

**Zeitschrift:** Protar  
**Herausgeber:** Schweizerische Luftschutz-Offiziersgesellschaft; Schweizerische Gesellschaft der Offiziere des Territorialdienstes  
**Band:** 8 (1941-1942)  
**Heft:** 11  
  
**Artikel:** Gedanken zur Psychologie und psychischen Hygiene des Soldaten  
**Autor:** Peyer, G.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-362888>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 04.04.2025

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

# PROTAR

Schweizerische Zeitschrift für Luftschutz  
Revue suisse de la Défense aérienne  
Rivista svizzera della Protezione antiaerea

Offizielles Organ des Schweizerischen Luftschutz-Verbandes - Organe officiel de l'Association suisse pour la Défense aérienne passive - Organo ufficiale dell'Associazione svizzera per la Difesa aerea passiva

Redaktion: Dr. MAX LÜTHI, BURG DORF - Druck, Administration und Inseraten-Regie: BUCHDRUCKEREI VOGT-SCHILD AG., SOLOTHURN  
Jahres-Abonnementspreis: Schweiz Fr. 8.—, Ausland Fr. 12.—, Einzelnummer 75 Cts. - Postcheck-Konto Va 4 - Telefon Nr. 2 21 55

September 1942

Nr. 11

8. Jahrgang

## Inhalt — Sommaire

	Seite		Page
Gedanken zur Psychologie und psychischen Hygiene des Soldaten. Von Oblt. G. Peyer . . . . .	193	Alimentation et défense nationale. (Suite et fin) Par L.-M. Sandoz, Dr ès sciences . . . . .	205
L'officier. Par le cap. Kessler . . . . .	195	Literatur . . . . .	209
Telephon-Kenntnis. Von Wm. Herm. Henke . . . . .	196	Kleine Mitteilungen . . . . .	209
Chronique militaire. Par le cap. E. Næf . . . . .	201	Offizielle Mitteilungen . . . . .	212
Feuerschutzprobleme in Waren- und Lagerhäusern. Von Ernst Herzog . . . . .	203		

Nachdruck ist nur mit Genehmigung der Redaktion und des Verlages gestattet.

## Gedanken zur Psychologie und psychischen Hygiene des Soldaten

Von Oblt. G. Peyer, Laufen

Ueber das Soldatentum und seine psychologischen Gesetzmässigkeiten besteht eine Menge Literatur. Jedem zugänglich ist der Wegweiser für Offiziere aller Grade und Waffen in *Gustav Dänikers* «*Werdendes Soldatentum*». Das Büchlein weist klar auf, was unter «Soldatentum» zu verstehen ist. Der Autor stellt das Soldatenideal auf, um das wir alle uns bemühen sollten.

Wir wissen alle und erfahren es oft berührt, dass das Idealbild des Soldaten noch lange nicht erreicht ist. Gerade im Luftschutz ist noch alles im Werden und nicht zuletzt der Geist des Soldaten. Der Erreichung des hochgesteckten Zieles stehen viele und vielerlei Schwierigkeiten entgegen. Das durch die militärischen Untersuchungskommissionen filtrierte und im Rückstand verbliebene Menschenmaterial des Luftschutzes kann und darf nicht einfach mit den körperlich und psychisch vollkommen Gesunden der kombattanten Armee verglichen werden; zudem ist es ausserordentlich schwierig, den zivilbehafteten Luftschutzsoldaten in der kurzen, zu kurzen Ausbildungszeit, vor allem in den nur sechstägigen Wiederholungskursen, zum Soldaten zu bringen. Ist er einigermaßen soweit, dann kehrt er wieder heim und versinkt im zivilen Alltag. Ausserdienstlich wird zur Förderung des soldatischen Geistes wenig oder meistens nichts getan.

Der Luftschutzsoldat muss aber stets bereit sein, bereit zu höchstem Einsatz. Nicht nur materiell bereit soll die Luftschutztruppe sein, sondern in gleichem Masse auch geistig bereit. Diese geistige Bereitschaft ist dann vorhanden, wenn jeder aus selbstverständlicher Opferbereitschaft heraus und aus tiefstem Pflichtbewusstsein den anhaltenden und unerschütterlichen Willen

hat, mit seinem ganzen Wesen helfend und rettend einzustehen.

