

Zeitschrift:	ASMZ : Sicherheit Schweiz : Allgemeine schweizerische Militärzeitschrift
Herausgeber:	Schweizerische Offiziersgesellschaft
Band:	161 (1995)
Heft:	10
Artikel:	"Combat stress" : Einfluss verschiedener Faktoren auf die Belastbarkeit In Gefechtssituationen
Autor:	Sievert, Kaj-Gunnar
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-63853

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

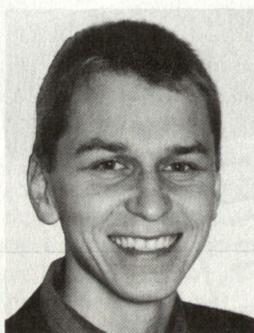
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Combat stress» –

Einfluss verschiedener Faktoren auf die Belastbarkeit in Gefechtssituationen

Kaj-Gunnar Sievert

Der Begriff der «Combat stress reaction» wurde nach dem Yom-Kippur-Krieg 1973 von den Israelis geprägt. Seither hat er sich in der Fachliteratur eingebürgert. Vor 1973 wurden verschiedene Bezeichnungsarten verwendet. In der historischen Betrachtung können verschiedene Zeiträume unterschieden werden. Interessant ist dabei die Feststellung, dass die Betrachtungen jeweils von den politischen Verhältnissen abhängig waren. Nach jedem Krieg setzte sich auch eine neue Betrachtungsweise durch.



Kaj-Gunnar Sievert,
Student, lic phil,
Teilzeitangestellter SBG
Oblt, Fallschirm-Aufklärungs-
kompanie 17,
Stockmattstrasse 70, 5400 Baden

Historische Entwicklung

Vor 1914

In die Zeit vor dem Ausbruch des ersten Weltkrieges fallen Kriege und Konflikte wie etwa der Deutsch-Französische oder der Russisch-Japanische Krieg. Zu jener Zeit herrschte die Auffassung vor, dass die Reaktionen der kämpfenden Truppe wegen der Distanz von zu Hause auftraten. Die «Combat stress reaction» wurde als eine Art von «Heimweh» erklärt.

1914–1918 (1. Weltkrieg)

Während des 1. Weltkrieges wurden die psychischen Reaktionen der Soldaten als «battle shock» bezeichnet. «Schock» deshalb, weil die Truppe wie noch in keinem anderen Krieg zuvor starkem Beschuss durch Artillerie ausgesetzt war. Psychiater der damaligen Zeit sprachen auch von einem «shell shock» als Trauma. Sie verglichen es mit einer Gehirnerschütterung.

1918–1939

Nach dem 1. Weltkrieg erhielt die «Combat stress reaction» die Etikette einer Kriegsneurose. Dies reflektiert sehr deutlich die Freudschen Einflüsse zu dieser Erscheinung. Die Ursache für die psychischen Reaktionen der Soldaten wurden ihrer persönlichen Biografie zugeschrieben.

1939–1945 (2. Weltkrieg)

Der amerikanische General Omar N. Bradley befahl 1943, dass Soldaten, die Anzeichen einer psychischen Beeinträchtigung zeigten, unter Aufsicht kämen. Im weiteren sollte diese «Krankheit» neu als «Erschöpfung» bezeichnet werden. Der Vorteil dieser neuen, wenn auch nicht korrekten Bezeichnung war, dass der Begriff neutraler geladen wurde. Er verlor dadurch das Stigma einer pathologischen Krankheit. Den zur Truppe zurückkehrenden Soldaten ermöglichte es eine Rückkehr, ohne dass sie als krank abgestempelt wurden.

1945–heute (Neuzeit)

In die Epoche nach dem 2. Weltkrieg fallen verschiedenste andere Erklärungsversuche. Mit der entstehenden politischen Polarisierung gehen auch die Meinungen in Ost und West auseinander.

Physische Stressfaktoren

Die Erscheinungsformen des physischen Stresses auf dem Gefechtsfeld hängen von vielen Faktoren ab. Die folgende Aufzählung soll einige bedeutende physische Stressoren aufzeigen. Die Auswirkungen dieser Faktoren können nicht in letzter Genauigkeit angegeben werden. Vielmehr das Zusammenspiel dieser Belastungsfaktoren ergeben das individuell erlebte Mass an Belastungen.

