

**Zeitschrift:** ASMZ : Sicherheit Schweiz : Allgemeine schweizerische Militärzeitschrift  
**Herausgeber:** Schweizerische Offiziersgesellschaft  
**Band:** 179 (2013)  
**Heft:** 1-2

## **Werbung**

### **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:** 11.01.2026

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

rungskräfte in Einsätzen als nachteilig zu bewerten ist.

### Intuition entwickeln

Siegel (2010, S. 44ff.) beschreibt anhand neurowissenschaftlicher Forschung neun Funktionen des präfrontalen Kortex, der in einem Zusammenspiel mit verschiedenen anderen Hirnbereichen das individuelle Interagieren eines Individuums mit seiner Umwelt beeinflusst. Die neun Funktionen des präfrontalen Kortex korrelieren mit bestimmten Fähigkeiten und Eigenschaften, die als Akronym zusammengefasst und mithilfe von Leitfragen analysiert werden können (vgl. Tabelle links unten).

Die Analyse intuitionsrelevanter Dimensionen allein führt noch zu keiner nachhaltigen Veränderung im Erleben und im Führungshandeln, sie gibt aber einen Hinweis auf die Entwicklungsfelder, in denen ein Bedarf zur Veränderung besteht. Es bedarf darüber hinaus Praktiken der Achtsamkeit zur Selbstwerdung. Mit der Praxis der Achtsamkeitsübungen kann der neuroplastische Effekt der Vergangenheit auf das Zusammenspiel von Geist, Körper sowie Interaktion und da-

mit auf die Intuition überwunden und eine intensive Auswirkung auf Stabilität, Vertrauen und resonanzbasierte zwischenmenschliche sichere Beziehung erreicht werden. Achtsamkeit integriert auf diese Weise gemachte Erfahrungen und führt zu einer intuitiven Handlungssouveränität.

Vorraussetzung ist dafür die Selbsterkenntnis, um das eigene Führungsverhalten angemessen auf die Erfordernisse der militärischen Lage und des menschlichen Gegenübers abzustimmen. «Um sich selbst zu erkennen, muss man sich auf sich zurückziehen; um sich selbst zu erkennen, muss man sich von den Sinneseindrücken lösen, die einen bloss täuschen; um sich selbst zu erkennen, muss man seine Seele in den Zustand bewegungsloser Ruhe bringen, die sie dem Einfluss des äusseren Geschehens entzieht (...)» (Foucault 2004, S. 96). ■



Hptm  
Thomas Prescher  
Dr. phil., Dipl.-Päd.  
Wissenschaftl. Mitarbeiter  
TU Kaiserslautern  
67663 Kaiserslautern

### Literaturverzeichnis

- Becker, A. (o.J.): Managerfalle «alexithymische Züge» und wie man ihr entgegen kann. Erreichbar unter: [http://www.brainguide.com/upload/publication/b4/10t/dac5a3277d8db0b1d4ac2ef162acce1\\_1311535198.pdf](http://www.brainguide.com/upload/publication/b4/10t/dac5a3277d8db0b1d4ac2ef162acce1_1311535198.pdf) [Stand: 14.03.2012].
- Enste, D.H. & Hüther, M. (2011): Verhaltensökonomik und Ordnungspolitik. Zur Psychologie der Freiheit. IW Köln. Beiträge zur Ordnungspolitik aus dem Institut der deutschen Wirtschaft, Köln, Nr. 50.
- Foucault, M. (2004): Hermeneutik des Subjekts. Vorlesung am Collège de France (1981/82). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Jiménez, F. (2010): Verwirrt von Gefühlen, in: Welt am Sonntag, Jg. 66, Nr. 45, S. 1.
- Hüther, G. (2011): Biologie der Angst: wie aus Stress Gefühle werden. 10. Auflage, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kessler, H./Traue, H. C./Hopfensitz, M./Subic-Wrana, C. & Hoffmann, H. (2010): Levels of Emotional Awareness. Scale-Computer. Deutschsprachige digitale Version, in: Psychotherapeut, Jg. 55, Nr. 4, S. 329.
- Prescher, T. (2009): Führung als organisationsbezogener Lernprozess. Zur Rekonzeptionalisierung von Self-Monitoring in einer erziehungswissenschaftlichen Perspektive. Saarbrücken: Südwestdeutscher Verlag für Hochschulschriften.
- Siegel, D. (2010): The Mindful Brain – das achtsame Gehirn. In: Hüther, G./Roth, W., Brück, M. von (Hrsg.): Damit das Denken Sinn bekommt: Spiritualität, Vernunft und Selbsterkenntnis. 4. Aufl., Freiburg: Herder, S. 38–55.
- Willi, J. (2005): Ökologische Psychotherapie: wie persönliche Entwicklung und Lebenssituation sich wechselseitig beeinflussen (Überarb. Neuausg.). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Taschenbuch-Verl.

**+ASMZ**  
Sicherheit Schweiz

## Abo-Bestellcoupon ASMZ

Zum Monatsanfang in Ihrem Briefkasten

Bitte zutreffendes ankreuzen

- ☐ Jahresabo Fr. 78.– / Ausland Fr. 98.–
- ☐ Einzelausgabe Fr. 8.– / Ausland Fr. 12.–
- ☐ Probeabo 3 Ausgaben Fr. 15.–

Preise inkl. MwSt.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Verlag Equi-Media AG**

Brunnenstrasse 7, 8604 Volketswil

Telefon 044 908 45 65, Fax 044 908 45 40

abo@asmz.ch, www.aszmz.ch