Universität Zürich[UZH]

Nr. 3/2025

UZH*magazin*

Die Zeitschrift für Wissenschaft & universitäres Leben

WAS UNS STARK MACHT

Krisen, Stress und Resilienz — 24

ausserdem:

Flut von Bad News — 10 China verstehen — 56

Sterbende Demokratien — 60

SONDERAUSGABE in Kooperation mit: UZH alumni

UZH alumni

GEGRÜNDET 1883 ALS
ZÜRCHER HOCHSCHULVEREIN

Weitersagen!

Als Absolventin oder Absolvent der UZH gehören Sie zum grossen Netzwerk der UZH-Alumni und tragen den guten Ruf unserer Alma Mater in die Gesellschaft. Erzählen Sie Ihren Studienkolleg:innen von uns und helfen Sie mit, unsere Gemeinschaft zu erweitern.

Erfahren Sie, wie Sie mitwirken können.

Universität Zürich[UZH]

UZH Alumni | Schönberggasse 15a | 8001 Zürich | + 41 44 634 28 70 | info@alumni.uzh.ch | www.uzhalumni.ch

EDITORIAL

Anpassen und ausbalancieren

Chronischer Stress ist ein Phänomen unserer Zeit – rund ein Viertel der Schweizer Bevölkerung fühlt ich oft gestresst. Neben dem alltäglichen Stress gibt es weitere Faktoren, die uns zu schaffen machen, etwa die aktuelle Ungewissheit in der globalen Politik und Wirtschaft. Und: Katastrophale Naturereignisse wie Überschwemmungen und Felsstürze werden in der Schweiz zunehmen. Ein Beispiel dafür ist der Bergsturz in der Walliser Gemeinde Blatten.

Belastungen für Psyche, Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt gibt es viele. An der UZH erforschen Wissenschaftler:innen aus verschiedenen Disziplinen, was uns zusetzt. Und sie untersuchen, was uns widerstandsfähig macht – persönlich und als Gesellschaft. Wie wir im Dossier dieses Hefts zeigen, sind es vor allem zwei Eigenschaften, die resilienter machen: Flexibilität und die Fähigkeit, im Gleichgewicht zu bleiben. Hilfreich ist demnach, sich sich verändernden Umständen anpassen zu können und in Krisensituationen schnell die Balance wiederzufinden. «Resilient zu sein, bedeutet, beweglich zu sein wie das Schilf, das im Sturm nachgeben kann, um sich wieder aufzurichten, wenn dieser vorbei ist», sagt UZH-Ökonom Thorsten Hens. Im Dossier analysiert Hens mit den beiden Ökonomen Steven Ongena und Ralph Ossa, was die Wirtschaft stärkt und weshalb die Politik der aktuellen US-Regierung genau das Gegenteil bewirkt.

Politische Gewalt ist kontraproduktiv, sagt Friedens- und Konfliktforscherin Belén González.

Was uns individuell stresst und was uns widerstandsfähiger gegen Stress macht, erforscht ein interdisziplinäres Team um die Psychologin Birgit Kleim und die Neurobiologin Isabelle Mansuy. Birgit Kleim sagt dazu: «Viele denken, Resilienz sei ein bestimmtes Merkmal einer Person oder es gebe gar ein Resilienz-Gen. Doch das ist unwahrscheinlich.» Was uns tatsächlich widerstandsfähig macht, ist, wenn sich unser Gehirn in Stresssituationen gut anpassen und regulieren kann. Das könnte mit Neurofeedback trainiert werden, wie die Forschung der UZH-Wissenschaftler:innen zeigt.

Geht es darum, die Ursachen von Stress zu erklären, verfolgt der Anthropologe Colin Shaw eine interessante Spur. Er geht davon aus, dass wir heute vor allem in den Städten in Umgebungen leben, an die unser Körper evolutionsbiologisch betrachtet nicht genügend angepasst ist. Die ständigen Reize überfordern unser Nervensystem. Denn biologisch sind wir immer noch Jäger und Sammler. Der Wald kommt unseren ursprünglichen Lebensbedingungen am nächsten, sagt Shaw. Er rät deshalb dazu, unsere Städte angemessener zu gestalten, Naturräume zu regenerieren und mehr Zeit darin zu verbringen.

Aktuell ist die Suche nach einer Wohnung in der Stadt für viele stressig. Die Ursache dafür ist, dass es nicht genügend erschwinglichen Wohnraum gibt. Das löst Ängste aus, etwa, die Wohnung zu verlieren. Das SNF-Projekt «Responsible City», an dem die UZH beteiligt ist, sucht nach Lösungsvorschlägen für dieses Problem. Die Geografin Frances Brill sagt dazu: «Wohnen ist ein Menschenrecht. Deshalb müssen wir jede Massnahme daran messen, wem sie nützt und wem sie schadet.»

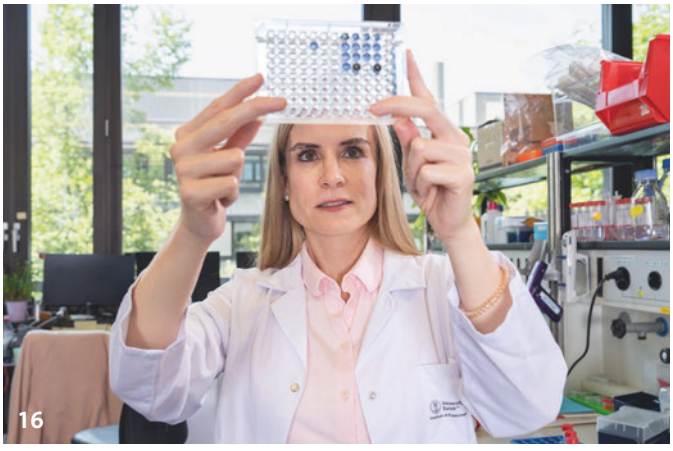
Migration ist ein Stresstest für die Gesellschaft. Das war auch früher so, weiss der Historiker Sebastian Scholz, und er zeigt auf, wie das spätantike Rom Migration erfolgreich nutzte und was wir daraus für heute lernen können.

Weitere Themen in diesem Heft: Die Politologin Belén González erforscht, wie und wann Regierungen Gewalt anwenden, um ihre politischen Ziele durchzusetzen. Dabei zeigt sich: Kurzfristig mag der Einsatz von Gewalt nützlich sein, auf lange Sicht ist er aber kontraproduktiv, weil er Widerstand auslöst, innerhalb des Staates und international.

Schliesslich: Uli Sigg, Kunstsammler und China-Kenner, ist Gastprofessor an der UZH. Im Porträt erfahren Sie, weshalb er früh begann, zeitgenössische chinesische Kunst zu sammeln, und wie ihm das half, die chinesische Gesellschaft besser zu verstehen.

Wir wünschen Ihnen eine stressfreie Lektüre
Thomas Gull, Roger Nickl,
Redaktion UZH Magazin

Titelbild: Cornelia Gann; Bild oben: Stefan Walter



MEDIZIN

Kampf dem Hirntumor — 16

Neurochirurgin und Immunologin Jenny Kienzler entwickelt eine neue Behandlungsmethode gegen den aggressiven Krebs.

MEDIEN

Flut von Bad News — 10

Kommunikationswissenschaftlerin Anne Schulz erforscht, wie wir informiert bleiben können, ohne unsere mentale Gesundheit zu gefährden.

PSYCHOLOGIE

Endlich gesund leben — 20

Paare können sich gegenseitig unterstützen, wenn es darum geht, den Lebensstil zu verändern, sagt Gesundheitspsychologin Urte Scholz.

IM FELD — 15

Naturgeister und heilige Bäume

DOSSIER

WAS UNS STARK MACH

Krisen, Stress und Resilienz — 24

Unter Druck: Forschende an der UZH analysieren, was uns zu schaffen macht und wie wir uns besser dagegen wappnen können – persönlich, aber auch als Gesellschaft.

Bilder: Diana Ulrich; Illustration: Cornelia Gann

UZH LIFE — Interdisziplinäre Lehre

Vernetzter denken — 50

Die UZH fördert Lehrangebote, die die fächerübergreifende Zusammenarbeit stärken und neue Perspektiven möglich machen – drei Beispiele.

PORTRÄT — Uli Sigg

China verstehen — 56

UZH-Alumnus Uli Sigg ist Kunstsammler und ein profunder Kenner Chinas – nun gibt er als Gastprofessor sein Wissen weiter.

INTERVIEW — Belén González

Wie Demokratien sterben — 60

Die Politikwissenschaftlerin über Gewalt in politischen Konflikten, erodierende Demokratien und die Nostalgie des Westens.

RÜCKSPIEGEL — 6
BUCH FÜRS LEBEN — 7
DAS UNIDING — 7
DREISPRUNG — 8
ERFUNDEN AN DER UZH — 9
IMPRESSUM — 65
NOYEAU — 66

Theologe Otto Fridolin Fritzsche (1812–1896).

RÜCKSPIEGEL — 1837

Fenster zur Forschung

Antrittsvorlesungen haben an Hochschulen eine lange Tradition. An den deutschsprachigen Universitäten existieren sie seit dem 16. Jahrhundert. Sie markieren den Beginn der Lehrtätigkeit eines Professors oder einer Professorin und werden öffentlich abgehalten. So wirken sie als Fenster zur Öffentlichkeit, die Forschungsthemen einer Universität der Bevölkerung näherbringen. An vielen Universitäten waren sie obligatorisch und gehörten zum Qualifikationsverfahren der Habilitation. Heute sind es freiwillige Veranstaltungen, die diese Tradition weiterpflegen und immer noch als Öffnung der universitären Welt für ein breiteres Publikum verstanden werden.

Seit 2014 werden die an der UZH gehaltenen Antrittsvorlesungen aufgezeichnet und veröffentlicht. Sie zeigen einen Querschnitt der vielfältigen Forschungsgebiete und des Lehrkörpers der UZH. Vor 2014 sind Antrittsvorlesungen nur punktuell überliefert, da sie sich wie sämtliche Unterlagen aus Lehre und Forschung im Eigentum der Dozierenden befinden und nur über einen Vor- oder Nachlass ins Archiv gelangen. Dafür wurden die öffentlichen Vorlesungen auch in der Tagespresse rezensiert. Die älteste überlieferte Antrittsvorlesung im UZH-Archiv ist diejenige des jungen Theologieprofessors Otto Fridolin Fritzsche (1812–1896) um 1837, vier Jahre nach der Gründung der Zürcher Universität. Sie hat einen lateinischen Titel und handelt von schwierigeren Passagen der Johannesbriefe. Ein Manuskript und eine publizierte Fassung der Rede finden sich im UZH-Archiv.

Otto Fridolin Fritzsche kam wie viele Gelehrte damals aus Deutschland in die Schweiz. Grund dafür waren der einheimische Lehrkräftemangel und politische Umwälzungen im seinem Heimatland. Bei der Gründung der UZH war die Theologie ein schon lange etablierter Forschungsbereich. Die Theologische und Religionswissenschaftliche Fakultät feiert dieses Jahr 500 Jahre «Prophezey». Dabei handelt es sich um eine Arbeitsgemeinschaft für die Auslegung und Übersetzung der Bibel, also eine Art erste Forschungsgruppe, aus der rund 300 Jahre später die Universität Zürich hervorging. Die Antrittsvorlesung von Otto Fridolin Fritzsche steht so in der langen Tradition der theologischen Forschung in Zürich.

Inge Moser, UZH-Archiv

BUCH FÜRS LEBEN — Tobias Jammerthal

Die Kraft der Literatur

Marcel Reich-Ranicki gilt als einer der einflussreichsten Literaturkritiker der Bundesrepublik Deutschland: Seine Besprechungen und Artikel in der Wochenzeitung «Die Zeit» und danach in der «Frankfurter Allgemeinen Zeitung» waren gleichermassen gefürchtet wie begehrt und das von ihm 1988 ins Leben gerufene «Literarische Quartett» im Zweiten Deutschen Fernsehen machte breite Kreise der Bevölkerung mit literarischen Neuerscheinungen vertraut. Auch davon kann man lesen in der Autobiografie «Marcel Reich-Ranicki: Mein Leben» – aber das war es nicht, was mich beeindruckt hat.

Beeindruckt hat mich die Geschichte dieses 1920 im polnischen Włocławek geborenen jüdischen Jungen, der nach dem Bankrott der väterlichen Fabrik nach Berlin auf die Schule geschickt wird – 1929. Mitten in einer für Juden zusehends schwierigen Zeit macht er 1938 das Abitur – nur um kurz darauf nach Polen abgeschoben zu werden, in ein Land, dessen Sprache er sich erst wieder neu aneignen muss. Als er Ende 1940 ins Warschauer Ghetto übersiedeln muss, machen sich die Nazis seine Sprachkenntnisse zunutze und setzen ihn für Sekretariatsdienste ein. Gemeinsam mit seiner Frau gelingt Reich-Ranicki Anfang 1943 die Flucht aus dem Ghetto; die beiden können sich bis zur Ankunft der Roten Armee 1944 sechzehn Monate versteckt halten, während die meisten anderen Mitglieder der Familie dem NS-Terror zum Opfer fallen. Es folgt eine Tätigkeit für den polnischen Geheimdienst unter anderem in London – und dann 1950 die Entlassung aufgrund «ideologischer Entfremdung», ein Schreibverbot im kommunistischen Polen und 1958 der Beginn des Lebens im Land der Täter.

Dass Reich-Ranicki streitbar war, zeigt sein Ringen mit verschiedenen Chefredaktoren darum, möglichst viel Freiheit als Literaturkritiker zu haben, illustriert durch die wechselnde Beschäftigung bei verschiedenen deutschen Zeitungen.

In der Bundesrepublik konnte Reich-Ranicki etwas zum Beruf machen, das ihn seit seiner Schulzeit prägte: Den Hänseleien seiner Schulkameraden entflieht er, indem er die deutschen Klassiker liest und ins Theater und ins Konzert geht. Im Warschauer Ghetto schreibt er für die Ghettozeitung Rezensionen. Dem polnischen Ehepaar, das ihn und seine Frau vor den Nazis versteckt, erzählt er Romane nach. Das ist es, was mich so beeindruckt hat: dass es ausgerechnet die Literatur in der Sprache der Verfolger war, die diesem Menschen geholfen hat, die Jahre der Verfolgung durchzustehen – und ihm am Ende im Lande derer, unter denen er und die Seinen so zu leiden hatten, eine Heimat finden liess. Ein wahrlich eindrucksvolles Plädoyer für die stärkende und versöhnende Kraft der Literatur!

Tobias Jammerthal ist Professor für Kirchen- und Theologiegeschichte an der UZH. Er ist in Deutschland aufgewachsen.

Marcel Reich-Ranicki: *Mein Leben*; DVA; München 1999

DAS UNIDING

Guckloch in die Vergangenheit

Wir betreten einen abgedunkelten Raum, einige Personen haben bereits Platz genommen. Das Glasdia wird ins Epidiaskop eingespannt und auf die Leinwand projiziert. Gezeigt wird «das grosse Schauspielhaus» in Berlin während des Umbaus 1918/1919. Das Dia ist eine Momentaufnahme eines Ortes mit einer bewegten Geschichte. Ursprünglich wurde das Haus 1867 als erste Berliner Markthalle eröffnet. Später beherbergte es verschiedene Zirkusgruppen, bevor es 1918 in ein Schauspielhaus verwandelt wurde. Auf dem Bild erkennt man noch die herabhängenden Zapfen, die dem Haus seinen Spitznamen «Tropfsteinhöhle» einbrachten.

Glasdias zeichnen sich durch ihre messerscharfe Qualität aus, die selbst die Fotos von heute in den Schatten stellt. Erreicht wurde sie durch eine zwei- bis dreiminütige Belichtungszeit und eine grosse Linse für die Tiefenschärfe. Dank der hervorragenden Auflösung der Bilder sind kleinste Details zu erkennenn, wie Aleksandra Kratki, Mitarbeiterin der Mediathek des Kunsthistorischen Instituts, erklärt. Das Institut verfügt über ein Archiv von mehreren zehntausend Glasdiapositiven. Mit ihnen können wir eine kleine Zeitreise antreten und eine Welt betrachten, die es so nicht mehr gibt. Aktuell wird die Sammlung von den Mitarbeitenden der Mediathek katalogisiert, um die Nutzung für Forschende und andere Interessierte zu erleichtern. Die Zeiten, in denen wir Fotos im Kollektiv in einer Dunkelkammer bewunderten, sind vorbei. Jetzt kommen die Glasdias raus aus ihrem Kämmerchen und treten als digitalisierte Raritäten in die Gegenwart. *Mia Catarina Gull*

Bilder: UZH-Archiv; zvg

Weshalb helfen wir anderen?

1

Helfen fühlt sich gut an

Gemäss dem traditionellen Menschenbild des Homo oeconomicus helfen wir nur, wenn wir uns davon in Zukunft einen persönlichen Nutzen erhoffen. Die verhaltensökonomische Forschung zeigt jedoch, dass Menschen nicht ausschliesslich eigennützig handeln. Häufig folgen wir ungeschriebene Regeln, sogenannten sozialen Normen, die festlegen, wie man sich in bestimmten Situationen verhalten sollte. Wer hilft, bekommt oft auch soziale Anerkennung. Ferner streben wir nach einem positiven Selbstbild: Wir sehen uns gerne als gute Menschen. Indem wir anderen helfen oder etwas spenden, bestätigen wir dieses Bild vor uns selbst und vor anderen.

Helfen kann eine innere Zufriedenheit auslösen, die nicht von Dank oder Gegenleistung abhängt. Helfen fühlt sich gut an und das reicht vielen schon als Motivation.

Michel Maréchal ist Professor of Economics.

2

Aufeinander angewiesen

Aus ethischer Perspektive gibt es verschiedene Gründe für (helfende) Handlungen. Man kann ein Ziel verfolgen, etwa das Wohlergehen möglichst vieler. Oder man orientiert sich daran, wie ein «guter Mensch» handelt, und strebt diesem Ideal nach. Oder man fühlt sich Regeln und Gesetzen verpflichtet und befolgt sie. Manche helfen, weil sie ein religiöses Gebot befolgen – etwa das Gebot der Nächstenliebe im Christentum oder die Wohltätigkeitspflicht im Islam. Solche Gebote finden sich in vielen Religionen.

Auch aus kantianischer Sicht ist Helfen geboten: Wer will, dass Helfen allgemeine Regel ist, muss selbst anderen helfen. Andere Ethiker:innen sehen unser Leben grundsätzlich von Hilfe- und Sorgebeziehungen geprägt: Wir können gar nicht anders, als zugleich helfend und hilfeempfangend zu leben. Abhängigkeit und Verletzlichkeit gehören zum Menschsein – wir helfen einander, weil wir aufeinander angewiesen sind. Fürs Helfen gibt es also viele gute Gründe: Es kann unter anderem Pflicht, Folgeabwägung, Charakterhaltung, Antwort auf Abhängigkeit, Solidarität, religiöse Berufung sein.

Lea Chilian ist Oberassistentin und stellvertretende Leiterin am Institut für Sozialethik.

3

Gute Herzen, offene Türen

Aus Sicht der Persönlichkeitspsychologie wird prosoziales Verhalten oft mit dem Persönlichkeitsmerkmal Verträglichkeit in Verbindung gebracht – also mit Eigenschaften wie Mitgefühl, Kooperation und Wärme. Doch die Forschung zeigt, dass auch Extraversion eine entscheidende Rolle spielen kann. Extravertierte Menschen suchen aktiv soziale Interaktionen, geniessen den Austausch mit anderen und erleben positive Emotionen im Kontakt. Hilfe zu leisten, bietet ihnen nicht nur die Gelegenheit, mit anderen in Verbindung zu treten, sondern auch soziale Anerkennung zu erhalten und das eigene Energieniveau zu steigern.

Während Verträglichkeit stärker von Empathie und dem Wunsch nach Harmonie motiviert ist, kann Extraversion Hilfeverhalten aus Freude an Aktivität und Geselligkeit fördern. Wer verstehen will, warum Menschen helfen, sollte also nicht nur auf «gute Herzen», sondern auch auf «offene Türen» achten – Persönlichkeitsmerkmale wirken vielfältiger, als es auf den ersten Blick scheint.

Wiebke Bleidorn ist Professorin für Differentielle Psychologie und Diagnostik.

ERFUNDEN AN DER UZH

Die richtige Therapie gegen Krebs finden

Tumorzellen geben kleine Membranbläschen ins Blut und in andere Körperflüssigkeiten ab. Dazu gehören die extrazellulären Vesikel (EV). Die EV eignen sich deshalb, um Krebszellen nachzuweisen. Das nutzt der UZH-Spin-off EVIIVE. Er hat ein Verfahren entwickelt, um EV in Flüssigbiopsien zu identifizieren. UZH-Krebsforscher Richard Chahwan, der das neue Diagnoseverfahren entwickelt und EVIIVE mitbegründet hat, erklärt den Vorteil dieser Methode: «Die meisten Biomarker basieren auf indirekten Signalen. Mit der Analyse der EV können wir unmittelbar beobachten, wie das Immunsystem mit dem Tumor interagiert.»

Das neue Verfahren ermöglicht eine präzisere und personalisierte Diagnose. «Mit unserem Test kann die Immuntherapie individuell angepasst werden, weil er erlaubt, die beste der zugelassenen Behandlungsmöglichkeiten auszuwählen», sagt CEO und Mitgründer Kevin Yim. Die Zahlen dazu sind eindrücklich: Ob eine Therapie wirkt oder nicht, kann beim metastasierendes Melanom mit 97-prozentiger Genauigkeit vorhergesagt werden. Der Heilerfolg der danach eingesetzten Therapie liegt bei 80 Prozent. Zudem ist der Test einfacher einsetzbar und 40 bis 50 Prozent günstiger als eine Biopsie.

Bisher wurde die EVIIVE-Analyse nur an kleinen Patientengruppen getestet. Bereits im nächsten Jahr soll sie in ausgewählten Spitälern in der Schweiz eingesetzt werden, die den Test kostenlos erhalten. «So wissen wir bald, ob er sich im klinischen Alltag bewährt», sagt Kevin Yim. Text: *Thomas Gull*; Bild: *Frank Brüderli*

MEDIEN

Von Bad News überflutet

Täglich werden wir mit einer Flut von negativen Nachrichten konfrontiert. Das kann belastend sein. Die Kommunikationswissenschaftlerin Anne Schulz untersucht, wie wir informiert bleiben können, ohne unsere mentale Gesundheit zu gefährden.

Flutwelle in Havanna: Tropenstürme sorgen regelmässig für Überschwemmungen in der kubanischen Hauptstadt.

«Obwohl uns negative Nachrichten belasten können, ziehen sie uns auch an.» **Anne Schulz, Kommunikationswissenschaftlerin**

Text: Simona Ryser

Eigentlich wollte ich nur kurz einen Kaffee trinken und in der News-App den Stand des laufenden Fussballspiels checken. Erfahren habe ich von kenternden Flüchtlingsbooten, von eskalierenden Konflikten, von blutigen Kämpfen, von Krisen und Kriegen, von verheerenden Stürmen, Erdrutschen, Starkregen und Dürren, von bedrohten Küstengebieten und Bergregionen, von Verzweiflung und Leid.

Angesichts der Weltlage werden wir überflutet mit schlechten Nachrichten, und in Zeiten von Social Media und Co. scheinen wir dem permanenten Informationsstrom nicht entkommen zu können. Das kann belastend sein und zuweilen schwer erträglich. Selbst wenn wir das Smartphone wegstecken, kriegen wir am nächsten News-Screen mitgeteilt, was alles los ist auf der Welt. Wie soll man da einen klaren Kopf behalten – den wir doch brauchen, um informiert zu bleiben.

Dieses Dilemma untersucht Anne Schulz, Assistenzprofessorin für politische Kommunikation. In ihrer Forschung, die mit einem Starting Grant des Schweizerischen Nationalfonds gefördert wird, beschäftigt sie sich mit den Auswirkungen der Flut negativer Nachrichten und sucht nach Wegen zu einem nachhaltigen Informationskonsum. «Ziel ist es, informiert zu bleiben, ohne die mentale Gesundheit zu gefährden», sagt Anne Schulz. Die überwältigende Informationsfülle und die vielen negativen Schlagzeilen wirkten erschöpfend und lösten Ohnmachtsgefühle aus. Das sei verständlich, doch es führe auch dazu, dass Menschen zunehmend News vermeiden. Nachrichten werden nur noch selektiv oder gar nicht mehr gelesen.

Nicht mehr im Bild

Tatsächlich ist laut dem Digital News Report des Reuters Institute an der Universität Oxford der Anteil so genannter News Avoider zwischen 2017 und 2025 weltweit von 29 auf 40 Prozent gestiegen. In der Schweiz sind es gut 30 Prozent, die News aktiv vermeiden, wie eine Untersuchung zeigt, die Anne Schulz gemeinsam mit Sophia Volk 2023 durchgeführt hat. Beispielsweise löschen 65 Prozent der Befragten bestimmte News-Inhalte, etwa einen Nachrichten-Newsletter, sofort oder oft. 54 Prozent schalten die Push-Benachrichtigungen von News-Apps aus. Die Hälfte der Befragten schalten ihre Geräte spontan oder zu bestimmten Zeiten ganz ab, um dem News-Strom zu entkommen. News-Pausen sind durchaus Strategien, mit der Informationsfülle umzugehen. «Allerdings», so Schulz, «wenn die Abstinenz andauert, leidet das Wissen über die Welt, dadurch fehlt eine solide Grundlage zur Meinungsbildung – und diese ist für eine funktionierende demokratische Gesellschaft grundlegend.»