Diese geistige Bereitschaft der Truppe stets wach zu halten, ist die hohe Aufgabe des Offizierskorps, vor allem des Einheitskommandanten. Es darf nicht sein, dass der Offizier nach Entlassung der Truppe sich um seine Leute nicht mehr kümmert. Alle, Offiziere, Unteroffiziere und Soldaten, sind eine *Arbeitsgemeinschaft* und noch mehr: eine *Schicksalsgemeinschaft*.

Haben wir uns zu dieser Erkenntnis durchgerungen, dann können uns unsere Kameraden nicht gleichgültig sein, wir nehmen dann an ihrem geistigen Leben Anteil und streben nach Gesunderhaltung der Seele des Mannes. Auch das Wohl und Wehe des Untergebenen und Kameraden muss den Offizier berühren. Allen muss er ein väterlich beratender Freund werden. Das darf und kann keine Herablassung bedeuten, auch ausserdienstlich muss der Offizier seinen Untergebenen ein Vorgesetzter bleiben, ein Vorgesetzter in dem Sinne, dass er stets ein Vorbild bleibt.

Dieses Ziel umfasst ein Streben nach eigener seelischer Gesunderhaltung und Vervollkommnung. Der *seelische Gesundheitsdienst* darf sich nicht auf das kurze dienstliche Zusammensein der Truppe beschränken, sondern muss fortlaufend betrieben werden, etwa in der Familie, am Arbeitsplatz, in Vereinen oder auch einmal im Wirtshaus.

Voraussetzung für eine Ueberwachung des psychischen Zustandes der Truppe ist eine tiefe *Menschenkenntnis*, die sich auf psychologische Kenntnisse und Erfahrungen gründet. Auch die Abwegigkeiten des Seelenlebens dürfen dem Führenden nicht fremd sein. Auf Grund seiner Schulung auf dem Gebiete der *Psychologie* und

*Psychopathologie* und männlich gereift durch seinen vielfältigen Umgang mit Menschen, ist der Arzt die geeignete Persönlichkeit, die seelisch-geistige Führung der Truppe zu übernehmen und ganz besonders in allen diesen Fragen dem Einheitskommandanten beratend beizustehen. Jeder pflichtbewusste Truppenführer wird Ratschläge gerne entgegennehmen und darin keine Verminderung seiner Kompetenzen erblicken. Der Arzt muss Soldat sein, aber dazu auch Mensch, leidenschaftslos über der Sache stehend. Und wenn Spannungen auftreten und der gute Geist der Truppe abzuflauen beginnt, muss er sachlich und schlicht eingreifen, verstehend und helfend zugleich.

Die Vor- und Fürsorgetätigkeit am geistigen Leben der Truppe und an der Seele des einzelnen Mannes ist *psychische Hygiene*. Sie ist der Inbegriff alles Strebens nach *Gesunderhaltung der Seele*, wohl fundiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und Gesetzen.

Körper und Seele sind untrennbar miteinander verbunden und beeinflussen sich wechselseitig. Diese Tatsache lässt verstehen, dass eine *Hygiene der Seele* zwangsläufig mit der *Hygiene des Körpers* verbunden ist. Körperliche Ertüchtigung, Beherrschung der Muskeltätigkeit, Fürsorge für das körperliche Wohlbefinden sind Voraussetzung für alle Bestrebungen einer psychischen Hygiene. «Mens sana in corpore sano.»

Die Frage nach einer absoluten seelischen Gesundheit, nach der Normallage der Seele, lässt sich kaum beantworten. Der Seelenkundige findet alle nur möglichen Uebergänge von der allgemein als Norm aufgefassten Seelenstruktur bis zum Abwegigen, Krankhaften. Das Krankhafte zu verhindern und aufzuhalten, ist Aufgabe des seelenkundigen Arztes. Aus seinen Erfahrungen heraus ist er imstande, prophylaktische Schlussfolgerungen zu ziehen und Ratschläge zu erteilen. Er setzt sich dafür ein, dass die seelische Beanspruchung der Truppe und die zu bewältigenden Aufgaben den vorhandenen Anlagen und Kräften angepasst werden. Nicht immer ist dieses Streben erfüllbar, gerade dann nicht, wenn die seelischen Kräfte des einzelnen entscheidend sind. Die schweren Eindrücke, wie sie der Ernstfall bietet, das Mit- und Hineingerissenwerden in das niederschmetternde Chaos der Zerstörung und Vernichtung, der Anblick des Todes, alles dies übersteigt oft die Erträglichkeitsgrenze und es kommt zu einem Versagen. Da helfend und aufrichtend einzugreifen, ist eine vornehme Pflicht des Arztes.

