

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 40 (1964-1965)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Ich will lieber nicht alles allein machen  
**Autor:** Tanner, Doris  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074415>

### **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>**

# Ich will lieber nicht alles allein machen

V O N D O R I S T A N N E R

Eine fröhliche Studentin war Esther zur Zeit unserer Freundschaft, erfüllt von Musikbegeisterung und glücklich verliebt in ihren Bräutigam, einen angehenden Theologen. Als ich sie nach Jahren wiedersah, erkannte ich in den matten Zügen der jungen Frau kaum mehr das frische Mädchengesicht von damals. Und doch war kein Jahrzehnt seit unserer letzten Begegnung verflossen. Pfarrfrau war sie geworden und hatte kurz nacheinander fünf Kinder geboren. Ohne jegliche Hilfe besorgte sie Haus und Garten, sie leitete den Kirchenchor, stand einer kirchlichen Frauenbewegung vor und sprang dann und wann für den Organisten ein. Man sah es auf den ersten Blick: Ihre Kräfte waren überfordert.

Bei einer Tasse Kaffee klagte sie denn auch über ihr allzu strenges Tagewerk. Sie bewohnten ein altes, unpraktisch eingerichtetes Haus, und den Ärger mit den heutigen Haushalthilfen habe sie so satt, daß sie selbst auf eine Putzfrau verzichte. So sei es ihnen möglich geworden, ein Auto zu kaufen, obwohl sie es beruflich nicht notwendig brauchten. «Doch wie gerne würde ich den Wagen missen, wenn ich dafür ab und zu ein Konzert besuchen, in aller Muße ein Buch lesen könnte.» Sie lächelte etwas bitter: «Eine Frau Pfarrer sollte halt verlernen, an sich selbst zu denken.» Der resignierte Zug um ihren Mund schnitt mir ins Herz. Voller Idealismus hatte sie einst geheiratet, vom Wunsch beseelt, als Gattin, Mutter, Pfarrfrau und Musikerin ihr Bestes zu geben. Und nun? Heute steht sie müde und innerlich ausgebrannt da.

*Sie treiben Raubbau ...*

Überforderung der Kräfte kommt heute unter den

Frauen oft vor, wenn auch nicht überall ein so erdrückendes Pensum wie dasjenige der Pfarrfrau Esther zu bewältigen ist. Vor allem Frauen mit ausgeprägten Interessen – seien diese nun beruflicher, künstlerischer oder sozialer Natur – erliegen leicht der Gefahr, ihre Leistungsfähigkeit zu überschätzen und sich mit den Jahren völlig auszugeben. Doch auch die ausschließlich im Haushalt Tätigen sind vor diesem Kräfteverschleiß nicht gefeit, denn gerade sie setzen ihren Ehrgeiz darin, «alles selbst zu machen».

Ich sehe sie vor mir, die Mutter von vier kleinen Kindern, die beim Skifahren das Bein gebrochen hatte. Es war ein sehr komplizierter Bruch, der mehrere Operationen nach sich zog. Sie humpelte hinter dem Kinderwagen, links und rechts von zwei nach verschiedenen Richtungen zerrenden Kleinen flankiert, und strebte einem Lebensmittelgeschäft zu. Auf meine Frage, ob sie zur Zeit wenigstens eine Putzfrau habe, die im großen Haus ab und zu zum Rechten sehe, schüttelte sie den Kopf: «Ich mache es lieber allein.» Nun ja. Nach einem halben Jahr hinkte sie noch immer, die Schatten unter ihren Augen hatten sich vertieft, und sie «machte es noch immer allein».

*... und merken es nicht einmal*

Daß auch die Kraft einer Hausfrau verdient, geschont zu werden, vergißt gerade sie selbst sehr oft. Für alle möglichen und unmöglichen Zwecke hilft sie mit, Geld zur Seite zu legen. Doch in welchem Sparbudget ist schon der Posten «Kräfteschonung der Mutter» zu finden? Wohlverstanden: Wenn sie eines Tages erholungsbedürftig darniederliegt, werden keine Kosten für ihre Genesung gescheut. Daß einer

Krankheit aber durch jahrelanges kluges Einteilen der Kräfte vorgebeugt werden könnte, daran denkt niemand, zuletzt sie selbst.