Komplett von News-Kanälen verabschiedet haben sich die so genannten Disconnected User. Das sind gemäss dem Digital News Report immerhin etwa 540 000 Menschen oder rund sechs Prozent der Schweizer Bevölkerung. Was bedeutet es für die Gesellschaft, wenn potenziell immer mehr Menschen nicht mehr im Bild sind, was auf der Welt läuft, und sich politisch nicht oder falsch informiert äussern?

Anlässlich der Abstimmung vom 28. September 2025 will Anne Schulz in einer Studie untersuchen, wie sich die unterschiedlichen Gruppen von Nutzerinnen und Nutzern an der Wahl beteiligen. Gehen Leute, die News vermeiden oder gar nicht mehr konsumieren, überhaupt noch zur Urne? Und wenn ja, auf welchen Grundlagen entscheiden sie, fragt sich die Kommunikationswissenschaftlerin. «Gerade bei falsch informierten Personen besteht ein Risiko, dass sie gegen die eigenen Interessen abstimmen, etwa wenn sie sich falsch leiten liessen oder manipuliert wurden», sagt Anne Schulz. Es kann sein, dass eine solche Person zwar sehr viele Informationen konsumiert, diese aber nicht aus seriösen Quellen stammen.

Bild Doppelseite 10/11: Alejandro Ernesto, Keystone

In der Schweiz setzen immer noch viele auf qualitativ hochstehende Informationsquellen: So nutzt zum Beispiel mehr als die Hälfte der Schweizer Bevölkerung wöchentlich die Informationsangebote von SRF und RTS offline, ein Drittel tut dies online. Und ganze 70 bis 80 Prozent vertrauen den öffentlich-rechtlichen Medien als Nachrichtenquelle, wie der Digital News Report 2025 aufzeigt. «Es ist enorm wichtig, dass die unabhängigen Medien, die für Qualitätsjournalismus und für eine wahrheitsgemässe Berichterstattung stehen und so gewissermassen die vierte Gewalt im Staat verkörpern, die nachfolgenden Generationen ansprechen und für sich gewinnen können», sagt Schulz, «damit die Jungen die professionellen und verlässlichen Quellen im Informationsdschungel erkennen und von manipulativen unterscheiden können.»

Leibniz' Klage

Genau genommen ist das Klagen über die Informationsflut nichts Neues. Schon in der Antike hat der griechische Dichter und Gelehrte Kallimachos mit der Informationsfülle gerungen und nach Ordnungsmethoden gesucht, sagt Anne Schulz. Viel später, nach der Erfindung des Buchdrucks, wurde vor allem die intellektuelle Elite mit einer nie dagewesenen Informationsflut konfrontiert. Noch im 17. Jahrhundert schlug der deutsche Philosoph Gottfried Wilhelm Leibniz alarmistische Töne an und warnte vor der «schrecklichen Masse von Büchern», die in eine «fast unüberwindbare Unordnung» führe. Kommunikationsgeschichtlich gesehen ist das ein wiederkehrendes Muster. «Oft sind es technologische Innovationen, die die Informationsfülle weiter anwachsen lassen – sei es die Erfindung des Buchdrucks oder jüngst die Digitalisierung, die zu einer weiteren Pluralisierung der Medien und der Medienpraktiken geführt hat», sagt Anne Schulz.

Diese Angebotsfülle schätzen auch viele Menschen. «Diejenigen, die News gezielt konsumieren, fühlen sich nicht überfordert,» sagt Schulz. Bei ihnen kommen auch keine Ohnmachtsgefühle auf. «56 Prozent der Befragten aus unserer Studie

Nachhaltiger Informationskonsum

News-Pausen und FOMO

Wie können wir mit negativen Nachrichten und der wachsenden Informationsfülle konstruktiv umgehen, sodass wir informiert bleiben und dabei unsere psychische Gesundheit schützen? «Wir müssen News zielführend konsumieren und das Rauschen ausblenden – darin müssen wir noch besser werden», sagt Anne Schulz. In der 24/7-Informationsgesellschaft stehen alle Informationen überall und immer zur Verfügung, daraus kann der Zwang entstehen, diese auch alle zu nutzen. Doch dem kann man etwas entgegensetzen.

Gewohnheiten festlegen

Ähnlich wie man sich in der vordigitalen Zeit pünktlich um 19.30 Uhr für die «Tagesschau» vor den Fernseher gesetzt hat, kann man eine bestimmte Zeit festlegen, zum Beispiel beim Pendeln oder zuhause beim Feierabendbier, in der man einen News-Podcast hört oder die News-App anschaut.

News-Pause einlegen

Für eine festgelegte Zeit keine Geräte beziehungsweise keine News-Medien mehr konsultieren, beispielsweise ein News-freies Wochenende verbringen.

Benachrichtigung ausschalten

Aufblinkende Notifications lenken uns ab. Eine Möglichkeit ist, die Benachrichtigungsfunktion zu sperren und zu einem selbst gewählten Zeitpunkt die App gezielt zu öffnen und zu schauen, ob es neue Nachrichten gibt.

Smartphone weglegen

Auch wenn es ein Luxus ist: das Smartphone mal in der Schublade verschwinden lassen. So ist das Gerät zumindest vorübergehend aus den Augen, aus dem Sinn, man fühlt sich unabhängiger und auch die Verlockung, kurz nachzuschauen, was gerade auf der einen oder andern App angezeigt wird, ist geringer.

Zeitbefristung einschalten, Apps löschen

Für einzelne Apps eine realistische Zeitbegrenzung zu aktivieren, kann hilfreich sein, um sich nicht im Meer von Informationen zu verlieren. Nicht mehr genutzte Apps kann man löschen.

Verantwortlich kommunizieren

Die Informationsschwemme lässt sich auch mitgestalten, indem man Verantwortung fürs eigene Kommunizieren übernimmt: Muss diese E-Mail oder diese Whatsapp-Nachricht jetzt noch raus? Muss man jede Nachricht per Smartphone verschicken?

Alle diese Strategien können allerdings auch einen Bumerangeffekt auslösen, warnt Anne Schulz. Insbesondere das Gefühl, durch das Abschalten etwas zu verpassen, ist wissenschaftlich belegt. «Im schlimmsten Fall kann die sogenannte FOMO (Fear of Missing Out) emotional stärker belasten als eine vorübergehende Informationsüberlastung.» Es gilt also, verschiedene Strategien auszuprobieren und eine eigene individuelle Lösung zu finden.

gaben an, die Fülle an Informationen und Angeboten von News, Unterhaltung und persönliche Kommunikationsmöglichkeiten zu schätzen», erklärt die Forscherin. Das seien insbesondere ältere, eher männliche, einkommensstarke und höher gebildete Personen. 38 Prozent, also mehr als ein Drittel der Befragten, gaben hingegen an, sich von der Informationsfülle überlastet zu fühlen.

Negative Schlagzeilen nimmt das Gehirn besonders intensiv und prägend wahr. Allerdings kommt der Fokus aufs Negative auch von uns selbst. «Obwohl uns negative Nachrichten belasten können, ziehen sie uns auch an», sagt Schulz. Der so genannte Negativity Bias, die Tendenz, negative Inhalte zu suchen, lässt sich evolutionspsychologisch erklären. «Man scannt die Umwelt zuerst nach Gefahren, um das eigene Überleben zu organisieren», so Schulz.

Bad News filtern

Wie aber lässt sich konstruktiv mit der gegenwärtigen Informationsfülle umgehen? Was, wenn ich beim Scrollen auf der News-App genug habe, aber dennoch informiert sein möchte? Antworten auf diese Fragen will die Kommunikationswissenschaftlerin mit ihrem nächsten Projekt finden. Sie hat sich gefragt, wie Menschen informiert bleiben und gleichzeitig ihr Wohlbefinden schützen können. In Zusammenarbeit mit einem Medien-Newsportal und einer Kollegin an der ETH will Schulz deshalb einen Algorithmus mit Filterfunktion entwickeln, der in eine News-App implementiert werden kann.

Dieser «responsible algorithm» soll verantwortungsvoll und nach ethischen Kriterien Informationen selektionieren. Die Forschungsarbeit analysiert zunächst, wie negative Nachrichten überhaupt identifiziert werden können. Schliesslich soll ein Textanalyse-Tool zur Verfügung stehen, das in eine News-App eingespeiste Artikel nach negativen Nachrichten durchscannen kann. Für den User erscheint dann auf dem Smartphone neben dem Nachrichtenangebot der Redaktion ein Button mit einem Flaggensystem, vergleichbar etwa dem Nutriscore-Aufdruck auf den Lebensmitteln in den Regalen der Grossverteiler. Je nach Tagesform oder individuellem Interesse kann man die rote, gelbe oder grüne Flagge wählen, um Artikel mit besonders belastenden Inhalten vorübergehend herauszufiltern. Eine Runde Good News. Wenigstens zwischendurch.

Prof. Anne Schulz, a.schulz@ikmz.uzh.ch

Jetzt die SaW lesen!

Ex-Ex-President

Es bleibt kompliziert. Wir liefern Antworten.

Naturgeister und heilige Bäume

Ethnobotaniker Florian Derler mit einer ugandischen Heilerin.

Der Ethnobotaniker Florian Derler hat für seine Masterarbeit sechs Monate in Uganda verbracht. Dort lernte er die lokale Pflanzenheilkunde und damit verbundene spirituelle Vorstellungen und Praktiken kennen.

Als in Uganda während der Corona-Pandemie das Gesundheitssystem zusammenbrach, richtete sich die Aufmerksamkeit auf die traditionelle Pflanzenmedizin – ein Wissen, das seit Jahrhunderten weitergegeben wird. Ein Projekt der UZH mit Partnerinnen und Partnern vor Ort begleitet und erforscht den Wandel der Pflanzenheilkunde im Land.

Im Rahmen dieses Projekts forschte Florian Derler an einem lokalen Institut für traditionelle Medizin, wo Heilerinnen und Heiler ausgebildet werden. «Die Heiler:innen nehmen sich Zeit und versuchen, die Patient:innen aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten, bevor sie sie diagnostizieren», erklärt Derler. Die passende Medizin wird dann aus Blättern, Kräutern, Baumrinden und seltener Wurzeln zubereitet und meist getrunken. Diese Pflanzenmedizin wird bei einem breiten Spektrum von gesundheitlichen Problemen angewendet. Sogar gewisse Symptome von Aids werden durch die Heiler:innen behandelt.

Das Zusammenspiel von westlicher Medizin und traditionellen Heilmethoden wird in Uganda rege diskutiert. Eine solche «Komplementärmedizin» könnte künftig nicht nur im ugandischen Gesundheitssystem eine wichtige Rolle spielen, sondern auch für Nachhaltigkeit und Naturschutz, erzählt Derler. Denn die Heiler kultivieren bedrohte Medizinalpflanzen, und sie setzen sich dafür ein, dass diese erhalten bleiben. Sie verfügen über ein umfangreiches Wissen und wertvolle praktische Erfahrung. Ausserdem haben sie gesellschaftliche und kulturelle Entwicklungen teilweise über Jahrzehnte beobachtet und analysiert. Dadurch erkennen sie die Ursachen von Umweltveränderungen.

Die Spiritualität, zu der die Kommunikation mit Naturgeistern und lokalen Gottheiten gehört, ist in Uganda eng mit der traditionellen Pflanzenheilkunde verknüpft. Daraus ergibt sich ein anderes Verständnis des Verhältnisses von Mensch und Natur, als wir es im «Westen» kennen. So kann das Verärgern von Naturgeistern, etwa durch das Fällen eines alten Baums, in dem sie leben, zu grossem Unglück und im Extremfall zum Tod führen.

Während der Feldarbeit konnte Florian Heilerinnen und Heiler treffen und von ihrem Wissen profitieren. «In Uganda hat sich der Fokus meiner Forschung verändert», erzählt er. Er interessierte sich zunehmend für die spirituellen Aspekte der Heilkunst. «Als ich das erste Mal einen heiligen Baum besuchte, hat das einen bleibenden Eindruck hinterlassen und mein Interesse an der Spiritualität geweckt», erklärt er. Mit diesem Interesse an der Spiritualität und ihren Ansätzen speziell zur Heilung «psychischer» Krankheiten ist er nicht allein. Verschiedene Universitäten sind auf dieses Wissen in Uganda aufmerksam geworden und forschen dazu. «Die Spiritualität bildet eine Dimension des Menschen, die in unserer Gesellschaft vernachlässigt wird und ein Ansatz zur Heilung mentaler Krankheiten sein könnte», sinniert Florian Derler. *Mia Catarina Gull*

www.tradmedit.com

Die Mitarbeitenden des transdisziplinären Projekts beschäftigen sich nicht nur mit der traditionellen Medizin in Uganda, sondern auch mit jener in der Schweiz. Dazu tauschten sich ugandische mit Schweizer Heilpraktiker:innen aus. Neben der aktuellen Ausstellung im Botanischen Garten zur ugandischen Pflanzenmedizin wird es nächstes Jahr eine Ausstellung über Schweizer Pflanzenheilkunde geben. www.bg.uzh.ch

Bild oben: zvg

IMMUNOLOGIE

Trickreiche Tumoren

Hirntumoren kapern das körpereigene Immunsystem und nutzen es für sich aus. Dies will Neurochirurgin Jenny Kienzler mit ihrer Forschung verhindern – und so die Basis für einen völlig neuen Therapieansatz schaffen.

Dem Hirn Sorge tragen: Jenny Kienzler entwickelt eine neue Therapie gegen Hirn

Text: Santina Russo
Bild: Diana Ulrich

Die Diagnose Hirntumor ist heute noch ein Todesurteil. Und der Tod kommt schnell. Menschen mit einem Glioblastom – dem häufigsten bösartigen hirneigenen Tumor – leben nach der Diagnose im Durchschnitt noch 15 Monate. Patientinnen und Patienten mit Hirnmetastasen von anderen Krebsarten wie Brustkrebs, Lungenkrebs oder schwarzem Hautkrebs haben eine mittlere Lebenserwartung von nur einem Jahr. «Bei vielen anderen Krebsarten sind die Behandlungen in den letzten zehn Jahren zielgerichteter und deutlich erfolgreicher geworden», sagt Jenny Kienzler, Neurochirurgin am Universitätsspital Lausanne und Tumorimmunologieforscherin an der UZH.

Nicht so bei Hirntumoren: «Heute gibt es für viele Tumoren in Gehirn noch die gleichen Standardbehandlungen wie vor zwanzig Jahren.» Das will Kienzler ändern. In ihrer Forschung, die vom Fonds zur Förderung des akademischen Nachwuchses von UZH Alumni unterstützt wird, untersucht sie, wie Hirntumoren das körpereigene Immunsystem austricksen, damit sie ungestört wachsen können. So will die Forscherin neue Therapieansätze finden.

Unfassbar aggressiv

Hirntumoren zu therapieren, ist aus mehreren Gründen schwierig. Einer davon ist, dass sie unfassbar aggressiv sind. Ein Glioblastom beispielsweise kann das Tumorvolumen pro Monat um mehr als zwei Zentimeter vergrössern. Es wird darum meist erst entdeckt, wenn es schon gross ist. Und es entwickelt sich häufig bei gesunden und vergleichsweise jungen Leuten, etwa ab 50 Jahren – unabhängig von Risikofaktoren wie Rauchen, Alkoholmissbrauch, Übergewicht oder Bewegungsmangel. Ein weiterer Grund liegt darin, dass Hirnkrebs nie wirklich weg ist. Selbst nach einer operativen Entfernung und der Nachfolgebehandlung kann der Tumor aus zuvor unsichtbaren Schläferzellen wieder nachwachsen.

Und schliesslich hat gerade bei Hirntumoren jener Ansatz kaum eine Verbesserung gebracht, der die Behandlung von anderen Krebsarten in den letzten zehn Jahren richtiggehend revolutioniert hat: die Immuntherapie. Diese nutzt das körpereigene Immunsystem, um Krebs zu bekämpfen. Erfolgreich sind vor allem die sogenannten Check-

tumoren.

point-Inhibitoren, die verhindern, dass die Tumorzellen mancher Krebsarten das Immunsystem kapern. Denn manche Tumorzellen können sich in die Signalwege des Immunsystems einschalten und sich so quasi davor tarnen, um ihm zu entkommen. Diesen Mechanismus schalten die Checkpoint-Inhibitoren wieder aus, sodass die Immunzellen den Tumor angreifen.

Wächter auf Irrwegen

Nur: Diese Art der Therapie funktioniert bei Tumoren im Gehirn, besonders beim Glioblastom, kaum. Erstens, weil Hirntumorzellen den gesunden Gehirnzellen ähneln und so kaum Angriffsfläche für gezielte Wirkstoffe bieten. Zweitens schaffen die Tumorzellen ein ausgeprägt immunsuppressives Umfeld. Will heissen: Sie schwächen das Immunsystem auf eine nochmals perfidere Weise, als andere Krebsarten dies tun.

Funktioniert das Immunsystem, werden Eindringlinge wie Krankheitserreger oder eben Tumoren systematisch von den Abwehrkräften vernichtet: T-Zellen des Immunsystems werden angezogen und greifen die Tumorzellen an. In einem zweiten Schritt übernehmen Fresszellen, die Makrophagen, und verdauen die Reste. Doch bei Gehirntumoren werden diese Makrophagen häufig umprogrammiert. Dann erledigen sie nicht nur ihre Aufgabe nicht mehr – sie verhindern auch, dass T-Zellen die Tumorzellen bekämpfen. So kann

Nachwuchsförderung

Brillante Köpfe unterstützen

Der Fonds zur Förderung des akademischen Nachwuchses (FAN) der Universität Zürich setzt sich dafür ein, dass herausragende Nachwuchsforschende ihre wissenschaftliche Eigenständigkeit unter Beweis stellen können. Über 200 junge Wissenschaftler:innen wurden vom FAN bereits mit mehr als 14 Millionen Franken unterstützt. Damit stärkt der Fonds die UZH im Wettbewerb um die klügsten Köpfe und investiert in die Wissenschaft von morgen. www.fan4talents.uzh.ch

sich der Krebs ungestört ausbreiten. Solche tumorassoziierte Makrophagen machen bis zu 40 Prozent der Zellen in Hirntumorgewebe aus, sie spielen also eine dominante Rolle.

Wie genau sie aber umprogrammiert werden, ist noch nicht bekannt. «Wir kennen zwar einige der Moleküle, die an der Kommunikation zwischen den Tumorzellen und den Makrophagen beteiligt sind», sagt Kienzler, «aber über den eigentlichen Mechanismus wissen wir noch zu wenig.» Klar: Würden Forschende herausfinden, wie die Umprogrammierung der Makrophagen abläuft, hätte man damit auch Ansätze, diese rückgängig zu machen. Mehr noch: Wäre eine solche Rückprogrammierung bei diesen besonders aggressiven Tumoren erfolgreich, liesse sie sich wahrscheinlich auch für andere Krebsarten therapeutisch nutzen.

Welche Makrophagen-Typen werden nun also von den Tumoren umprogrammiert, und wie genau? Diese Fragen versucht Kienzler zu beantworten. Zum einen ist sie dabei, eine Art Atlas der Oberflächen der Tumor- und Makrophagen-Zellen zu zeichnen. Denn die Kommunikation zwischen verschiedenen Zellen funktioniert über Rezeptoren an deren Oberfläche. Wenn also die Rezeptoren auf den Tumor- und Makrophagen-Oberflächen bekannt sind, liefert das Hinweise auf die Signalisierungswege zwischen den Zellen – und die Möglichkeiten, diese zu blockieren.

Rezeptoren blockieren

Idealerweise will Kienzler jene Rezeptoren identifizieren, die sowohl bei den tumorassoziierten Makrophagen als auch bei den Tumorzellen auf der Oberfläche sitzen. Dann könnte man diese Oberflächenmarker, wie sie in der Fachsprache heissen, mit einem einzigen Wirkstoff auf beiden Zelloberflächen blockieren. Für den häufigsten tödlichen Hirntumor, das Glioblastom, hat die Forscherin diese Kartierung vor kurzem abgeschlossen. Dazu nutzte sie Gewebeproben von Patientinnen und Patienten. Darin untersuchte sie die

FLYING TEACHERS
Sprachen. Lernen. Überall.

DO YOU WANT TO BECOME AN ENGLISH TEACHER?

Start your career with Cambridge English CELTA

- Part-time
- Blended (online and face-to-face)
- Internship with practice classes included

Register now!

Oberflächenproteine einzelner Zellen mit einer Methode namens Durchflusszytometrie. So identifizierte sie auf den Oberflächen von Makrophagen- und Tumorzellen je rund 40 Marker. Etwa 20 von ihnen waren auf beiden Zelltypen vorhanden. «Einige davon kannte man bereits und wusste, dass sie auch bei anderen Krebsarten eine Rolle spielen», sagt Kienzler. Andere waren bisher unbekannt. «Damit haben wir nun eine Basis für weitere Untersuchungen, die dann stärker eingrenzen, auf welche Rezeptoren ein neuer Therapieansatz am besten abzielen könnte.»

Zurzeit arbeitet Kienzler daran, mit einer neueren Methode namens CITE-Sequencing die Nukleotidabfolge der RNA dieser Oberflächenproteine für einzelne Zellen zu entschlüsseln. Auf diese Weise hofft sie, verschiedene Zelltypen mit ihren typischen Markern zu identifizieren. Damit hätte man eine eindeutigere Basis für neue Therapien. Allerdings ist diese Methode extrem sensibel. Sie funktioniert nicht wie die meisten anderen Methoden mit Tumorgewebe, das aus Patienten herausoperiert und danach bis zu den Analysen eingefroren wird, sondern nur mit ganz frischen Gewebezellen, wie Kienzler durch ihre ersten Versuche herausgefunden hat. Dies, weil in den herausoperierten Hirntumoren typischerweise 40 bis 50 Prozent der Zellen bereits abgestorben sind. «Das Einfrieren und Wiederauftauen zerstört das Gewebe zusätzlich, sodass danach zu wenige intakte Zellen für die sensitiven Untersuchungen übrig bleiben», erklärt Kienzler. Die einzige Lösung: Frisch herausoperierte Tumorproben müssen direkt aus dem Operationssaal ins Labor gebracht werden, um dort die Untersuchungen zu starten.

Diese Analysen, die nun für das Glioblastom laufen, will Kienzler als Nächstes auch für Hirnmetastasen durchführen. Diese sehen zwar etwas anders aus als hirneigene Tumoren, haben aber einen ganz ähnlichen Effekt auf die lokale Immunantwort und auf die Makrophagen. Und auch hier sind neue Therapieansätze dringend nötig.

Breite Basis für neue Behandlungen

Schon jetzt können Kienzlers Forschungsresultate etwas über die Prognose von Patientinnen und Patienten aussagen. So haben ihre Untersuchungen gezeigt, dass Menschen mit Tumorzellen, die eine bestimmte Sorte Rezeptoren auf der Oberfläche tragen, weniger lange überleben als andere. Ziel ist nun, genauer einzugrenzen, welche Marker sich wie auswirken, als Basis, um unter anderem spezifische Antikörper gegen sie zu entwickeln – und so eine neue Immuntherapie.

Zusätzlich zu diesen Analysen nimmt die Forscherin auch bestimmte tumorassoziierte Botenstoffe genauer unter die Lupe, sogenannte Zytokine. Sie sind Teil der Signalübertragung zwischen Zellen und regulieren unter anderem das Zellwachstum. Wie Kienzler herausgefunden hat, spielen sie ebenfalls eine wichtige Rolle dabei, Makrophagen des Immunsystems anzuziehen und diese zugunsten des Tumors umzuprogrammieren. Bei Versuchen mit Mäusen zeigte sich denn auch: Entzieht man den Zellen die Fähigkeit, solche Botenstoffe zu produzieren, wachsen die Hirntumoren langsamer. Wie genau die Botenstoffe die Makrophagen manipulieren, ist indessen noch unklar. Klar ist aber, dass auch diese Botenstoffe ein vielversprechender möglicher Ansatzpunkt für eine neue Therapie sind.

