

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 38 (1962-1963)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Nicht-berufstätige Frauen sollten kein schlechtes Gewissen haben  
**Autor:** Müller-Guggenbühl, Elisabeth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074151>

### **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:** 15.01.2026

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

# FRAUEN-SPIEGEL



## Nicht-berufstätige Frauen sollten kein schlechtes Gewissen haben

Von Elisabeth Müller-Guggenbühl

In den ersten Jahren nach meiner Verheiratung verkehrte ich vorwiegend mit jungen Frauen, die, wie ich, kleine Kinder hatten. Wie oft seufzten wir darüber, daß einen die Kinder ununterbrochen in Anspruch nehmen und einem keinen Moment der Muße lassen. «Wenn ich nur wieder einmal in Ruhe ein Buch lesen könnte! Wenn ich nur wenigstens einmal in der Woche ein wenig Zeit für mich hätte!»

Heute, da ich älter bin und vor allem Frauen kenne, deren Kinder bald konfirmiert werden oder teilweise schon nicht mehr zu

Hause sind, fällt mir immer wieder auf, daß viele dieser Frauen ständig etwas unzufrieden sind. Sie bringen das Gefühl nicht los, daß ihr Dasein nicht sinnvoll ausgefüllt sei. Sie spielen daher ständig mit dem Gedanken, ihren früheren Beruf wieder aufzunehmen oder, wenn sie vor ihrer Heirat keinen Beruf erlernt haben, jetzt noch einen zu erlernen. – Die wenigsten setzen zwar diesen Wunsch in die Tat um. Aber gerade weil sie, anscheinend aus Bequemlichkeit, ihren Wunsch nicht realisieren, haben sie ein schlechtes Gewissen. Sie werden geplagt von Minderwertigkeitsgefühlen.

Sibonet

HERRLICHE  
FRISCHE...

Sibonet  
enthält 33%  
Hautcrème.  
Modernes,  
feines Parfum.  
Mit AVANTI-  
Bilderbons.



Seifenfabrik Schnyder Biel

...und angenehmes  
Hautgefühl durch  
Pflege mit der kosme-  
tischen Feinseife  
Sibonet. Sie reinigt  
vorzüglich und nährt  
die Haut gleichzeitig.

**W**as ist der Grund dieser Erscheinung? Die hauptsächlichste Ursache liegt, scheint mir, darin, daß in unserer heutigen Zivilisation die Tüchtigkeit im Berufsleben bewundert wird, die Muße und ein beschauliches Leben hingegen verachtet sind.

Das war nicht immer so. Im 19. Jahrhundert zum Beispiel galt jegliche Erwerbstätigkeit von Frauen aus bürgerlichen Verhältnissen als unstandesgemäß. Heute wird uns umgekehrt die berufstätige Frau als das Ideal fraulichen Lebens hingestellt. Wenn man irgendeine der meistgelesenen Frauenzeitschriften durchblättert, sieht man, wie diese Idealvorstellung durchwegs propagiert wird. Die Heldinnen der Kurzgeschichten sind meist interessante berufstätige Frauen. Den armen «Nur-Hausfrauen» werden in Briefkasten Ratschläge erteilt, wie sich ihr eintöniges Leben interessanter gestalten ließe; in lebenskundlichen Artikeln wird ihnen häufig suggeriert, sie könnten, wenigstens sobald die Kinder groß sind, nur als Berufstätige ihrem Mann eine ebenbürtige Partnerin sein, und ohne Berufstätigkeit würden sie seelisch und geistig verkümmern. – Leiter vertritt auch eine gewisse Art Frauenbewegung diesen Standpunkt.

Noch vor drei, vier Jahrzehnten übten jungverheiratete Frauen im allgemeinen nur dann einen Beruf aus, wenn sie aus finanziellen Gründen dazu gezwungen waren. Heute gibt ein großer Teil der Frauen ihren Beruf mit der Verheiratung vorerst nicht auf. Manche wollen sogar die ersten paar Jahre keine Kinder, um berufstätig bleiben zu können.

Die Zahl der Mütter kleiner Kinder, die freiwillig im Erwerbsleben stehen, ist heute zum Glück nicht mehr sehr groß. Die Erkenntnis hat sich durchgesetzt, daß ein kleines Kind, das seine Mutter entbehren muß, großen seelischen Schaden nimmt. Der Verzicht auf Berufstätigkeit geschieht also vor allem im Interesse der Kinder – sobald es für eine Frau nicht mehr nötig ist, der Kinder wegen zu Hause zu bleiben, findet man, sei die Situation wieder anders. Nun müßten alle brachliegenden Fähigkeiten und die neugewonnene Zeit durch Ausübung eines Berufes ausgenützt werden.

