

**Zeitschrift:** Zivilschutz = Protection civile = Protezione civile  
**Herausgeber:** Schweizerischer Zivilschutzverband  
**Band:** 45 (1998)  
**Heft:** 1-2

**Artikel:** Kühler Kopf und starke Nerven : auch unter Stress  
**Autor:** Münger, Hans Jürg  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-368980>

#### **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:** 12.01.2026

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

**Zivilschutz-Öffentlichkeitsarbeit: Seminar der SZSFVS-Mediengruppe**

# Kühler Kopf und starke Nerven – auch unter Stress

**Die Gruppe Medien des Schweizerischen Zivilschutz-Fachverbandes der Städte (SZSFVS) führte am 25. und 26. November 1997 im Eidgenössischen Zivilschutz-Ausbildungszentrum (EAZ) ein gut besuchtes Seminar durch, das dem immer noch und immer wieder aktuellen Thema «Kühler Kopf in der Öffentlichkeitsarbeit – Informationsverhalten unter Stress» gewidmet war. 16 Trainer/Referenten standen 42 Teilnehmerinnen und Teilnehmer partnerschaftlich gegenüber; sie alle verlebten zwei motivierende und interessante Tage in Schwarzenburg.**

HANS JÜRGEN MÜNGER

Aus allen Gegenden der Deutschschweiz waren sie gekommen, sich weiterzubilden: 42 Damen und Herren – Chefs von Zivilschutzorganisationen, von kantonalen und kommunalen Zivilschutzmätern und sogar aktive Gemeindepolitikerinnen und -politiker – wollten in Schwarzenburg aktives und reaktives Informationsverhalten lernen und trainieren, in der psychologisch besonderen Situation der Defensive und des damit verbundenen Stresses kühlen Kopf und starke Nerven zu bewahren. In ihren Erwartungen an das Seminar wurden die Teilnehmenden nicht enttäuscht, und das festliche Abendessen am ersten Kurstag schweissste Lehrende und Lernende in der «Sonne» zu Schwarzenburg erst noch richtig zusammen.

## Der recherchierende Journalist: mein Feind?

Martin Edlin, Doyen der SZSFVS-Mediengruppe und selbst Journalist, rief den Seminar teilnehmerinnen und -teilnehmern zu Beginn einige Fakten in Erinnerung: «Die Medien stellen sich heute nicht nur anders dar als noch vor wenigen Jahren, sondern sie funktionieren auch anders. Alle Publikumsmedien sind keine Verlautbarungsorgane (mehr), sondern verfolgen den Kurs der kritischen, kontroversen, unabhängigen und vor allem exklusiven Information. Trumpf ist der investigative Journalismus, also der aus eigenem Antrieb ein Thema verfolgende Journalist. Er (oder sie, falls Journalistin) bohrt sich seine (ihre) Informationsquellen an, stellt Fragen, hakt nach, konfrontiert Sie mit Widersprüchen und versucht, Sie unter Umständen gar in die Enge zu treiben. Nicht, weil der Journalist etwas gegen Sie persönlich hat, sondern weil er sich grundsätzlich nicht mit dem begnügen

will, was Sie selbst ihm sagen wollen.» «Hartnäckigkeit oder gar Aufsässigkeit sowie der Zeitdruck lösen beim Informationsvermittler – in unserem Fall beim Zivilschutzverantwortlichen – verständlicherweise Stress aus», führte Martin Edlin weiter aus. Man müsse sich jedoch davor hüten, in Informationsverweigerung zu machen. Erstens sei der Journalist nicht unser Feind, und zweitens würde er Mittel und Wege finden, auch ohne uns zu seinen gewünschten Informationen zu kommen. Da sei es noch immer besser, unsere eigene, fachmännische Sicht der Dinge den Medien weiterzugeben.

## Referate, Podiumsdiskussionen und Gruppenarbeiten

Das von Hans Welte, Zürich, und Ruedi Eggs, Basel, umsichtig administrativ betreute Seminar baute auf einen ausgewogenen Mix von Vorträgen, Gruppenarbeiten und Diskussionen im Plenum. Von den beiden spannend-stressigen Tagen können dieser Artikel und unsere Bilder verständlicherweise nur einen kleinen Eindruck vermitteln. Weil aber, wie Bruno Leuenberger namens der Veranstalter am zweiten Tag betonte, diesem Seminar weitere der SZSFVS-Mediengruppe folgen werden, ist es für die diesmal nicht Dabeigewesenen sicherlich das beste, nächstes Mal selber mitzumachen ...