Dr. Jenny Kienzler, jennychristine.kienzler@uzh.ch

Jenny Kienzler

Operieren und forschen

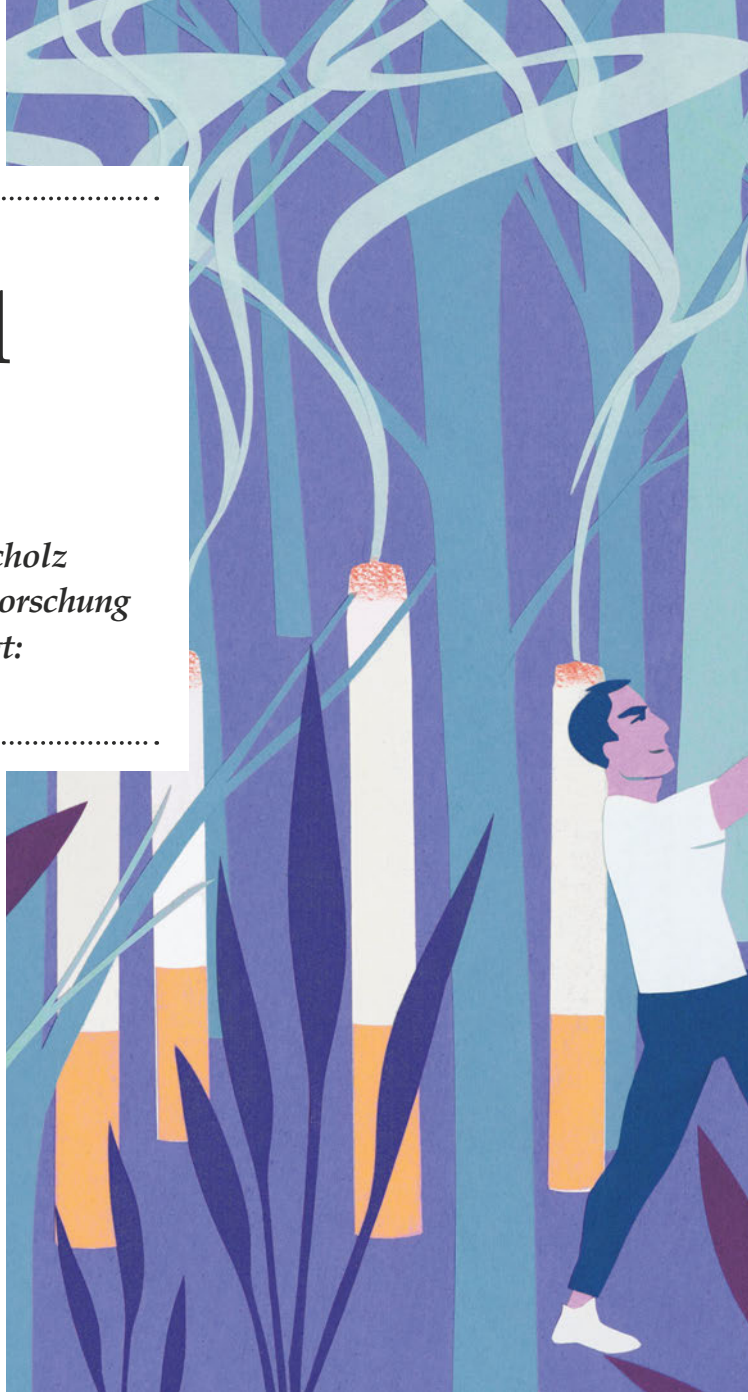
Dass jemand gleichwertig in der Klinik und in der Forschung arbeitet, so wie Jenny Kienzler, ist selten – zumindest in Europa. In den USA dagegen ist es anerkannter und wird auch gefördert, dass medizinische Kliniker viel Zeit in die Forschung stecken. Genau das ist laut Kienzler ideal, um in der Hirntumorforschung schneller vorwärtszukommen. «Beides unter einen Hut zu bekommen, ist sicher eine Herausforderung», sagt sie. Sowohl die Neurochirurgie als auch die Forschungstätigkeit sind anspruchsvoll und jede der beiden Rollen eigentlich mehr als ausfüllend. Doch die Kombination anzustreben, lohne sich, sagt Kienzler. Das Hintergrundwissen zu den klinischen Abläufen, die Informationen zum Tumorgewebe aus den Operationen und die Patientengeschichten helfen ihr als Forscherin.

Und weil Kienzler direkt Patientinnen und Patienten behandelt und selbst Neurochirurgin ist, kommt sie – anders als andere Forschende – leichter zu den für die Untersuchungen nötigen Tumorproben. Umgekehrt sei es generell wichtig, dass Neurochirurginnen und -chirurgen in die Hirntumorforschung und in die Entwicklung neuer Therapien miteinbezogen werden, da sie das Gehirn und seine anatomischen Strukturen besser kennen, als Vollzeit-Forschende dies tun. Gerade für neue Behandlungsansätze wie minimalinvasive Verfahren oder innovative Therapien während der Operation sind die Kliniker unerlässlich, weil sie als Einzige direkten Kontakt zum Tumor haben und dadurch gezielte Behandlungen unmittelbar anwenden können. Bei Jenny Kienzler vereinen sich diese beiden Rollen in einer Person.

PSYCHOLOGIE

Endlich gesund leben

Seinen Lebensstil zu ändern und mehr für die Gesundheit zu tun, ist anspruchsvoll. Urte Scholz untersucht, wie das gelingen kann. Was die Forschung der Sozial- und Gesundheitspsychologin zeigt: Paare können sich dabei gegenseitig helfen.



Es braucht einen Plan und Unterstützung: Partner können sich motivieren, ihr

Text: Simona Ryser
Illustration: Anna Sommer

Wie oft haben Sie schon mit Ihrem inneren Schweinehund gekämpft? «Wau», hat meiner lapidar geoinkt, als ich wieder mal das Morgentraining fallen liess, obwohl ich mir doch so fest vorgenommen hatte, täglich eine Runde im Wald zu joggen. Will man sein Verhalten verändern, braucht das Zeit. Man muss mit Rückschlägen rechnen und damit umgehen lernen, sagt Sozial- und Gesundheitspsychologin Urte Scholz. «Das ist ein Lernprozess – so, als würde man eine neue Sprache lernen.» Die guten Vorsätze, die man jährlich am Silvester, das Cüpli in der Hand, mit glänzenden Augen und vielleicht einer ein kleines bisschen schweren Zunge dem Liebsten ins Ohr flüstert, während draussen die Feuerwerksraketen knallen, klingen verheissungsvoll. Endlich weniger Alkohol, weniger Süssigkeiten, kein Gipfeli und keine Bratwurst mehr, überhaupt weniger Fleisch, aktiv sein (wir werden jedes Wochenende über Stock und Stein wandern), täglich ins Gym, genug schlafen und – natürlich – nie, nie, nie mehr rauchen. Der Liebste nickt mit schweren Augenlidern und wir drehen noch eine Runde zu «Bésame mucho».

Und tatsächlich gelingt der Januar noch ganz gut. Die Vorsätze sind noch frisch und auch die Läden unterstützen uns einfallsreich mit Veganuary und Dry Januar, wo wir viel Geld ausgeben können für neuartige Lebensmittel und Getränke. Allmählich aber holt uns dann der Alltag ein. Spätestens im Februar ist alles wieder vergessen. Schon am Montag raucht die Liebste ihre Zigi zum Feierabendbier und er hat am Morgen vor lauter Übermüdung gar ein zweites Gipfeli verschlungen. Am Abend gibt es Bratwurst mit Rösti, weil es draussen halt kalt ist. Und apropos Joggingrunde: Bewegt habe nicht ich mich, sondern die Umwelt, als sie am Tramfenster grau und trist an mir vorbeizog. Urte Scholz lächelt sanft. Man müsse Milde walten lassen und dürfe nicht zu streng sein, erklärt sie. Mit Dogmen und Vorsätzen allein kommt man nicht weit. «Es braucht einen Plan», sagt die Gesundheitspsychologin.

Gefährlicher Bewegungsmangel

Eigentlich wissen wir ja zur Genüge, was es für ein gesundes Leben braucht: Nicht rauchen, ausgewogene Ernährung, wenig Alkohol, körperliche Aktivität, ausreichend Schlaf und Erholung sind die

Verhalten zu ändern.

wichtigsten Faktoren, die nicht nur jede medizinische Praxis, sondern auch Lifestylerubriken und -feeds empfehlen.

Aber ist unser Lifestyle denn so ungesund? Ist es tatsächlich relevant, mit welchen schlechten Gewohnheiten wir durchs Leben gehen? Oh ja. Hier nicken mit Urte Scholz auch das Bundesamt für Gesundheit und die WHO mit. Die häufigste Todesursache weltweit sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen, laut WHO sind es jährlich etwa 13,9 Millionen Menschen, die an solchen Krankheiten sterben. In der Schweiz sind es über 20000 Personen, was etwa einem Drittel der jährlichen Todesfälle entspricht – gefolgt von Atemwegserkrankungen, Krebs und Diabetes. Das BAG nennt den Bewegungsmangel als einen der wichtigsten Faktoren, die zu Krankheit und Leid führen können – und sehr hohe Gesundheitskosten mit sich bringen, die die ganze Gesellschaft mittragen muss.

Individuelle Gesundheitsberatung

«Tatsächlich sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen, abgesehen von gegebenen Faktoren wie Alter, Geschlecht und Genetik, sehr stark von unserem Lebensstil abhängig», sagt Urte Scholz. Das gilt auch für den erworbenen Diabetes Typ 2, der immer mehr auch bei jüngeren, übergewichtigen Menschen festzustellen ist. Insofern sind die Bemühungen um einen gesunden Lebensstil sehr wohl relevant für die körperliche Gesundheit, für ein besseres Wohlbefinden, und sie wirken sich auf die Gesundheitskosten aus.

Studie

Aktiver werden

Sie möchten zusammen mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin körperlich aktiver werden und suchen dabei Unterstützung? Urte Scholz führt an ihrem Lehrstuhl dazu eine Studie durch, für die noch Teilnehmende gesucht werden.

Information und Anmeldung: www.gemeinsam-aktiv.ch

«Leider haben wir kein Gesundheits-, sondern ein Krankheitssystem», sagt die Sozial- und Gesundheitspsychologin. Heute erhält man finanzielle Unterstützung oft erst, wenn die Krankheit da ist. Doch Kranksein ist teurer als Vorsorgen. «Es braucht mehr Prävention und Gesundheitsförderung», ist Scholz überzeugt, «das wäre kostengünstiger.» Einen möglichen Ansatz sieht die Forscherin darin, individuelle Gesundheitsberatung, ein gezieltes Coaching durch den Gesundheitspsychologen oder die Gesundheitspsychologin in die Krankenkassenleistungen zu integrieren. So könnten gefährdete Personen frühzeitig unterstützt und Erkrankungen vermieden werden. Eine solche individuell begleitete Unterstützung wäre zielführender als teure Lifestylekampagnen und vor allem günstiger als die Kosten, für die man im Krankheitsfall aufkommen müsste.

Natürlich sind auch Informationskampagnen wichtig, allerdings müssen sie konstruktiv sein. «Risikokommunikation allein zeigt wenig Effekte», weiss Scholz und erwähnt als Beispiel die Zigarettenpackungen. Menschen, die rauchen möchten, rauchen, auch wenn auf der Packung Schockbilder abgebildet sind und darauf hingewiesen wird, dass Rauchen krebsfördernd ist. Rauchende kennen die Risiken in der Regel. «Deshalb braucht es auch motivierenden Botschaften, die auf die Selbstwirksamkeit setzen», sagt Urte Scholz. Eine Verhaltensveränderung muss mit positiven und motivierenden Effekten verknüpft sein. Der Satz «Du schaffst das! Hier kriegst du Hilfe» mit einem weiterführenden Link ist hilfreicher und konkreter als die alleinige Abschreckung.

Unterstützung von den Liebsten

Aber auch der Liebste kann durchaus behilflich sein, wenn es darum geht, endlich mit dem Rauchen aufzuhören oder körperlich aktiver zu sein. Scholz hat in mehreren Studien gezeigt, dass Liebespaare – das können auch Best Friends oder etwa Eltern-Kind-Beziehungen sein – sich gegenseitig wirksam unterstützen können, wenn es darum geht, ungesunde Verhaltensweisen zu verändern. Schreibt sie ihm beispielsweise in einer SMS: «Denk dran: das Vollkornbrötli statt das Gipfeli … :)» oder er schreibt ihm: «Ich hab für dich ein alkoholfreies Bier kühl gestellt», oder sie schreibt ihr: «Hast du

PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE ZÜRICH

PH ZH

Lehrer:in werden

Quereinstieg für Hochschulabsolvent:innen – Studiengang Quest PH Zürich

Mehr Informationen:
→ phzh.ch/quereinstieg

Infoanlässe am 20. Oktober und 4. Dezember 2025

heute die Treppe statt den Lift benutzt? Check mal deinen Schrittzähler», kann das die Verhaltensveränderung unterstützen.

In einer Interventionsstudie haben Scholz und ihr Team übergewichtige Paare eingeladen, die beide körperlich aktiver werden wollten. Dafür wurde unter den Paaren per Zufallsprinzip jeweils eine Zielperson und eine unterstützende Person definiert, wobei Letztere der Zielperson Textnachrichten mit Hinweisen oder Fragen schickte. Etwa: «Hast du heute dein Gymnastikprogramm gemacht, wie du dir das vorgenommen hast?» Die Aktivitäten wurden mit Bewegungsmessern überprüft. Tatsächlich waren diese Paare körperlich aktiver als jene in der Kontrollgruppe ohne SMS-Unterstützung.

Interessiert hat Scholz auch, was passiert, wenn Partner ihre Angetrauten in ihrer Verhaltensveränderung nicht nur unterstützen und motivieren, sondern aktiv versuchen, deren Verhalten zu kontrollieren und zu beeinflussen. Das kann gut funktionieren, solange es positiv ist, sagt Scholz. Zum Beispiel wenn es darum geht, mit dem Rauchen aufzuhören, und die Freundin schreibt: «Super hast du heute nur sieben statt zehn Zigaretten geraucht! Versuch morgen auf fünf zu reduzieren.» Tatsächlich waren Paare, die zwar kontrollierend, aber auf eine motivierende Weise kommuniziert haben, erfolgreicher. Weniger erfolgversprechend ist, Druck auszuüben. Sagt der Partner nämlich: «Wenn du mich wirklich liebst, kannst du auch mit dem Rauchen aufhören», kann das eine Trotzreaktion auslösen, sagt Scholz. Das löst schlechte Gefühle und Widerstand aus.

Sich besser fühlen

Keinen Alkohol, keine Schokolade, nicht mehr rauchen – ein gesundes Leben scheint mit Verzicht und Askese zusammenzuhängen. Wo bleibt da der Genuss? Scholz lächelt und schüttelt den Kopf. So sollte es nicht sein. «Das neue Verhalten soll positiv besetzt sein», sagt die Psychologin. Das Mehr an Bewegung soll Freude bereiten. Es muss die richtige Sportart sein, vielleicht ist es nicht das Joggen, sondern ein flotter Fussmarsch mit einer Freundin durch den Wald. Die Vorteile und Freiheiten, die man gewinnt, wenn man nicht mehr raucht oder weniger trinkt, sollen im Vordergrund stehen, ein besseres Körpergefühl zum Bespiel. Auch Urte Scholz hat ihre kleinen ungesunden Laster, gesteht sie. Sie isst gerne Süsses. Solange sie nur eine Reihe und nicht gleich die ganze Tafel Schokolade verschlingt, ist das auch in Ordnung. Diese geniesst sie dann um so mehr.

Prof. Urte Scholz, urte.scholz@psychologie.uzh.ch

Gesünder leben

Positiv denken, Erfolge sichtbar machen

Wie gelingt es, das eigene Verhalten erfolgreich zu verändern? Sozial- und Gesundheitspsychologin Urte Scholz erklärt, was es dazu braucht:

1. Bewusstsein: Das Verhalten zu ändern, ist ein Lernprozess

Oft scheitert ein guter Vorsatz – etwa täglich zu joggen – an den eigenen Ansprüchen. «Ich bin halt nicht so diszipliniert», sagt man sich vorschnell. Dabei geht vergessen, dass das erstrebte Verhalten schrittweise erlernt werden muss. Rückschläge gehören dazu.

2. Planen

Planen Sie konkret, wann Sie Ihr Vorhaben jeweils umsetzen möchten, und machen Sie einen Kalendereintrag mit Reminder. Etwa montags Joggen um 18.30 Uhr. Halten Sie einen Plan B bereit. Zum Beispiel: Falls es regnet, Joggen mit Regenkleidung oder ins Gym ausweichen.

3. Selbstwirksamkeit

Sie trauen es sich nicht zu, Ihr Gesundheitsverhalten zu ändern? Setzen Sie sich kleine, erreichbare Ziele und feiern Sie Ihre Erfolge. Oder führen Sie sich vor Augen, was Sie in diesem oder einem ähnlichen Bereich früher schon einmal geschafft haben. So steigern Sie Ihre Selbstwirksamkeit, Ihr Vertrauen in sich selbst, die Veränderung auch angesichts von Schwierigkeiten schaffen zu können.

4. Positiv denken

Das gewünschte Verhalten und der Veränderungsprozess sollen positiv besetzt sein. Die Freude an der Bewegung oder der Stolz, den Tag rauchfrei gemeistert zu haben, die Zufriedenheit, sich etwas Gutes zu tun, der besondere Genuss, sich auch mal eine Süssigkeit zu gönnen, sollen im Vordergrund stehen.

5. Selfmonitoring

Überprüfen Sie, wie viel Sie sich bewegt haben (beispielsweise mit dem Schrittzähler auf dem Smartphone) oder listen Sie auf, was Sie Gesundes gegessen haben. Das schafft mehr Bewusstsein und Kontrolle über das eigene Verhalten und macht Erfolge sichtbar.

6. Soziale Unterstützung

Finden Sie Gleichgesinnte, die Sie in Ihrer Verhaltensveränderung unterstützen. Das kann die gemeinsame Veränderung des Verhaltens sein oder die freundliche SMS, die an die Vorsätze erinnert oder nachfragt, wie es läuft. Oder auch der Trost bei Rückschlägen, hilfreicher Austausch über Schwierigkeiten oder die geteilte Freude über erzielte Erfolge.

STA

WAS UNS ARK MACHT

Krisen, Stress und Resilienz

Die unberechenbare Wirtschaftspolitik der USA; Stress, der unseren Körper zeichnet; überfordernde Reizüberflutung in Städten; Überschwemmungen und Bergstürze; Wohnungsknappheit in Zürich und anderswo; Lehren aus der spätantiken «Völkerwanderung»: Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler an der UZH analysieren Krisen und Stress und sie erforschen, was Menschen und Gesellschaften widerstandsfähiger macht.

Illustrationen: Cornelia Gann

Auf dem Seil tanzen

Chronischer Stress bringt Körper und Psyche ins Ungleichgewicht und hat gravierende Folgen für die Gesundheit. Wie das passiert, untersucht ein interdisziplinäres Team an der UZH. Und es erforscht, was uns stark macht gegen Stress.

Text: Roger Nickl

Wir brauchen Stress – nicht immer, aber immer wieder. Morgens vor dem Aufstehen etwa steigt der Cortisolspiegel in unserem Körper jeweils an. Und er schnellt in die Höhe, wenn wir später aufs Tram rennen müssen, weil wir wieder einmal spät dran sind. Das Stresshormon Cortisol mobilisiert die Energie, die wir brauchen, um im Alltag leistungsfähig zu sein. Wenn wir dann nach dem Spurt aufs Tram gemütlich ins Büro zuckeln, fährt der Körper die Produktion von Stresshormonen wieder runter und wir entspannen uns.

Anders sieht es aus, wenn wir chronisch gestresst sind. Dann rennen wir quasi ununterbrochen aufs Tram. Der Körper läuft angetrieben durch Stresshormone, zu denen neben Cortisol auch Adrenalin und Noradrenalin gehören, ständig auf Hochtouren. Oder belastende Gedanken drehen sich wie ein nimmermüdes Karussell unaufhörlich im Kopf. Die notwendigen Entspannungspausen bleiben dagegen aus. Das geht im schlimmsten Fall so lange, bis wir total ausgebrannt sind und zusammenbrechen – das ist dann der viel zitierte Burnout. So weit kommt es trotz Dauerstress längst nicht immer. Tatsache ist aber, dass sich in der Schweiz viele Menschen unter Druck fühlen. Gemäss der in diesem Jahr veröffentlichen, repräsentativen Health-Forecast-Studie des Krankenversicherers Sanitas ist rund ein Viertel der Schweizerinnen und Schweizer oft gestresst – bei den unter 30-Jährigen sind es sogar 40 Prozent.

Viele fühlen sich unter Druck

Die Stresswahrnehmung in der Bevölkerung ist seit der Corona-Pandemie deutlich gestiegen, sind sich auch Birgit Kleim, Isabelle Mansuy und Christian Ruff einig. Die Gründe dafür sind vielfältig. «Die Pandemie hat uns für die eigene Verletzlichkeit sensibilisiert», sagt Psychologin Birgit Kleim, die gemeinsam mit der Neurobiologin Isabelle Mansuy das Flagship-Forschungsprojekt STRESS leitet, «und Corona hat dazu geführt, dass das Sprechen über Stress und andere psychische Belastungen enttabuisiert wurde.» Aktuell kommt hinzu, dass die unsichere Weltlage – Kriege, Naturkatastrophen und Klimawandel – viele, vor allem auch jüngere Menschen beschäftigt und belastet. «Sehr belastend sind auch häusliche Gewalt und psychische und physische Misshandlungen, die in allen sozialen Schichten vorkommen», betont Isabelle Mansuy.

Das Forschungsprojekt STRESS, das im Rahmen der Initiative Hochschulmedizin Zürich lanciert wurde, hat sich zum Ziel gesetzt, interdisziplinär die biologischen, neurologischen und psychischen Mechanismen von Stress besser zu verstehen. In einem nächsten Schritt wollen die daran beteiligten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler herausfinden, was Menschen resilienter, also widerstandsfähiger gegen Stress macht.

Das Projekt verbindet Grundlagenforschung mit der Entwicklung von praktischen Anwendungen – etwa verbesserten Diagnoseverfahren, Trainingsapps oder neuen Therapiekonzepten, die uns helfen sollen, besser mit Stress umzugehen, oder noch besser, Dauerstress erst gar nicht aufkommen zu lassen. «Wir wollen Interventionen ermöglichen, bevor Probleme erst entstehen und positive Dinge – Lebensfreude, Vitalität und Energie – stärken», sagt Neuroökonom Christian Ruff. Denn Dauerstress kann gravierende Folgen für unsere Gesundheit haben – er kann unter anderem zu Depressionen, Angststörungen oder Herz-Kreislauf-Problemen führen.

Negative Situationen neu bewerten

Die Wissenschaft weiss bereits einiges darüber, was Menschen widerstandsfähiger gegen Stress macht. Dazu gehören eine optimistische Lebenseinstellung, die Fähigkeit, seine Emotionen zu regulieren, das Gefühl, selbstwirksam zu sein, die Kompetenz, Probleme zu lösen, und das Vermögen, auch negativen Situationen zuweilen etwas Positives abzugewinnen. Die Psychologie spricht in diesem Zusammenhang von «positive reappraisal», also von einer positiven Neubewertung.

Konkret bedeutet das beispielsweise: Wenn ich das Tram, auf das ich am Morgen gerannt bin, verpasse und es deshalb nicht rechtzeitig an die Sitzung schaffe, laufe ich Gefahr, mich dem aufkommenden Stress auszuliefern. Ich schaue dann nervös und im Minutentakt auf die Uhr, raufe mir die Haare und rege mich darüber auf, dass der öffentliche Verkehr in Zürich so langsam ist. Besser ist dagegen, die Verspätung zu akzeptieren und die Zeit zu nutzen, um etwas Sinnvolles zu machen: zum Beispiel schon einmal die E-Mails checken, die geplante Präsentation nochmals durchgehen, Ideen für das laufende Projekt sammeln oder einfach gut durchatmen und die milde Morgenluft geniessen im Wissen darum, dass die Welt wegen einer Verspätung nicht untergeht. Das ist dann eben die positive Neubewertung – und eine gelungene Stressbewältigung.

Die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren, ist ein zentraler Faktor für Resilienz und einen positiven Umgang mit Stress. Dies hat die Forschung an der UZH gezeigt. «Resiliente Menschen zeichnen sich durch kognitive und emotionale Flexibilität aus», sagt Neurowissenschaftler Christian Ruff, «also durch das Vermögen, sich in Stressmomenten situativ optimal anzupassen und sich danach möglichst rasch wieder ins Lot zu bringen.» Wie Seiltänzerinnen und -tänzer gelingt es ihnen, sich möglichst gut im Gleichgewicht zu halten, Unsicherheiten wirkungsvoll auszubalancieren und so sich auf dem Seil zu halten, ohne abzustürzen. «Viele denken, Resilienz sei ein bestimmtes Merkmal einer Person oder es gebe gar eine Resilienz-Gen. Das ist aber unwahrscheinlich – wir gehen eher davon aus, dass es ebendiese Anpassungsfähigkeit in Stressmomenten ist», sagt auch Birgit Kleim. Wie sich diese Fähigkeit im Hirn manifestiert und welche Folgen das hat, haben Kleim und Ruff zusammen experimentell erforscht.

Resilienztraining mit Neurofeedback

In einer Studie, die sie gemeinsam mit dem Neuroökonomen Marcus Grüschow gemacht haben, haben Kleim und Ruff Medizinstudierende der UZH im Praktikumshalbjahr auf der Spital-Notaufnahme unter die Lupe genommen. «Man muss sich das so vorstellen: Die Studierenden büffeln zuerst zwei Jahre lang Theorie, dann stehen sie plötzlich im Operationssaal der Notfallstation, wo ein schwerverletzter Patient liegt», sagt Christian Ruff, «das ist ein massiver Stress.» Die Forschenden wollten nun herausfinden, wie gut Studierende mit diesem Stress umgehen können und inwiefern dies durch Merkmale der Informationsverarbeitung im Gehirn erklärt oder sogar vorhergesagt werden kann. Deshalb machten sie vor dem Praktikumsstart mit den Versuchsteilnehmenden einen Stresstest im Labor. Während die angehenden Ärztinnen und Ärzte in einem funktionellen Magnetresonanztomografen lagen, der die Aktivitäten in ihrem Hirn aufzeichnete, wurden sie mit teils widersprüchlichen emotionalen Informationen konfrontiert, die sie verarbeiten mussten. Interessiert haben sich Kleim, Grüschow und Ruff dabei für Aktivitäten in einer ganz bestimmten Region unseres Hirns – dem im Hirnstamm liegenden Locus-Coeruleus-Norepinephrin-System (LC-NE).

