

**Helene Mühlestein**

# **Hausfrau, Mutter, Gattin**

**Geschlechterkonstituierung in  
Schweizer Ratgeberliteratur, 1945–1970**

CHRONOS

# Inhalt

Geschlechterkonstituierung in Ratgebern der Nachkriegszeit	7
Grundlagen	11
Forschungsstand	11
Geschlecht	13
<i>Gender</i> als Kategorie der historischen Analyse	14
Geschlechterkonstitution durch performative Akte	15
<i>Doing gender</i> mittels alltäglicher Handlungen	17
Ratgeber als kulturwissenschaftliche Quellen	18
Sozialhistorischer Kontext	22
Methodisches Vorgehen	25
Ratgeber für die Hausfrau	29
Die Quellen im Überblick	29
Die Hausfrau als Adressatin	32
Zwischen Beruf und Berufung	38
Ordnung und Sauberkeit	50
Zwischen Tradition und Wandel	57
Kochen aus Liebe	66
Gepflegtes Familienglück	74
<i>Undoing gender</i>	79
Fazit	81
Ratgeber für die Mutter	83
Die Quellen im Überblick	83
Die Mutter als Adressatin	88
Schwangerschaft und Geburt	92
Säuglingspflege	101
Das Stillen	110
Vaterschaft	116
Fazit	121

Ratgeber für das «schöne Geschlecht»	123
Die Quellen im Überblick	123
Die Pflicht zur Individualisierung	130
Schönheit als Arbeit	135
Die Pflege der Schönheit im Umbruch	141
Fazit	145
Resümee	147
Bibliographie	153
Quellen	153
Literatur	155
Abbildungsverzeichnis	164

## Abbildungsverzeichnis

- Abbildung 1: Guggenbühl, Helen: *Wie führe ich meinen Haushalt. Ein Buch für angehende und erfahrene Hausfrauen.* Zürich: Schweizer Spiegel Verlag 1948.
- Abbildung 2: *Ratgeber der modernen Hausfrau.* Zürcher Hausbuch. Neuchatel: Imprimerie Centrale 1963.
- Abbildung 3: Scheuermann, Rina: *Handbuch der Hauswirtschaft. Eine Wegleitung für Hausfrauen, Haushaltungsschulen und Seminarien.* Zürich: Schulthess & Co. 1945, 310.
- Abbildung 4: Young, Mary: *Schule des Charmes. Für Mädchen und junge Frauen.* Rüslikon-Zürich: Albert Müller Verlag 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für die neue Schweizer Bibliothek), 133.
- Abbildung 5: *Ratgeber der modernen Hausfrau.* Zürcher Hausbuch. Neuchatel: Imprimerie Centrale 1963, 129.
- Abbildung 6: *Ratgeber der modernen Hausfrau.* Zürcher Hausbuch. Neuchatel: Imprimerie Centrale 1963, 144.
- Abbildung 7: Müller, Susanna: *Mein Haushalt.* 30. Auflage des Werkes «Das fleissige Hausmütterchen». Zürich: Lüssi & Co. 1964, vor 433 (Tafel 48).
- Abbildung 8: Müller, Susanna: *Mein Haushalt.* 30. Auflage des Werkes «Das fleissige Hausmütterchen». Zürich: Lüssi & Co. 1964, vor 496 (Tafel 50).
- Abbildung 9: Müller, Susanna: *Mein Haushalt.* 30. Auflage des Werkes «Das fleissige Hausmütterchen». Zürich: Lüssi & Co. 1964, nach 496 (Tafel 51).
- Abbildung 10: Spock, Benjamin: *Dein Kind – Dein Glück.* Teufen, St.Gallen: Arthur Niggli 1952.
- Abbildung 11: Dietrich H: *Dein Kind. Die moderne Säuglingspflege in Wort und Bild. Praktischer Säuglingspflegekurs in Bildern, aufgenommen in der Mütterschule Zürich.* Aus dem grossen und reichen Erfahrungsschatz der Schwester Margrit, gestaltet von H. Dietrich. Olten: Otto Walter AG 1946.
- Abbildung 12a–f: Dietrich H: *Dein Kind. Die moderne Säuglingspflege in Wort und Bild. Praktischer Säuglingspflegekurs in Bildern, aufgenommen in der Mütterschule Zürich.* Aus dem grossen und reichen Erfahrungsschatz der Schwester Margrit, gestaltet von H. Dietrich. Olten: Otto Walter AG 1946, 36–49.
- Abbildung 13: Imboden-Kaiser, Frida: *Wie ich mein Kindlein pflege. Für Mütter geschrieben.* 17. Auflage. O.O.: Verlag Pro Juventute 1959.