Bevor sich die Seminar teilnehmer in vier Gruppen aufmachten, im kleineren Kreis praktische Stressbewältigung in Übungen mit bewusst verharmlosend-nüchternen Titeln wie «Telefonische Anfrage eines Radiojournalisten», «Teilnahme an einem Round-Table-Gespräch», «Bestürmung eines Informanten während eines Ereignisses» oder «Reaktion auf einen kritischen Zeitungsartikel» zu trainieren oder das Kurzreferat «Informationsbedürfnisse von Medien und Journalisten» zu verfolgen,

äusserten eine Referentin und zwei Referenten ihre grundlegende Sicht zum Umgang mit Stresssituationen.

Die Referentin, Psychologin und Seminarleiterin Dr. Yvonne Sturzenegger, Zürich, begann ihren Vortrag auf eher ungewöhnliche Weise: Zu Beginn liess sie die Anwesenden Atem- und Entspannungsübungen durchführen; ein bewährter Weg, um gar nicht in Stress hineinzukommen – oder aber rasch wieder aus ihm herauszufinden. Die Angst, auf unangenehme Journalistenfragen Antworten geben zu müssen, ja nichts Falsches zu sagen, könne den Körper derart anspannen, dass er mit Stresssymptomen jeglichen Grades reagiere, meinte Frau Sturzenegger. «Angst ist – richtig eingesetzt – ein tolles Lebenswerkzeug!» fuhr sie fort. «Wir müssen unsere Angst so einsetzen und kanalisieren lernen, dass sie uns hilft und nicht blockiert. Und für das Regulieren dieser unserer Angst kann das bewusste Atmen ein ausgezeichnetes Instrument darstellen. Wichtig ist es, den Medienmenschen uns gegenüber nicht als Feind, sondern als Partner, ja vielleicht sogar als Freund zu betrachten.» Viele wertvolle Erfahrungen und Tips gab die Referentin anschliessend in den verschiedenen Arbeitsgruppen weiter.

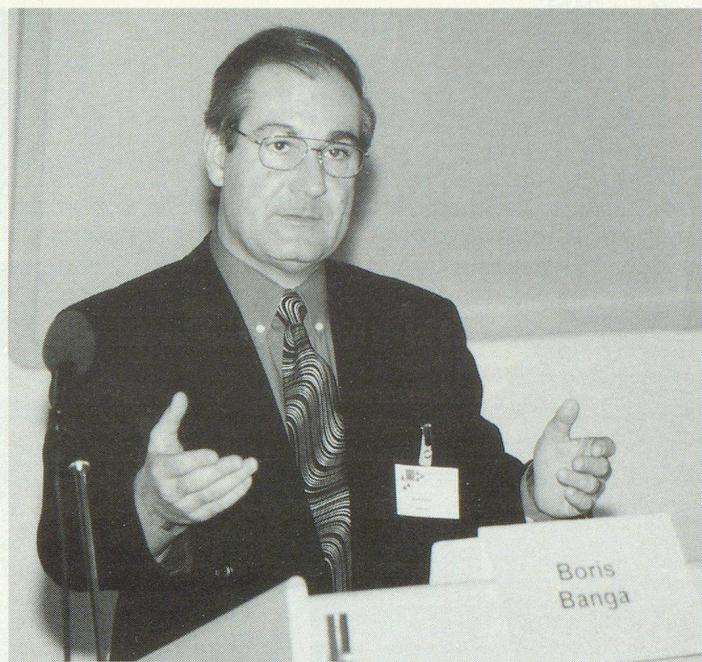
## Sinnkrise und Zukunftschance

Den Reigen der Vorträge hatte der oberste Hausherr des EAZ Schwarzenburg, BZS-Direktor Paul Thüring, mit seinem Referat «Der Zivilschutz zwischen Existenzkrise und Zukunftschance» eröffnet.