«Wenn wir in einer Belastungssituation oder in einem Konflikt sind, schüttet dieses System den Neurotransmitter Noradrenalin aus», sagt Christian Ruff, «das ist sozusagen unser körpereigenes Koffein.» Evolutionsbiologisch betrachtet stellt Noradrenalin unseren Körper auf Kampf ein: Es weitet die Pupillen, erhöht Blutdruck und Herzfrequenz, es schärft unsere Wahrnehmung und unsere Aufmerksamkeit. Wie stark das LC-NE-System auf eine Belastung reagiert, ist aber von Person zu Person unterschiedlich. Die Studie zeigte, dass Studierende, bei denen das LC-NE-System beim Test im Labor intensiver und länger anhaltend auf Konflikte reagierte, nach dem Praktikum auf der Notfallstation häufiger über Angst- und Depressionssymptome berichteten. Im Gegensatz dazu hatten ihre Kolleginnen und Kollegen, deren LC-NE-System flexibler auf die im Hirnscanner simulierte Konfliktsituation reagierten, weniger Mühe damit, längerfristig mit dem Stress klarzukommen. «Wo sich das Gehirn flexibler an die Anforderungen anpassen und regulieren konnte, ist die Resilienz stärker ausgeprägt», sagt Neuroökonom Ruff. Damit haben die Forschenden ein mögliches biologisches Mass gefunden, mit dem sich die Stressresilienz einer Person schon vor einer möglichen Krise erkennen lässt – aber nicht nur das. Die Erkenntnis aus dem Labor eröffnet auch neue Perspektiven für ein praktisches Training, das die Widerstandsfähigkeit gegen Stress unterstützt.

«Denn über die Veränderungen der Pupillen, die mehr oder weniger gross sein können, lässt sich von aussen erkennen, wie stark das Erregungssystem in unserem Hirn aktiviert ist», sagt Psychologin Birgit Kleim. Das lässt sich für ein Neurofeedback-Training nutzen, bei dem Personen spielerisch lernen, das Stress-Erregungssystem in ihrem Hirn selbst zu regulieren und damit ihre Resilienz zu fördern. Dazu wurden aus dem Flagship-Projekt heraus bereits zwei Start-up-Firmen gegründet, die sich zum Ziel gesetzt haben, solche Trainingstools zur Marktreife weiterzuentwickeln.

«Resiliente Menschen zeichnen sich durch kognitive und emotionale Flexibilität aus – das Vermögen, sich in Stressmomenten optimal anzupassen und sich danach rasch wieder ins Lot zu bringen.» Christian Ruff, Neuroökonom

Aus dem Alltag lernen

Das ist erst der Anfang. Künftig wollen die Forschenden ihre Flexibilitätshypothese mit weiteren Experimenten im Labor untermauern, die beispielsweise stressige soziale Interaktionen, finanzielle Entscheide oder unsichere Wahrnehmungssituationen simulieren. «Uns interessiert beispielsweise, ob Versuchspersonen unter Stress Unsicherheit ganz anders verarbeiten als im Normalzustand», sagt Christian Ruff, «wir vermuten, dass Personen, die prinzipiell flexibel reagieren, dies auch im Ausnahmezustand tun und entsprechend resilienter sind.» Ob das tatsächlich so ist, wird sich zeigen.

Die Wissenschaftler:innen der UZH untersuchen die Rolle, die flexibles Verhalten bei der Stressbewältigung spielt, nicht nur im Labor, sondern zusammen mit dem Resilienzforscher George Bonanno von der New Yorker Columbia

auch im Alltag. «Mit Hilfe von Smartphones können wir am Leben unserer Versuchspersonen teilnehmen», sagt Birgit Kleim, «wir fragen sie regelmässig nach Stresssituationen und wie sie darauf reagiert haben.»

Und die Forschenden erfassen, wie es den Studienteilnehmenden nach einem stressigen Erlebnis später im Tagesverlauf oder am nächsten Tag geht. Auf diese Weise lernen die Wissenschaftler:innen aus Zürich und New York aus dem praktischen Leben, was Menschen gegen Stress stark macht. Die Daten und Analysen von solchen positiven Bewältigungsstrategien aus dem richtigen Leben sollen später in Verhaltenstrainings einfliessen, in denen Menschen individuell, je nach ihren persönlichen Herausforderungen und Lebensumständen, neue Strategien im Umgang mit Stress einüben können.

Denn objektiven Stress gibt es nicht: Wie Belastungen wahrgenommen werden, hängt stark von der einzelnen Person ab – von ihrer Biologie, aber auch von ihrer Biografie und ihrem Umfeld. Entsprechend individuell sollten auch Trainingsapps oder verhaltenstherapeutische Interventionen sein, die die Resilienz fördern. Um im Bild zu bleiben: Das Seiltanzen muss jeder und jede für sich selbst lernen.

«Chronischer Stress kann unseren ganzen Körper negativ beeinflussen – Gehirn, Immunsystem, Herz-Kreislauf, Blutbild, Knochenqualität und Mikrobiom.» Isabelle Mansuy, Neurobiologin

Menschen und Mäuse

«Geht es um Stress und Resilienz, spielt die Selbstwahrnehmung eine zentrale Rolle», sagt Isabelle Mansuy, «Menschen reagieren ganz unterschiedlich auf die gleichen Ereignisse.» Ganz verschieden sind auch die langfristigen gesundheitlichen Auswirkungen, die permanenter Stress hat. Genau diese problematischen Folgen erforscht die Neuroepigenetikerin. «Chronischer Stress kann unseren ganzen Körper negativ beeinflussen – Gehirn, Immunsystem, Herz-Kreislauf, Blutbild, Knochenqualität und Mikrobiom», sagt Mansuy.

Denn, so zeigt die Forschung der Neurobiologin, Dauerstress verändert unsere epigenetische Signatur – also die biologische «Steuerungssoftware» unserer Genome und damit die Art und Weise, wie Gene aktiviert oder gehemmt werden. Für ihre Studien macht Isabelle Mansuy vor allem Laborexperimente mit Mäusen. Und sie vergleicht ihre Resultate mit Humanstudien. «Menschen und Mäuse sind zwar sehr unterschiedliche Lebewesen», sagt die Neuroepigenetikerin, «in vielem sind sie sich aber auch ähnlich – so gibt es etwa für Stress und Resilienz viele biologische Marker, die vergleichbar sind.»

Mansuys wissenschaftliche Arbeit im Mausmodell macht unter anderem deutlich, welch verheerende Folgen andauernder Stress in der frühen Kindheit langfristig haben kann. Diesen können beispielsweise instabile sozialen Beziehungen, Missbrauch und Vernachlässigung, aber auch physische und verbale Gewalt auslösen. «Die gesundheitlichen Folgen schwieriger Lebensumstände – etwa Depressionen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder problematisches Risikoverhalten – zeigen sich oft viel später im Leben», sagt Isabelle Mansuy, «viele Kinder bleiben deshalb undiagnostiziert.»

Stressfolgen können vererbt werden

Die Neuroepigenetikerin hat auch herausgefunden, dass die negativen gesundheitlichen Konsequenzen von chronischem Stress bei Mäusen nicht nur die direkt Betroffenen zu spüren kommen, sondern auch ihre Nachkommen. Denn die stressbedingten, epigenetischen Veränderungen können vererbt werden. Damit wird auch das Risiko, im Verlauf des Lebens an bestimmten Leiden zu erkranken, von einer Generation an die nächste weitergegeben. Genauso könnte aber auch die Resilienz gegenüber bestimmten Krankheiten epigenetisch vererbt werden. Denn lange nicht alle Menschen, die Dauerstress ausgesetzt sind oder waren, entwickeln später auch stressbedingte Krankheiten.

«Die epigenetische Vererbung von Stresseffekten ist ein ganz neues Konzept, das in der Wissenschaft noch wenig untersucht ist», sagt Mansuy, die zu den Pionier:innen auf diesem Forschungsgebiet gehört. In Zukunft will die Neurobiologin mehr über die epigenetischen Mechanismen in Erfahrungen bringen. Und sie will weiter analysieren, welche Rolle sie bei den langfristigen negativen Folgen von massiven Stresserfahrungen spielen, aber auch beim Aufbau von Widerstandsfähigkeit gegen sie. Eines der Ziele ist die Prävention. So werden zurzeit diagnostische Bluttests erforscht, mit denen sich Risiken für stressbedingte Folgeerkrankungen frühzeitig erkennen und minimieren lassen. Und so fügt die Forschung der Neuroepigenetikerin einen weiteren wichtigen Puzzlestein zum umfassenden Bild hinzu, das die interdisziplinäre Forschung zu Stress und Resilienz zeichnet. Und sie gibt neue Impulse, um praktische Anwendungen zu entwickeln, mit denen unsere Widerstandsfähigkeit gezielt und individuell gefördert werden kann. Damit wir besser im Gleichgewicht bleiben.

Prof. Birgit Kleim, b.kleim@psychologie.uzh.ch
Prof. Isabelle Mansuy, mansuy@hifo.uzh.ch, imansuy@ethz.ch
Prof. Christian Ruff, christian.ruff@econ.uzh.ch

ZKB Banking Young
macht's einfach.
Mehr Banking für Junge: Mit Konto, Karte und ZKB Nachtschwärmer für CHF 0.–
Jetzt eröffnen und profitieren
zkb.ch/young
Zürcher Kantonalbank

Trumps Abrissbirne

Die Trump-Regierung will die US-Wirtschaft stärken und Industriejobs zurückholen. Tatsächlich tut sie in vielen Bereichen das Gegenteil von dem, was die Wirtschaft stark und widerstandsfähig macht.

Text: Thomas Gull

US-Präsident Donald Trump ist überzeugt, dass die USA von anderen Staaten wirtschaftlich über den Tisch gezogen werden. Den Beweis dafür sieht er in den Handelsbilanzdefiziten der Vereinigten Staaten mit vielen dieser Länder. Abhilfe schaffen will Trump, indem er auf die Produkte aus diesen Ländern hohe Zölle schlägt. Damit möchte der US-Präsident erreichen, dass die US-Wirtschaft gestärkt, mehr Güter in den USA hergestellt und Arbeitsplätze geschaffen werden. Doch Trumps Politik enthält viele der Zutaten, die die Wirtschaft schwächen und eine Wirtschaftskrise auslösen oder verstärken können. Die aktuelle Politik der US-Regierung bietet deshalb Anschauungsmaterial, um zu erklären, was eine Wirtschaft resilient und krisenfest macht beziehungsweise was sie schwächt und anfällig macht für Krisen. Eine Analyse in fünf Kapiteln mit den UZH-Ökonomen Thorsten Hens, Steven Ongena und Ralph Ossa.

1. Vertrauen und stabile Institutionen

Was gut ist für die Wirtschaft: Vertrauen und stabile Institutionen schaffen Investitions- und Planungssicherheit.

Was die USA tun: Sie untergraben das Vertrauen in sie, ihre Führungsrolle und in internationale Organisationen wie den Internationalen Währungsfonds (IMF), die Weltbank oder die WTO.

Vertrauen ist der unverzichtbare Kitt und das Schmiermittel für persönliche Beziehungen genauso wie für die Wirtschaft und die Gesellschaft. Die US-Regierung von Donald Trump hat in den ersten Monaten im Amt bereits sehr viel davon zerstört durch ihr erratisches Verhalten, beispielsweise mit willkürlichen Zöllen. Die Finanzmärkte als wichtiger und unbestechlicher Indikator für das Vertrauen in die Wirtschaft und die Wirtschaftspolitik einer Regierung haben bereits darauf reagiert, wie UZH-Ökonomieprofessor Thorsten Hens diagnostiziert: «Die Kurse der US-Aktien wurden nach unten angepasst, der Dollar hat gegenüber dem Schweizer Franken an Wert verloren und es ist viel Geld aus den Vereinigten Staaten in andere Länder abgeflossen.» Dieses werde auch so bald nicht wieder zurückkehren, prognostiziert Hens, denn das Vertrauen in die US-Regierung sei weg. «Und wie wir wissen, ist Vertrauen viel schneller zerstört als aufgebaut.»

Eine wichtige Rolle beim Verlust von Vertrauen in die USA spielt die Tatsache, dass das Land nicht mehr bereit ist, seine Führungsrolle wahrzunehmen und die damit verbundenen Kosten zu tragen. «Die USA waren unverzichtbar. Sie haben ein Imperium aufgebaut, das darauf basierte, dass jene, die dazugehörten, von gewissen Leistungen profitieren konnten, die die USA erbracht haben – das gilt etwa für die europäischen Staaten oder die Mitglieder der Nato», sagt UZH-Ökonomieprofessor Steven Ongena, «jetzt geben die Vereinigten Staaten diese Rolle auf. Das ist ein Schock. Und wir stehen erst am Anfang dieser Entwicklung.»

Der Rückzug der USA ist fatal, weil das Vertrauen in ihre Führungsrolle und ihre Verlässlichkeit essenziell war, um die globalen Finanz- und Handelssysteme zu stabilisieren. «Vertrauen macht diese Systeme widerstandsfähig», erklärt Ongena. Das gilt insbesondere für das globale Finanzsystem, dessen Fragilität die Krise von 2007/2008 offenbart hat. Im Nachgang wurden weltweit koordiniert Regulierungen erlassen, die etwa dazu geführt haben, dass die Banken besser kapitalisiert sind. Das habe während der Covid-Pandemie ganz gut funktioniert, sagt Ongena, das globale Finanzsystem bestand diesen Härtetest.

Eine zentrale Rolle spielt das Vertrauen in die grossen Nationalbanken und die Europäische Zentralbank. Sie müssen im Notfall eingreifen. In der Vergangenheit war das der Fall. Doch wird man sich in Zukunft darauf verlassen können, dass die grösste Zentralbank, die amerikanische Federal Reserve (FED), einspringt? «Wir wissen es nicht», sagt Steven Ongena. Die FED steht unter massivem Druck der Trump-Regierung, ihr genehme Entscheide zu fällen und beispielsweise die Zinsen zu senken. Im Moment widersteht FED-Präsident Jerome Powell diesem Druck noch. Doch Trump kann ihn spätestens im nächsten Jahr durch eine voraussichtlich willfährigere Person ersetzen. Das würde das Vertrauen in die FED weiter untergraben.

Dasselbe gilt für den Internationalen Währungsfonds, die Weltbank und die WTO. Dort spielen die USA eine wichtige Rolle. Wenn sie nicht mehr mitmachen oder sich querstellen, verlieren diese Organisationen an Bedeutung und Einfluss. «Das ist sehr problematisch», sagt Steven

Ongena, «denn was wir eigentlich brauchen würden, wäre eine globale Führung und Steuerung der Finanzmärkte und des globalen Handels.» Das erscheint im Moment noch unrealistischer als zuvor.

2. Offene Märkte und internationaler Handel

Was gut ist für die Wirtschaft: Der globale Handel und die weltweite Konkurrenz schaffen Anreize für Firmen, gute und günstige Produkte anzubieten.

Was die USA tun: Sie schützen ihre Wirtschaft mit hohen Zöllen. Das schwächt die Konkurrenz und verteuert die Produkte für die Konsument:innen in den USA.

Die USA haben mit ihren Zöllen einen Handelskrieg mit der ganzen Welt angezettelt. Um etwas Vergleichbares zu finden, muss man in den Geschichtsbüchern bis 1930 zurückblättern. Damals erliessen die USA das «Smoot-Hawley»-Zollgesetz, benannt nach den beiden US-Parlamentariern, die es initiierten, Reed Smoot und Willis C. Hawley. Mit dem Gesetz wurden die Zölle für mehr als 20 000 Produkte auf ein Rekordniveau gehoben. Ziel war, die US-Wirtschaft vor ausländischer Konkurrenz zu schützen. Der Erfolg war ebenso durchschlagend wie verheerend: Die Importe in die USA sanken bis 1933 um 66 Prozent. Gleichzeitig fielen die Exporte um 61 Prozent. Weil das Gesetz zu Gegenzöllen und weiteren protektionistischen Massnahmen in anderen Ländern führte, ging der Welthandel um 60 Prozent zurück, was die Weltwirtschaftskrise verschärfte.

«Der Handelskrieg in den 1930er-Jahren hatte eine andere Grössenordnung als heute, weil sich der aktuelle Handelskrieg auf die Handelsbeziehungen mit den USA beschränkt», sagt Ralph Ossa. Der UZH-Ökonomieprofessor war bis Ende Juni Chefökonom der Welthandelsorganisation WTO. Ossa hat 2014 eine Studie veröffentlicht, in der er Handelskriege simulierte. «Damals wurde mir gesagt: Das ist eine interessante Abhandlung. Aber Handelskriege in dieser Art wird es nicht mehr geben, weil wir aus der Krise der 1930er-Jahre gelernt haben.» Als unrealistisch abgetan wurde auch, dass ein solcher Handelskrieg zu Zöllen von 30 bis 60 Prozent führen könnte, wie von Ossa modelliert. «Ich habe das selber auch als hoch empfunden», sagt er rückblickend, «doch jetzt freuen wir uns, wenn die Zölle nur 15 Prozent betragen wie für die EU und nicht 39 Prozent wie für die Schweiz. Das ist wirklich unfassbar.»

Die US-Zölle führen dazu, dass die Produkte für die Konsumentinnen und Konsumenten in den USA teurer werden. Viele werden wohl gar nicht mehr importiert, weil sie zu teuer sind. Die Zölle und die dadurch ausgelösten Probleme in den Handelsketten und die Kostensteigerungen werden die US-Wirtschaft bremsen, ist UZH-Ökonom Steven Ongena überzeugt. Zölle und andere Handelsbarrieren sind Gift für die Wirtschaft. Sie werden voraussichtlich dazu führen, dass die eigentlich robuste US-Wirtschaft in eine Rezession schlittert. Es könnte auch zu einer weltweiten Rezession kommen.

Für Ralph Ossa ist klar, was das Gegengift ist, das die Wirtschaft widerstandsfähig gegen Krise macht: der offene, multilaterale Handel, für den auch die WTO einsteht. Covid war hier die Probe aufs Exempel. «In der Schweiz sind wir nur so gut durch die Pandemie gekommen, weil wir die Produkte, die wir dringend brauchten, wie etwa Masken und Beatmungsgeräte, später dann auch die Impfungen, auf dem globalen Markt besorgen konnten», sagt Ossa. Deshalb sei es wichtig, ein breites, gut diversifiziertes Netz an Handelspartnern zu haben. «Wir leben in einer riskanten Welt, wo wir uns auf einzelne Handelspartner nicht unbedingt verlassen können. Deshalb ist es wichtig, mehrere Optionen zu haben. Diversifizierung ist immer eine gute Antwort auf Risiken, das gilt auch für den Handel.»

3. Flexibilität und Dynamik

Was gut ist für die Wirtschaft: Die Wirtschaft ist dynamisch und kann sich rasch an neue Gegebenheiten anpassen, vorausgesetzt, die gesetzlichen Rahmenbedingungen lassen das zu und die Konkurrenz spielt.

Was die USA tun: Sie verfolgen eine rückwärtsgewandte Wirtschaftspolitik mit protektionistischen Massnahmen und dem Ziel, veraltete Industrien wiederzubeleben.

Die protektionistischen Massnahmen wie die hohen Zölle werden der US-Wirtschaft nicht helfen, sondern ihr schaden, sagt UZH-Ökonomen Thorsten Hens: «Die Trump-Regierung versucht, das Rad zurückzudrehen und das Land zu reindustrialisieren. Das ist ein Holzweg.» In den USA beispielsweise wieder mehr Stahl und Kohle zu produzieren, mache keinen Sinn, sagt Hens. «Die USA sollten nach vorne schauen und auf Innovation setzen. Dort sind sie in vielen Bereichen schon sehr stark.» Statt vergangenen Zeiten nachzutrauern, sollte man auf die Flexibilität der Wirtschaft setzen: «Sie ist ein evolutionäres System, das sich an neue Gegebenheiten anpassen kann.» Das passiere jetzt auch während des US-Handelskriegs – China und Europa, auch die Schweiz, müssten neue Absatzmöglichkeiten für ihre Produkte finden oder diese so herstellen und in die USA exportieren, dass die Zölle möglichst tief sind. Der Finanzmarkt hat bereits reagiert, indem die Portfolios umgeschichtet wurden – weniger US-Aktien – und indem mehr in anderen Ländern investiert wird.

«Resilient zu sein, bedeutet, beweglich zu sein, wie das Schilf, dass im Sturm nachgeben kann, um sich wieder aufzurichten, wenn dieser vorbei ist», so Hens. Das Gegenstück dazu, die trutzige Eiche, ist zwar robust, doch wenn der Sturm zu stark wird, kippt sie um.

In einer Krise müsse man deshalb nicht versuchen, am Altbewährten festzuhalten, oder, noch schwieriger, das Altbewährte wieder zurückzuholen, wie das die US-Regierung gerade versucht, sondern es gelte, «den Strukturwandel zu meistern», wie es Hens formuliert. Der Schweiz ist das in den vergangenen Jahrzehnten gut gelungen. Sie hat grosse Teile der traditionellen Industrie verloren, aber nach wie vor praktisch Vollbeschäftigung und eine dynamische und innovative Wirtschaft. Eine grosse Chance für die Schweiz sieht Hens in der Blockchain-Industrie, wo sie

führend ist. Und es werden mehr hochkarätige Wissenschaftler:innen aus den USA nach Europa kommen, was die Innovation beflügeln dürfte.

4. Finanzieller Spielraum dank tiefer Verschuldung

Was gut ist für die Wirtschaft: Wenn die Staaten wenig verschuldet sind, haben sie mehr Spielraum, um in einer Krise wie etwa einer Pandemie der Wirtschaft vorübergehend unter die Arme zu greifen.

Was die USA tun: Mit der «Big Beautiful Bill» bläht die Trump-Regierung die Staatsschulden weiter auf.

Spare in der Zeit, so hast du in der Not, weiss der Volksmund. Das gilt nicht nur für Privatpersonen oder Unternehmen, sondern auch für Staaten. Nur halten sich diese meist nicht daran, wie gerade die USA wieder bewiesen haben, die trotz bereits sehr hoher Verschuldung die Steuern für Reiche senken und ihre Staatsschulden weiter aufblähen.

«Sind die USA bald pleite?», fragte UZH-Ökonom Thorsten Hens im Juni an einem Vortrag für eine Vermögensverwaltungsfirma. US-Finanzminister Scott Bessent hatte kurz zuvor versichert, das werde nie passieren: «Die Vereinigten Staaten von Amerika werden niemals zahlungsunfähig sein.» Mit seinem Auftritt versuchte Bessent die Wogen auf den Finanzmärkte zu glätten, nachdem die Ratingagentur Moody's die Bonität der US-Staatsschulden herabgestuft hatte und die Renditen von langfristigen Staatsanleihen stark gestiegen waren. Steigende Renditen auf seine Anleihen bedeuten für den Staat, dass er bei der Ausgabe neuer Anleihen höhere Zinsen anbieten muss. Der Schuldendienst wird damit teurer.

Genau dieses Szenario droht den USA in diesem Jahr: «Sie müssen einen Drittel der Staatsschuld refinanzieren», sagt Thorsten Hens, das heisst einen Drittel der 36 Billionen, auf denen sie sitzen. Neu hinzu kommen 4,1 Billionen durch den «One Big Beautiful Bill Act» (auch «Big Beautiful Bill»), das umfangreiche Gesetz, das Donald Trump am 4. Juli unterzeichnet hat. Das «schöne» Gesetz zeichnet sich unter anderem durch Steuererleichterungen für Reiche aus. Mit der BBB steigt die Staatsverschuldung der USA mit einem Schlag von 124 auf 137 Prozent des BIP. Zum Vergleich: Die Schuldenquote von Griechenland liegt bei 158, jene der EU bei gut 81 und jene der Schweiz bei 38 Prozent.

«Die USA werden damit in Zukunft noch mehr für die Bedienung der Schulden aufwenden müssen», sagt Hens. Dieses Geld fehlt dann andernorts, etwa in der Bildung, der Gesundheit und dem Sozialwesen, wo das Department of Government Efficiency (DOGE), das von Elon Musk initiiert wurde, bereits den Rotstift angesetzt hat.

Die Zolleinnahmen können relativ zu dem hohen Schuldenberg nur eine kleine Erleichterung bringen, da sie nur mehrere hundert Milliarden Dollar in die Staatskasse spülen. Unter dem Strich bleibt jedoch eine viel zu hohe Staatsverschuldung. Während der Covid-Pandemie ist die Staatsverschuldung in vielen Ländern sprunghaft gestiegen. In der Zwischenzeit konnte sie zum Teil wieder gesenkt werden, liegt aber immer noch über dem Niveau vor Covid. Die Folge davon: «Bei der nächsten Krise werden die Staaten weniger Spielraum haben, um die negativen Folgen abzufedern», sagt Hens.

5. Ein starke Bildungs- und Sozialsystem

Was gut ist für die Wirtschaft: Ein robustes Bildungs- und Sozialsystem hilft, die Auswirkungen des Strukturwandels zu dämpfen, und es fördert die soziale Mobilität und die Innovation.

Was die USA tun: Sie schrumpfen ihr Sozial- und ihr Bildungssystem. Zudem ist höhere Bildung für viele unerschwinglich. Das erschwert den Strukturwandel und die soziale Mobilität.

