu erfüllen.

In den letzten zehn Jahren ist dann das Ansehen der Frau im allgemeinen, der Hausfrau und ihrer Arbeit im speziellen auch in unserem in dieser Beziehung leider eher rückständigen Lande bedeutend gestiegen. Eine Zeitlang drohte, wahrscheinlich im Gefolge der Kriegsjahre, die Gefahr des Zerfalls der



Schnittwunde

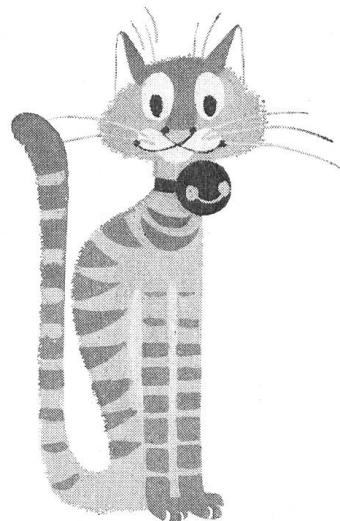
durch Glas oder Messer!

Mit einem VINDEX-Verband schließt sich jede Wunde schnell und schön. VINDEX desinfiziert, verhütet Entzündung und Eiterung. Klebt nicht an, daher schmerzloser Verbandwechsel.

Vindex-Salbenkompressen
Vindex-Wundsalbe in Tube
Vindex-Plast, trockener Schnellverband



Flawa, Verbandstoff- und Wattefabriken AG, Flawil



Ich ? Im Sack gekauft ? So wenig wie ...

Maizena, der feine Maispuder, der einfache wie anspruchsvolle Gerichte bekömmlicher, schmackhafter und delikater macht. — Verlangen Sie das reichhaltige Rezeptbüchlein mit der Prämienliste bei der

Corn Products Co. Ltd.
Zürich 31 Kornhausbrücke 7

MAIZENA
Reg. Schutzmarke



*Nul n'est prophète
dans son pays,
sagt sogar
Herr Hemingway;
doch der gute
Schweizerstrumpf
ist im In- und Ausland
Trumpf!*



Schweizer Nylon-Strümpfe
die beste Qualität — am besten verarbeitet!

Familie — heute ist dieser Zerfall vor allem in der bürgerlichen Schicht im Abnehmen begriffen. Die kinderreichen Familien nehmen an Zahl zu, drei bis fünf Kinder zu haben ist erfreulicherweise keine Seltenheit mehr.

Auch der Kulturbegriff hat sich zugunsten der Frau erweitert. Jeder Einsichtige weiß heute, was schon Gotthelf so sehr zu predigen am Herzen lag, daß in einem Lande nicht das öffentliche Leben die Hauptsache ist, sondern das häusliche Leben die Wurzel von allem darstellt; und je nach dem Zustande der Wurzel entwickelt sich dann der Baum.

* * *

Auf unserm kurzen Abstecher durch die letzten drei Jahrzehnte, also durch den Zeitraum, da der «Schweizer Spiegel» wirkte, haben wir gesehen, daß sich für die Frau gerade in ihrer Eigenschaft als Hausfrau vieles zum Guten verändert hat. Wir, meine treuen Mitarbeiterinnen und ich, haben zusammen versucht, im praktischen Teil, deren Beiträge der Frau gewidmet sind, stets für das Neue offen zu sein und uns für das, was wir als richtig erkannten, einzusetzen. Vieles, wofür wir vor zehn, zwanzig und dreißig Jahren eintraten, ist heute anerkannt und manches davon verwirklicht.

Neben dem Neuen haben wir aber nie das Alte, Bestandene vergessen. Die Pflege der Tradition auf jedem Gebiet war uns stets ein besonderes Anliegen.

Und wofür wirken die Rubriken «Frau und Haushalt» und «Küchen-Spiegel» heute?

Ich glaube, die Aufgabe ist im Grunde dieselbe, nur die Probleme kommen und gehen. Einige aber sind ewig da. Allerdings präsentieren sie sich meistens wie auf einer Drehbühne, die sich ständig in Bewegung befindet, so daß bald das eine, bald das andere mehr im Vordergrund steht.

Solche ewig gleich interessanten Probleme sind: die Pflege der Schönheit im Haushalt, Pflege der Gastfreundschaft und der Geselligkeit, demokratische Lebensgestaltung, neue Arbeitsmethoden, neue Maschinen und Apparate und so weiter.

Dann die moderne Küche und das Kochen. Gerade beim Kochen zeigt es sich auf anschauliche Weise einerseits, wie sehr sich das Lebensgefühl ständig wandelt und dadurch eine Ernährungstheorie die andere ablöst, anderseits,

wie wichtig es bei diesem ständigen Wandel ist, einiges vom bewährten Alten, von der Tradition als festem Pol zu bewahren.

Ein Beispiel für Altbewährtes: Das Backen von Fastnachtschüechli oder von Zigerkrapfen sollte jedem Kind zu Hause zum Erlebnis werden, denn der Chüechliduft zu Hause ist so viel wert wie die halbe Fastnacht.

Daneben interessantes Neues: tiefgekühlte Fischfilets oder andere tiefgekühlte Produkte ausprobieren. Neuartige Konserven nicht einfach ablehnen, sondern in den Speisezettel aufnehmen, was sich als gut erweist.