- Abbildung 14: Ellak, Margot: Das grosse Baby-Buch. Das Handbuch für Mutter und Kind. Zürich: Schweizer Druck- und Verlagshaus 1964, 34.
- Abbildung 15: Ellak, Margot: Das grosse Baby-Buch. Das Handbuch für Mutter und Kind. Zürich: Schweizer Druck- und Verlagshaus 1964, 19.
- Abbildung 16: Imboden-Kaiser, Frida: Wie ich mein Kindlein pflege. Für Mütter geschrieben. 17. Auflage. O.O.: Verlag Pro Juventute 1959, 43.
- Abbildung 17: Ellak, Margot: Das grosse Baby-Buch. Das Handbuch für Mutter und Kind. Zürich: Schweizer Druck- und Verlagshaus 1964, 77.
- Abbildung 18: Imboden-Kaiser, Frida: Wie ich mein Kindlein pflege. Für Mütter geschrieben. 17. Auflage. O.O.: Verlag Pro Juventute 1959, 25.
- Abbildung 19: Dietrich H: Dein Kind. Die moderne Säuglingspflege in Wort und Bild. Praktischer Säuglingspflegekurs in Bildern, aufgenommen in der Mütterschule Zürich. Aus dem grossen und reichen Erfahrungsschatz der Schwester Margrit, gestaltet von H. Dietrich. Olten: Otto Walter AG 1946, 55.
- Abbildung 20: Dietrich H: Dein Kind. Die moderne Säuglingspflege in Wort und Bild. Praktischer Säuglingspflegekurs in Bildern, aufgenommen in der Mütterschule Zürich. Aus dem grossen und reichen Erfahrungsschatz der Schwester Margrit, gestaltet von H. Dietrich. Olten: Otto Walter AG 1946, 64.
- Abbildung 21: Umbricht, Werner: Die werdende Mutter. Ein kleiner Ratgeber. Zürich: Verlag Pro Juventute, Abt. Mutter und Kind 1957.
- Abbildung 22: Spock, Benjamin: Dein Kind – Dein Glück. Teufen/St. Gallen: Arthur Niggli 1952, 16.
- Abbildung 23: Horn, Effi: Baby unterwegs. Ärztlicher Rat und heiterer Trost für werdende Eltern. München: Verlag Mensch und Arbeit 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für den Buchclub Ex Libris Zürich), 184.
- Abbildung 24: Auclair, Marcelle: Schönheits-Abc. Kleines Lexikon der Schönheitspflege mit zahlreichen Rezepten zur Selbstherstellung von Schönheitsmitteln. Rüslikon-Zürich: Albert Müller Verlag 1952.
- Abbildung 25: Young, Mary: Schule des Charmes. Für Mädchen und junge Frauen. Rüslikon-Zürich: Albert Müller Verlag 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für die neue Schweizer Bibliothek).
- Abbildung 26: Young, Mary: Schule des Charmes. Für Mädchen und junge Frauen. Zürich: Albert Müller Verlag 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für die neue Schweizer Bibliothek), 98.
- Abbildung 27: Christina, Reina: Schönheit für jede Frau. Zug: Arku Verlag 1968, 125.

- Abbildung 28: Young, Mary: Schule des Charmes. Für Mädchen und junge Frauen. Rüschtikon-Zürich: Albert Müller Verlag 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für die neue Schweizer Bibliothek), 67.
- Abbildung 29: Hauser, Gaylord: Spieglein, Spieglein an der Wand. Eine Einladung zur Schönheit. Bern, Stuttgart: Alfred Scherz 1962 (Berechtigte Lizenzausgabe für den Buchclub Ex Libris Zürich), 73.
- Abbildung 30: Colby, Anita: Beauty. Das Schönheitsbuch für die moderne Frau. Zürich, Stuttgart, Wien: Europa Verlag 1954, 67.
- Abbildung 31: Contini, Mila: Schönheitspflege und Gymnastik. Stuttgart, Zürich: Delphin-Verlag 1969, 18.
- Abbildung 32: Young, Mary: Schule des Charmes. Für Mädchen und junge Frauen. Rüschtikon-Zürich: Albert Müller Verlag 1964 (Berechtigte Lizenzausgabe für die neue Schweizer Bibliothek), 131.
- Abbildung 33: Contini, Mila: Schönheitspflege und Gymnastik. Stuttgart, Zürich: Delphin-Verlag 1969, 101.