

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Neue Frauenkleidung und Frauenkultur

Deutscher Verband für Verbesserung der Frauenkleidung

Karlsruhe, 6.1910 - 10.1914; 12.1916

Die Proportionen des weiblichen Körpers von Dr. med. Helene Breitung

[urn:nbn:de:bsz:31-107152](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-107152)

überhaupt erst den Grundstein gelegt und durch die Pflege der verschiedenen Systeme von Gymnastik und Turnen hat sie die Aufmerksamkeit hingelenkt auf die Wirkung der einzelnen Systeme und das Bedürfnis geweckt nach einer physiologischen Ausbildung des Körpers, d. h. nach einer Ausbildung, die für die Gesundheit des einzelnen wie für die Gesundheit und Schönheit unserer Rasse die besten Aussichten bietet.

Ungemein erfreulich ist es nun, daß man anfängt, in militärischen Kreisen ähnliche Gesichtspunkte in Betracht zu ziehen. Die Kölnische Zeitung bringt unter der Rubrik »Sport und Spiel« einen Aufsatz des Stabsarztes Dr. Münter über »Offizierkorps und Körperkultur«.* Der Verfasser weist darin nach, daß der Offizier sich durch viel körperliche Bewegung im Freien im ganzen länger frisch erhalten könne, als sein Altersgenosse im bürgerlichen Leben, daß aber der heilsam wirkende Dienst des ersten Jahrzehnts den Körper keineswegs immer harmonisch durcharbeite. Der Kavallerist z. B. weise leicht einen unentwickelten Brustkorb auf, der Infanterist häufig eine Unterentwicklung der Arme. Und während der nordgermanische Offizier vielseitiger Sportsmann ist, habe der deutsche Offizier den Sport nur außerdienstlich und nicht im Hinblick auf eine wirkliche Kultur des Körpers gepflegt. Auf den großen internationalen Wettkämpfen, vor allem den Olympischen Spielen zu Stockholm haben die Deutschen nicht gut abgeschnitten. An unserm Menschenmaterial liegt das nicht, sondern daran, daß die andern Nationen ihr körperlich bestes Material, die Offiziere und Akademiker in den Kampf schicken. Und hierin zeigt sich aufs deutlichste, daß in andern Nationen die Ausbildung des Körpers bei weitem höher eingeschätzt wird, als in Deutschland. Dem Deutschen nun, so hebt der Verfasser des genannten Aufsatzes hervor, rühme man nach, daß er methodisch denke, und sobald er eine Idee als richtig erkannt habe, suche er sie auch mit Nachdruck in die Tat umzusetzen. Es müsse bei uns aber die Erkenntnis durchdringen, daß »rationelle Leibesucht, Körperkultur auf den verschiedenen Gebieten körperlicher Funktionen bei Mann und Frau das Mittel ist, das der einzelne in der Hand hat, um einer drohenden völkischen Degeneration, einem Rassetod an seinem Teile entgegen zu arbeiten«.**

Nach dem Anwachsen des Interesses für Gymnastik, wie dies festgestellt werden konnte, muß man annehmen, daß Deutschland anfängt, sich der in der Körperkultur begründeten weittragenden Momente bewußt zu werden. Kommt dies auch spät, so doch jedenfalls um so gründlicher, und aus dem Munde von Ausländern kann man schon heute die Ansicht äußern hören, daß in einigen Jahrzehnten Deutschland dank seiner wissenschaftlich-methodischen Veranlagung das beste System der körperlichen Ausbildung haben werde. Dieses beste System würde naturgemäß ganz besonders auch im »Dienstjahr« zur Geltung kommen. Wir haben in dieser Zeitschrift schon darauf hinweisen können, daß das Dienstjahr, so wie es heute besteht, seinen eigentlichen Zweck, die Erhöhung der gesamten Wehrfähigkeit, verfehlt. Mit

* Zuerst erschienen in Nr. 138 des Militärwochenblattes 1913.