Ferner ist es selbstverständlich, dass ein Flüssigkeitsverlust bei jeder Person zu einer Verminderung der Leistungsfähigkeit führt. Nur sind diese Auswirkungen unterschiedlicher Natur. Ein gut trainierter und an solche Belastungen eher gewohnter Körper erträgt mehr. Nur nützt aber auch die beste Fitness weniger, wenn in der Wechselwirkung der Faktoren ein psychischer Stressor die vorhandene Widerstandskraft bricht.

Umwelt

Obwohl auch schon in früheren Zeiten (z. B. Kreuzritterzüge) die Betroffenen in ihnen ungewohnten Umwelten gekämpft haben, zeigt sich doch gerade in der Neuzeit die Tendenz, dass der Soldat nicht mehr in seiner angestammten Umwelt (Amerikaner in Vietnam oder Sowjets in Afghanistan) zum Einsatz kommt.

Schlafmangel

(zu kurz, unregelmässig und gestört)

Einer der wichtigsten Faktoren, die zu einer totalen Erschöpfung führen, stellt der Mangel an Schlaf dar. In einem Experiment der englischen Armee wurden 3 Einheiten über einen Zeitraum von 9 Tagen simulierten Gefechtsbedingungen ausgesetzt. Es sollten dabei die Auswirkungen aufgrund von Schlafmangel untersucht werden. Die erste Einheit, die mit 3 Stunden pro Tag auskommen musste, blieb während der gesamten Zeitspanne voll einsatzfähig. Die zweite Einheit, die nur 90 Minuten schlafen konnte, verzeichnete nach 5 Tagen wegen Müdigkeit und Erschöpfung ca. 50 Prozent Ausfälle. Die letzte Einheit, die mit gar keinem Schlaf auskommen musste, fiel nach 72 Stunden vollständig aus.

Verpflegung

Schlechte und unausgewogene Ernährung kann harmlose (z.B. Zahnfleischbluten) oder unmittelbare Folgen (z.B. Durchfall) haben, die sich längerfristig zu Mängelscheinungen entwickeln. Der Einfluss auf die Moral einer Truppe durch schlechte Verpflegung ist noch nicht berücksichtigt.

Temperatur

Untersuchungen haben gezeigt, dass die Leistungsfähigkeit eines Menschen, der nur 2 Prozent seiner Flüssigkeit verloren hat, um etwa 20 Prozent abnimmt. Bei einem Verlust von 4 Prozent sinkt die Leistungsfähigkeit sogar um mehr als die Hälfte ab. Bei starken Stressbedingungen – beispielsweise während eines Gefechtes – setzt das Durstgefühl zu spät ein. Dies führt zu einer Leistungsminderung, die dadurch noch verstärkt wird (Rückkoppelung), dass der grosse Flüssigkeitsverlust zu einem Energieverbrauch führt, der seinerseits eine Erschöpfung auslöst. Die Erschöpfung führt zu Schweißausbrüchen, was den Kreis des Flüssigkeitsverlustes wieder schliesst.

Nicht nur Hitze vermindert die Leistungsfähigkeit. Bei Einwirkung von Kälte über wenige Stunden reduziert sich die Körperkraft um 20 bis 30 Prozent.

Lärm

Lärm und laute Geräusche können die körperliche und geistige Verfassung der Betroffenen in unterschiedlichem Mass beeinträchtigen. Unterschieden wird starker und intensiver Lärm. Während starker Lärm (Granateneinschläge u.ä.) nur kurz und nicht ständig auftritt, ist intensiver Lärm durch seine langfristige Einwirkung gekennzeichnet. Truppen, die einem intensiven Dauerbeschuss von Artilleriegranaten ausgesetzt sind, haben die Grenzen ihrer emotionalen Ressourcen schnell erreicht. Tests haben ergeben, dass Lärm an der Grenze zur Hörschwelle grosse Stressreize auslösen kann. Bei längerer Einwirkung entwickelt sich der physische zu einem psychischen Lärmstress.

Psychische Stressfaktoren

Die bekannten äusseren Symptome der Angst wie z.B. Muskelspannungen, Zittern, Schwitzen u.a. sind normale Reaktionen auf angstbereitende Umstände. Gerade im Krieg ist eine Angstreaktion nicht nur normal, sondern von enormer Wichtigkeit, da sie die Reaktionsfähigkeit des Betroffenen

bis zu einem gewissen Mass erhöht. Treten aber diese Angstreaktionen über längere Zeit auf und kann die Spannung nicht abgebaut werden, so ist sie nicht mehr natürlich und wird zum Problem.