Steven Ongena findet es «unglaublich», dass die US-Regierung mit ihrer Politik vielen Menschen schadet, die für Trump gestimmt haben: «Trump hat versprochen, ihre Probleme zu lösen, doch er verschärft sie nur.» Zu den Problemzonen der USA gehört das Bildungssystem. Für viele Amerikaner:innen ist höhere Bildung unerschwinglich geworden, oder sie müssen sich dafür in einer Weise verschulden, die sie für den Rest ihres Lebens belastet. Statt den Zugang zu Bildung zu erleichtern, streicht Trump die Unterstützungsgelder für Universitäten und spart das Bildungsministerium kaputt, das er am liebsten ganz abschaffen möchte, wozu er allerdings die Zustimmung des Kongresses benötigen würde.

Das grundsätzliche Problem in den USA sei, so Ongena, dass die Reichen nicht mehr bereit seien, das Bildungssystem zu finanzieren – Trumps Kahlschlag ist ein extremer Ausdruck dieser Haltung –, denn die Wohlhabenden können es sich leisten, ihre Kinder an private Schulen zu schicken. Die öffentlichen Schulen sind deshalb oft unterfinanziert und entsprechend nicht sehr gut. Womit sich einer der Wege, um sozial aufzusteigen, für viele Amerikaner:innen verschliesst. Für jene, die bereits gutgestellt sind, ist das kein Problem, weil sie so ihre Pfründen und Privilegien verteidigen können. «Die wohlhabenden Personen und Familien werden mit allen Mitteln kämpfen, um andere daran zu hindern, ebenfalls reich zu werden», sagt Ongena. Dazu gehört, das Bildungssystem nach oben abzuschliessen.

Für jene, die sich gute Privatschulen leisten können, mag die Rechnung aufgehen, für die Gesellschaft als Ganzes hingegen nicht. Denn wie Studien zeigen, die Ongena und seine Kollegen gemacht haben, führt der Ausschluss eines grossen Teils der Bevölkerung von Bildung etwa dazu, dass weniger bereit und in der Lage sind, Unternehmer zu werden. «Das macht die Wirtschaft weniger dynamisch und innovativ», so Ongena. «Verrückt ist, dass wir aufgrund der Forschung wissen, was es brauchen würde. Trotzdem tun sie in den USA jetzt genau das Gegenteil.»

In Europa ist das anders, hier ist Bildung in den meisten Ländern noch zugänglich und erschwinglich. UZH-Ökonom Thorsten Hens nennt sich selbst als Beispiel dafür: «Ich komme aus dem Ruhrgebiet, einer Kohle- und Stahlregion. Mit dem Strukturwandel wurde die Generation

meines Vaters mit Ende fünfzig, Anfang sechzig arbeitslos. Doch wir, die nächste Generation, konnten studieren, mit einem Stipendium des Bundes, dem BAföG.»

In den USA gibt es kein solches Unterstützungssystem, das hilft, die Folgen des Strukturwandels zu dämpfen und den Arbeitenden in Wirtschaftsbereichen, die vom Strukturwandel betroffen sind, neue Perspektiven zu eröffnen.

Um das zu ändern, fehlt zumindest der aktuellen US-Regierung der Wille. Künftig wird es auch am Geld fehlen, dafür hat Trump mit seinen Steuersenkungen gesorgt. Steuern sind der Hebel, um für mehr sozialen Ausgleich zu sorgen. «Deshalb sind die Steuern die entscheidende Fragen, wenn es darum geht, die Probleme der amerikanischen Mittelklasse zu lösen», sagt Ongena. Denn nur ein Staat, der über ausreichende finanzielle Mittel verfügt, kann ein Bildungs- und Sozialsystem finanzieren, das breiten Bevölkerungsschichten reelle Bildungs- und Lebenschancen bietet und damit die Voraussetzung für eine dynamische und innovative Wirtschaft schafft.

Prof. Thorsten Hens, thorsten.hens@df.uzh.ch
Prof. Steven Ongena, steven.ongena@df.uzh.ch
Prof. Ralph Ossa, ralph.ossa@econ.uzh.ch

DOSSIER — Was uns stark macht

Ab in den Wald

Vor allem in Städten ist die Reizüberflutung gross. Wir sind dafür nicht gemacht, sagt Colin Shaw. Der Anthropologe untersucht aus evolutionärer Perspektive, welche Umgebungen uns gesundheitlich belasten und welche uns guttun.

Text: Barbara Simpson

Es ist Ende Juli und – für diese Jahreszeit eher ungewöhnlich – es regnet heftig in Zürich. Ich sitze auf einem Klappstuhl unter dem breiten Blätterdach alter Buchen, zusätzlich geschützt von einem Regenschirm, und fühle mich geborgen und ruhig. Regentropfen prasseln gleichmässig auf den Waldboden, im Hintergrund zwitschern Vögel. Ich atme tief ein und lausche. Wie ein Trichter sammeln die Baumkronen das Wasser, das ihren Stämmen entlang zu Boden rinnt. Ein knorriges Wurzelgeflecht am Hang vor mir wirkt wie eine natürliche Umfriedung. «Wie war's?», fragt eine Stimme.

Colin Shaw kommt auf mich zu, barfuss in Trekkingsandalen, in denen er die letzten Minuten im Regen gestanden ist. Zuvor hatte mir der Evolutionsanthropologe und Leiter der Forschungsgruppe Human Evolutionary EcoPhysiology (HEEP) eine Aufgabe gestellt: Wähle deinen Lieblingsplatz. Nimm die Umgebung wahr. Konzentriere dich Schritt für Schritt auf jeden einzelnen Sinn. Welche Geräusche hörst du? Was riechst du? Welche Bewegungen fallen dir auf?

Für die Wissenschaft im Dreck wühlen

Mit dieser Anleitung wollen wir ein Experiment nachstellen, das Shaw und sein interdisziplinäres Team aus den Bereichen Ökologie, Immunologie, Mikrobiologie, Kognitionspsychologie und Bewegungswissenschaften im vergangenen Sommer durchgeführt haben. Dabei verbrachten 160 Personen drei Stunden jeweils an einem von drei Orten: im Sihlwald, einem Laubmischwald vor den Toren Zürichs; im Mont Tendre, einem Fichtenwald ausserhalb von Lausanne; und an der Hardbrücke, mitten in der Stadt Zürich. «Im Wald», erzählt Shaw lachend, «sind die Leute richtig dreckig geworden.»

Vor und nach ihren Aufenthalten massen die Forscher:innen bei den Teilnehmenden zahlreiche Biomarker in Blut und Speichel sowie die kognitiven Fähigkeiten. Was das Experiment deutlich machte: Die Teilnehmenden, die im Wald waren, zeigten einen deutlich niedrigeren Blutdruck, bessere Immunreaktionen und ein stabileres psychisches Befinden – in der Stadt hingegen stiegen Blutdruck sowie physiologische und psychologische Stressreaktionen spürbar an. Das spüre ich auch ohne Messungen deutlich. Im Wald – der, wie Shaw betont, «unseren ursprünglichen Lebensbedingungen am nächsten kommt» – fühle ich mich ruhig, mein Puls ist regelmässig, der Stress fällt ab. Scherzhaft fügt er hinzu, der Regen habe vielleicht sogar die Verteilung von Phytonziden gefördert. Diese von Bäumen

» Gymnasium mit Tagesschule

» Internat à la carte

Informationsanlässe

Kurzzeitgymnasium

Schnuppernachmittage
3. und 4. November 2025

Tage der offenen Türen
19. und 21. November 2025

Informationsabend
24. November 2025

Langzeitgymnasium

Tage der offenen Türen
19. und 21. November 2025

Informationsvormittag
10. Januar 2026

Schnuppernachmittag
14. Januar 2026

KLOSTER EINSIEDELN
STIFTSSCHULE

SWISS BOARD SCHOOL

Universität St.Gallen
Institut für Systemisches Management und Public Governance

Die Schweizer Pionierin für VR-Weiterbildungen seit über 20 Jahren

Empowering Board Leaders

Erfahren Sie mehr über unsere Programme
→ VR-Zertifikats-Programme | VR CAS (DE, EN)
→ VR-Diplom-Programme (DE, EN, FR)
→ VR-Masterclasses (DE, EN, FR)
→ VR-Kurse zu verschiedenen Fokusthemen (DE, EN, FR, IT)

Buchen Sie ein Beratungsgespräch

Mehr Informationen auf boardschool.org, info@boardschool.org und +41 71 224 23 72

abgegebenen flüchtigen organischen Verbindungen stärken das Immunsystem – wie die japanische Praxis des «Shinrin-Yoku» (Waldbaden) nachgewiesen hat.

Überall Löwen

Das nächste Ziel unseres Rundgangs ist eine stark befahrene Kreuzung. Während wir einen kleinen Pfad entlanggehen und über herabgefallene Äste steigen, fasst Shaw seine zentrale Hypothese zusammen. Aus evolutionärer Sicht, sagt er, setzen uns industrialisierte, urbanisierte Lebensräume einer chronischen Stresslast aus, die Körper und Psyche schädigt. «Wir versuchen den evolutionären Kontext dazu zu verstehen: Macht uns unsere Umgebung krank – und welche Umgebung hilft uns, uns zu erholen?»

In einer kürzlich mit seinem Kollegen Daniel Longman von der britischen Loughborough University publizierten Studie argumentiert Shaw, dass die massiven Umweltveränderungen des Anthropozäns die evolutionäre Fitness des Menschen überfordern. Evolutionärer Erfolg misst sich in Überleben und Fortpflanzung – und beide Faktoren seien seit der industriellen Revolution vor rund 300 Jahren deutlich unter Druck geraten. Hinweise darauf sind weltweit sinkende Fertilitätsraten und eine Zunahme chronischer Entzündungserkrankungen wie Autoimmunleiden. Auch sind kognitive Einschränkungen in städtischen Umgebungen belegt. Chronischer Stress spielt als Ursache für viele dieser Erkrankungen eine wichtige Rolle.

«In unserem ursprünglichen Lebensraum waren wir gut darauf vorbereitet, akuten Stress zu bewältigen – fight or flight. Gelegentlich begegnete man einem Löwen, da musste man bereit sein, sich zu verteidigen oder davonzulaufen», erklärt Shaw. «Entscheidend ist, die Gefahr ist irgendwann vorbei, der Löwe ist weg. Die Reaktion sicherte das Überleben, war aber energieraubend und erforderte eine lange Erholungsphase.» Die akute Stressreaktion mobilisierte Adrenalin und Cortisol. Das war ideal, während wir in unserer Vergangenheit als Jäger und Sammler um unser Überleben kämpften. Für die dauerhafte Reizflut des modernen Lebens ist sie jedoch ungeeignet. «Unser Körper reagiert, als wären alle Stressfaktoren Löwen», fährt Shaw fort, «sei es ein schwieriges Gespräch mit dem Partner, Druck von der Chefin oder lauter Verkehrslärm.»

Verborgene Kosten des Fortschritts

Das Wasser rauscht in den Rinnsteinen, während wir die Letzistrasse hinuntergehen. Der Verkehrslärm, vom Regen verstärkt, schwillt an. «Im Grunde ist es paradox: Einerseits haben wir in den letzten dreihundert Jahren enormen Wohlstand, hohen Komfort und eine gute Gesundheitsversorgung für viele Menschen auf der Welt geschaffen.» Shaw redet lauter, um einen grossen Lastwagen auf der Winterthurerstrasse zu übertönen. «Andererseits wirken sich manche der zivilisatorischen Errungenschaften sehr negativ auf unser Immunsystem, unsere kognitiven Fähigkeiten, unsere körperliche Verfassung und unsere Fortpflanzungsfähigkeit aus. Seit den 1950er-Jahren sind etwa Spermienzahl und -beweglichkeit bei Männern dramatisch gesunken – bedingt durch Pestizide und Herbizide in Lebensmitteln, aber auch durch Mikroplastik.» An der Kreuzung zur Irchelstrasse angekommen, darf ich mir wieder aussuchen, wo ich meinen Klappstuhl aufstellen möchte. Instinktiv entscheide ich mich für eine Ecke, wo ich wenigstens das Grün des Irchel Campus der UZH im Rücken habe. Fünfzehn Minuten beobachte ich den Verkehr, der aus allen Richtungen heranrollt. Das ohrenbetäubende Gemisch aus Motorenlärm, aufspritzendem Wasser und Pressluftgehämmer verdrängt jeden klaren Gedanken. Mein Atem wird flacher, mein ganzer Körper verkrampft sich. Ich bin erleichtert, als mich Colin Shaw erlöst und wir in den Irchelpark weiterziehen. «Es bestand keine echte Gefahr, und doch habe ich die Zähne zusammengebissen», bemerkt er. «Es ist die ständige Reizüberflutung. Dafür sind wir nicht gemacht.»

Selbstverständlich sei Zürich im Vergleich zu Millionenmetropolen wie Tokio, Delhi und Schanghai «kaum eine richtige Stadt», räumt Shaw ein. «Sie ist von Wäldern umgeben, hat einen See und einen Fluss. Ausserdem ist der öffentliche Nahverkehr sehr gut ausgebaut.» Dennoch zeigen die Ergebnisse des HEEP-Teams klar: Selbst das Leben in einer Stadt, die regelmässig zu den lebenswertesten weltweit gezählt wird, ist physiologisch und psychologisch belastend und schwächt das Immunsystem.

«Wir müssen unsere Städte richtig gestalten – und gleichzeitig Naturräume regenerieren, wertschätzen und mehr Zeit darin verbringen.» Colin Shaw, Evolutionsanthropologe

Heute leben rund 4,5 Milliarden Menschen – mehr als die Hälfte der Weltbevölkerung – in urbanen Ballungsräumen. Bis 2050 wird diese Zahl voraussichtlich auf 6,5 Milliarden steigen, also mehr als zwei Drittel der Menschheit. Industrialisierung und Urbanisierung als Gesundheitsrisiken anzuerkennen, wird entscheidend sein, um die öffentliche Gesundheit zu sichern – oder, um einen evolutionären Begriff zu bemühen: die Fitness unserer Spezies.

Verhältnis zur Natur überdenken

Unser Gehirn hat zwar gelernt, mit ständigen Neuerungen klarzukommen – doch steckt es in der Regulierung unseres Nervensystems noch immer in der Urzeit. Warum haben wir uns nicht längst an die Lebensbedingungen angepasst, die wir selbst geschaffen haben? «Man könnte argumentieren, dass die heutigen Stressreaktionen eine Form der Anpassung darstellen. Allerdings verläuft biologische Anpassung sehr langsam. Genetische Veränderungen gesche-

hen über viele Generationen – also in Zehntausenden bis Hunderttausenden von Jahren», erklärt Shaw. «Aus evolutionärer Sicht ist es natürliche Selektion, wenn Menschen an chronischem Stress oder stressbedingten Krankheiten sterben. Würde man dies über Hunderte von Generationen zulassen, wäre Homo sapiens vielleicht irgendwann in der Lage, mit chronischem Stress umzugehen.» Offensichtlich ist das keine praktikable Lösung für unser aktuelles physiologisches Dilemma.

Wenn unser Organismus chronischen Stress also nicht genügend abfedern kann – wie können wir trotzdem die gesundheitlichen Auswirkungen minimieren? Eine Lösung, so Shaw, liegt darin, unser Verhältnis zur Natur grundlegend zu überdenken: Das heisst, sie als Gesundheitsfaktor ernst zu nehmen und Räume zu schützen oder zu regenerieren, die eher unseren ursprünglichen Lebensbedingungen entsprechen. Eine andere Lösung sind gesündere Städte. «Ich bin weder Ingenieur noch Architekt», sagt er, «aber unsere Forschung zeigt auf, welche Reize Blutdruck oder Herzfrequenz besonders beeinflussen – und diese Erkenntnisse geben wir an Entscheidungsträger:innen weiter.» Beide Ansätze seien eng miteinander verzahnt, betont er: «Wir müssen unsere Städte richtig gestalten – und gleichzeitig Naturräume regenerieren, wertschätzen und mehr Zeit darin verbringen.»

Wir sind zurück in seinem Büro mit Stehpult ohne Stuhl – ein kleiner rebellischer Akt gegen den heute verbreiteten sitzenden Lebensstil. «Als Evolutionsanthropologe habe ich mich früher mit Neandertalern und Knochenanpassung befasst, was faszinierend war», sagt Shaw. «Ich halte aber die Herausforderungen, vor denen wir heute stehen, für dringlicher. Diejenigen, die über die finanziellen oder intellektuellen Ressourcen verfügen, haben die Verantwortung, in die Lösung dieser Probleme zu investieren. Für mich ist es eine moralische Verpflichtung, das Richtige zu tun.»

Dr. Colin Shaw, colin.shaw@uzh.ch

DOSSIER — Was uns stark macht

Bergstürze und starker Regen

Naturgefahren wie Erdrutsche und Überschwemmungen dürften in der Schweiz häufiger werden. UZH-Geografen arbeiten daran, bessere Vorhersagen zu machen, wo sie auftreten könnten und welche Folgen sie haben.

Text: Theo von Däniken

Der Fels kam am frühen Morgen ins Rutschen: Rund fünfeinhalb Millionen Kubikmeter Gestein lösten sich von der Bergflanke und stürzten auf den Gletscher. Dabei rissen sie einen Teil des Gletschereises mit und ergossen sich in das darunterliegende Tal. Der Schuttkegel aus Eis und Geröll zog sich am Ende über mehr als fünf Kilometer hin.

Der hier beschriebene Bergsturz entspricht in vielen Teilen demjenigen von Blatten, der im Mai 2025 das Dorf im Walliser Lötschental weitgehend unter sich begrub. Er ereignete sich jedoch gut ein Jahr früher im April 2024 am Piz Scerscen oberhalb von Pontresina im Bündnerland. Gemäss einer Auswertung des Eidgenössischen Instituts für Wald, Schnee und Landschaft WSL war es vom Gesteinsvolumen her der grösste Bergsturz in der Schweiz seit 1991, als bei Randa im Wallis in mehreren Wellen insgesamt 30 Millionen Kubikmeter Fels ins Tal stürzten. Dennoch erreichte er wenig mediale Aufmerksamkeit. Denn das Sturzgebiet war nicht besiedelt, weder Menschen noch Infrastruktur kamen zu Schaden.

Unerwarteter Felssturz

«Der Felssturz am Piz Scerscen kam unerwartet», sagt Holger Frey, Geograf und Experte für Naturgefahren in alpinen Regionen. «Es gab keine Warnungen.» Obwohl das Gebiet abgelegen im hinteren Val Roseg liegt, war es aber reines Glück, dass keine Menschen zu Schaden kamen. Denn durch das Bergsturzgebiet führen beliebte Routen für Wanderer und Skitourengänger. Dass zum Zeitpunkt des Bergsturzes bei gutem Wetter niemand unterwegs war, war reiner Zufall.

Hier ein Bergsturz, der für alle völlig überraschend kam und glücklicherweise kein Menschenleben forderte. Dort ein Ereignis, bei dem vorausschauend ein ganzes Dorf evakuiert werden konnte und eine Person ums Leben kam.

Diese beiden Beispiele verdeutlichen, dass es von vielen Faktoren abhängt, ob Naturkatastrophen vorausgesagt werden können und welche Folgen sie haben. «In Blatten haben die vorsorglichen Massnahmen funktioniert, weil das Nesthorn und der Birchgletscher schon längere Zeit unter Beobachtung standen», sagt Frey. Wie der Fall des Piz Scerscen jedoch zeigt, sind längst nicht alle möglichen Gefahrenherde erkannt.

In seiner aktuellen Klima-Risikoanalyse für die Schweiz stuft das Bundesamt für Umwelt (Bafu) Steinschläge, Murgänge oder Felsstürze als eines der relevantesten Risiken des Klimawandels im alpinen Raum ein. Das Bafu rechnet damit, dass bisher sehr seltene Naturgefahren häufiger auftreten werden. Allerdings, so relativiert der Bericht, seien die Auswirkungen meist nur kleinräumig.

Instabilere Systeme

Wirft man einen Blick auf grosse Bergstürze in der Schweiz, so scheinen sie sich tatsächlich in jüngster Zeit zu häufen: Vor Blatten und dem Piz Scerscen stürzten bereits 2023, 2017 und 2011 an verschiedenen Orten grosse Gesteinsmassen ins Tal. Dabei kamen Menschen ums Leben und Häuser sowie Infrastruktur wurde zerstört. Sind hier die Folgen des Klimawandels spürbar?

Für Frey lässt sich aus diesen Fällen kein klarer Trend ablesen. Dazu treten sie zu selten auf. «Es könnte auch Zufall sein.» Grundsätzlich, so sagt Frey, spielten bei einem Bergsturz drei Faktoren eine wesentliche Rolle: die Zusammensetzung des Gesteins, die Geländeform und die Temperatur im Untergrund. Letztere ist im Zuge des Klimawandels in den vergangenen Jahren messbar angestiegen, während sich die anderen beiden Faktoren nicht verändert haben. «Die Erwärmung, die in der Luft beobachtet wird, ist mittlerweile auch mehrere Dutzend Meter tief im Untergrund nachweisbar, wie Messungen im Permafrost zeigen», so Frey. Wie sich diese Erwärmung aber konkret auf die Gefahrensituation auswirkt, ist schwer abzuschätzen. Denn letztlich müssen immer verschiedenste Faktoren zusammentreffen, damit grosse Gesteinsmassen ins Rutschen geraten. «Aber tendenziell führt die Erwärmung zu einer Schwächung der Strukturen.»

Künftige Vorfälle simulieren

In seiner Forschung untersucht Holger Frey, was passieren könnte, wenn Geröll, Eis oder Wasser in Bewegung geraten. Dazu erarbeitet er Modelle, die zeigen, wie sich Felsstürze, Eisabbrüche oder Wassermassen im Gelände ausbreiten, wo und wie schnell Wasser und Geröll fliessen. Diese Erkenntnisse helfen vorherzusehen, wo kritische Ereignisse stattfinden können und wie man sich vor ihren Folgen schützen könnte.

«Wir können reale Felsstürze im Nachhinein in Modellen sehr gut rekonstruieren und analysieren», erklärt er. Das hilft, die Prozesse, die bei einem Felssturz ablaufen, besser zu verstehen. Auf der Grundlage solcher Modelle lassen sich auch Szenarien für mögliche zukünftige Vorfälle simulieren. «Die Herausforderung ist, diese Modelle mit möglichst realistischen Daten zu füttern», erklärt Frey. Wie viel Fels könnte abstürzen? Wie viel Wasser sich aus einem Gletschersee ergiessen? Wie viel Geröll würde es

mitnehmen? Ebenso wichtig wie die Abschätzung des Schadenspotenzials ist die Voraussage, mit welcher Wahrscheinlichkeit solche Ereignisse überhaupt auftreten könnten. Dazu fehlen derzeit noch zuverlässige Angaben. Frey arbeitet deshalb daran, möglichst viele Daten über Felsstürze aus aller Welt zusammenzutragen und statistisch auszuwerten. Daraus lassen sich Wahrscheinlichkeiten ableiten, wie oft in einem vergleichbaren Gebiet ein Vorgang dieses Ausmasses in den kommenden zehn oder hundert Jahren vorkommen wird.

Gefahren gehen nicht nur von Erdrutschen oder Felsstürzen aus: Der Bericht des Bafu zu Klimarisiken listet unter anderem auch kleinere lokale Überschwemmungen als Klimarisiko auf. «Bei Hochwasser sind Niederschläge im Normalfall der auslösende Faktor», sagt Daniel Viviroli, der am Geographischen Institut an der UZH unter anderem die Auswirkungen des Klimawandels auf Hochwasser untersucht. Und diese haben in den vergangenen Jahrzehnten messbar zugenommen. Gemäss einer Statistik von Meteo Schweiz wurden die Starkniederschläge in der Schweiz von 1901 bis 2023 sowohl intensiver als auch häufiger. Dabei nahm in den letzten vierzig Jahren vor allem die Intensität von kurzen Starkniederschlägen zu, während die Intensität und Häufigkeit von längeren Niederschlägen zurückging. Dass bei steigenden Temperaturen stärkerer Regen fällt, sei physikalisch erklärbar, sagt Viviroli. Denn je wärmer die Luft ist, desto mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen. Pro Grad Erwärmung macht das sechs bis sieben Prozent aus. Kommt es zum Niederschlag, ist schlicht mehr Wasserdampf in der Luft, der ausregnen kann. Wie sich das auf das Hochwassergeschehen auswirkt, ist jedoch weniger eindeutig. Denn letztlich bestimmt auch hier ein Zusammenspiel von vielen Faktoren, ob ein extremer Niederschlag zu einem grossen Hochwasser führt oder nicht. Wie hoch liegt die Nullgradgrenze? Wie viel Wasser befindet sich bereits im Boden? Führen die Flüsse wegen der Schneeschmelze viel Wasser? Wie viel Raum hat ein Fluss zur Verfügung?

Brücken und Dämme planen

Zuverlässige Aussagen darüber, wie häufig sich künftig Hochwasser in einer bestimmten Region ereignen werden, sind deshalb schwierig. Auch hier können Simulationen und Modelle helfen. Viviroli und sein Team haben beispielsweise mit realen Wetterdaten aus den vergangenen neunzig Jahren das Abflussverhalten von Gewässern in der Schweiz modelliert. Diese Modelle helfen zu verstehen, wie häufig Spitzen entstehen und welche Ausmasse sie annehmen können.