** Gegenüber dieser außerordentlichen Bewertung der körperlichen Ausbildung muß es sehr eigentümlich berühren, daß die Budgetkommission des Reichstages vor kurzem den ersten Kredit für die vorbereitenden Arbeiten zu den Olympischen Spielen Berlin 1916 verweigert hat.

dem heutigen System der militärischen Ausbildung werden allerdings die jungen Leute für den augenblicklichen Bedarf des Heeres tüchtig gemacht, aber die Wirkung in der Zukunft, d. h. die Erhöhung der Gesamtwehrfähigkeit des Volkes wird dabei nicht in Betracht gezogen. Denn »die mit körperlichen Fehlern irgend welcher Art behafteten jungen Leute werden zum Militärdienst überhaupt nicht herangezogen. Und doch hätten auch sie eine körperliche Ausbildung erst recht nötig, denn auch diese Elemente heiraten später und tragen zur Verschlechterung des Gesamtgesundheitszustandes bei und zwar nun in weit höherem Maße als wenn durch individuelle Ausbildung ihren körperlichen Fehlern in der Jugend wirksam begegnet worden wäre.«*

Diese allgemeine Hebung der gesamten Volksgesundheit wird aber das Ziel des Dienstjahres bilden müssen. Vorläufig natürlich bleibt es noch ein ideales Ziel, aber es wird immer deutlicher in den Wirklichkeitsbereich treten, je mehr die Idee der Rassenverbesserung an Boden gewinnt. Das Ziel des männlichen Dienstjahres wird aber auch dasjenige werden müssen für das weibliche Dienstjahr. Denn wir wissen alle, daß die Qualität der Mütter ausschlaggebend ist für die Gesundheit des Volkes und in letzter Linie auch für dessen Wehrfähigkeit.

Der Ruf nach höherer Körperkultur des Mannes, insbesondere des deutschen Offiziers ist laut geworden im Hinblick auf die Olympischen Spiele vom Jahre 1916 zu Berlin. Es ist wohl kaum zu erwarten, daß bis dahin selbst bei tatkräftigster Training erreicht wird, daß die Deutschen größte Ehre auf denjenigen Gebieten einlegen könnten wo es vor allem auf harmonische Durchbildung des Körpers ankommt. Aber erfreulich ist es, daß die Aufmerksamkeit gerade in der deutschen Armee nach dieser Richtung geweckt worden ist. Dadurch werden auch neue Perspektiven für das Dienstjahr des Mannes eröffnet, die dann wiederum den Gedanken an ein weibliches Dienstjahr befruchten können.

Die Proportionen des weiblichen Körpers.

Von Dr. med. Helene Breitung.

II

Ich möchte nun noch einige Maße angeben, die im Fritsch'schen Kanon nicht enthalten sind, die aber für die Körpermessung sehr wichtig und leicht zu bestimmen sind. Das ist vor allem die Breite von Schultern, Becken und Hüften. Alle 3 Maße werden durch Knochenpunkte bestimmt. An den Schultern suchen wir das sogen. Akromion, den äußersten seitlichen Knochenvorsprung des Schulterblatts, der bei Hebung des Armes durch eine Furche kenntlich ist. Diese Schulterbreite ist nicht dasselbe wie die Entfernung der Schultergelenke im Kanon. Zur Bestimmung der Beckenbreite suchen wir die weiteste Ausladung des Knochens unterhalb der Taille und zur Bestimmung der Hüftbreite den Oberschenkelknochen, der ungefähr 10 cm darunter liegt. Bei der normal entwickelten Frau, die 155—170 cm groß ist, beträgt die Schulterbreite 35—40 cm, die Beckenbreite 29—33,5 cm die Hüftbreite 31—36 cm. Der Unterschied zwischen Schultern und Hüften muß mindestens 4 cm betragen, zwischen Hüften und Becken 2 cm, wobei die erstgenannten Körperteile

* Vergl. Ein neues Gerät und neue Übungen der schwedischen Heilgymnastik zur Behandlung von Rückgratsverkrümmungen Nr. 7 d. Ztschr. 1913, S. 84, Anmerkung.



Abb. II. Phot. Edmund Lill-Hannover.
Gesellschaftskleid entworfen von E. Wolf-Hannover.
Beschreibung Seite VII u. f.



Abb. III. Phot. Edmund Lill-Hannover.
Blusenjäckchen entworfen von Eva Fricke-Hannover.
Beschreibung Seite VII u. f.

die breitem sind. Darunter liegende Maße oder falsche Proportionen deuten auf krankhafte Veränderungen der Knochen, meist Reste von Rhachitis hin. Kräftig entwickelte Frauen können auch etwas breiter gebaut sein; das ist kein Fehler, wenn die Proportionen sonst stimmen.