Paul Thüring analysierte zuerst die Ausgangslage, das auch für den Zivilschutz heutzutage von Individualismus allerorten geprägte Umfeld: «Langfristiges Denken und vernetztes, vorausschauendes Handeln hat dem Tagesgeschäft, der Aktualität, Platz gemacht. Man springt auf Züge auf und wieder ab. Trittbrettfahren ist modern – und billig. Der verantwortungsvolle Planer und Vorbereiter hat ausgedient.» «Hat der Zivilschutz überhaupt eine Existenzkrise, oder ist es das Umfeld, das ihm eine Existenzkrise – zutreffender wäre der Begriff Sinnkrise – anhängen oder aufschwatten will?» fuhr der BZS-Direktor fort und gab sich sofort gleich selbst eine Antwort: «Wenn wir denn doch eine Sinnkrise haben, müssen wir uns fragen, wo wir einen Beitrag zur Verbesserung der Situation leisten können. Wir, das BZS, können in vier Gebieten (Konzeption, Ausbildung, Schutzbauten, Material) mehr oder weniger direkt Einfluss nehmen.» Thüring betonte, der Schritt von der Konzeption 71 zum Leitbild 95 bedeute de facto eine radikale Abkehr von der statischen, schutz-



Für BZS-Direktor Paul Thüring besteht publizistisch viel Handlungsbedarf.



Boris Banga möchte die Rettungsübung auf einen Drittel reduzieren.



Dr. Yvonne Sturzenegger, praktische Psychologin, bei der Auswertung einer Stress-übung.

baulastigen Philosophie des kalten Krieges hin zu einer multifunktionalen und alltagstauglichen Einsatzorganisation in der Hand der Gemeindebehörde. Und, so Paul Thüring weiter, eben diese Botschaft sei an der Zivilschutz-Basis und bei den betroffenen Partnern nicht – oder noch nicht deutlich genug – angekommen.

Handlungsbedarf bezüglich der Information der Öffentlichkeit besteht gemäss BZS auch punkto Ausbildung beim Zivilschutz. Diese erhielt nämlich seinerzeit beim Zivilschutz-Leitbild zu Recht erste Priorität. Das Bundesamt und vor allem die Kantone bekamen dann just in jener Phase den par-

lamentarischen Sparhammer mit voller Wucht zu spüren, als das BZS leitbildgemäß die Instruktorenschule geschaffen, das Ausbildungszentrum erweitert und die Dienstchefs ausbildung zentralisiert hatte. Budgets wurden halbiert und Personalbestände reduziert – die Vorgaben von Leitbild und Gesetz konnten nicht mehr lückenlos erfüllt werden, und die Milizkader der Organisationen blieben teilweise ohne Unterstützung.

«Waren es bei den Schutzbauten 1990 noch 123 Mio. Franken, die der Bund investierte, machte dieser Betrag 1997 lediglich noch 36 Millionen aus. Im Budget

1998 sind es gerade mal noch 21,6 Millionen», fuhr Paul Thüring fort. In Unkenntnis dieser Zahlen verlangten gewisse Bundesparlamentarier ein Bau- und sogar ein Unterhaltsmoratorium.

Mit der Neuausrichtung hin zur Alltags-tauglichkeit des Zivilschutzes war neues Material und eine zweckmässige persönliche Ausrüstung der Rettungspioniere überfällig. Leider wurden gemäss dem Direktor des BZS Ereignisse wie die grossen Überschwemmungen publizistisch ungenügend ausgewertet. Zuwenig spektakulär scheinen Männer beim Schaufeln oder beim Ausräumen von Kellern. «Hier

FOTOS: H. J. MÜNGER



Radio-24-Journalist Markus Gilli erläutert Seminarteilnehmern deren Stärken und Schwächen in der Gruppenübung.

besteht Handlungsbedarf auf allen Stufen!», rief Paul Thüring aus und meinte: «Aus einer unbegründeten, diffusen Sinnkrise könnte tatsächlich eine Existenzkrise werden, wenn wir nicht fähig sind, im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit konsequent und mit der nötigen Resonanz zu agieren oder mindestens sehr schnell zu reagieren.»

Der Zivilschutz habe seine Zukunftschancen grundsätzlich vor allem dort, wo er ganz eindeutig – allein oder mit einem Übergewicht – über die Kernkompetenz verfüge, bekräftigte Thüring und gab sich davon überzeugt, dass mit der neuen Unterstellung unter das Departement VBS und dem langfristig angestrebten grossen

Verbund als Vision der richtige Weg eingeschlagen worden sei. Und abschliessend meinte Thüring: «Es ist nun Denk- und Überzeugungsarbeit – eben Knochenarbeit – angesagt, damit die künftigen Partner gewonnen und überzeugt werden können. Ohne publizistische Unterstützung und Begleitung sind hier keinerlei Fortschritte zu erzielen. Der Kontakt und die Zusammenarbeit mit Medienvertretern – ob mit oder ohne Stress – muss zum «Courant normal eines jeden Verantwortungsträgers werden.»