Selbstverständlich gibt es Frauen mit halberwachsenen oder erwachsenen Kindern, für die es richtig ist, wieder berufstätig zu sein, auch wenn keine wirtschaftliche Notlage sie dazu zwingt. Ich bin aber überzeugt, daß sie die Ausnahme bilden.



Kinder lieben Kaba

# Kinder brauchen Kaba

...weil Kaba dem jungen Organismus in leicht verdaulicher Form wertvolle Nähr- und Aufbaustoffe zuführt: Kalzium und Phosphate, Vitamin B<sub>1</sub> und D, Trauben- und Rohrzucker. Zudem ist Kaba nicht stopfend. Feine Kakaosorten machen Kaba so wohlschmeckend. Sie werden es bald merken:

Kinder mögen Milch viel lieber mit **kaba**  
ein feines HAG ♥ Produkt!





### Kräfte ersetzen

Schwangerschaft und Geburt erschöpfen die Kraftreserven ihres Körpers. Müdigkeit, schlechtes Aussehen sind die Folge. Doch Elchina mit Eisen + Phosphor + China-Extrakten + Spurenelementen bringt der jungen Mutter die dringend nötigen Kräfte, neue Zuversicht und Mut.

Originalflasche  
Fr. 7.80

Kurpackung  
4-facher Inhalt  
Fr. 23.50

**Elchina**  
eine Kur mit Eisen



**Gefällt Ihnen**

das neue, modernere  
Gold-Zack  
Kärtchen?  
Seine Zacken  
sind nicht mehr gestanzt,  
sondern gedruckt, damit  
im Nähkorb nichts  
daran hängen bleibt.  
Ob schmale  
oder breite Litze,  
mit Knopfloch oder  
das weichere «gewoben»,  
immer ist

**Gold-Zack®**

das Gummiband,  
das lange hält.

**Zig-Zag**

L'élastique qui dure  
Das Gummiband  
das lange hält

**ELASTIC AG, BASEL**

Wenn von Hausfrauen über vierzig gesprochen wird, die sich einem Beruf zuwenden wollen, so denkt man meist mehr oder weniger vage an Kunstgewerblerinnen, Journalistinnen, Leiterinnen von Modeateliers usw., alles Tätigkeiten, in denen Frauen ihre schöpferischen Talente zur Geltung bringen können. Jedermann weiß aber, daß solche Stellen dünn gesät sind. Berufe, die für vierzigjährige Hausfrauen in Frage kommen, sind im allgemeinen alles andere als schöpferisch, und, was viel zu selten realisiert wird: sie nehmen den Hausfrauen ihr schönstes Gut: ihre Freiheit. Anstatt wie früher selbst Herrin und Meisterin zu sein, begeben solche Frauen sich in eine eindeutig abhängige Position.

Es ist auch ein großer Irrtum zu meinen, eine Frau, die nicht berufstätig sei, stehe außerhalb des pulsierenden Lebens der menschlichen Gesellschaft. Es ist doch nicht so, daß nur dort das eigentliche Leben ist, wo äußerlich viel Aktivität herrscht, wo sich Maschinen bewegen, Schreibmaschinen klappern, Telephone läuten usw., und daß kein Leben ist, wo jemand geruhsam und meditierend in einem Stuhl sitzt, spaziert, oder wo man mit der Freundin eine Tasse Tee trinkt.

Eine nicht berufstätige Frau, die keine kleinen Kinder zu betreuen hat, besitzt neben der Freiheit noch ein zweites unschätzbares Gut: sie hat Muße. Zu sehr vielen geistigen Werten kann man nur gelangen, wenn man Zeit hat, zum Beispiel zu echter Bildung. Gewiß kann auch eine berufstätige Frau, die ihren Tag diszipliniert und sorgfältig einteilt, Zeit finden, sich eine Kunstgalerie anzusehen. Da steht dann vielleicht auf ihrem von irgendeiner Artikelschreiberin vorgeschlagenen Tagesplan: «13 Uhr bis 13 Uhr 45: Besuch der Galerie X.» Nur wird dabei vergessen, daß der Mensch kein Automat ist, den man nach Belieben einstellen kann. Bilder ansehen, Bücher lesen, Naturverbundenheit, alles braucht viel Zeit und Muße. Man kann die Geheimnisse eines Waldes kaum erahnen, wenn man nur gelegentlich eine Stunde darin spazieren geht, und jeder, der mit einem See vertraut ist, weiß, daß sich ein See nur dem offenbart, der stundenlang rudert, segelt oder an seinem Ufer sitzt.