Kehren wir zu dem eingangs erwähnten Fall zurück: Die unermüdliche – fast möchte ich sagen dem Zusammenbruch nahe – Pfarrfrau treibt unverantwortlichen Raubbau an ihren Kräften. Welch ein Wahnwitz, auf eine Hausangestellte zu verzichten und sich statt dessen ein Auto zu kaufen! Welch ein Unsinn von der Frau mit dem Beinbruch, sich monatelang ohne Hilfe durchs Haus zu schleppen! Gewiß hätte es in beiden Fällen großer Anstrengung bedurft, zuverlässige Leute zu finden. Aber unzähligen Frauen ist eben der Gedanke gänzlich fremd, für die Erhaltung ihrer Arbeitskraft Geld zu opfern und Mühen auf sich zu nehmen.

#### *Wo liegt die Schuld?*

Viele sogenannte Nur-Hausfrauen leiden an Minderwertigkeitsgefühlen wegen ihrer scheinbaren Berufslosigkeit. Sie versuchen, diese durch den Ehrgeiz, alles selber zu machen, zu kompensieren. Entlastung wünschen sie gar nicht. Auch jene Frauen, die «ganz in der Familie aufgehen», verschmähen fremde Hilfe.

Unter dem Deckmantel rührender Fürsorge wollen sie ihre Nächsten in dankbare Abhängigkeit zwingen.

Auch geben viele Frauen ihr Geld lieber für repräsentative Zwecke aus als zur Erleichterung der Haushaltsführung. So kenne ich eine Mutter, welche zur Geburt ihres zweiten Kindes aus der Verwandtschaft eine Geldsumme geschenkt erhielt. Man riet ihr, nach dem Wochenbett eine Hauspflegerin anzustellen, damit sie sich in aller Ruhe erholen könne. Was tat die junge Frau? Sie kaufte sich für den Betrag eine goldene Halskette und stürzte sich ungeachtet ihrer geschwächten Kräfte sogleich wieder in ihre Arbeit. Luxusgüter vermögen den «gehobenen» Standard eben augenfälliger zu unterstreichen als Ausgaben für die Entlastung der Hausfrau.

Nicht wenige Frauen schrecken ferner vor der Mühe zurück, eine Haushalthilfe oder Putzfrau zu suchen, anzulernen und möglicherweise bald wieder zu verlieren oder sich mit ihr herumzuärgern. Sie erliegen der Versuchung, sich auf den bequemen und zugleich unbequemen Standpunkt zu stellen: «Ich mache es am liebsten allein.»

Bequem ist diese Einstellung deshalb, weil man dadurch steten Wechsel und Streitigkeiten vermeidet, unbequem, weil die ganze Arbeitslast auf den eigenen

Das Spezialgeschäft  
für feine Pralinés

Bellevueplatz  
und Bahnhofstrasse 46  
Telefon 271390

schultern lastet. Ich habe mich schon oft darüber gewundert, unter welchen Seufzern Frauen ein Putzfrauen-Inserat aufsetzen und wie ungern sie das Risiko eingehen, daß eine Hilfskraft versagt. Dabei würde es sich doch wahrhaftig lohnen, von zwei, ja sogar von drei Putzfrauen genarrt zu werden, wenn ich dann die vierte als tüchtig entpuppen würde (was sogar heute noch vorkommt). Nach einem einzigen mißglückten Versuch heißt es meistens: «Es gibt eben keine zuverlässigen Leute mehr», und die Enttäuschte greift wieder selbst zu Stahlspänen und Blocher.

Ich bin mir zwar durchaus bewußt, daß es schwer ist, gute Raumpflegerinnen, wie man heute sagt, und noch schwerer, selbständige Hausangestellte zu finden. Unsere Mütter durften sich über Jahre wenn nicht Jahrzehnte hinaus auf treue Kräfte verlassen. Wir hingegen müssen dankbar sein, wenn uns ein junges Mädchen einige Monate für viel Geld unterstützt, ohne perfekte Arbeit zu leisten. Aber das ist noch kein Grund, das Kind mit dem Bade auszuschütten, nach der ersten oder zweiten schlechten Erfahrung für immer zu resignieren und sich ein Übermaß an Arbeit aufzubürden.