Gewiß war es früher schön, stets mit der Saison zu gehen, Erdbeeren nur im Juni und Juli zu genießen und den Spinat immer aus den frischen grünen Blättern zuzubereiten. Heute aber greift die moderne Maschine unerbittlich in den Rhythmus der Natur ein. Sie tut es, ob ich oder Sie es billigen oder nicht. Wäre es deshalb nicht besser, getrost mit der Zeit zu gehen und auch hier mit Wohlwollen zu prüfen, statt einfach abzulehnen?

* * *

Auf dem Lesetisch im Wohnzimmer bei Ihnen zu Hause oder beim Zahnarzt oder beim Coiffeur liegen viele Zeitschriften und Tageszeitungen auf, die sich fast alle auf irgendeiner Seite mit der Frau und ihrem Anliegen beschäftigen.

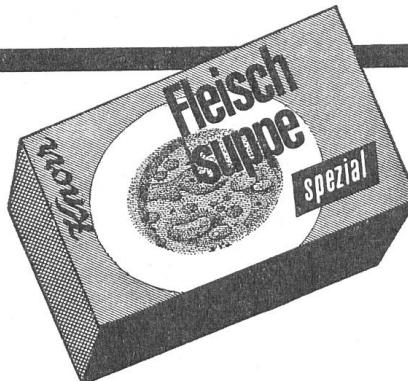
Wozu nun also den Strom, der ohnehin so reichlich fließt, noch durch eine Quelle, die im «Schweizer Spiegel» beheimatet ist, speisen? Unterscheidet sich denn dieses Wässerlein wirklich genügend von den vielen andern, die in allen Richtungen munter dahinfließen und die eintönige Landschaft des Gedruckten beleben?

Ja, erstens unterscheidet es sich allein schon durch die Heimat der Quelle selbst, dann auch durch die einzigartige engste Verbundenheit mit ihr. Und hier zitiere ich nun — diesmal nicht Gotthelf, zu dem ich so oft greife, sondern — es ist das erstemal — mich selber. Im Aufsatz «Vom Gestern zum Heute», den ich vor einigen Jahren zum fünfundzwanzigjährigen Bestehen unserer Zeitschrift schrieb, hieß es: «Es gibt Zeitungen und Zeitschriften, die einen Anhang „Die Seite für die Frau“ haben. Das gibt es im «Schweizer Spiegel» nicht. Der praktische Teil ist kein Anhang wie etwa ein Güter-

Der Hausfrau zur Wahl!



rein pflanzlich



aus kräftigem Ochsenfleisch



aus besten Suppenhühnern

Knorr - Produkte für jeden Geschmack und jede Lebensart in vollendeter Güte!

Kalknährsalz

für das Kind
zur Verbesserung des Kalk-
stoffwechsels, Förderung der
Knochenbildung und Kräftigung
der Zähne.

Weleda AG

Arlesheim Preis Fr. 3.10

Kinder lieben

ZWIEBACK HUG

Meister - Geigen

Jecklin

PFAUEN-ZÜRICH

Schüler - Geigen

wagen, der öfters auf dem Nebengeleise steht, den man bei Bedarf an den Personenwagen hängt, der also auf jeden Fall keine direkte Verbindung zum vordern Wagen hat. Der hauswirtschaftliche Teil ist ein Teil des Personenwagens selbst. Und was das Schöne ist: Auch Männer halten sich manchmal gerne darin auf.»

Aber auch die Richtung, in der unser Personenwagen fährt, ist stets dieselbe, nämlich (so heißt es am gleichen Ort weiter): «Weil der praktische Teil einen festen Bestandteil des „Schweizer Spiegels“ bildet, ist auch er ein schweizerischer Spiegel. Seit fünfundzwanzig Jahren trete ich hier unentwegt für eine schweizerische Haushaltkultur ein. Die Kultur eines Landes äußert sich nicht nur in seinen Kunstwerken; sie kann jedes Gebiet menschlicher Betätigung durchdringen, auch die Arbeit der Frau in der Haushaltung. Nur diejenigen von uns versinken im Haushalt und in ihrer Plage, die ihn falsch betreiben, die den Sinn ihrer Arbeit erkennen und nicht merken, daß hier die beste Gelegenheit zu kultureller Betätigung liegt.»

So ist es also die Einheitlichkeit des Weltbildes, die allen Beiträgen, die im «Schweizer Spiegel» erscheinen, ihr besonderes Antlitz gibt, also auch den Aufsätzen in «Frau und Haushalt». Das macht ihre Besonderheit aus.

* * *

Jetzt ist es Frühling. Nie hat man so sehr Bedürfnis nach frischer Luft, nach Sonne als nach den langen, trüben Wintermonaten. Am liebsten möchte man überall frisch anfangen. Zum Beispiel das Zimmer anders einrichten oder sich von Kopf zu Fuß neu einkleiden. Hat das Alte noch einen Sinn?

Man muß von Zeit zu Zeit den Mut aufbringen, sich wenigstens von dem zu trennen, was bloßer Ballast, äußerlicher, aber auch innerer, geworden ist. Dann erst ist man richtig offen für die Gegenwart, für den Frühling.

Frühjahrsreinigung zu Hause und Frühjahrsreinigung in «Frau und Haushalt»: Was ist heute Ballast und was noch von Gewicht von dem, was bis jetzt auf diesen Seiten des «Schweizer Spiegels» behandelt wurde? Vielleicht ist nun diese Frage nach unserm Blick in die Vergangenheit und nach den Vergleichen mit der Gegenwart leichter zu beantworten.