Furcht vor Tod, Verstümmelung oder Verwundung

Die unmittelbare Bedrohung der eigenen Existenz ist der augenfälligste psychische Stressor in einem Krieg. Interessanterweise haben die Kriegsteilnehmer – gemäss Aussagen – eine grössere Angst vor einer Verstümmelung als vor dem Tod. Die Ansicht kann mit der Tatsache erklärt werden, dass der Tod eine abstrakte und diffuse Bedrohung darstellt, während eine Verstümmelung schon eher vorgestellt werden kann.

Angst vor Isolation

Die Gruppe stellt einen wichtigen Bezugspunkt dar. Geht dieser Bezugspunkt beispielsweise durch Gefangenschaft verloren und gerät der Soldat über längere Zeit in Isolation, kann diese unnatürliche Belastung – ohne ausreichende Unterstützung – nicht ohne gesundheitlichen Schaden überlebt werden.

Sorgen um die Angehörigen

Die Aufrechterhaltung der Verbindungen zu den Angehörigen (Eltern, Familie und Freunde) ist sehr wichtig. Während des Golfkrieges wurden beispielsweise der Truppe Telefonverbindungen in die Heimat zur Verfügung gestellt, damit sie den Kontakt mit ihren Angehörigen beibehalten konnten.

Informationsmangel und Hilflosigkeit

Gerüchte, falsche Informationen und eigene subjektive Wahrnehmungen können zu einer Orientierungslosigkeit führen, die der Betroffene nur schwer selber durchbrechen kann. Ebenso beeinträchtigt das Erleben der eigenen Hilflosigkeit den emotionalen Zustand.

Demographische Faktoren

Auf der Suche nach dem «resistenten Kämpfer» wurden auch verschiedene demographische Faktoren untersucht, um die Einflüsse auf die Anfälligkeit auf «Combat stress» bestimmen zu können. Die Komplexität der Materie, die Schwierigkeit, «Combat stress reaction» zu definieren, die geringe Anzahl der Studien sowie die Inkonsistenz der verschiedenen Studien ergeben teilweise völlig unterschiedliche Ergebnisse.

In der Literatur finden sich verschiedenste Untersuchungen über demographische Faktoren wie:

- das Alter
- die Schulbildung
- Probleme während der Kindheit
- der Familienstatus
- familiäre Beeinträchtigung
- die berufliche Einstellung und Erfolg

Für viele dieser Faktoren fanden sich unterschiedliche Ergebnisse, die auf unterschiedliche Operationalisierung zurückzuführen sind. Es gilt aber festzustellen, dass es den «Universal Soldier» aufgrund seiner demographischen Eckdaten nicht gibt.

Präventive Massnahmen

Was bedeuten diese Ergebnisse über die Belastbarkeit der Soldaten? Das Ausmass der «Combat stress reaction» ist immer multifunktionaler Natur. Einzelne physische Komponenten (z.B. Temperatur, Schlafmangel oder Flüssigkeitsmangel) können relativ einfach isoliert werden. Schwieriger wird es, wenn psychische Stressoren mitspielen. Deren Auswirkungen müssen im Zusammenhang der einzelnen Faktoren gesehen werden. Das individuelle Ausmass der «Combat stress reaction» ist ein persönlicher Wert, der erst durch Erfahrung bestimmt werden kann.

Präventive Massnahmen sind vor allem im Bereich der physischen – also der physikalischen – Faktoren möglich. Psychische Faktoren können im Rahmen einer möglichst realistischen Ausbildung teilweise simuliert werden. Sie werden aber niemals die echten Erfahrungen vorne weg nehmen können. Im Sinne eines «Déjà vu» erfüllen sie dennoch ihren präventiven Effekt.

Anmerkung der Redaktion:

Der vorliegende – stark gekürzte – Beitrag entstand aus einer Literaturarbeit an der Abteilung «Angewandte Psychologie» des Psychologischen Institutes der Universität Zürich.

Die verwendeten Untersuchungen waren ausschliesslich militärischen und westlichen Ursprungs, unterschiedlichen Designs und somit schwierig untereinander zu vergleichen. Leider wurde von einzelnen Untersuchungen die an wissenschaftliche Arbeiten gestellten Anforderungen (z.B. Quellenangaben oder Untersuchungsdesign) teilweise nicht konsequent beachtet. Dies lässt entsprechend Spielraum für Diskussionen um Validität und Reliabilität der gemachten Untersuchungen zu.

Die ungekürzte Literaturarbeit kann beim Autor angefordert werden. ■