*Was kann man dagegen tun?*

Wie können wir nun dem Mißstand des Dienstbotenmangels begegnen? Eines ist sicher: Die goldenen Zeiten der Perlen, die Anna, Berta oder Frieda hießen und ihrer Herrschaft beinahe Tag und Nacht zur Verfügung standen, sind vorbei. Doch Teilzeitarbeit ist ja eines der Schlagworte in unserer heutigen Hochkonjunktur mit ihrem Mangel an Arbeitskräften. Weshalb wird eigentlich die Methode der Teilzeitbeschäftigung nicht des öftern im Haushalt angewandt?

Regelmäßig studiere ich die Inserate unserer Lokalzeitung und stoße immer nur auf Anzeigen, in denen eine «freundliche Tochter» ... als Ganztagesangestellte gesucht wird. Selten ist ein Halbtagesposten offen, und dann nur für den Vormittag. Daß eine Nachmittagsstelle in einem Haushalt zu besetzen wäre, habe ich bis heute noch nie gelesen. Dabei mache ich seit einigen Jahren die besten Erfahrungen mit Frauen, die fünfmal wöchentlich zwischen vierzehn und achtzehn Uhr bei mir tätig sind. Arbeiten, welche üblicherweise am Vormittag erledigt werden wie Einkaufen, Waschen und Zimmerreinigen, fallen



**EPTINGER: wenig Kohlensäure! - das einzige Mineralwasser mit JUWO-Punkten - bequeme Hauslieferung! - auch ohne Kohlensäure erhältlich!**



**Cenovis**

**Cenovis WÜRZE**

Eine Salatsauce ohne Cenovis  
ist wie eine Suppe ohne Salz!

*Jetzt* reich an Vitamin B

**Leber/Galle/Lebriton!**

Machen Sie vertrauensvoll die gute Hauskur mit Frisch-Kräuter-Tonikum Lebriton, damit Sie sich besser fühlen, wieder mit Appetit essen und auch fette Speisen leichter verdauen können. Lebriton bringt neue Lebensfreude durch das wiederkehrende Wohlbefinden und wer es nach den Mahlzeiten einnimmt, wird besser verdauen. Lebriton Fr. 4.95, 11.25, 20.55

**Fettabbau!** — Mit Hilfe des Naturheilmittels Helvesan-3 gelingt der erfolgreiche Kampf gegen das überschüssige Fett. Helvesan-3 Fr. 4.20.

**Fortus hilft intime**

**Enttäuschungen überwinden.**

**Fortus zur Belebung des**

**Temperamentes, zur Erneuerung der Sexualkraft, bei Gefühlskälte.**

Probe Fr. 6.75  
Halbe Kur Fr. 12.50  
Voll-Kur Fr. 30.—  
in Apoth. und Drog.  
Dr. M. Antonioli AG.  
Laboratorium  
8021 Zürich

**Helvesan-1, milde, aber wirksame Kräuterpillen gegen Verstopfung mit gewebeentwässernder Wirkung.** Fr. 4.20.

in unserem Haushalt eben in das Nachmittagsprogramm. Ab und zu lasse ich auch vorkochen, so daß ich am nächsten Vormittag nicht lange in der Küche beschäftigt bin. Dazu eignen sich Fleischgerichte wie Voressen, Brätkügelchen in Sauce und Gulasch sowie verschiedene rezente Aufläufe. Das schlechte Gewissen über einen etwaigen Verlust an Vitamin- und Nährwerten beschwichtige ich durch reichliche Beigabe von Gemüse und verschiedenen Salaten. Auch unzählige Süßspeisen wie Cremen und Kuchen lassen sich gut am Vortag herstellen.

Bis jetzt meldeten sich auf meine Inserate hin immer Interessentinnen. Es waren meist Frauen, die noch einen eigenen kleinen Haushalt besorgten. Am Vormittag hätten sie nicht erscheinen können, da sie für ihren Mann oder eine erwachsene, berufstätige Tochter kochen mußten. Doch am Nachmittag füllten sie gerne einige leere Stunden durch zusätzliche Arbeit aus. Es lohnt sich also, sich dem Trend von heute anzupassen und als Hausfrau Teilzeitarbeit zu vergeben, Nachmittagsarbeit vor allem.