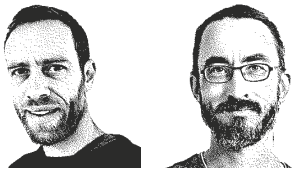
Auf dieser Grundlage haben sie zudem mit künstlich erzeugten Wetterdaten Simulationen über mehrere hunderttausend Jahre durchgeführt. Daraus lassen sich auch die extrem seltenen Ereignisse abschätzen, die statistisch nur alle hundert oder tausend Jahre auftreten. Die Frage, wie viel grösser allfällige Hochwasser aufgrund des Klimawandels werden, lässt sich jedoch damit nur schwer beantworten, weil die Klimaszenarien vor allem für kurze Starkniederschläge noch detaillierter werden müssen. Diese Unsicherheit sei zum Beispiel bei der Planung von Brücken, Dämmen oder weiteren Schutzmassnahmen eine Herausforderung, sagt Viviroli. Welche Szenarien sollen zugrunde liegen, und für wie grosse Wassermassen müssen sie ausgelegt werden? «Natürlich kann man bei der Bemessung einfach die Werte um einen bestimmten Faktor erhöhen», so Viviroli. Damit einigermassen zuverlässige Aussagen über die Zukunft zu erhalten, sei aber wegen der Komplexität der Prozesse nicht möglich.

Flüssen mehr Raum geben

Eine wirkungsvolle Massnahme, um gegen Hochwasser gewappnet zu sein, wäre zum Beispiel, den Flüssen mehr Raum zu geben: etwa indem das Flussbett mit so genannten Aufweitungen verbreitert wird. Bei einem Grossereignis können diese zusätzlichen Flächen die Spitze eines Hochwassers abschwächen. «Doch hier gibt es oft Interessenkonflikte, weil dafür meist Landwirtschaftsland aufgegeben werden muss», sagt Viviroli. Denn letztlich geht es beim Schutz vor Naturgefahren auch um wirtschaftliche und politische Abwägungen. Dabei spielen Grossereignisse oft eine wichtige Rolle. So wurde nach grossen Überschwemmungen wie etwa 1987 oder 2005 nicht nur die Raumplanung angepasst, sondern auch die Investitionen in den Hochwasserschutz und in Frühwarnsysteme erhöht. Unter anderem wurden entlang der Rhone Schutzmassnahmen über eine Länge von 162 Kilometern geplant.

«Die Erwärmung, die in der Luft beobachtet wird, ist mittlerweile mehrere Dutzend Meter tief im Untergrund nachweisbar.» Holger Frey, Geograf

Das Generationenprojekt dauert mehrere Jahrzehnte und soll insgesamt 3,6 Milliarden Franken kosten. Die Massnahmen könnten, so die Planung, hunderttausend Menschen vor Hochwasser schützen und mögliche Schäden im Umfang von zehn Milliarden Franken verhindern. Der politische Wille, für solche Projekte Geld auszugeben und Flächen umzunutzen, schwankt jedoch. Umso wichtiger ist es, dass die Wissenschaft fundierte Grundlagen für diese Risiko- und Kostenabwägungen liefern kann.



Dr. Holger Frey, holger.frey@geo.uzh.ch
PD Dr. Daniel Viviroli, daniel.viviroli@geo.uzh.ch

Angst vor dem Bagger

Die Wohnungssuche in Zürich ist für viele zum Albtraum geworden. Extrem tiefe Leerstandsquoten, Massenkündigungen und steigende Baukosten verschärfen die Lage. Forschende der UZH gehen der Krise auf den Grund und werfen einen Blick nach Genf.

Text: Carole Scheidegger

Fühlen Sie sich zu wenig gestresst? Dann suchen Sie mal mit einem durchschnittlichen Einkommen eine Wohnung in Zürich. Auf den Immobilienplattformen werden Vierzimmerwohnungen für 4000 Franken Monatsmiete angeboten. Bilder von endlosen Warteschlangen bei Wohnungsbesichtigungen haben es auch in internationale Medien geschafft. «Ja, das ist eine Krise», sagt Frances Brill, Senior Scientist am Geographischen Institut der UZH. Dafür stehen zwei zentrale Faktoren: die extrem niedrige Leerstandsquote und die hohe «Displaceability» – also die Gefahr der Verdrängung.

Am 1. Juni 2025 standen in Zürich gerade einmal 0,1 Prozent aller Wohnungen leer. Zum Vergleich: London liegt bei rund 4 Prozent, San Francisco bei 6 Prozent. Zwar werden Wohnungen oft nahtlos weitervermietet, ohne je leerzustehen. Doch das ändert nichts am Missverhältnis: Die Nachfrage übersteigt das Angebot deutlich. «Viele Menschen sind dadurch regelrecht in ihren Wohnungen gefangen», erklärt Brill. Wenn sich die Lebensumstände ändern, etwa durch Familienzuwachs oder Trennung, wird es fast unmöglich, eine passende Wohnung zu finden. Gleichzeitig zeigt sich in Brills Forschung, dass Fehlallokationen den Markt zusätzlich belasten: Ältere Paare bleiben in grossen Wohnungen, weil ein Umzug in kleinere Einheiten oft teurer wäre.

Kündigung als Dauerstress

Besonders stark prägt ein weiteres Phänomen den Zürcher Wohnungsmarkt: Kündigungen wegen Sanierungen oder Abrissen. «Diese Zahl ist in Zürich aussergewöhnlich hoch – im Vergleich zu anderen Schweizer Städten, aber auch international», sagt Brill. Basel kenne das Problem ebenfalls, doch weniger stark ausgeprägt, in Genf wachse es zusehends. Die Folge: Viele Mietende leben in ständiger Angst, ihr Zuhause zu verlieren. Das erzeugt Stress.

Verstärkt wird dieser Trend in der Limmatstadt durch den hohen Anteil institutioneller Investoren wie Pensionskassen oder Versicherungsgesellschaften. «Zürich weist hier eine längere Geschichte auf als andere Städte – ein erheblicher Teil des Markts befindet sich in den Händen grosser Eigentümer», sagt Brill. Kommt es zu Abriss- oder Umbauplänen, können diese Eigentümer Massenkündigungen leichter durchsetzen.

Während in Ländern mit kleinteiligeren Eigentumsstrukturen wie Grossbritannien oder den USA eher einkommensschwache Gruppen betroffen sind, trifft es in Zürich Menschen aus fast allen sozialen Schichten. Für die Investoren ist es meist attraktiver, Gebäude abzureissen und durch Neubauten mit höheren Mieten zu ersetzen. Sie begründen Neubauten häufig mit den veränderten Ansprüchen, die Grundrisse von Altbauwohnungen entsprächen nicht mehr den Bedürfnissen. «Dieser Trend verstärkt jedoch die Verdrängung», erklärt Brill, die der Wohnungskrise im Rahmen des Forschungsprojekts «Responsible City» auf den Grund geht, an dem vier Schweizer Universitäten beteiligt sind (siehe Kasten unten).

Auch ökologische Argumente werden für Abrissprojekte ins Feld geführt: Neubauten seien energieeffizienter.

Responsible City

Städte in der Verantwortung

Am SNF-Forschungsprojekt «Responsible City» sind vier Schweizer Universitäten beteiligt: die Universität Zürich, die EPFL, die ETH Zürich und die Universität Neuenburg. Ziel ist es, die Stadtlandschaften der Schweiz besser zu verstehen und zu erforschen, wie Städte auf sozioökologische Konflikte reagieren, etwa den Klimawandel oder Finanzkrisen.

Im Fokus stehen Fallstudien in Genf und Zürich. «Die beiden Städte zeigen beispielhaft, wie aktuelle Entwicklungen zu Auseinandersetzungen über die gerechte Produktion und Verteilung von Wohnraum führen – also darüber, wie gebaut und renoviert werden kann, ohne Klima und städtische Gemeinschaften zu belasten», erklärt Geografin Frances Brill.

Das Projekt untersucht, wie verschiedene Akteur:innen – von Planer:innen über Bewohner:innen und Politiker:innen bis hin zu Eigentümer:innen – auf diese Konflikte reagieren. In einem Teilprojekt analysiert Frances Brill insbesondere die Rolle des privaten Sektors mit Blick auf institutionelle Investoren und deren Verhalten in der Wohnungskrise. https://responsible.city/

«Die CO_2-Bilanz eines Abrisses ist aber häufig negativ», hält Brill fest. «Das relativiert die Vorteile neuer Isolierungen oder moderner Heizsysteme.» Mehr Forschung zu anderen Vorgehensweisen sei nötig. Eine Alternative bietet der Holzbau, da verdichtetes Bauen mit Holz kostengünstig und ökologisch ist. Eine spezielle Hypothek für Holzbauten könnte finanzielle Anreize schaffen: Damit würde der Bau von Häusern gefördert, der weniger CO_2 verursacht und es zugleich langfristig speichert.

Wege aus dem Dilemma

Im Rahmen von «Responsible City» analysieren die Forschenden, welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen Zürich und Genf bestehen und was die beiden Städte punkto Wohnen voneinander lernen könnten. Die Umweltfrage wird zum Beispiel an der Rhone anders diskutiert als an der Limmat: «In Zürich geht es vor allem um ökologische Bauweisen, während in Genf die Biodiversität und der Zugang zu Grünflächen die Debatte dominieren», sagt Brill.

Auch die räumlichen Voraussetzungen unterscheiden sich: In Zürich findet sich kaum noch Boden, der bebaut werden könnte. In Genf hingegen bestanden zumindest bis vor Kurzem noch Baulandreserven und ehemalige Industriezonen, auf denen Wohnungen gebaut werden konnten. Nun wird der Boden allerdings auch knapper und der Abriss von Gebäuden zwecks Neubau häufiger – die Zürcher Vorgehensweise verbreitet sich also auch in der Romandie. «Wir wissen aber, dass dies kein sozialer Ansatz für Stadtplanung ist», sagt Brill. Einfache Lösungen gibt es allerdings nicht. «Die klassische liberale Antwort auf die tiefe Leerstandsquote wäre, mehr zu bauen», sagt Brill. «Aber so einfach ist das nicht: Bauland ist rar, die Baukosten sind gestiegen, und bei Neubauten entstehen nicht zwingend erschwingliche Wohnungen.»

Andere Städte haben Instrumente entwickelt, um die Mietenden zu schützen. In Genf gilt seit 1983 das LDTR-Gesetz, das Kündigungen bei Renovationen erschwert und Mieter:innen ermöglicht, nach Umbauten zu erschwinglichen Bedingungen zurückzukehren. Auch strengere Vorgaben für Mietsteigerungen oder eine Anbindung neuer Mieten an historische Entwicklungen könnten für mehr Fairness sorgen. Am Ende läuft vieles auf eine Grundsatzfrage hinaus: Wie fair sind die Lösungen, die wir für die Wohnungskrise finden? Brill bringt es auf den Punkt: «Wohnen ist ein Menschenrecht. Deshalb müssen wir jede Massnahme daran messen, wem sie nützt – und wem sie schadet.»

Frances Brill, frances.brill@geo.uzh.ch

DOSSIER — Was uns stark macht

Auf nach Rom

Migration ist ein Stresstest für die Gesellschaft. Das war auch früher so, weiss Historiker Sebastian Scholz – fünf Lehren aus der Zeit der «Völkerwanderung» und des frühen Mittelalters, die unseren Umgang mit dem Thema verbessern können.

Text: Brigitte Blöchlinger

Fremde», die an Europas Aussengrenze Einlass begehren, sind kein neues Phänomen. «Schon das Römische Reich erlebte ab Mitte des 3. Jahrhunderts einen starken Migrationsdruck, die so genannte Völkerwanderung», sagt Mittelalterhistoriker Sebastian Scholz. Auch die germanischen Reiche wurden oft von herumziehenden fremden Verbänden herausgefordert. Da stellt sich die Frage: Wie verhielten sich die Römer, als die zahlreichen «Barbari» (lateinisch für «Ausländer») auftauchten? Wie gingen die Franken mit den von ihnen besiegten Völkern um? Wie die Mauren mit den Visigothen?

Migration akzeptieren

Natürlich lassen sich die Erfahrungen aus der Vergangenheit nicht eins zu eins auf die heutige Situation übertragen. Trotzdem kann die Kenntnis historischer Migrationsprozesse zu einem besseren Verständnis der heutigen Migrationskrise beitragen, ist Scholz überzeugt. Seit 2022 engagiert er sich am UZH Zentrum für Krisenkompetenz, an dem Wissenschaftler:innen aus allen sieben UZH-Fakultäten die Ursachen, Verläufe und Konsequenzen von Krisen erforschen und den Erfolg von Lösungsansätzen analysieren (siehe Kasten Seite 46). Mit Blick in die Vergangenheit lassen sich fünf Lehren für den gegenwärtigen Umgang mit Migration ziehen.

Zunächst räumt Scholz mit dem Begriff «Völkerwanderung» auf, da dieser ein falsches Bild der bewegten Übergangszeit von der Spätantike zum Frühmittelalter zeichne. «Die Germanen, Goten oder Franken, waren multiethnische

TURICUM
CARTHAGINIENSIS
ALEXANDRIAE
VISIT
ROME
CONSTANTINOPOLIS
THESSALONICA

Verbände, keine einheitlichen Völker», sagt er. Die verschiedenen Stammesverbände veränderten sich dynamisch, formierten sich zu Grossverbänden, zogen manchmal als Reiterkrieger plündernd durch die Lande, sie spalteten sich auf, vermischten sich mit anderen, heirateten und zogen weg. «Das waren schon im Mittelalter äusserst komplexe Vorgänge», weiss der Historiker. Selbst Bauern blieben nicht immer auf ihrer Scholle sitzen. Aus Listen des 9. Jahrhunderts ist zu erkennen, dass Bauern, die Ländereien der Kirche bewirtschafteten, weiterziehen und anderswo von neuem anfangen konnten, was von der Güterverwaltung begünstigt wurde, um den Boden optimal zu nutzen. Auch Bettler waren recht mobil. «Migration war im Mittelalter völlig normal», so Scholz. Damit liesse sich die erste Erkenntnis aus dem Frühmittelalter für einen entspannteren Umgang mit der heutigen Migration formulieren:

1. Die heutige Migration ist weder neu noch übermässig ausgeprägt. Im Frühmittelalter war es normal, dass kleinere und grössere Gruppen von Menschen migrierten.

Wirtschaftsmigration war in der Spätantike verbreitet. Das Römische Reich stellte einen hochattraktiven Arbeitsmarkt dar. «Viele wollten dort hin und profitieren», erzählt Scholz. Die Römer reagierten in der Regel pragmatisch auf die Fremden, doch blieb eine gewisse Skepsis ihnen gegenüber bestehen. Trotzdem erfüllte sich die Hoffnung der Migrierten auf ein sicheres und besseres Leben grösstenteils. Die Römer machten wohltemperierte Zugeständnisse; so erlaubten sie fähigen Ausländern, aufzusteigen und vor allem militärisch wichtige Funktionen zu übernehmen – ohne den Wohlstand der Einheimischen dadurch zu schmälern.

Nach einer gewissen Dienstzeit erhielten erfolgreiche «Barbari» das römische Bürgerrecht oder zumindest eine abgespeckte Variante davon. Denn am meisten waren die Römer auf kriegstüchtige Auswärtige zur Sicherung ihrer 7500 Kilometer langen Grenzen angewiesen. So setzte beispielsweise Kaiser Konstantin der Grosse die kriegserprobten Terwingen, die später in den Visigothen aufgingen, als Hilfstruppen für den Grenzschutz ein. Als Gegenleistung erhielten sie Geldzahlungen und Zugang zum Handel. Auch im Frühmittelalter waren nach dem Untergang des Weströmischen Reichs (476) gewisse Fachkräfte gefragter als andere. Schmiede fanden in dieser kriegerischen Zeit überall Arbeit. Ab dem 6. Jahrhundert, als die ersten Wassermühlen gebaut wurden, wurden Leute gesucht, die sie bedienen konnten. Auch Fernhändler, die bis nach Indien und auf die Philippinen reisten, brauchte man, wie eine Zollliste aus dem Jahr 716 des Hafens von Marseille belegt. Vom weitverbreiteten Austausch und Handel schon in römischer Zeit zeugen zahlreiche römische Münzen, die selbst in Regionen gefunden wurden, die nie römisch besetzt waren, sagt Scholz. Was wir daraus lernen:

«Am besten fuhren Völker, deren Herrscher gar nicht erst versuchten, eine Vermischung mit anderen Stämmen zu unterbinden.» Sebastian Scholz, Historiker

2. Bereits in der Spätantike wurde der Fachkräftemangel durch Zuwanderung gelöst. Die Aussicht auf Bürgerrechte und sozialen Aufstieg förderte die Integration.

Dass man sich besser an Abmachungen hält, mussten die Römer bitter erfahren. Als die Römer die Visigothen, die vor den Hunnen in römisches Gebiet geflohen waren, nach Thrakien umsiedelten und dabei Vereinbarungen nicht einhielten, zogen diese schwer bewaffnet gegen die Römer; der oströmische Kaiser Valens unterschätzte sie – und wurde vernichtend geschlagen. «Die Schlacht von Adrianopel im Jahr 378 war eine der katastrophalsten Niederlagen des römischen Heeres überhaupt», berichtet Scholz.

Der oströmische Kaiser Theoderich besann sich notgedrungen wieder auf den bewährten Pragmatismus und schloss mit den siegreichen Visigothen einen Vertrag ab: Sie erhielten als «foederati» Siedlungsgebiete an der unteren Donau, im Gegenzug übernahmen sie dort den Grenzschutz für die Römer. Das zeigt:

3. Faire Abkommen führen zu Win-win-Situationen für Ansässige wie Zugezogene.

Über den Dienst in einer römischen Legion konnten sich zahlreiche germanische Krieger sozial besserstellen. Strategisch begabte und führungsstarke Ausländer stiegen sogar bis an die Spitze des römischen Heers auf. Viele von ihnen waren alles andere als tumbe Haudegen, sondern

UZH Zentrum für Krisenkompetenz

Krisen interdisziplinär erforschen

Das UZH Zentrum für Krisenkompetenz (CCC) erforscht die Ursachen, Verläufe und Konsequenzen von Krisen und den Erfolg von Lösungsansätzen. Es bringt die verschiedenen Kompetenzen aller sieben Fakultäten der UZH im Umgang mit Krisen zusammen und erforscht interdisziplinär, wie sich Handlungswissen aus unterschiedlichen Forschungsbereichen nutzbar machen lässt. www.crisiscompetence.uzh.ch

passten sich den gebildeten Römern an, lernten Latein und übernahmen den römischen Lebensstil. «In der Spätantike sprachen die Söldner im römischen Heer Latein», erzählt Scholz.

Auch die muslimischen Mauren hatten mit der Strategie der Koexistenz zunächst Erfolg, als sie ab 711 auf die Iberische Halbinsel vorrückten und das Herrschaftsgebiet der christlichen Visigothen besetzten. Obwohl sich die Mauren in Aussehen, Religion, Sitten und Gebräuchen sehr von den unterlegenen Visigothen unterschieden, lebten Besatzer und Besiegte bis ins 9. Jahrhundert relativ friedlich nebeneinander. Die Mauren gewährten den Bewohnern des ehemaligen visigothischen Reichs gewisse Rechte und gegen Abgaben auch mehr Autonomie sowie die freie Religionsausübung. Sowohl Christen als auch Muslime waren an einer friedlichen Koexistenz interessiert. Daraus lässt sich folgern:

4. Leben und leben lassen war eine erfolgreiche Strategie im Umgang mit Migration.

Trotz gewisser Hindernisse und Verbote näherten sich die Mauren, Ibero-Romanen und Visigothen nicht nur kulturell an – wovon einige architektonische Meisterwerke, etwa in Granada, Sevilla und Córdoba zeugen –, sondern auch zwischenmenschlich. Im heutigen Spanien versuchten die Mauren bis ins 9. Jahrhundert nicht, die Vermischung mit den Christen durch Restriktionen zu verhindern – «das wäre ohnehin nicht möglich gewesen», so Scholz. «Am besten fuhren Völker, deren Herrscher gar nicht erst versuchten, eine Vermischung mit anderen Stämmen zu unterbinden», führt Scholz aus. So führten die Franken nach der Errichtung ihres Reichs unter König Chlodwig I. (482–511) anders als die Visigothen und später die Langobarden kein Verbot von Mischehen ein und verhinderten damit von Anfang an soziale und gesellschaftliche Konflikte. Karl der Grosse förderte nach der Eroberung des Langobardenreichs 774 bewusst die Verzahnung der fränkischen und der langobardischen Führungsschicht. Durch Heiraten kam es rasch zu einem Schulterschluss zwischen Siegern und Besiegten.

Auch in anderen Fällen scheinen Heiraten ein probates Mittel gewesen zu sein, um neue Kontakte und Netzwerke zu schaffen. So zeigen neuere genetische Untersuchungen aus verschiedenen Gräberfeldern, dass die Skelette von Frauen, die zur lokalen Elite gehörten, oftmals kaum Gene aus dem Genpool der lokalen Bevölkerung aufweisen – sie müssen zugezogen sein. Das heisst:

5. Die Vermischung zwischen den ansässigen und den einwandernden Ethnien förderte das friedliche Zusammenleben und war kulturell bereichernd.

Prof. Sebastian Scholz, sebastian.scholz@hist.uzh.ch

Ändert nicht deinen
Stress.
Aber die Art,
damit umzugehen.

Zur Linderung körperlicher und geistiger Symptome bei Stress und Überarbeitung.

Bei Müdigkeit, Erschöpfung, Reizbarkeit und Anspannung.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage.
Schwabe Pharma AG, Küssnacht am Rigi
SCHWABE

Foto: Markus Gisler

Immer in Bewegung

UZH-Alumna Brigitte Bailer füllt mehrere berufliche Rollen aus – IT-Unternehmerin, Handelsrichterin, Lehrerin. Was sie antreibt? Die Lust am lebenslangen Lernen.

Brigitte Bailer, Sie haben Wirtschaftsinformatik an der UZH studiert und promoviert. Wie verlief Ihr beruflicher Werdegang?

Ich bin 1981 ins Erwerbsleben eingestiegen und seit 1989 Mitinhaberin und Geschäftsleiterin einer IT- und Beratungsfi rma. Ich habe zahlreiche Softwareprojekte geleitet und weltweit die fi rmeneigene Software für den internationalen Handel eingeführt. Seit 1992 berate ich grosse Unternehmen im weiten Feld der Digitalisierung. Daneben amte ich als Handelsrichterin und bin Mitglied in Corporate-Governance-Gremien.

Entweder – oder

App oder Agenda?
Agenda, letzte analoge Illusion einer Privatsphäre.

Take-away oder selbstgekocht?
Selbstgekocht. Kochen ist unglaublich kreativ und erholsam.

Strategie oder Improvisation?
Strategie, die Improvisation zulässt.

Ruhe oder Bewegung?
Bewegung – Grundlage für Fortschritt.

Frühaufsteherin oder Nachteule?
Frühaufsteherin.

Inwiefern hat Ihre Zeit an der UZH Ihre berufliche Tätigkeit geprägt?

Fachlich sind es die Methoden und Fähigkeiten, die ich mir im Masterstudium und während der Dissertation angeeignet und erforscht habe, sie prägen unsere Software und meine Beratungstätigkeit bis heute. Die Abschlüsse und die Berufserfahrung waren zudem Türöffner für Weiterbildungen wie das INSEAD Certificate in Corporate Governance. Persönlich hat mir die UZH ermöglicht, meine breit gefächerten Interessen ein Leben lang zu befriedigen. Das führte unter anderem dazu, dass ich Anfang 2025 das Lehrdiplom für Maturitäts- und Berufsmaturitätsschulen in Wirtschaft und Recht an der UZH erwarb. Seit kurzem kann ich damit Stellvertretungen an Kantonsschulen wahrnehmen – Einsätze, die mir grosse Freude bereiten.

Gibt es einen Moment aus der Studienzeit, der Ihnen besonders in Erinnerung geblieben ist?

Unvergessen bleibt der Moment nach meiner letzten mündlichen Lizentiatsprüfung 1992, als ich mit meinem heutigen Ehepartner und Vater unserer beiden Kinder bei strahlendem Sonnenschein gleich beim Irchel einen Coupe genossen habe. Dieses Gefühl von Erfüllung kann ich heute noch abrufen – und es hat sich zur Lust am lebenslangen Lernen entwickelt.

Sie sind Präsidentin der UZH Alumni Informatik. Warum engagieren Sie sich – und weshalb ist Alumni-Arbeit wichtig?

Das Engagement erlaubt es mir, unsere Mitglieder immer wieder zusammenzubringen – und dies mit einem Vorstand, in dem jede und jeder ehrenamtlich und hochmotiviert arbeitet. Das «fägt». Alumni schaffen einen niederschwelligen Ort, um Erfahrungen auszutauschen und Beziehungen zu pflegen – ein Netzwerk, auf das man sich verlassen kann.

Interview: Anna-Julia Lingg, UZH Alumni

UZH alumni

Ein Netzwerk fürs Leben

Die Alumni-Organisationen der UZH schaffen ein starkes Netzwerk, das Menschen miteinander verbindet, wissenschaftliche Neugier fördert und die tiefe Verbundenheit zur Alma Mater lebendig hält. Sie wecken gute Erinnerungen an die Studienzeit, bieten spannende Veranstaltungen und halten ihre Mitglieder über Neuigkeiten an der Universität Zürich auf dem Laufenden. Alumnus oder Alumna ist man ein Leben lang – bleiben Sie Teil dieser Gemeinschaft! **uzhalumni.ch**

Alumni-Reisen 2026

Bereisen Sie spannende Destinationen mit dem Alumni-Netzwerk. Unsere Reiseleiter:innen mit Verbindung zur UZH bieten einzigartige Einblicke und besondere Begegnungen.