### Rettungszüge: auf einen Drittel reduzieren und zur Feuerwehr

Mit den Ausführungen seines Vorräders war Boris Banga, SP-Nationalrat und Stadtpresident von Grenchen, über weite Strecken nicht einverstanden. Seinen Vortrag stellte Boris Banga unter den (von ihm leicht abgeänderten) Titel: «Und dann braucht's den Zivilschutz in der heutigen Form gar nicht mehr!»

Ist das System Zivilschutz, wie es heute besteht, sinnvoll? Mit dieser Frage leitete Banga sein Referat ein und ging bald einmal in medias res: «Wenn sich Zivilschutz und Feuerwehr auf dieselben oder ähnliche Aufgaben sowohl im Katastrophen- und Notfall als auch im Kriegsfall vorbereiten, dann muss dieses Miteinander neu überdacht werden. Es stellt sich

zwangsläufig die Frage, ob nicht grundsätzlich in die Einsatzbereiche «Front» und «Rückwärtiges» unterschieden werden und eine Trennung vorgenommen werden soll. Hier sehe ich klar Handlungsbedarf!», rief Banga aus.

Zu den vorhandenen Mitteln meinte der Referent: «Wenn wir unsere Mittel, die wir für den Einsatz an der Front bereitstellen – sprich Rettungszüge und technisches Material für die Rettungszüge sowie die Mittel von Feuerwehr und Polizei sowie der zivilen Sanitätsdienste –, zusammenfassen und mit dem Ausland vergleichen, sehen wir, dass die Schweiz über eine Personen- und Materialdichte verfügt, die ihresgleichen in Europa sucht.» Für Boris Banga könnten die Bestände der Feuerwehr von rund 170 000 Personen erheblich reduziert werden. Dasselbe gelte jedoch auch für die Bestände des Zivilschutzes. Wörtlich meinte Nationalrat Banga: «Ich glaube nicht, dass wir im Zivilschutz diese grosse Zahl von 3387 Rettungszügen mit etwa 85 000 darin eingeteilten Rettungspionieren brauchen. Hier sehe ich eine Reduktion auf etwa einen Drittel des Bestandes, also auf rund 30 000, welche sinnvollerweise den Feuerwehren zuzuweisen sind. Hier sehe ich auch ein erhebliches Sparpotential.»

Dorn im Auge ist Boris Banga auch der Sanitätsdienst des Zivilschutzes. Überkapazitäten müssten abgebaut werden: «Der grössere Teil der heute rund 53 000 im Zivilschutz eingeteilten Sanitätsdienst-Angehörigen könnte abgebaut oder umgelagert werden.»

### Abbau der Doppelspurigkeiten

Doppelspurigkeiten will Boris Banga künftig verhindern. Für den sozialdemokratischen Stadtpräsidenten brauchen die Gemeinden als Hauptträgerinnen des Zivilschutzes einen sehr grossen Spielraum. Als Aufsichtsorgane und ausbildungsvorstandliche Stellen sollten die Kantone die Federführung übernehmen. Der Bund seinerseits sollte in Absprache mit den Kantonen die gesetzlichen Grundlagen erarbeiten und die Ausbildung und Information der kantonalen Stellen stufengerecht übernehmen.

Überhaupt sollte der Bund den Kantonen mehr Kompetenzen abgeben und diesen einen Leistungsauftrag erteilen. Mit dem Spruch von Boleslaw Barlog «Fortschritt ist nur möglich, wenn man intelligent gegen die Regeln verstösst!» betonte Banga, in Zukunft werde auch hierzulande erwartet, dass mit weniger Geld, mit weniger Bestand gleichviel wie heute geleistet werde und dass es keine Doppelspurigkeiten mehr gebe. □

■ BERICO AG ■ SÜDSTR. 22  
■ 8172 NIEDERGLATT  
■ TEL. 01 851 52 52



### Schutzraumeinrichtungen Fabrikation & Verkauf

«Ihr Partner für alle Fragen  
rund um Zivilschutzeinrichtungen»

■ TORE ■ FERTIGTEILE ■ METALLBAU ■ SCHUTZRAUMTECHNIK