In den letzten Jahren hat ferner unsere Industrie ihre Betriebe immer mehr rationalisiert. Wenn sich doch auch die Hausfrauen von diesem Rationalisierungsfieber anstecken ließen! Im Block beispielsweise, in dem wir wohnen, hatte der Architekt die unglückselige Idee, die zwei geräumigen Wohnungskorridore mit einem Parkettboden zu belegen; mit einem Parkett übrigens, das unversiegelbar ist. Weil in diese verwinkelten Korridore Küche, Badzimmer und WC münden, müssen die geplagten Mieterinnen trotz Teppichen dauernd Wasserflecken entfernen.

Wir sind nun als einzige im Haus diesem Mißstand zu Leibe gerückt, indem wir diesen Boden und zugleich denjenigen des Kinderzimmers mit einem Kunststoffbelag bedecken ließen. Während sich die Nachbarinnen immer noch mit Spänen und Wachsen abplagen, muß ich nur mit Strupper und feuchtem Tuch hantieren. Ein Spannteppich im Wohnzimmer sowie eine halbautomatische Waschmaschine für die vielen Windeln und die Wochenwäsche vervollständigen unsern «Arbeitskomfort». In dieser rationalisierten Mietwohnung bin ich übergücklich. Für kein Geld der Welt möchte ich sie gegen ein noch so praktisch eingerichtetes aber doch Verantwortung aufbürdendes und Mehrarbeit verursachendes Eigenhaus eintauschen.

Man mag nun einwenden, Rationalisieren können hange weitgehend vom Stand des Portemonnaies ab-



Gewiß. Doch verzichte ich – im Einverständnis mit der Familie selbstverständlich – lieber für einige Jahre auf kostspielige Ferien, auf Auto, Fernsehen, Pelzmantel und Schmuck und erleichtere mir die Haushaltsführung. Überhaupt die lieben Finanzen! Man darf natürlich nicht darüber jammern, heutzutage keine Dienstmädchen mehr zu finden, und den Haushalt genau so sparsam führen wie unsere mit Angestellten wohlversehenen Mütter. Gesetzt den Fall, es lasse sich trotz intensivem Suchen keine Hilfe auftreiben, kann man ja den dadurch eingesparten Betrag – eine erkleckliche Summe – zu Rationalisierungszwecken verwenden.

Weshalb soll man ferner nicht die Wäsche ausgeben und sich die Lebensmittel aus dem zwar etwas teuren Detailgeschäft ins Haus schicken lassen? Unsere Nachbarin mit ihren drei kleinen Kindern beispielsweise lebt im Dauerzustand der Übermüdung. Anstandslos würde sie eine Haushaltangestellte entlönnen, ohne die Ausgabe zu bereuen. Aber beim Einkaufen ist sie von einem wahren Sparteufel besessen. Zweimal in der Woche verzichtet sie auf die Mittagsruhe und trägt die schwersten Lasten aus dem für sie unbequem gelegenen, aber billigen Selbstbedienungsladen. Es scheint mir nun, daß sie, eine rechtsituierte Frau aus dem Mittelstand, am falschen Ort spare.

### *Lieber es nicht «allein machen»*

Man verstehe mich recht: Keineswegs will ich die Frauen dazu ermuntern, ängstlich nur noch auf ihre Kräfteschonung bedacht zu sein. Doch bei den wenigsten besteht ja diese Gefahr. Sie neigen im Gegenteil dazu, ihre Leistungsfähigkeit für unerschöpflich zu halten; eine Tendenz, die durch den leidigen Mangel an Hilfskräften noch verstärkt wird.

Ich möchte daher alle Mütter von mehreren kleinen Kindern, alle Hausfrauen mit stark beanspruchenden Interessen oder gar Berufsarbeit beschwören, sich in irgendeiner Form von der Hausarbeit zu entlasten. Auch wenn dies heutzutage beachtliche Mühen verursacht und viel Geld verschlingt. Der geistige und materielle Aufwand lohnt sich sicherlich, denn abgehetzte Frauen sind bekanntlich keine angenehmen Erzieherinnen und Gattinnen. Die Einstellung «Ich mache es am liebsten allein» könnte sich eines Tages bitterlich rächen.