Japan

Zwischen Tradition und Moderne

27.03. bis 14.04.2026 | Ab CHF 12 330.–

Wer nach Japan reist, taucht in eine zugleich vertraute wie fremde Welt ein. Einerseits ist Japan ein moderner Industriestaat mit demokratischen Institutionen, der mit dem Westen zusammenarbeitet. Andererseits ist Japan von einer reichen Tradition geprägt, die sich bis ins späte 19. Jahrhundert abseits des Westens entwickelt hat. Auf dieser Reise wollen wir sowohl die kulturelle, religiöse und philosophische Tradition kennenlernen, als auch den Schritt Japans in die moderne Welt nachvollziehen.

Reiseleitung: Dr. Paulus Kaufmann hat Philosophie und Japanologie in Hamburg, Zürich und Fukui studiert. Dank mehrjährigen Japan-Aufenthalten kennt er das Land auch aus eigenem Erleben. Schwerpunkt seiner Lehre an den Universitäten München und Zürich sowie seiner Forschung sind Philosophie und Religionen Japans.

Marseille

Portal zum Orient

11.04. bis 16.04.2026 | Ab CHF 2750.–

Seit Jahrhunderten ist Marseille ein Hafen für Geflüchtete und Gestrandete, Mafiosi und Partisanen sowie Rückkehrer aus den Kolonien. Das interkulturelle Nebeneinander in diesem Tor zum Orient, wo 90 Prozent der Bewohner ihre Wurzeln anderswo haben, ist erstaunlich friedvoll. Den Gründen dafür wollen wir bei Stadtrundgängen nachspüren, mit einem wachen Blick auf das Alltagsleben zwischen Soziokultur und Politik, aber auch auf Kulturhighlights aus allen Epochen.

Reiseleitung: Prof. em. Conradin Wolf studierte Philosophie, Kunstgeschichte und Recht an den Universitäten Zürich und Genf. Als Gastprofessor an der Ecole Supérieure d'Art et de Design lebte er längere Zeit in Marseille. In Lehre und Forschung befasst er sich unter anderem mit Interkulturalität, Ethik und Völkerrecht.

England

Virginia Woolf – bahnbrechend!

15.06. bis 22.06.2026 | Ab CHF 4750.–

Auf dieser Reise besuchen wir die Orte in London und in Sussex, an denen die epochale britische Literatin Virginia Woolf (1882 – 1941) und ihr Freundeskreis, die «Bloomsbury Gruppe», wirkten. Diese bezieht ihren Namen zwar von dem Stadtteil in London, in den ihre Mitglieder ab 1904 gezogen sind. Doch das wissenschaftliche und künstlerische Schaffen sowie die Geselligkeit, an denen Woolf als eine der wichtigsten Vertreterinnen der britischen Moderne teilnahm, fanden genauso auf dem Land statt.

Reiseleitung: Prof. em. Elisabeth Bronfen, Emerita der UZH und Global Distinguished Professor an der NYU, ist Spezialistin für britische und amerikanische Literatur- und Kulturwissenschaften. Neben Fachwerken verfasste sie auch zwei Kochbücher sowie einen Roman und kuratierte die Ausstellung «Virginia Woolf & Mrs. Dalloway» im Strauhof in Zürich.

Peru

Kulturelle Schätze der Anden

26.09. bis 16.10.2026 | Ab CHF 11 750.–

Unsere Reise führt erst in die nördliche Küstenregion mit ihren weiten Flussoasen, den monumentalen Tempelruinen der Moche-Kultur, den fantastischen neuen Museen und den frühesten archäologischen Spuren einer jahrtausendealte präkolumbischen Kulturgeschichte. Dann wenden wir uns dem heiligen Tal der Inka zu, aber auch den frühen kolonialzeitlichen Prachtbauten der Stadt Cusco. Zudem lockt Peru mit einer kreativen Gastronomie und einer grossartigen naturräumlichen Vielfalt.

Reiseleitung: Dr. Peter Fux, Anden-Spezialist und Archäologe, war Kurator für die Kunst Amerikas im Museum Rietberg und Dozent an der Uni Zürich. Heute leitet er das Kulturmuseum St. Gallen. Seine Expertise und seine Kontakte mit Kolleg:innen in Peru sorgen für exklusive Einblicke in die präkolumbische Kultur.

Detailprogramm und Kontakt:
uzhalumni.ch/page/alumnireisen
rhz Reisehochschule Zürich
info@rhzreisen.ch
Tel. +41 (0) 56 221 68 00

UZH LIFE — Interdisziplinäre Lehre

Vernetzter denken

Es muss nicht immer die gewohnte Vorlesung sein: In neuartigen, fachübergreifenden Lehrformaten suchen Studierende an der UZH nach Lösungen bei Konflikten im öffentlichen Raum, sie unterstützen Kinder oder proben die Gründung einer Firma.

Suchen gemeinsam nach Lösungen für Nutzungskonflikte in der Zürcher Bäckeranlage: Markus Meile (Stadt Zürich), Eveline Odermatt (Zentrum für Krisenkompetenz UZH) und Germanistik-Doktorandin Chiara Diener.

«Mir wurde klar, weshalb sich Massnahmen zum Klimaschutz nicht einfach realisieren lassen. Es braucht rechtliche Grundlagen und einen politischen Prozess.»

CHIARA DIENER, Germanistik-Doktorandin und Teilnehmerin des Lehrmoduls «Die Krise und die Stadt»

Text: Adrian Ritter
Bilder: Diana Ulrich

Die Bäckeranlage liegt im Herzen der Stadt Zürich. Der Park ist beliebt bei Alt und Jung. Auch Obdachlose und die Drogenszene nutzen ihn als Treffpunkt. Dabei kommt es zu Konflikten zwischen den Nutzergruppen – und von politischer Seite zur Forderung nach einem harten Durchgreifen gegen die Szene. Deshalb wird immer wieder darüber diskutiert, wie sich der Park friedlich nutzen lässt.

Diese Frage ist nicht nur politisch, sondern auch wissenschaftlich interessant, findet Chiara Diener. Die Doktorandin der Germanistik beschäftigt sich in ihrer Dissertation mit der Interaktion von Menschen in sozialen Räumen – allerdings mit dem Fokus auf theoretische Aspekte. Ergänzend zu ihrer Dissertation besuchte sie deshalb ein Lehrmodul an der UZH, wo sie das Thema anhand konkreter gesellschaftlicher Herausforderungen betrachten konnte. So beschäftigte sie sich mit der Frage, ob die räumliche Gestaltung der Bäckeranlage dazu beiträgt, dass es zu Konflikten kommt.

«Die Krise und die Stadt: Urbane Herausforderungen und Krisenkompetenz im urbanen Raum Zürich» heisst das Modul, das Chiara Diener besuchte. Angeboten wird es vom Zentrum für Krisenkompetenz der UZH. In der Lehrveranstaltung bearbeiten die Teilnehmenden in interdisziplinären Zweierteams Themen, die in der Stadt Zürich zu Konflikten und Krisen geführt haben oder führen.

Besser Lösungen für Probleme finden

Chiara Diener erkundete und analysierte gemeinsam mit einem Studenten der Religionswissenschaft die Bäckeranlage. In einer gemeinsamen Seminararbeit brachte Diener dann vor allem soziologische Theorien zum Stadtraum ein, ihr Kollege aus der Religionswissenschaft richtete dagegen einen historischen Blick auf den Park. Gemeinsam kommen sie zum Fazit: Ja, die Anlage wäre gross genug, damit sich verschiedene Nutzergruppen konfliktfreier darin aufhalten könnten. Allerdings müsste man sie räumlich klarer trennen, was sich durch bauliche Massnahmen machen liesse.

Die eigene Perspektive erweitern, unterschiedliche fachliche Blickwinkel kennenlernen und dabei eine konkrete gesellschaftliche Herausforderung analysieren: Das Lehrmodul zu urbanen Herausforderungen und Krisen fördert genau diese wichtigen Fähigkeiten. Denn die Welt wird immer komplexer. Die Gesellschaft verändert sich in zunehmendem Tempo, einmal gelerntes Wissen wird durch neue wissenschaftliche Erkenntnisse immer schneller überholt. Umso wichtiger wird neben soliden Fachkenntnissen die Fähigkeit, Zusammenhänge zu erkennen, vernetzt zu denken, unterschiedliche Sichtweisen zu integrieren und fachliches Wissen und überfachliche Kompetenzen zu kombinieren. Dies bereichert auch das Studium und stärkt die Berufschancen.

Die UZH fördert inter- und transdisziplinäre Lehrangebote – also solche, die Fachbereiche verbinden und auch Akteure ausserhalb der Universität miteinbeziehen. Gezielt unterstützt die School for Transdisciplinary Studies (siehe Kasten) an der UZH solche Angebote. Eines davon ist das Modul des Zentrums für Krisenkompetenz. Die Veranstaltung für Masterstudierende und Doktorierende bezieht neben verschiedenen Fachrichtungen erstmals für ein Lehrangebot auch die Stadt Zürich als Praxispartner ein. Dreissig Studierende aus fünf Fakultäten haben am ersten Modul teilgenommen.

Konkret sieht das so aus: Zur Vorbereitung lesen die Studierenden Texte aus verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen zum entsprechenden Thema. In der Lehrveranstaltung findet dann ein Co-Teaching statt: Fachpersonen der Universität und der Stadtverwaltung bringen ihr Wissen und ihre Sichtweise ein. Germanistin Chiara Diener interessierte sich zum Beispiel für die Frage: Was sagt die Politikwissenschaft dazu, wie Notrecht in einer Krise legitimiert sein muss? Ein

Augenöffner war für sie der Einblick in die rechtlichen und politischen Rahmenbedingungen der Stadtverwaltung: «Mir wurde klar, weshalb sich gewisse Massnahmen zum Klimaschutz nicht so einfach realisieren lassen. Alles braucht eine rechtliche Grundlage und durchläuft einen politischen Prozess.»

Genau deshalb lohnt sich der transdisziplinäre Ansatz, ist Eveline Odermatt überzeugt. Die Sozialwissenschaftlerin am Zentrum für Krisenkompetenz hat das Modul mitkonzipiert, koordiniert und als Dozentin mitgeleitet: «Wenn wir die Perspektiven der verschiedenen Fachrichtungen und der Praxis kombinieren, finden wir bessere Lösungen für Probleme. Das gilt insbesondere in einer Welt, in der die Herausforderungen immer komplexer und globaler werden.»

Dazu braucht die Wissenschaft geeignete Partner – wie die Stadt Zürich. «Wir waren sofort begeistert von der Anfrage der UZH, eine gemeinsame Veranstaltung durchzuführen», sagt Markus Meile, Stabschef der Krisenführungsorganisation der Stadt Zürich. Für ihn hat sich die Teilnahme am noch laufenden Projekt schon jetzt gelohnt. Dabei denkt er an die Diskussionen wie auch die Seminararbeiten, die die Studierenden zu Themen wie Hitzeminderung, Wohnungskrise oder Konflikte im sozialen Raum verfasst haben: «Sie enthalten Erkenntnisse und neue Gedanken, die unsere Sicht auf die Stadt bereichern.»

Von Kindern lernen

Die eigene Perspektive erweitern und sich in eine andere Person hineinversetzen: Vor dieser Herausforderung stand auch Andri Brühwiler, Wirtschaftsstudent an der UZH. Allerdings in einem ganz anderen Zusammenhang: Für ihn war es ein Eintauchen in eine andere Kultur und die Welt eines Kindes. Ein Jahr lang traf er sich im Rahmen eines Mentorings wöchentlich mit einem neunjährigen Primarschüler, dessen Eltern als syrische Kurden in die Schweiz geflüchtet waren. Er unterstützte ihn bei schulischen Herausforderungen. Gefragt war vor allem Empathie: Welche Bedürfnisse hat das Kind? Womit tut es sich schwer? Und: Was erwartet es von mir, wie kann ich es unterstützen? Für Andri Brühwiler war es eine steile Lernkurve. Als Erstes erkannte er, dass dem Jungen zuhause ein Arbeitsplatz für die Hausaufgaben fehlt. Gemeinsam richteten sie einen solchen ein. Schritt für Schritt gelang es dem Studenten, das Vertrauen des Schülers zu gewinnen, sodass dieser ihm von seinen Schwächen erzählte: Er hatte Mühe mit der deutschen Sprache, war etwas chaotisch und es fehlte ihm an Durchhaltewillen beim Lernen. Brühwiler brachte seinen gesamten Erfahrungsschatz ein: Seine eigenen Lernerfahrungen ebenso wie das an der Universität Gelernte. Das Unterstützungsprogramm für Kinder ist für Studierende wie Andri Brühwiler zwar ein Sprung ins kalte Wasser – al-

School for Transdisciplinary Studies

Zusammen Probleme lösen

Die UZH fördert gezielt Lehrangebote, die es den Studierenden ermöglichen, von der Vielfalt der Disziplinen zu profitieren und mit Akteuren ausserhalb der Universität zusammenzuarbeiten. Eine wichtige Rolle spielt dabei die schweizweit einzigartige School for Transdisciplinary Studies (STS) der UZH, die in diesem Herbst ihr fünfjähriges Bestehen feiert. Die STS bietet ein Kursprogramm zu überfachlichen Kompetenzen, das Studierenden aller Fakultäten offensteht, und entwickelt ein inter- und transdisziplinäres Angebot mit Modulen, die oft einem projekt- oder problemlösungsorientierten Lernansatz folgen: Studierende bearbeiten unter Anleitung interdisziplinärer Dozierendenteams aktuelle und praxisnahe Fragestellungen. www.sts.uzh.ch

«Es war schön, zu sehen, wie mein Mentee im Lauf des Jahres sprachlich sicherer und beim Lernen motivierter und organisierter wurde.»

ANDRI BRÜHWILER, Ökonomiestudent und Teilnehmer des Lehrmoduls «Mentoring für die nächste Generation»

lerdings mit Auffangnetz. Denn es ist eingebettet in eine Lehrveranstaltung an der UZH: Das Modul «Mentoring für die nächste Generation» wird seit 2023 angeboten. Dozierende aus Pädagogik, Psychologie und Ökonomie bereiten die Mentorinnen und Mentoren auf ihre Aufgabe vor. Im Lauf der zwei Semester besuchen die Studierenden zudem Gruppen- und – bei Bedarf – Einzelcoachings. Vor allem aber sollen sie in der Begegnung mit ihren Schützlingen neue Kompetenzen erwerben. Denn darum geht es: Mentoring stärkt das Einfühlungsvermögen und das Selbstvertrauen ebenso wie die Fähigkeit, Lösungen zu finden in kritischen Situationen.

Bildungschancen für alle

Angeregt hat das Lehrmodul die Asylorganisation Zürich (AZO), die das Mentoringprogramm «Future Kids» anbietet, um die Bildungschancen von Kindern aus sozial benachteiligten Verhältnissen zu fördern. Als die UZH angefragt wurde, sich daran zu beteiligten, zögerte Ulf Zölitz nicht. Der Professor am Institut für Volkswirtschaftslehre und am Jacobs Center for Productive Youth Development der UZH beschäftigt sich in seiner Forschung mit der Frage, wie Kinder unterstützt werden können, damit sie ihr Potenzial ausschöpfen.

Mit dem Mentoring können die Studierenden spezifische Kompetenzen erwerben. «Es sind vor allem sozial-emotionale Fähigkeiten, die die Teilnehmenden dabei stärken», sagt Zölitz: «Gerade diese werden auf dem Arbeitsmarkt in Zukunft gefragt sein, da sie nicht durch künstliche Intelligenz ersetzt werden können.» Es sind Schlüsselkompetenzen, die in jedem Berufsfeld wichtiger werden. Entsprechend ist die Veranstaltung nicht nur für Studierende interessant, die wie Andri Brühwiler später im Lehrberuf tätig sein wollen. «Es war schön, zu sehen, wie mein Mentee im Lauf des Jahres sprachlich sicherer und beim Lernen motivierter und organisierter wurde», sagt der Wirtschaftsstudent.

Die eigene Komfortzone verlassen und sich auf neue Begegnungen einlassen – darum geht es auch in einem UZH-Lehrangebot, das dem Thema Unternehmertum gewidmet ist. Konkret sieht das so aus: Rund 20 Studierende sitzen in einem Kreis. Der Reihe nach stellt jede Person ihre Idee für ein Projekt oder Start-up vor: Welches Problem will ich damit lösen? Und wie gehe ich das an? Anschliessend bilden die Teilnehmenden Kleingruppen, um die erfolgversprechendsten Ideen weiterzuverfolgen. Der Politologie- und Ökonomiestudent Gregor von Rohr ist einer von ihnen. Er ist fasziniert von der Idee einer Medizinstudentin: Ihr schwebt eine Webplattform vor, die es einfacher macht, schweizweit Teilnehmende für klinische Studien zu finden. Im Teamwork arbeiten sie die Idee weiter aus, identifizieren technische Hindernisse, diskutieren mögliche Kooperationspartner, brüten über die Finanzierung.

Ort des Geschehens ist das «Entrepreneurship Bootcamp», eine Lehrveranstaltung des UZH Innovation Hub. Bevor die Studierenden in Projektgruppen arbeiten, eignen sie sich im Rahmen des Kurses grundlegendes interdisziplinäres Wissen zu Innovation und Unternehmertum an. Dabei helfen ihnen Dozierende aus den Fächern Psychologie, Pädagogik und Ökonomie sowie Praktikerinnen und Praktiker aus der Unternehmenswelt.

«Ein Start-up ist am Anfang wie ein Baby, dem man auf die Beine helfen will. Das geht nur gemeinsam.»

GREGOR VON ROHR, Politologie- und Ökonomiestudent und Teilnehmer des «Entrepreneurship Bootcamp»

Kreative Teams bilden

Gregor von Rohr ist das Unternehmertum nicht völlig fremd. Schon in der Kantonsschule gründete er eine kleine Firma mit. Als er im Herbst 2024 mit dem Studium an der UZH begann, war für den vielseitig interessierten 21-Jährigen klar, dass er seine Kompetenzen im Bereich Innovation und Un-

ternehmertum vertiefen will. Das «Entrepreneurship Bootcamp» kam da wie gerufen. Im Bootcamp erfuhr er viel darüber, wie man sich über die Fachgrenzen hinweg verständigt, wie man konstruktive Feedbacks gibt und wie kreative und produktive Teams entstehen. Dabei half, dass die Studierenden untereinander nicht in Konkurrenz standen. «Wir waren wie eine junge Familie, alle zogen am selben Strang», sagt von Rohr. «Ein Start-up ist am Anfang wie ein Baby, dem man auf die Beine helfen will. Das geht nur gemeinsam.»

Ob das «Baby» tatsächlich das Licht der Welt erblickt, ist sekundär. Das Bootcamp ist primär Übungsfeld. Wenn Studierende die Gründung eines Unternehmens realitätsnah durchspielen, können sie dabei wertvolle Kompetenzen erwerben – zum Beispiel, sich in fachlich gemischten Teams zielführend zu organisieren. «Wir wollen unsere Absolvierenden befähigen, über die Fachgrenzen hinweg innovativ und unternehmerisch zu denken und zu handeln», sagt Maria Olivares, Leiterin Innovation an der UZH. «Denn egal ob als Unternehmerin oder Arbeitnehmer: Die interdisziplinäre Zusammenarbeit an Projekten und Innovationen wird die Realität der Arbeitswelt von morgen sein.» Dabei seien vor allem Kompetenzen wichtig, die man in heterogen zusammengesetzten Teams erwirbt: offen sein, reflektieren, Probleme identifizieren und gemeinsam Lösungen erarbeiten.

Rüstzeug für eine selbstbestimmte Zukunft

Mehr als 150 Studierende der UZH haben seit 2019 am «Entrepreneurship Bootcamp» der UZH teilgenommen. In Zukunft wird das Format auch in einer weiterentwickelten Form angeboten. Ermutigt durch den bisherigen Erfolg will die UZH ab Herbst 2026 zusätzlich ein dreisemestriges Minor-Studienprogramm in «Innovation & Entrepreneurship» anbieten. Es richtet sich als eigenständiges Nebenfach an Studierende, die noch tiefer ins Thema eintauchen und ein breiteres methodisches Wissen dazu erwerben wollen. Die bisherigen Bootcamp-Module werden weiterentwickelt und in neuer Form in das Minorprogramm integriert. Sie können aber auch weiterhin als einzelne Module von Studierenden gewählt werden, die dem Thema Innovation nicht ein ganzes Nebenfach widmen wollen.

Was die beiden Angebote gemeinsam haben: «Wir wollen damit wie schon bei den Bootcamps Studierende aller Fachrichtungen ansprechen», sagt Jan Fülscher. Der Unternehmer und Start-up-Berater unterstützt das Team von Maria Olivares dabei, künftige unternehmerisch ausgerichtete Lehrangebote zu konzipieren. Im Vergleich zu anderen Institutionen, die häufig einseitig auf Hightech fokussieren, spricht die UZH in ihren Innovationskursen Studierende aller Fachrichtungen an, sagt Jan Fülscher: «Innovation ist in allen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereichen relevant. Die innovative Juristin braucht es ebenso wie den innovativen Biologen.»

Über die Fachgrenzen hinweg offen und lernbegierig sein: Diesem Grundsatz will auch Gregor von Rohr treu bleiben. Sein nächster Schritt führt ihn in ein Austauschjahr in die USA. Wenn er danach an die UZH zurückkehrt, wird er sich weiterhin nach inter- und transdisziplinären Lehrangeboten umschauen, um sich das Rüstzeug für eine selbstbestimmte Zukunft zu beschaffen. Denn für ihn ist klar: Das Leben ist nicht als gerade Linie vorgezeichnet und hält viele Möglichkeiten und Überraschungen bereit. Darauf will er sich vorbereiten.

Ethikpreis 2025

Wir prämieren Abschlussarbeiten
Bachelor, Master, Advanced Studies
mit Ethikbezug

Mach mit und gewinne ein Preisgeld von bis zu CHF 5 000.–

Anmeldeschluss: 1. Februar 2026

Zur Anmeldung
www.zhkath.ch/ethikfoerderung

Katholische Kirche im Kanton Zürich

PORTRÄT — Uli Sigg

China verstehen

UZH-Alumnus Uli Sigg hat als Sammler die chinesische Gegenwartskunst geprägt wie kein Zweiter. Auch als Unternehmer und Diplomat war er ein Pionier. Nun gibt er sein Wissen als Gastprofessor an der UZH weiter.

Uli Sigg im Park von Schloss Mauensee im Kanton Luzern.

«Egal, wie man zu China steht, diese Kunst hat Gewicht.»

Uli Sigg, Kunstsammler und Chinaexperte

Text: Theo von Däniken
Bilder: Marc Latzel

Er ist ehemaliger Spitzensportler, Journalist, Diplomat, ein heute noch international tätiger Geschäftsmann, Schlossbesitzer, Berater der wichtigsten zeitgenössischen Kunstmuseen und vor allem: einer der besten Kenner der chinesischen Gesellschaft und der wichtigste Sammler chinesischer Gegenwartskunst. Sein Lebensweg sei nicht das Produkt einer langfristigen Planung, sagt Uli Sigg auf die Frage, was hinter seinem ungewöhnlichen Werdegang steht: «Es waren vielmehr Gelegenheiten, die sich ergeben haben und die ich ergriffen habe.»

Ein wichtiger Antrieb war seine Lust, sich immer wieder Neuem auszusetzen: «Damit ich lerne und nicht bequem werde», sagt er. Die Gelegenheit, die sein Leben wohl am stärksten geprägt hat, ergab sich in den 1970er-Jahren. Damals hatte ihn der Medienkonzern Ringier wegen seiner Beziehungen im Nahen Osten als Wirtschaftsjournalisten angeworben – ohne dass er journalistische Erfahrung hatte. Der Aufzugshersteller Schindler aus dem luzernischen Ebikon interessierte sich für ihn, weil das Unternehmen nach der Ölkrise sein Geschäft im Nahen Osten ausbauen wollte. «Niemand kannte sich damals in der Region gut aus», sagt Sigg, «deshalb waren meine Kenntnisse gefragt.»

«Wirtschaftliche Verrücktheit»

Sigg sagte bei Schindler zu und als Ende 1978 eine chinesische Delegation mit der Anfrage für ein Joint Venture bei Schindler anklopfte, war Sigg bereit, sich auf das nächste Abenteuer einzulassen. «Damals war das eigentlich eine Verrücktheit», erinnert er sich. «Kaum ein Unternehmen wagte es, Geld und moderne Technologie nach China zu bringen.» In den Verhandlungen sah sich Sigg chinesischen Regierungsvertretern und Beamten gegenüber, denen Unternehmertum und Marktwirtschaft fremd waren. «Es gab kein Gesetz, das festlegte, was eigentlich ein Unternehmen ist, wie die Governance aussieht und wie die finanziellen Aspekte eines Joint

«Beim Rudern darfst du nicht aufgeben, auch wenn der Körper längst nicht mehr genug Sauerstoff hat.»

Uli Sigg, Kunstsammler und Chinaexperte

Venture geregelt sind», so Sigg. «Ich musste das alles in komplexen Verhandlungen definieren.»