Vor allem aber braucht es sehr viel Zeit, um die Beziehungen zu unseren Mitmenschen zu pflegen. Es ist jedermann klar, daß es nicht



genügt, wenn sich eine Mutter nur jeden Abend von fünf bis sieben Uhr ihren Kindern widmet. Man ist sich einig, daß eine Mutter da sein muß, weil man nicht weiß, bei welchen Gelegenheiten ein Kind zu ihr kommen und mit ihr reden oder sich trösten lassen will. Ähnlich ist es in bezug auf die Beziehung zu den Menschen, an deren Freundschaft uns gelegen ist. Freundschaftliche Bande lassen sich nicht festigen mit der Stoppuhr in der Hand.

Seit vielen Jahren besuche ich von Zeit zu Zeit eine Frau, die ich kurz nach meiner Verheiratung bei einer Einladung kennengelernt habe. Damals war sie etwas über vierzig Jahre, heute ist sie gegen sechzig Jahre alt. Es verbindet mich keine tiefere Freundschaft mit ihr – dazu ist der Altersunterschied zu groß – noch ist sie mir das, was man eine mütterliche Freundin nennt. In vielen Dingen sind wir ganz verschiedener Meinung.

Vor kurzem fragte ich mich zum ersten Male: «Warum gehe ich eigentlich immer wieder hin? Warum ist es so gemütlich bei ihr?» Es wurde mir dann bewußt, daß ich mich in ihrem Hause darum so wohl fühle, weil sie – fast als einzige meiner vielen Bekannten – immer Zeit hat, und daß ich sie auch deshalb so oft besuche, weil man jederzeit hingehen kann, ohne sich anmelden zu müssen.

Zu viel Organisation tötet die Geselligkeit. «L' amour est l'enfant de la liberté.» Das gilt sicher auch für gewöhnliche menschliche Beziehungen.

Finden sich nicht viele von uns nur schwer damit ab, daß immer weitere Bereiche unseres Lebens organisiert werden, zum Beispiel die Freizeit der Kinder oder, eben wegen Zeitmangels, die Geselligkeit der Erwachsenen? Bei manchen Männern läßt es sich vielleicht nicht vermeiden, daß sie zu Agendasklaven werden, die Frauen hingegen sollten sich doch wahrhaftig nicht – freiwillig – in diese Sklaverei begeben.

Aber auch die Hausfrauen, die sich um keine Kinder kümmern müssen, laufen leider Gefahr, in den Strudel der hektischen Betriebsamkeit der heutigen Welt gerissen zu werden. Ohne es zu merken gleichen sie jenen Pensionierten, die sich in eine derartige Geschäftigkeit hineinsteigern, daß es schwieriger ist, sie einmal zu einem Kaffee zu treffen, als es zur Zeit ihrer Berufstätigkeit war.

Dazu kommt übrigens noch, daß viele dieser Frauen bereits Großmütter sind, und eine

richtige Großmutter sollte doch immer da sein, immer Muße haben.

Aus allen diesen Gründen erfüllen Frauen, die viel Zeit haben, eine große soziale und geistige Mission. Und deshalb kann auch keine Rede davon sein, daß Frauen, die keinen Beruf ausüben, sozusagen Parasiten sind. Im Gegenteil: wenn es keine Frauen mehr gibt, die viel Zeit haben, wird die Zivilisation krank.

Ich las letzthin in einem Artikel den Satz: «Die Schweiz kann es sich heute einfach nicht mehr leisten, daß Tausende von arbeitsfähigen Frauen, die keine kleinen Kinder zu betreuen haben, außerhalb des allgemeinen Arbeitsprozesses stehen. Dadurch gehen der Volkswirtschaft in unverantwortlicher Weise Millionenwerte verloren.»

