

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 105 (1979)
Heft: 24

Artikel: Zwar ungefährlich, doch Vorsicht tut not
Autor: Gerber, Ernst P.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-622437>

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: 14.03.2026

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

Zwar ungefährlich, doch Vorsicht tut not

Aufmerksam lese ich die Anweisungen der Kantonsregierung, die um meine Sicherheit besorgt ist. Immerhin steht 16 Kilometer von meinem Wohnsitz entfernt ein Atomkraftwerk. Ueber das amtliche Publikationsorgan, meist Anzeiger genannt, meldet die Regierung, wie ich mich bei Sirenenalarm zu verhalten hätte.

Es geht nach Stufen. Beim allgemeinen Alarm, Sirenen ton während einer Minute, habe ich im Haus zu bleiben oder ein solches aufzusuchen, muss Türen, Fenster und Fensterläden schliessen, muss Apparate, Gas und Wasserhähnen abstellen.

Und dazu Radio DRS hören.

Während Radio DRS dahinplätschert, habe ich allerhand vorzubereiten, zwecks Uebersiedlung der Familie in Schutzraum oder Keller. Transistorradio mit Reservebatterien, warme Kleider und Schuhe, Wolldecken, Schlafsack, Luftmatratze, Taschenlampe, Proviant und Getränke für einen Tag.

Ich darf nicht vergessen, das Vieh in den Stall zu treiben, die Lüftung zu reduzieren und darf ja kein Frischfutter oder Wasser aus Brunnenrögen verwenden.

Für das alles habe ich 30 Minuten Zeit. Wenn nämlich bis dahin Radio DRS weiter

dahinplätschert und sich zu meinen Vorbereitungen nicht äussert, kann ich der nächsten Stufe sicher sein: Strahlenalarm, ununterbrochener Heulton während zweier Minuten. Mit gesamtem Gepäck steigen wir in Schutzraum oder Keller, denn wer möchte schon verstrahlt werden.

Drunten finden wir bereits andere Strahlenverängstigte, sie liegen auf den Luftmatratzen, weitere treffen ein.

Ich nehme das Merkblatt der Regierung zur Hand und lese: «Nicht lüften!» Also schliesse ich das Fensterchen, die Luft wird allmählich stickig. Fortwährend habe ich Radio DRS

zu hören. Jeder meint, er müsse Radio DRS hören; schliesslich kommt man überein, nur zwei Apparate laufen zu lassen, aus Batteriespargründen.

Da liegen und sitzen wir nun und warten auf den Endalarm, studieren das Merkblatt. Waseralarm: «Sofortige Flucht in höhergelegene Gebiete.» Sitzen und liegen da – Volksgenossen, Eidgenossen, warten und wundern uns. Dabei hat man es uns ja längst gesagt: «In unserer Welt kann jedes Volk bedroht werden, von innen und von aussen», fettgedruckt im Zivilverteidigungsbuch.

Apropos Sport Seelen-Couch, ja oder nein?

«Sportler sind von Natur aus Handlungsmenschen. Sie kennen sich oft selbst nicht genau, haben Schwierigkeiten mit ihrer Umwelt, werden isoliert und schliesslich verstört. Hochleistungssportler sind keine Engel. Sie sind nicht unbedingt die nettesten Nachbarn. Sie sind jung, vornehmlich mit sich selbst beschäftigt und haben Aggressionen. Die meisten Sportler haben von sich die Vorstellung eines Supermannes. Sie werden gepeinigt von dem Bedürfnis, Supermänner sein zu müssen.»

Diese brutale und sicher nicht gerade schmeichelhafte Beschreibung der psychischen Situation vieler Spitzensportler stammt von Dr. Stanley Cheren, Leiter der Abteilung für psychosomatische Medizin an der Bostoner Universitätsklinik. Dr. Cheren vertritt, auf Grund seiner an Spitzensportlern gemachten Studien und Untersuchungen, die Ansicht, zum Betreuerstab gehöre unbedingt auch ein Psychotherapeut. Muskelzerrungen und der plötzlich abhanden gekommene Torinstinkt, so die Auffassung des amerikanischen Psychologen, hätten sehr oft psychologische Hintergründe.

Des weiteren seien Erfolgserlebnisse nicht leicht zu verkraften. Oft entwickeln sich Schuldgefühle, und ein Sportler werde selbst mit der Belastung nicht mehr fertig, unter Druck weitere Höchstleistungen erbringen zu müssen. Daraus entstünden dann neue Probleme. Wenn z. B. in der

Entwicklung eine Stufe der Rebellion gegen die Autorität erreicht, wenn der Trainer, der Manager oder Mannschaftskapitän nicht mehr kritiklos anerkannt werde, gäbe es einen Gefühlsstau, der sich in Krankheits- oder Verletzungssymptomen ein Ventil suchen könne. Alle diese äusserst komplexen Probleme des Sportlers seien beim psychologischen Fachmann besser aufgehoben als beim Masseur oder beim Trainer. Eine kürzlich durchgeführte Umfrage bei Spitzensportlern über den Einsatz von Psychotherapeuten ergab recht widersprüchliche Aussagen. Einige schwören auf die Couch-Gespräche mit dem Seelendoktor, andere lehnen sie mit einem spöttischen Lächeln ab. Ein Weltmeister meinte sarkastisch: «Ein Sack Haferflocken anstelle eines Psychologen tut es auch.» Ein Skispringer erklärte: «Beim Psychologen werde ich doch erst zum Psychopathen...»

Ein Trainer vertrat die Meinung: «Weil es unter den Spitzensportlern verhältnismässig viele Psychopathen gibt, könnte sich in speziellen Fällen ein gezielter Einsatz von geschulten Psychotherapeuten als recht wertvoll erweisen.»

Wenn schon Couch-Therapie, sollte der Seelendoktor, so meine ich, seine vornehmste Aufgabe darin sehen, seine psychopathischen Athleten so schnell wie möglich von ihm unabhängig werden zu lassen. Aber wer sägt schon den Ast ab, auf dem er sitzt?

Sportlern, die sich nur an der Nabelschnur eines Psychotherapeuten in die Arena wagen, denen fehlt doch etwas, etwas vom Wichtigsten: selbständige Persönlichkeit!

Speer

HEINRICH WIESNER

Kürzestgeschichte

* Zynismus

In Rhodesien werden schwarze Hilfstruppen ausgebildet, die auf Mannsscheiben mit Köpfen von Weissen zielen mit dem Ziel, dass sie nachher auf Köpfe von Schwarzen zielen.

* tv-Rundschau vom 26. April 1979

«Fritz, haben denn jetzt die Neger den Schlitz für den Opferbatzen nicht mehr am Rücken?»

