

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział I	
Życie kobiet w pierwszej połowie XIX wieku	19
1. Życie codzienne	20
W rodzinie ziemiańskiej	20
W rodzinie drobnoszlacheckiej	28
W rodzinie arystokratycznej	33
W rodzinie mieszczańskiej	37
W rodzinie chłopskiej	47
2. Edukacja kobiet	53
Kształcenie na pensjach prywatnych	55
Nauka w szkołach elementarnych	61
Kształcenie klasztorne	63
Szkoly zawodowe i artystyczne	65
Wychowanie i kształcenie domowe	72
3. Praca zawodowa	75
4. Działalność społeczna i patriotyczna	95
Rozdział II	
Kobieta w społeczeństwie	109
1. Społecznie pożądane i niepożądane cechy charakteru	109
2. Sens i treść życia kobiety	122
3. Zachowanie wśród ludzi	125
Postawa podczas stania, siedzenia i chodzenia	127
Ubiór	130
Spożywanie posiłków	132
Prowadzenie rozmów	137
Zachowanie wobec mężczyzn	148
Odwiedziny	150
Sposoby postępowania w innych sytuacjach życiowych i towarzyskich ...	161
4. Pisanie listów	168
5. Praktyki religijne	174
6. Obowiązki wobec ojczyzny	190

Rozdział III

Kobieta w rodzinie	195
1. Córka	197
2. Siostra	202
3. Żona	203
4. Gospodyni	232
5. Matka	254
6. Babcia	297

Rozdział IV

Troska o higienę, zdrowie i urodę	301
1. Pomieszczenia mieszkalne	302
2. Ubiór	305
3. Prawidłowe odżywianie	309
4. Ruch i aktywność fizyczna	311
5. Higiena osobista i troska o wygląd zewnętrzny	313
6. Miesiączkowanie i przekwitanie	332
7. Zdrowie psychiczne	335

Rozdział V

Edukacja kobiet	339
1. Kształcenie pod okiem matki	342
2. Kształcenie w domu przez nauczyciela	358
3. Edukacja na pensji żeńskiej	371
Zakończenie	383
Bibliografia	389
Biogramy autorów poradników	417
Aneks	443