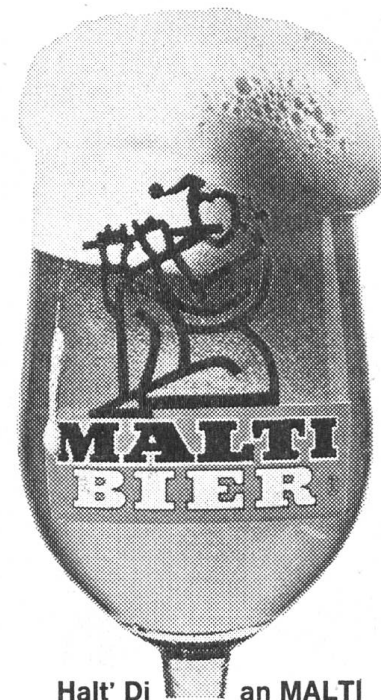
## Das Urteil

der Konsumenten bei einer neutral durchgeführten Marktforschung lautete über MALTI-Bier:

**MALTI ist ein gutes Bier,  
ein sehr gutes alkoholfreies Bier  
und ein ausgezeichnete Durstlöscher,**

Lassen Sie sich einen Harass  
MALTI-Bier in den Keller stellen,  
das ist so praktisch und  
angenehm; wir nennen Ihnen gerne  
den nächstgelegenen Lieferanten.