Ein weiteres Interesse hat das Taillenmaß; um es mit obigen Werten vergleichen zu können, messen wir die Taillenbreite, also mit dem Zirkel den Abstand zwischen den seitlichen leichten Einknickungen des Rumpfes, die dadurch entstehen, daß das Becken breiter ist, als der Brustkorb. Sie beträgt 19—25 cm was einem Umfang von etwa 55—75 cm entspricht. Ein Taillenumfang von 50 cm, über dem Korsett gemessen, früher ein beneidenswertes Maß, bedeutete also auch für zierliche Gestalten schon eine bedenkliche Verunstaltung des Rumpfes. Korpulente Damen haben natürlich einen größern Taillenumfang, aber dieser Fettansatz gehört nicht mehr in den Bereich des Normalen. Diese Maße sind auf dem unbekleideten Körper gemessen. Bei Berechnung des Kleiderschnitts müssen wir natürlich wegen der Unterkleider noch etwas zurechnen; außerdem verschieben sich die Kleider bei Hebung der Arme nach oben, wo der Körper über den Rippen breiter und der Einfluß der Atmung stärker

wird. Schöner und zweckmäßiger als die frühere ist deshalb die moderne Gürtellinie, die in der Höhe des untern Endes des Brustbeins verläuft, wo eine geringe Verschiebung nach oben nicht so viel ausmacht. Der Winkel, den die Rippenbögen in der Magenrube bilden, ist fast ein rechter.

Die Spannweite der Arme beträgt nicht, wie man früher annahm, genau so viel wie die Körpergröße, sondern etwas mehr. Unter 100 badischen Frauen und Mädchen, die ich anthropologisch durchgemessen habe, fand sich bei einer durchschnittlichen Körpergröße von 156 cm eine Spannweite von 161 cm. —

Die bis jetzt angegebenen Maße beziehen sich fast alle auf die Knochen; sie allein können uns aber noch kein genügender Maßstab für das Normale sein. Eine sehr magere oder sehr dicke Gestalt kann richtige Knochenproportionen haben, ohne deswegen als normal gelten zu können. Zu einem gut gebauten Frauenkörper gehört eine kräftige, ebenmäßig ausgebildete Muskulatur, deren scharfe Umrisse durch eine Fettschicht gemildert sind. Das Verhältnis zwischen Körpergröße und Körpermasse bestimmen wir durch das Gewicht. Es gibt auch hier verschiedene Methoden der Berechnung; die einfachste ist folgende: das Gewicht beträgt so viel kg als das Individuum



Abb. IV. Phot. Traut-München.
Jackenkleid aus Tuch mit Pelzbesatz
von Elisabeth Rudtke-München.
Beschreibung Seite VII u. f.



Abb. IV a. Rückansicht zu Abb. IV.

cm über ein Meter groß ist; also muß ein Mensch, der 160 cm groß ist, 60 kg wiegen. Diese Berechnung gilt nur für Erwachsene, nicht für Kinder.

Auch für die normale Bildung von Gesicht, Armen und Beinen existieren genaue Angaben. Für das Gesicht

gelten folgende Proportionen: Stirn = Nasenlänge = Mund = Kinnpartie = Ohrlänge. Die Größe der Augenlidspalte verhält sich zur Mundspalte wie 2 : 3. Charakteristisch für Frauen ist die große Breite der vordern obern Schneidezähne. Von einem schönen Gesicht verlangen wir, daß die Züge regelmäßig sind; eine vollständige Regelmäßigkeit ist jedoch selten; wir beobachten sogar oft eine ganz erhebliche Assymetrie beider Hälften ohne deshalb das Gesicht als häßlich zu empfinden; im Gegenteil, eine gewisse Assymetrie verleiht dem Gesicht seinen charakteristischen Ausdruck. Wir können also eine geringe Unregelmäßigkeit, soweit sie nicht durch Krankheit etc. bedingt ist, als normal betrachten. Das gilt übrigens für den ganzen Körper. Meist ist ja auch die rechte Seite wegen größerer Inanspruchnahme etwas kräftiger entwickelt, als die linke.

Der Arm muß vollständig gestreckt, eine gerade Linie bilden. Überstreckung des Ellenbogens, sodaß der Arm einen nach der Streckseite leicht stumpfen Winkel bildet, der Kummer mancher Schauspielerin, ist nicht mehr normal. Die Hand beträgt $\frac{1}{9}$ der Körperlänge.