Wer diesen Standpunkt vertritt, hat, scheint mir, eine völlig verdrehte Auffassung vom Sinn des menschlichen Lebens. Ja, entspricht die Idee, der Mensch sei für die Wirtschaft da und nicht die Wirtschaft für den Menschen, nicht eigentlich der kommunistischen Betrachtungsweise? Was hat es für einen Sinn, um jeden Preis mehr Güter produzieren zu wollen, wenn bei diesem Produktionszuwachs die Menschen, für welche die Güter produziert werden, zu Robotern werden und seelisch zu Grunde gehen?

Gewiß kann eine verheiratete Frau, die im Erwerbsleben steht, den Lebensstandard ihrer Familie erhöhen, vielleicht ein Auto kaufen oder sich ein zweites Auto leisten. Aber man muß sich immer fragen: Ist der Preis, der für die Erhöhung des Lebensstandards bezahlt wird, nicht zu hoch?

Ich möchte nochmals betonen, daß es selbstverständlich Frauen gibt, für die es richtig ist, daß sie, auch wenn sie nicht aus finanziellen Gründen dazu gezwungen sind, wieder einen Beruf ausüben, wenn sie älter werden. Aber diejenigen Frauen, die nicht wirklich aus eigenem, starkem innerem Antrieb berufstätig werden wollen, sollten der Suggestion einer auf Produktion und meßbare Tüchtigkeit eingestellten Zeit nicht erliegen. Und keine Frau sollte, weil sie nicht berufstätig ist, deshalb ein schlechtes Gewissen oder gar Minderwertigkeitsgefühle haben, denn «Was hülfe es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewänne, und er nähme doch Schaden an seiner Seele?»

DR. MED.  
CHRISTOPH WOLFENSBERGER



## Antworten auf unbequeme Kinderfragen

Eine Hilfe für Eltern zur sexuellen Aufklärung  
der Kinder bis zur den Pubertätsjahren

Fr. 5.80

*Aufklärende Gespräche über die Herkunft des Menschenlebens, Zeugung, Schwangerschaft und Geburt, gehören zu den unabdingbaren Erziehungspflichten der Eltern. Der Verfasser zeigt aus seiner kinderärztlichen Erfahrung, wann und wie die Gespräche zu führen sind.*

\*

## Liebe junge Mutter

Die Betreuung und Erziehung von Kindern  
bis zu zwei Jahren

4.-6. Tausend. Fr. 4.80

*Der Verfasser versteht es, der jungen Mutter jene Zuversicht zu schenken, die nötig ist, um ihrer neuen Aufgabe gerecht zu werden. Er zeigt, wie Pflege- und Ernährungsregeln weder Mutter noch Kind versklaven dürfen.*

\*

## Wenn Dein Kind trotzt

Ein Wegweiser zur Überwindung von  
Erziehungsschwierigkeiten bei Kindern im

3. bis 6. Jahr

Fr. 4.80

*Der bekannte Kinderarzt zeigt, wie die richtige Einstellung zu Trotzhandlungen und den sie begleitenden Umständen die Kinder von späteren Schäden bewahrt und die Erziehungsaufgabe der Eltern erleichtert.*

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG  
ZÜRICH 1



## Macht des Schicksals?

Er liebt gutes Essen und einen guten Tropfen... genau wie sein Vater. Und auch die Neigung zum Embonpoint ist ein Erbstück... so meint man!

Der unbedingte Glaube an die Vererbung ist hier nicht am Platze!

Zwar mag in seltenen Fällen von Fettleibigkeit Heredität mitspielen. Meistens handelt es sich indessen nicht um die Macht des Schicksals, sondern um die Macht der Gewohnheit — um übernommene Ess- und Trinkgewohnheiten, denen treu zu bleiben lebensgefährlich sein kann: Männer mit starkem Übergewicht haben dreimal häufiger als andere erhöhten Blutdruck. Die Sterblichkeit an Herzinfarkt ist doppelt so gross. Jede Krankheit bedroht sie mehr. Auf eine kurze Formel gebracht: Je grösser das Übergewicht — desto kürzer das Leben!

Einer weltweiten Dokumentation des VITA-Gesundheitsdienstes kann man entnehmen, dass schon 1903, am 3. Internationalen Kongress der Versicherungsärzte in Paris, auf die verminderte Lebenserwartung der «gewichtigen» Leute hingewiesen wurde.

Seit dieser Zeit haben sich die Gefahren noch vermehrt.