**MALTI-Brauerei der OVA Affoltern a. Albis  
Tel. 051 99 55 33**



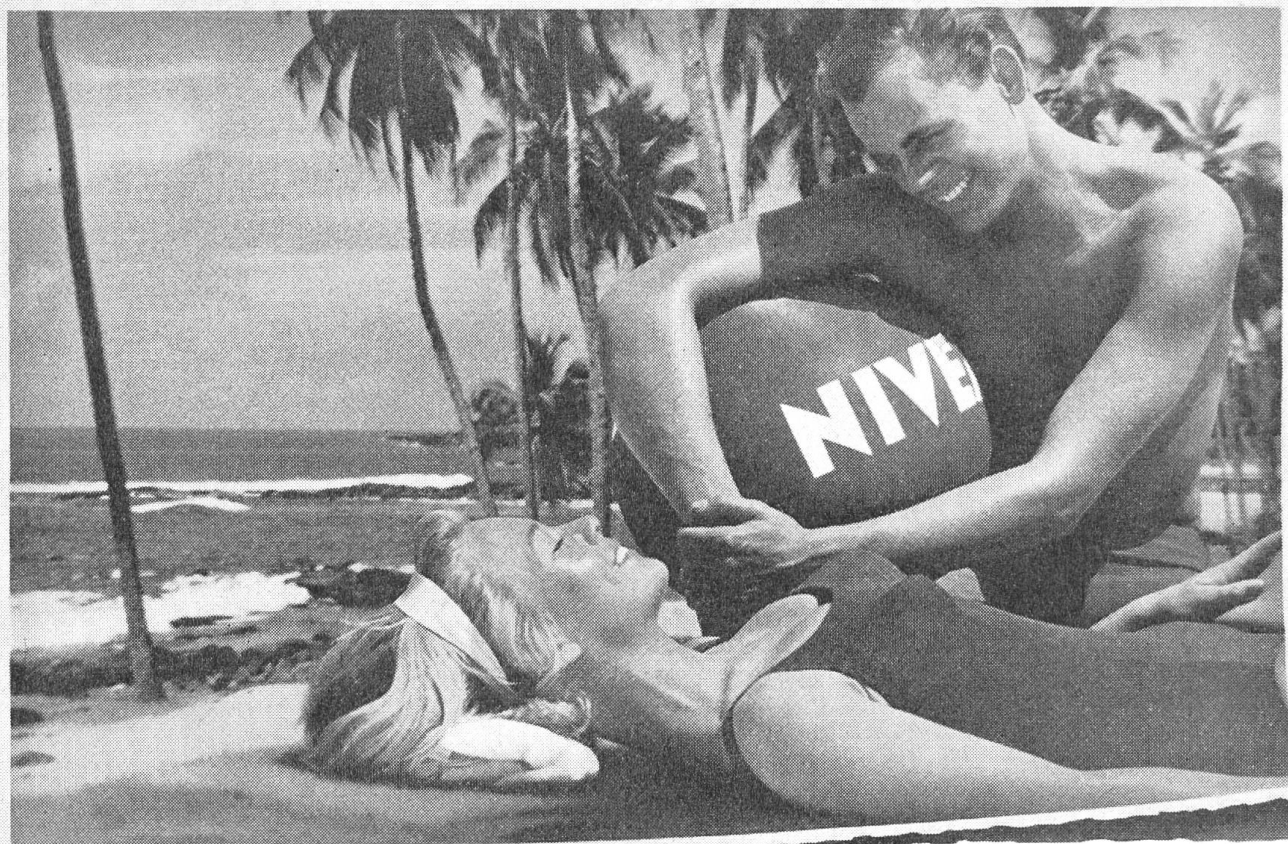
Sicherheitshalber

für die Reise

immer

**AMERICAN EXPRESS  
TRAVELERS CHEQUES**

# Ihre Chance beim **NIVEA Photo-Wettbewerb**



Pilot AG, Basel

**Totale Preissumme über Fr. 75000.-**

## **Reise um die Welt**

**für Sie und Er (2 Personen) mit**



**BOAC  
VC10**



### **1. Preis:**

Reise um die Welt für Sie + Er  
(2 Personen)

Die Traumferien Ihres Lebens, nach:  
New Delhi - Bangkok - Hong Kong  
Tokio - Honolulu - San Francisco  
New York - London - Zürich.

Sie fliegen auf dieser Weltreise mit  
der komfortablen und zuverlässigen  
B.O.A.C., British Overseas Airways  
Corporation - schon als Flugreise ein  
märchenhafter Genuss.

### **2. bis 500. Preis:**

499 moderne AGFA Photoapparate  
im Wert von Fr. 67.- bis Fr. 650.-

Für die übrigen Gewinner:

1000 Trostpreise (NIVEA-Produkte).

Die Ferienzeit ist für uns alle die herr-  
lichste Jahreszeit. Geist und Körper er-  
holen sich von den Strapazen des All-  
tags. Wer fotografiert, hat mehr  
vom Leben. Für Ihre Aufnahmen ver-  
wenden Sie am besten AGFA-Filme.  
Sie erhalten sie stets frisch bei Ihrem  
Photofachgeschäft.

Für Ihre ersten Badefreuden gehen  
Sie auf sicher mit

**NIVEA Ultra Sonnenöl** für die starke  
Bräunung oder

**NIVEA Sonnenbad**, die Sonnenlo-  
tion, welche keinen Fettglanz hinter-  
lässt.

### **Teilnahme-Bedingungen**

1. Senden Sie an Nivea, Postfach 54,  
4000 Basel 10, eine Amateur-Photo  
mit dem Sujet «**Mein originellstes  
Ferienbild**», von irgendwo und irgend-  
wann, Mindestformat 6 x 6, Höchst-  
format 13 x 18. Keine Dias, sondern nur  
Photos, die auf Papier abgezogen sind  
(farbig oder schwarz/weiß). Es werden  
nur echte Amateurbilder angenommen.

2. Jede Photo muss auf der Rückseite  
einen Wettbewerbstalon tragen, sowie  
Name und Ihre genaue Adresse. Die  
Wettbewerbstalons finden Sie auf den  
Nivea-Sonnenprodukten: NIVEA Son-  
nenöl oder NIVEA Sonnenbad.

3. Letzter Einsende-Termin: 27. Au-  
gust 1965.

Alle Gewinner werden, persönlich be-  
nachrichtigt.

Korrespondenzen über diesen Wettbe-  
werb können nicht geführt werden.

Die eingesandten Bilder werden  
nicht mehr zurückgesandt und bleiben  
Eigentum der Pilot A.G. Für jede der  
500 prämierten Photos erwirbt die  
Firma Pilot A.G. das internationale Re-  
produktionsrecht.

**Jury:** Über die Preise entscheidet  
rechtsgültig die Wettbewerbsjury.

**NIVEA**

**macht Sie zum glücklichsten Sommer-Ferienpaar**

**Nivea Ultra-Sonnenöl** (mit Nussextrakt und dem starken Lichtschutzfilter) für den sportlichen Typ, verhindert garantiert jeden Sonnenbrand.  
1/1 Flacon Fr. 3.90, 1/2 Flacon Fr. 1.70

**Nivea Sonnenbad** in der Tube oder im Flacon, die fettfreie Lotion zum Tiefbräunen, erfrischt und belebt die Haut. Flacon Fr. 3.90, Tube Fr. 2.90.  
**Nivea Crème** zur Nachpflege. Zu Fr. -.80, 1.50, 3.60, Tube Fr. 1.80.