

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : die führende Militärzeitschrift der Schweiz  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 98 (2023)  
**Heft:** 12

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 23.02.2026

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



**Resilienz und Stressmanagement dürfen bei militärischen Tätigkeiten – insbesondere in Kaderfunktionen – nicht unterschätzt werden.**

### Kopfsache

- 8 Psyche-Check für Armeeangehörige
- 10 «Ich bin nicht die Depression»
- 12 Dank Truppenpsychologie: Bessere Unterstützung vor Ort
- 14 Frieden durch Heilung
- 16 Wie Hormone Militärkader beeinflussen
- 18 Psychische Gesundheit in der Luftwaffe

### Schweiz

- 20 Bundesratswahl 2023: ein Kommentar
- 22 FIT («Frauen im TAZ»)
- 23 VMG fordert Korrektur
- 24 MBAS kommt – und so sieht es aus
- 26 Gerüstet für den Cyber-Krieg?
- 29 Im Dienst für die Gesellschaft
- 30 Pz/Art OS 22: Triumphaler Abschluss
- 32 Weihnachten: Licht in die Finsternis
- 33 Festliches Finale der RS 16-2 / 2023
- 34 Schweizer Neutralitätspolitik
- 36 KOG TG: Generalversammlung

### 38 Wie endet der Ukraine-Krieg?

- 39 Militärdiplomatie in Berlin
- 40 Munster: Einzigartiges Panzermuseum

### Rüstung + Technik

- 42 Rüstungschef präsentiert Zukunftspläne

### Ausland

- 44 Warum der Ukraine-Krieg mehr ist als ein regionaler Konflikt
- 47 Der bittere Kampf um Gaza
- 52 Gräueltaten und Antisemitismus

### Geschichte

- 54 1914: Feuerpause an Weihnachten

### Info + Service

- 56 SUOV / Agenda
- 58 Blickpunkt Heer / Luftwaffe
- 60 Zu guter Letzt

### SPRENGSATZ

*Kriege entstehen aus dem Scheitern, das Menschsein der Anderen zu verstehen.*

Dalai Lama

*and when their children were murdered,  
the jewish,  
palestinian,  
armenian,  
syrian,  
ukrainian,  
mother screamed the same scream.  
cried the same tears.*

Sidney, @lettersfromamama

*Es ist ein grosser Fehler zu denken,  
dass ein Mensch immer gleich ist.  
Ein Mensch ist nie lange derselbe.  
Er verändert sich ständig.  
Nicht einmal für eine halbe Stunde  
bleibt er derselbe.*

G. I. Gurdjieff

*Lernen ist Erfahrung. Alles andere  
ist einfach nur Information.*

Albert Einstein

*Sei die Veränderung, die du in der Welt  
sehen willst.*

Mahatma Gandhi

*Du siehst die Welt nicht so wie sie ist,  
du siehst die Welt so wie du bist.*

Mooji

*Ungerechtigkeit muss man nicht aushalten,  
man muss sie rechtzeitig ausschalten.*

Monika Kühn-Görg

*Erfolg ist der Lohn des strebsamen.*

Martin Fietzek

# Jetzt abonnieren

10 Ausgaben für nur Fr. 69.50 pro Jahr  
inklusive Gratis-E-Paper  
mit Zugriff auf das gesamte Archiv

[www.schweizer-soldat.ch/abo/registrierung](http://www.schweizer-soldat.ch/abo/registrierung)





# READY FOR A NEW CHALLENGE?



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Schweizer Armee  
Armée suisse  
Esercito svizzero  
Swiss Armed Forces



[www.peace-support.ch](http://www.peace-support.ch)