Es ist Pflicht jedes Truppenführers, Uebermüdung und Erschöpfung der Truppe zu bekämpfen. Auf geistige und körperliche Beanspruchung muss immer entsprechende *Ausspannung* und *Erholung* folgen. Stets ist aber eine Verweichlichung zu verhindern, die seelische Leistungsfähigkeit muss, wie die körperliche Leistungsfähigkeit, zielbewusst gesteigert werden.

Psychische Härte, wie sie den Soldaten charakterisieren, muss in sorgfältiger Arbeit anerzogen werden. Der Soldat muss alle affektiven Belastungen ertragen lernen, nicht so etwa, dass er gefühllos wird; mitleidig muss er sein und bleiben. Ein diszipliniertes Mitleiden und Mitempfinden aber muss die Soldatenseele erfüllen, kein Wehleiden und Jammern.

Und doch hat auch das Ertragenkönnen seine Grenzen, besonders bei verantwortungs- und pflichtbewussten, hochwertigen Menschen. Nervöse Erschöpfungszustände, die zu echter *Neurasthenie* führen können, kommen denn auch bei jeder stärkeren und andauernden Belastung einer Truppe relativ häufig vor und es ist Sache des Arztes, diese Tatsache zu kennen und solche Zustände mit seiner ganzen ärztlichen Autorität wieder zu beseitigen. Dazu kommen immer wieder die Phlegmatiker, Minderbegabten und Faulen vor, die sich aller Mehrbelastung zu entziehen verstehen. Diese Leute müssen ebenfalls behandelt werden, und oft kann es einer energischen Psychotherapie gelingen, doch noch etwas Rechtes zu erreichen. Andere aber sind nicht imstande, ihre Fehler selbst zu überwinden; diese Leute müssen bestraft werden. Die Furcht vor Wiederholung der Strafe kann sie dann auf dem rechten Weg halten. Verliert die Strafe aber ihren erzieherischen Wert, dann sind solche Leute als untauglich auszumustern.

Selten sind die Naturen, die durch nichts zu erschüttern sind; sie sind wahre Seelengenies. Es sind Idealgestalten, deren ganzes Wesen aus Lebensfreude, Nächstenliebe, Pflichtbewusstsein, Verantwortungsfreude und Helferwillen besteht und deren Vorbild mitreisst. Sie sind Führernaturen, aktive und energische Menschen mit einer eisernen Selbstdisziplin, innerlich harmonisch ausgeglichen, jeder Eindruck kontrolliert, die Gedanken geordnet, willensstarke Menschen mit einem unerschütterlichen Glauben an ihr Ziel.

Gewiss ist eine solche seelische Struktur als natürliche Begabung anlagebedingt, zweifellos ist aber, dass ein *psychisches Training* es jedem ermöglicht, mit möglichst geringer innerer Reibung die unvermeidlichen äusseren Spannungen zu bewältigen und dass jeder es bei zielbewusster Arbeit an sich dazu bringen kann, seine affektiven Abläufe zu regulieren und seinen Willen zu bilden.

Mittel und Wege eines psychischen Trainings sind verschiedene: angefangen vom einfachen Hinnehmen einer wohltuenden Entspannung über eine sinnvolle Beschäftigung mit Musik und Kunst oder als Naturbetrachtung, die zu Lustgewinn und Lebensfreude führt, bis zum bewussten, zielstrebigen Arbeiten an sich selbst.

Diese Arbeit an sich selbst, das Streben nach Harmonisierung und Regulierung seiner psychischen Qualitäten, das Eigenschaffen an seiner Persönlichkeitsgestaltung ist eine unbefohlene

Pflicht jedes Offiziers. Soll er seinen Untergebenen Führer und Vorbild sein, dann muss er es in der Selbstüberwindung weit gebracht haben.

Die *Methoden des psychischen Trainings* in der seelischen Hygiene müssen der Grundeinstellung und Weltanschauung des An-sich-Arbeitenden entsprechen. Philosophie und Religion weisen Wege dazu.

Dem ärztlichen Denken entspricht eine naturwissenschaftlich aufbauende Methode. Eine solche ist in dem von *Schultz* begründeten Verfahren des *autogenen Trainings* gegeben. Das Prinzip dieser Methode besteht darin, dass durch bestimmte physiologisch-rationale Uebungen eine allgemeine Umschaltung der Person herbeigeführt wird.