Gerade gewachsene Beine müssen sich bei geschlossener

Fußstellung an 4 Stellen berühren: an den Oberschenkeln, den Knien, den Waden und den Fersen, wie die Normalfigur zeigt. (Nr. 1 d. Ztschr.). Jede X- oder O-Beinstellung ist unnormale und meist durch Rhachitis verursacht. Ein gut gebildeter Fuß ist in Kulturländern sehr selten; wer wissen will, wie ein normaler Fuß aussieht, halte sich an griechische Statuen. Bei den wenigsten Menschen bildet der innere Fußrand mit der großen Zehe eine gerade Linie; meist ist diese durch spitze Schuhe winkelig nach außen abgeknickt. Die 2. Zehe ist etwas länger als die große; zwischen beiden ist ein größerer Abstand als zwischen den andern Zehen. Die Alten zogen hier den Riemen ihrer Sandalen durch, ein Ansinnen, das man an schuligewohnte Menschen unserer Tage wohl kaum stellen dürfte. Die Länge des Fußes soll 6 bis höchstens $7 \times$ in der Körpergröße enthalten sein. Der Umfang der Wade muß größer sein als der Halsumfang.

Alle angegebenen Maße gelten etwa vom 21. Lebensjahr an; die volle Reife wird oft

erst mit 25 Jahren oder noch später erreicht. In den Kinderjahren sind die Proportionen anders. Bei der erwachsenen Frau ist der Kopf $7\frac{1}{3} - 8 \times$ in der Körpergröße enthalten, beim 14jährigen Mädchen 7 mal, beim 5jährigen 6 mal, beim 2jährigen 5 mal, beim Neugeborenen $4\frac{1}{6}$ mal. Der Kopf wird also im Lauf der Entwicklung immer kleiner im Verhältnis zur Körpergröße. Der Rumpf streckt sich erst am Ende der Entwicklung; die gedrungen gebauten jungen Mädchen wachsen sich später oft zu den schönsten Gestalten aus. Also nur kein Kummer wegen schlechter »Figur« und vor allem nicht verbessern wollen durch unzweckmäßige Kleidung! Die Natur will nicht gestört sein.

Diese Proportionen, so verwirrend sie auch anfänglich scheinen mögen, lehren uns doch mancherlei. Das wichtigste dabei ist wohl Folgendes: wir müssen unsere Schönheitsbegriffe nach natürlichen Grundsätzen bilden; wir müssen das als schön betrachten, was die Natur ungestört geschaffen hat, also das Gesunde, das Normale. Wer natürlich denken und empfinden kann, wird dies auch tun; aber nicht alle können es. Wenn man von Schönheit spricht, denkt man zu viel an das Gesicht allein und zu wenig an die ganze Erscheinung. Man beachtet auch die Proportionen zu wenig. Eine kleine Hand hält man für schön, eine große für häßlich. Das ist Unsinn; die Hand muß zur Körpergröße stimmen; wenn sie dazu paßt und gut geformt ist, so ist sie schön, gleichgültig ob sie groß oder klein ist. Dasselbe gilt für den Fuß. Aber da kann man ja meistens nur den Schuh beurteilen.

Höchste Schönheit ist demnach auch undenkbar ohne vollkommene Gesundheit. Eine blasse, ätherische Erscheinung mag anmutig sein; den Anspruch an wirkliche Schönheit darf sie nicht stellen, weil sie nicht ganz gesund ist. Der Reiz der äußern Erscheinung spielt ja im Leben eine wichtige Rolle, besonders bei Frauen; sie wollen schön sein; dieser Wunsch ist noch keine Eitelkeit. Leider ist das Urteil der Menge über das, was schön ist, in vielem von der Bahn des Natürlichen abgewichen und hat die

Frauen zu falschen Schönheitsmitteln gebracht, die unnötig und oft schädlich sind. Wir müssen wieder natürlich denken lernen, dann werden wir auch das Natürliche, Gesunde, Normale als schön empfinden.

Gemeinsame Erziehung?

Von Eugenie Jacobi-Königsberg.

Nachdruck verboten.