Vor allem die sogenannte «sitzende Lebensweise» bewirkt, dass sich Energieverbrauch und Energiezufuhr nicht mehr ausgleichen. Wohlbeleibtheit gilt heute nicht mehr als stolzes Erbstück und nicht unbedingt als Zeichen guter Gesundheit. Die Devise sei: Masshalten, Übergewicht schrittweise abbauen und wöchentlich das Gewicht kontrollieren.

*MinVitin erlaubt dem arbeitenden Menschen ein schrittweises Abmagern bei voller Leistungskraft. MinVitin – Ihr Weg zur Schlankheit – ist für eine Vollkur oder Einzelmahlzeit ebenso geeignet wie für strenge Arbeitstage mit beschränkter Essenszeit. Es gibt MinVitin in Pulverform zum Anrühren oder MinVitin-Biscuits zum Knabbern. Wählen Sie unter den verschiedenen MinVitin-Sorten, süß oder würzig. Die einfachen Richtlinien für den Weg zur Schlankheit sind auf jeder Packung genau beschrieben.*

Dieses Inserat erscheint in einer Serie, welche von der Dr. A. Wander AG, Bern, Herstellerin von MinVitin, und von der VITA Lebensversicherungs-Aktiengesellschaft im Rahmen ihres Gesundheitsdienstes gemeinsam veröffentlicht wird.





# Eine HERMES in jede Familie

Jetzt ist die Gelegenheit, sich mit der Hermes-Baby erhöhten Schreibkomfort zu leisten. Die den letzten Erkenntnissen der Technik entsprechende Konstruktion und der nochmals vervollkommnete Ausrüstungsgrad (Anschlag einer Büromaschine, Zweifarbenband usw.) ergeben die Leistungsmerkmale einer grösseren Maschine. Hermes-Baby wird höchsten Anforderungen gerecht.

Lassen Sie sich die Hermes-Baby (auch mit Hermes-Heim-Lehrgang und Dactylo-Master) für einige Tage auf Probe stellen. Sie werden sie im Kreise Ihrer Familie nicht mehr missen wollen.

**Fr. 265.-**

mit elegantem Luxuskoffer Fr. 295.-

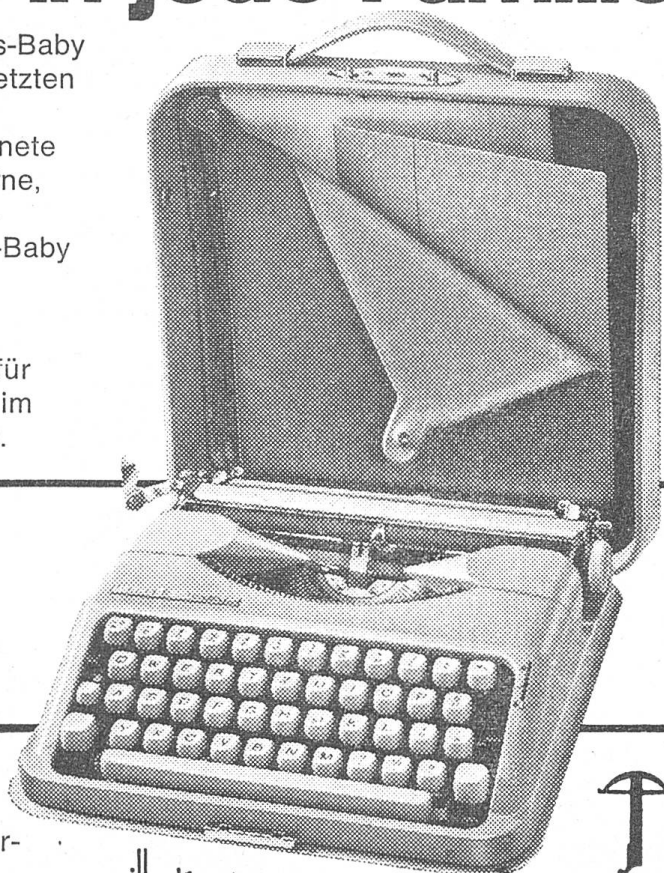
Weitere Hermes-Portable-Modelle:

Hermes Media 3 Fr. 395.-

Hermes 3000 Fr. 540.-

## Hermag

Hermes-Schreibmaschinen AG, Zürich 1  
Waisenhausstrasse 2, Tel. 25 66 98, Generalver-  
tretung für die deutschsprachige Schweiz.



emipollard & jeugnis