Ohne auf Theorie und Praxis des autogenen Trainings näher einzutreten, kann gesagt werden, dass diese psychophysische Methode in einer vielleicht nicht mehr fernen Zukunft dazu berufen ist, in der Soldatenerziehung eine bedeutsame Rolle zu spielen. Wir werden dann vielleicht sehen, wie eine auf diesen Erkenntnissen aufbauende psychologische Pädagogik Soldaten schafft, die unserem Idealbild schon recht nahe kommen, Soldaten ohne erzwungene, verkrampfte Haltung und durch gelöste Selbsterfassung zur Persönlichkeitsbildung erweitert. Zu welchen Grossleistungen solcherart aus tiefstem Wesen heraus Selbstbeherrschte und Selbstdisziplinierte fähig sind, lässt sich nur ahnen.

## L'officier Par le cap. Kessler

### I. — *Qualités de caractère.*

L'officier doit, en sa qualité de commandant, donner des ordres et les faire exécuter. A cet effet, outre une instruction technique accomplie et une bonne préparation, une qualité indispensable s'impose: un caractère idoine.

*Qu'est-ce que commander?* Commander, c'est transmettre à d'autres sa propre volonté, faire agir sur d'autres sa volonté, l'imposer à d'autres.

Commander implique l'existence de la force requise pour transmettre et imposer. Cette force plonge ses racines dans les fortes qualités de caractère.

Exercer un commandement signifie déployer une force, c'est-à-dire lier d'autres à soi par de fortes attaches d'ordre spirituel.

Tous les hommes, dans le danger, éprouvent le besoin d'être conduits d'une main ferme, de voir une volonté résolue, inflexible et sans défaillance s'affirmer, s'imposer et les guider.

Commander signifie aussi: prendre toujours sur soi la responsabilité et endosser par là une charge d'ordre moral. La responsabilité illimitée qui échoit à quelqu'un alors qu'il prend résolument tout sur soi, signifie être clairement et parfaitement conscient de sa situation comme chef, signifie aussi avoir foi en soi.

Lorsqu'on sonde le caractère pour déterminer quelles sont les qualités capitales qui doivent dominer chez l'officier, on placera en première ligne: *la force de volonté.*

*Vouloir* signifie: concentrer sur un seul point toute notre force de volonté. Ce fait n'est pas vrai seulement pour la vie militaire, il s'applique aussi à toutes les circonstances de l'existence humaine.

La forte volonté, qui conduit l'homme ferme et résolu vers son but, écarte tous les obstacles, brise, malgré les difficultés, toutes les résistances, et le fait vaincre.

C'est une loi de la nature qu'en présence d'une volonté plus forte, la plus faible plie et s'efface.

Si nous continuons à scruter le caractère, nous placerons, en deuxième rang, c'est-à-dire après la volonté, comme seconde qualité maîtresse de l'officier: *la foi.*

Avoir foi en soi, en ses semblables, foi en sa tâche et en la mission que l'on a été appelé à remplir. La foi est une force qui se transmet rapidement des plus hauts aux plus bas degrés de la hiérarchie et là — se transformant en confiance — refait le chemin en sens inverse jusqu'à sa source, créant ainsi cette ambiance, ce climat au travers desquels la volonté du chef se fraie aisément passage.

Une autre vertu que doit posséder l'officier est la *force de résistance morale*, innée chez les privilégiés qui ne connaissent ni dépression psychique, ni fatigue musculaire. Cette qualité est de celles qui souvent assurent et maintiennent fermement le prestige du grade.

Si, dans un groupe ou dans une masse d'hommes, la lassitude physique s'insinue, celui-là triomphe dont l'âme reste forte et fermes les muscles.

A la volonté, à la foi et à l'endurance je voudrais joindre encore *l'esprit d'initiative.*

Commander, pleinement conscient de sa responsabilité, implique en soi un travail si considérable que n'en peuvent venir à bout que ceux qui sont animés de l'esprit d'initiative, qui ont le goût de l'entreprise. Cet esprit, ce goût chez l'officier se transmet aux échelons inférieurs, il réveille les nonchalants, stimule les paresseux, aiguillonne les indifférents et répand partout de l'animation, du mouvement et de l'énergie.

Plus il y a de vie en haut, plus il y en aura en bas.

Aux qualités d'un chef, d'un conducteur d'hommes énumérées plus haut, je dois encore