Gemeinsame Schulen für Mädchen und Knaben haben im Großherzogtum Baden eine schon ziemlich eingewurzelte Stätte. Dort nehmen Gymnasien, wie Mittelschulen — nicht bloß in vereinzelt Fällen, sondern überhaupt — Schüler und Schülerinnen als gleichberechtigt auf. Sonst aber wird der gemeinsame Unterricht auf deutschem Boden vorwiegend als Unding gewertet. Man hat ihn wohl auch hier in Gemeindeschulen kleiner Städte und ländlicher Ortschaften, und selbst großen Städten fehlt er nicht. In den Schulen für blinde, taubstumme, schwachbefähigte und schwachsinnige Kinder werden ja, wenige Stunden ausgenommen, Mädchen und Knaben gemeinsam unterrichtet. Vielleicht gehört aber gerade dieser gemeinsame Unterricht zu den Hemmnissen, die einer weitem Einführung desselben entgegenstehen.

Die betreffenden Schulen gelten, soweit sie für die normale Jugend bestimmt sind, gewöhnlich als rückständig, und bei denen für blinde, taubstumme, schwachbefähigte und schwachsinnige Kinder rechnet man eben mit einer durch die Anormalität bedingten Unabänderlichkeit. Muß eine von der normalen Jugend beiderlei Geschlechts besuchte Schule erweitert werden, so pflegt man sie meistens in eine für Mädchen und eine für Knaben zu sondern. Zur Einsicht, daß ja die etwaige Rückständigkeit einer gemeinsamen Schule keineswegs in dem Nebeneinander von Knaben und Mädchen, sondern in ganz andern Dingen wurzelt, kommt's nicht. Hinweise auf Baden und das entsprechende Ausland — auf die Vereinigten Staaten von Nordamerika, auf Schweden, Finnland usw. — werden kaum angehört und durch Worte des Inhalts abgetan: eines schickt sich nicht für alle, und man wolle oder müsse zunächst abwartend verharren. Die hier in Frage kommenden Schulverhältnisse jener Bereiche scheinen auch nicht gerade allgemein bekannt zu sein.

Der dem Rahmen des Spiels entwachsenen Interessengemeinschaft zwischen Knaben und Mädchen bleibt es versagt, auf das Gebiet des Unterrichts hinüberzugreifen. Diese und jene lernen lesen, schreiben, rechnen; für die einen und die andern liegt die Wüste Sahara in Afrika, die Wüste Gobi in Asien usw. — Solches übermitteln man ihnen jedoch nicht in einem Raum. An ihrer Heranbildung und der Vorbereitung auf den Ernst des Lebens dürfen sie nicht gemeinsam schaffen. Damit wird ihnen zugleich harm- und zwangloser Verkehr überhaupt verwehrt und das Zusammensein nur unter einem besondern »Schutz« und für bestimmte Gelegenheiten als »passend« hingestellt. Ungehindert, oder vielmehr geradezu angefeuert, dürfen sie auf Kinderbällen, einander umschlingend,



Abb. Va.
Rückansicht zu Abb. V.



Abb. V.
Phot. Traut-München.
Gesellschaftskleid von E. Veil-von Neander-München.
Beschreibung Seite VII u. f.

die Füße nach den Klängen der »schönen, blauen Donau« in Bewegung setzen. Würden sie aber zusammen in einer Klasse zum Flußlauf der Donau, zu fremden Sprachen usw. in innere Beziehungen treten, so ginge natürlich die Welt aus den Fugen.

Nur zu vielfach verläuft allerdings der Verkehr zwischen heranreifenden Mädchen und Knaben in haltloser Albernheit, hölzerner Eckigkeit und in sonstigen ebenso erfreulichen Formen. All dies zwingt man ihnen jedoch mit der Ausschaltung des gemeinsamen Unterrichtes auf. Arbeit und geistige Interessen dürfen keinen Angelpunkt ihrer Beziehungen bilden, und diese ermangeln mithin eines kernigen Haltes; für die Betätigung derselben schreibt die »Schicklichkeit« eben den Weg der Tändeleien und des Vergnügens, den Bereich der Kindergesellschaften und gleichartiger Gelegenheiten vor. Mädchen und Knaben reifen mit dem Heranwachsen in ihrem innern Sein. Das soll jedoch für ihr Beieinander, soweit der »gesellschaftliche Anstand« ein solches überhaupt als »statthaft« erachtet, belanglos bleiben.

Den jugendlichen Wesen ungezwungenen, ihrer Entwicklung gemäßen Verkehr als »nicht schicklich« ausmalend, spiegelt man ihnen zunächst eine Sache als schlimm und bedenklich vor, die es an sich gar nicht ist, sondern dieses Gepräge erst durch Hineingedeutetes erhält, und