Dabei kamen ihm Eigenschaften zugute, die er in jungen Jahren als Ruderer gelernt hatte: Ausdauer und ein klarer Blick für das Ziel: «Mir war klar, dass der Erste, der ein solches Joint Venture abschliesst, Erfolg haben würde, denn das Modell durfte nicht scheitern.» Zu wichtig war es für China, sich wirtschaftlich zu öffnen und einen Zugang zu westlichen Unternehmen zu finden.

Kunst als Schlüssel zur Gesellschaft

China war für Sigg damals völliges Neuland: «Eigentlich wusste ich absolut nichts über China.» In den Verhandlungen lernte er, dass die Chinesen grundsätzlich anders an Probleme herangehen, als er es gewohnt war. «In den ersten Verhandlungen versicherten mir meine westlichen Kollegen oft, ich hätte blendend argumentiert», erzählt Sigg. «Doch ich merkte: Die Chinesen folgen mir nicht.» Für sie war eine andere Perspektive relevant. «Sie haben sich eher die Personen angeschaut, die involviert waren, und welche Beziehungen sie zum Problem haben.»

Um über die Verhandlungen hinaus die chinesische Gesellschaft besser zu verstehen, hoffte Uli Sigg auf die zeitgenössische Kunst, die er als Student an der UZH kennen und lieben gelernt hatte. Sie interessierte ihn, weil sich Kunst grundsätzlich mit der aktuellen Gesellschaft auseinandersetzt. «Ich habe Wege gesucht, mehr über China zu lernen, und hatte mir erhofft, dass mir der Kontakt mit chinesischen Künstlern dabei hilft», erzählt er. Doch diese Hoffnung wurde zunächst enttäuscht. «Ich musste feststellen, dass es das, was ich als Gegenwartskunst kannte, in China gar nicht gab.» Die chinesische Öffnungspolitik hatte gerade erst begonnen. Für die Künstler war es schwierig, autonom zu arbeiten und Zugang zu aktueller westlicher Kunst zu erhalten.

Auch wäre es für Sigg zu jener Zeit absolut unmöglich gewesen, sich unter vier Augen mit Künstlern zu treffen. «Ich stand unter ständiger Beobachtung und wurde immer von Mitgliedern der Partei begleitet.» Als

Geschäftsmann war er dabei, das für beide Seiten enorm wichtige erste Joint Venture zwischen einem chinesischen und einem westlichen Unternehmen auszuhandeln. Kontakte mit Künstlern hätten den Abschluss der Verhandlungen gefährdet.

Erst in den 1990er-Jahren, nachdem er die «China Schindler Elevator Co.» zehn Jahre lang als Vizepräsident geleitet hatte, konnte er sich freier in China bewegen und suchte den Kontakt zu Kunstschaffenden. «Zu diesem Zeitpunkt hatte ich den Eindruck, dass die chinesischen Künstler zu einer eigenen Sprache gefunden hatten und nicht mehr Kunst produzierten, die von westlichen Konzepten abgeleitet war.»

Sigg war einer der Ersten, die sich für diese Kunst interessierten, und er begann, Werke zu kaufen. Der einzige Weg dazu war der direkte Kontakt zu den Künstlern, denn es gab keine Galerien, es gab keine Museen, es gab keinen Kunstmarkt für zeitgenössische Kunst – ausser ihm selbst. «Eine Zeit lang war ich für diese Kunst der Markt», sagte Sigg 2016 der Zeitung «Der Bund». Anlass war eine Ausstellung seiner Sammlung im Kunstmuseum Bern. Doch auch aus einem anderen Grund waren diese Begegnungen für ihn wichtig: «Die Künstler haben mir ihr Wissen über China vermittelt. Und dies in einem anderen Mass, als es ihre Werke allein tun konnten.» Denn nach wie vor war China Siggs eigentliches «Studienobjekt», wie er es nennt. Die Kunst war ein Mittel dazu, die chinesische Gesellschaft besser zu verstehen.

Als Geschäftsmann und Diplomat lernte er vor allem das chinesische Establishment kennen. Die Künstler öffneten ihm einen gänzlich anderen Zugang zum Land: «Sie lebten in einfachsten Verhältnissen und gehörten zur untersten Schicht der Gesellschaft, denn die Kunst war eine brotlose Angelegenheit», so Sigg. Wie kaum ein anderer kennt sich Sigg deshalb in allen Schichten der chinesischen Gesellschaft aus. Dies nicht nur als Beobachter, sondern als involvierter Akteur. Dadurch, so sagt er, habe er auch einen ganz anderen Zugang, um die chinesische Gegenwartskunst zu verstehen und zu beurteilen. Das unterscheidet ihn von anderen Sammlern, Kuratoren oder von Kunstwissenschaftlern. «Weil ich mich auch mit der Wirtschaftswelt und dem politischen System befasse, gibt mir das eine andere Perspektive auf die Kunst.»

Feines Gespür für neue Trends

Nun mit fast 80 Jahren nimmt Sigg nochmals eine neue Herausforderung an und wird Gastprofessor an der UZH. «Ich musste zuerst nachfragen, wie eine Vorlesung denn heutzutage überhaupt funktioniert», sagt Sigg. Er ist nicht nur ein grosser Sammler chinesischer Kunst, sondern es ist ihm auch ein Anliegen, dass sich der Westen damit auseinandersetzt. «Egal, wie man zu China steht, diese Kunst hat Gewicht.» Dass sich die UZH an einer Lehrveranstaltung damit auseinandersetzt, freut ihn.

Seine eigene Studienzeit ist schon lange her. «Es gab fleissigere Studenten als mich», erinnert Sigg sich. Damals stand für ihn die Ruderkarriere im Vordergrund, die ihn mit 23 Jahren zum Schweizermeistertitel im Achter führte. Dennoch promovierte Uli Sigg 1976 mit einer Dissertation über «Öffentlichrechtliche Probleme des Drahtfernsehens». Damit begab er sich einmal mehr auf Neuland. Denn die Schrift kam just zu einer Zeit, als in der Schweiz erste Piratensender das Monopol der SRG in Frage stellten. «Bevor Roger Schawinski mit Radio24 vom Pizzo Groppera aus auf Sendung ging, fragte er mich um ein rechtliches Gutachten dazu an», erinnert sich Sigg.

Uli Sigg scheint stets früher als andere ein gutes Gespür dafür zu haben, wo sich interessante Entwicklungen abzeichnen. Und er hat ein Flair dafür, Gelegenheiten zu ergreifen, die ihm Türen öffnen und ihn weiterbringen. Chancen zu packen, ist das eine. Daraus etwas zu machen, das andere. Was es dazu auch braucht, das habe er im Sport gelernt, sagt Uli Sigg: «Beim Rudern darfst du nicht aufgeben, auch wenn der Körper längst nicht mehr genug Sauerstoff hat.»

Uli Sigg hält im Rahmen seiner Gastprofessur einen öffentlichen Vortrag mit anschliessender Podiumsdiskussion zum Thema *Between the Private and the Public: Collecting as Cultural Discourse.* Mit Uli Sigg diskutieren Kathleen Bühler, Kunstmuseum Bern, und Ewa Machotka, Universität Zürich.

Dienstag, 9. Dezember, 18.15 Uhr, Aula (G-201), Universität Zürich Zentrum, Rämistrasse 71, 8001 Zürich

Berg oder Strand?

Urlaub im Kopf

Wann sind Sie am kreativsten?

Unter Druck.

Was tun Sie, um den Kopf auszulüften und auf neue Gedanken zu kommen?

Nicht überraschend: Ich schaue mir Kunst an – das ist Urlaub in meinem Kopf.

Mit welcher berühmten Persönlichkeit würden Sie gerne abendessen und weshalb?

Wahrscheinlich mit Konfuzius, das wäre ergiebig. Seine Schriften sind nicht auf Anhieb zugänglich. Man muss sich viele Jahre damit auseinandersetzen, um zu verstehen, wie er zu seinen Schlüssen gekommen ist.

Drei Bücher, die Sie auf eine einsame Insel mitnehmen würden?

Ich lese nur ganz wenige Bücher, weil mir dazu die Zeit fehlt. Zwar lese ich jeden Tag unendlich viel, vor allem schweizerische, deutsche und englischsprachige Medien. Ich komme ja auch aus diesem Business. Ich würde also verschiedene Medientitel mitnehmen.

Kugelschreiber oder Laptop?

Heute ist es natürlich der Laptop.

Berg oder Strand?

Auf jeden Fall Berg, da muss ich nicht überlegen.

INTERVIEW — Belén González

«Demokratien sterben schleichend»

Aktuellen Kriegen und Konflikten zum Trotz: Global gesehen sinkt die Anwendung politischer Gewalt, sagt Belén González. Die Friedens- und Konfliktforscherin zu Gewaltkalkülen, erodierenden Demokratien und zur Nostalgie des Westens.

Interview: Thomas Gull, Roger Nickl
Bilder: Stefan Walter

Belén González, Sie forschen zur internationalen Sicherheit, zu Frieden und Konflikten. Wir erleben gerade Kriege in der Ukraine und in Gaza, eine US-Regierung, die mit Unterstützung der Nationalgarde gegen Migrant:innen und Demonstrierende im eigenen Land vorgeht. Gewalt, hat man den Eindruck, wird wieder vermehrt genutzt, um politischen Probleme zu lösen. Ist das so?

Belén González: Aus wissenschaftlicher Sicht unterscheiden sich diese drei Fälle deutlich voneinander. Beim Krieg in der Ukraine handelt es sich um einen zwischenstaatlichen und in Gaza um eine Art innerstaatlichen Konflikt. In den USA könnte es zu einer Phase staatlicher Repression kommen. Was alle drei Fälle gemeinsam haben, ist, dass politische Akteure Gewalt als Mittel zur Durchsetzung oder Erreichung ihrer politischen Ziele sehen. Wir wissen aus der Forschung, dass das Anwenden politischer Gewalt in den meisten Fällen einer kaltblütigen Kosten-Nutzen-Rechnung folgt.

Wie sieht diese Kosten-Nutzen-Rechnung aus?

González: Regierungen, egal ob in einer Diktatur oder in einer Demokratie, wägen grundsätzlich ab, ob und wie weit

Erforscht die Rolle von Gewalt in politischen Konflikten: Belén González im Hof des Instituts für Politikwissenschaften.

sich der Einsatz von Gewalt für sie lohnt. Sie wenden Gewalt dann nicht an, wenn die Kosten, beispielsweise durch drohende Sanktionen oder eine militärische Intervention, grösser sind als der zu erwartende Nutzen, etwa die Neutralisierung von politischen Gegnern. Gleichzeitig wissen wir, dass Demokratien im Schnitt weniger gewalttätig sind als Autokratien. Das liegt an zwei elementaren Kontrollmechanismen, die die Anwendung von Gewalt für demokratische Regierungen politisch kostspielig und damit unattraktiv machen. Der erste Mechanismus ist die vertikale Kontrolle, die durch freie und faire Wahlen ausgeübt wird. In Demokratien riskieren Regierungen, die Gewalt anwenden oder repressiv sind, abgewählt zu werden. Der zweite Mechanismus ist die horizontale Kontrolle. Sie basiert auf der Unabhängigkeit der Gerichte. Regierungsvertreterinnen und -vertreter müssen damit rechnen, dass sie vor Gericht gestellt und für ihre Taten bestraft werden.

Autokratien neigen deshalb eher dazu, Gewalt anzuwenden?

González: Exakt. Autokratien kennen per Definition weder freie Wahlen noch unabhängige Gerichte. Damit entfallen Kontroll- und Rechenschaftsmechanismen, über die die Anwendung von politischer Gewalt sanktioniert werden kann. Das macht es erheblich wahrscheinlicher, dass Autokraten

«Für die regelbasierte internationale Ordnung haben die USA eine herausragende Rolle gespielt. Dies hat sich aber seit dem 11. September 2001 geändert.»

Belén González, Politikwissenschaftlerin

Gewalt nutzen und zum Beispiel unliebsame Oppositionelle oder Regimekritiker:innen attackieren. Natürlich finden in Autokratien, wie etwa in Russland, auch Wahlen statt, aber diese sind weder fair noch frei – sie werden dementsprechend von den amtierenden Regierungen nicht verloren und entfalten damit keine Kontrollwirkung. Das Gleiche gilt für die Gerichte, die nicht mehr unabhängig sind, wie in Polen unter der PiS-Regierung. Politikwissenschaftlich lassen sich Regierungen grundsätzlich auf einem Spektrum platzieren, das von in sich geschlossenen Autokratien auf der einen Seite und liberalen, offenen Demokratien auf der anderen reicht. Wichtig ist, zu verstehen, dass es dazwischen viele Schattierungen und Graustufen gibt. Länder können ihre Position auf diesem Spektrum verschieben. Das können wir im Fall von Ungarn oder der Türkei beobachten. Unter der Führung von Viktor Orban und Recep Tayyip Erdogan sind die beiden Länder in den letzten Jahren autokratischer geworden – dies macht die Anwendung politischer Gewalt wahrscheinlicher. Anders als früher, als Demokratien noch durch einen grossen Knall, oft durch einen Putsch des Militärs, kollabiert sind, sterben Demokratien heute schleichend.

Belén González
ist Leiterin der Forschungsgruppe für Internationale Sicherheit, Frieden und Konflikt am Institut für Politikwissenschaft der Universität Zürich. Sie untersucht die politischen Dynamiken in konfliktbetroffenen Gesellschaften, um zu verstehen, wie nationale und internationale Akteure politische Konflikte prägen und unter welchen Bedingungen sie gewaltbasierte oder gewaltfreie Strategien verfolgen.
belen.gonzalez@ipz.uzh.ch

Weshalb wenden Regierungen Gewalt an?

González: Wir wissen aus unzähligen wissenschaftlichen Studien, dass Regierungen Gewalt anwenden, wenn sie sich politisch fundamental bedroht fühlen. Dies ist zum Beispiel nach einem Terroranschlag der Fall oder wenn es zu einem bewaffneten Aufstand kommt. Politische Gewalt und staatliche Repressionen dienen dann dem Ziel, den anderen Akteur, also im konkreten Fall die Terrororganisation oder die Revolutionsbewegung, zu neutralisieren oder zumindest zu schwächen. Dies gilt übrigens nicht nur für Autokratien, sondern auch für Demokratien. In extremen Situationen können Demokratien genauso gewalttätig sein wie Autokratien.

Wie beispielsweise in den USA nach den Terroranschlägen vom 11. September 2001?

González: Das ist in der Tat ein interessantes Beispiel. Wissenschaftlich lassen sich verschiedene Formen von Repression unterscheiden. Zum einen gibt es Verletzungen der bürgerlichen Freiheiten. Dies umfasst Einschränkungen des Versammlungsrechts oder der freien Meinungsäusserung – eine, sagen wir, mildere Form staatlicher Repression. Wie wir heute wissen, haben die USA als Reaktion auf die Anschläge des 11. September ein riesiges, transnationales Überwachungsprogramm aufgebaut. Zum anderen gibt es deutlich schärfere Formen staatlicher Repression. Diese fundamentaleren Menschenrechtsverletzungen, die wir auch als eine «Politik der eisernen Faust» bezeichnen können, beinhalten die physische Verletzung oder gar Zerstörung von Personen. Denken Sie etwa an das Folterprogramm und die extralegalen Tötungen durch Drohnen, die die USA nach dem 11. September betrieben haben.

Zurück zu unserer Anfangsfrage: Ist es ein Trend, dass politische Gewalt häufiger eingesetzt wird?

González: Ich glaube nicht, dass dies der Fall ist. Natürlich haben wir das Gefühl, dass die Gewalt zunimmt, weil die

angesprochenen Konflikte geografisch näher gerückt sind oder weil sie in den Medien stärker thematisiert werden. Aber ich würde davor warnen, hier von einem Trend zu sprechen. Leider ist die Anwendung von Gewalt als Mittel zur Durchsetzung von Zielen so alt wie die Menschheit selbst. Die Daten aus der Konfliktforschung der letzten Jahrzehnte lassen eher auf einen gegenteiligen Trend schliessen – nämlich dass die Anwendung politischer Gewalt global sinkt. Dies schliesst natürlich nicht aus, dass sich das in Zukunft wieder ändern kann.

Wir haben auch den Eindruck, dass die internationale Ordnung heute weniger stabil ist als in den Jahrzehnten nach dem Zweiten Weltkrieg. Teilen Sie diese Einschätzung?

González: Nein, das bezweifle ich. Wir sollten nicht vergessen, dass grundlegende Bestandteile der regelbasierten Ordnung auf einem Opt-in-Prinzip basieren. Das heisst, Staaten entscheiden sich freiwillig, ein gewisses Verhalten zu unterlassen. Ob sie Verträge und Abkommen zum Schutz von Menschenrechten oder zur Unverletzlichkeit von Grenzen ratifizieren und sich daran halten, ist eine ganz andere Frage. Darüber hinaus haben sich Staaten auch immer wieder entschieden, gewissen Abkommen gar nicht erst beizutreten. Letztlich hat das Völkerrecht nur bedingten Einfluss darauf, wie sich Länder verhalten. Im Kern handelt es sich um Werte, für oder gegen die sich Staaten entscheiden.

Die internationale Ordnung war in der Vergangenheit schon fragil, sagen Sie – hat sich da im Vergleich zu den vergangenen Jahrzehnten nichts verändert?

González: Natürlich haben die USA als Wächter der regelbasierten Ordnung für eine gewisse Stabilität gesorgt, gerade nach dem Ende des Kalten Kriegs und dem Zusammenbruch der Sowjetunion. Dass sich dies nun mit dem Isolationismus der Trump-Regierung ändert, ist nicht weiter erstaunlich, aber aus europäischer Sicht natürlich nicht weniger bedenklich. Die regelbasierte Ordnung braucht engagierte Akteure, die sie durchsetzen.

Russland, Israel und auch die USA scheinen sich nicht mehr um internationale Regeln und Normen zu kümmern. Wie wirkt sich das aus?

González: Für die regelbasierte, manche sagen auch liberale, Ordnung haben die USA eine herausragende Rolle gespielt. Dies hat sich aber seit dem 11. September 2001 geändert. Im Zuge des amerikanischen «War on Terror» haben sich andere Staaten zu fragen begonnen, ob gewisse Normen, etwa das Respektieren der Menschenrechte, wirklich eingehalten werden müssen. Dementsprechend haben die USA hier einen gefährlichen Präzedenzfall geschaffen, der die Glaubwürdigkeit der regelbasierten Ordnung nachhaltig geschädigt hat.

Bleiben wir bei den USA. Sie forschen auch zu internen Konflikten und dem Einsatz von Gewalt im Innern. Was wir derzeit beobachten, ist, dass die Trump-Regierung Gewalt gegen Zivilisten anwendet, um ihre politische Agenda durchzusetzen. Wird diese Kosten-Nutzen-Rechnung aufgehen, etwa mit Blick auf die Zwischenwahlen für den US-Kongress im nächsten Jahr?

Den Takt aufnehmen

Werde reformierte:r Pfarrer:in

Nah am Leben. Am Puls der Zeit. Sinnstiftend.

Quereinstieg – Studienstart Herbst 2026

www.theologiestudium.ch/quest

Universität Basel
Universität Zürich UZH
AW Aus- und Weiterbildung der Pfarrerinnen und Pfarrer

González: Das ist schwer zu sagen. Zwar können wir in den USA, wie in anderen etablierten Demokratien, eine Erosion demokratischer Institutionen beobachten, aber die USA sind Stand heute immer noch eine Demokratie. Wir haben zuvor über die elementaren Kontrollmechanismen demokratischer Regimes gesprochen. Wenn die Bürger:innen mit dem Vorgehen der Regierung nicht einverstanden sind, sollte sich dies auch in den nächsten Wahlergebnissen niederschlagen. Gleichzeitig versucht die jetzige Regierung natürlich alles, um ihre Macht auch langfristig zu sichern. Und sie verfolgt mit dem «Projekt 2025» eine Agenda, die für die liberalen Elemente der US-Demokratie toxisch sind.

Trump spricht offen von einer dritten Amtszeit. Erwarten Sie, dass er an der Macht bleiben wird wie sein Vorbild Putin?

González: Ich denke, dass es sich gerade in diesen Zeiten lohnt, nicht jede Aussage eines populistischen Regierungschefs für bare Münze zu nehmen. Wir sollten nicht vergessen, dass Russland erst nach dem Ende des Kalten Kriegs eine Demokratie wurde. Putin kam 2000 an die Macht und begann trotz grosser Hoffnungen das politische System umzubauen. Russland war aber zu diesem Zeitpunkt noch keine etablierte Demokratie mit sehr starken Institutionen und resilienten politischen Kontrollmechanismen – dies ist im Fall der USA deutlich anders. Die USA sind eine etablierte Demokratie mit robuster Zivilgesellschaft und einer freien Presse. Gleichzeitig sehen wir natürlich, wie die Trump-Regierung die demokratischen Institutionen biegt und teilweise auch zu brechen versucht. Ich kann mir allerdings nur schwer vorstellen, dass die Erosion der Demokratie so weit fortschreitet, dass die Beschränkung der Amtszeit des US-Präsidenten ausser Kraft gesetzt wird. Auch der amerikanische Vizepräsident JD Vance und Aussenminister Marco Rubio dürften dies wohl mit Blick auf ihre eigenen politischen Ambitionen nicht ohne weiteres akzeptieren.

Ist die Demokratie in den USA bedroht?

González: Wir sollten nicht der Versuchung unterliegen und in einem binären Demokratie-Autokratie-Schema denken. Ich möchte noch einmal auf das bereits erwähnte Spektrum politischer Regimes zurückkommen. Wir wissen aus der Forschung, dass nur sehr wenige Länder, wie etwa Dänemark, Estland, die Schweiz und Norwegen, dem Idealtyp einer liberalen Demokratie entsprechen. Die meisten anderen Länder der Welt sind von diesem Idealtyp weiter entfernt. Das bedeutet aber nicht, dass sie zwingend Autokratien oder Diktaturen sind. Sofern die Länder freie und faire Wahlen abhalten, handelt es sich um elektorale Demokratien, die aber zum Teil auch durch Verletzungen von Persönlichkeits- und Freiheitsrechten auffallen. Kurzum, es gibt qualitative Unterschiede zwischen Demokratien. Wir wissen aus der Forschung, dass etablierte Demokratien mit robusten Institutionen, einer freien Presse und einer aktiven Zivilgesellschaft relativ langsam erodieren. Das heisst aber nicht, dass eine Erosion ausgeschlossen ist; und das gilt natürlich auch für das politische System der Vereinigten Staaten.

Zu unserem letzten Thema: In den eingangs erwähnten Konflikten wird Gewalt eingesetzt, um politische Konflikte zu lösen. Funktioniert das?

González: Die Forschung zeigt, dass politische Gewalt auf lange Sicht tatsächlich zumeist kontraproduktiv ist. Dies liegt daran, dass die Anwendung von Gewalt sowohl innerstaatlich wie auf internationaler Ebene Widerstand hervorruft. Das Problem ist, dass sich Regierungen, insbesondere wenn sie sich bedroht fühlen, oft auf kurzfristige politische Ziele konzentrieren und dabei die längerfristigen negativen Konsequenzen ausser Acht lassen. Ausserdem lässt sich nicht ausschliessen, dass sich Politiker:innen bei der Anwendung von Gewalt schlichtweg verkalkulieren.

Glauben Sie, dass die Politik wieder vorhersehbarer und weniger populistisch werden könnte?

González: Ich stelle grundsätzlich eine zunehmende Nostalgie fest, die sich in westlichen Gesellschaften breitmacht. Viele scheinen zu denken, dass während des Kalten Krieges die Dinge geordneter und damit stabiler waren. Es gab zwei Supermächte, zwei ideologische Pole, die sich vorhersehbar verhielten. Allerdings glaube ich nicht, dass es sich für die jeweiligen Akteure zu jener Zeit so angefühlt hat. Das war keine ruhige Zeit. Denken Sie nur an die Kubakrise, den Vietnamkrieg, die Revolution im Iran und die unzähligen Stellvertreterkriege auf dem afrikanischen und dem lateinamerikanischen Kontinent. Wir müssen akzeptieren, dass wir in dynamischen Zeiten leben und es in Demokratien zu Stimmungsänderungen kommen kann, die auch sehr heftig sein können. Mit Blick auf die zunehmende ökonomische Ungleichheit und Polarisierung innerhalb der westlichen Gesellschaften, die einen autoritären Populismus füttern, sehe ich nicht, dass wir uns in nächster Zeit auf mehr Stabilität einstellen können.

Die aktuellen Konflikte zeigen, dass die bestehende Ordnung in Frage gestellt und vielleicht neu arrangiert wird. Können Sie sich vorstellen, dass am Ende so etwas wie eine Klärung eintritt, es eine neue Ordnung gibt, die wieder stabil ist?

González: Die entscheidende Frage ist, wer diese neue, stabile Ordnung herstellt. Als Bürger:innen freiheitlicher Demokratien müssen wir uns bewusst sein, dass sich derzeit autoritäre, illiberale Staaten und politische Kräfte aufmachen, eine neue globale Ordnung zu schaffen. Dies lässt sich anhand von wissenschaftlichen Daten belegen. Denken Sie an das so genannte «eiserne Dreieck» bestehend aus China, Russland und Iran. Es ist davon auszugehen, dass eine neue stabile Ordnung gleichzeitig autoritär, illiberal und nicht regelgebunden wäre – und das sollte für alle Demokratien Ansporn sein, die bestehende Ordnung als attraktives Gegenmodell zu verteidigen.

IMPRESSUM

UZH Magazin — 30. Jahrgang, Nr. 3 — September 2025 — www.magazin.uzh.ch

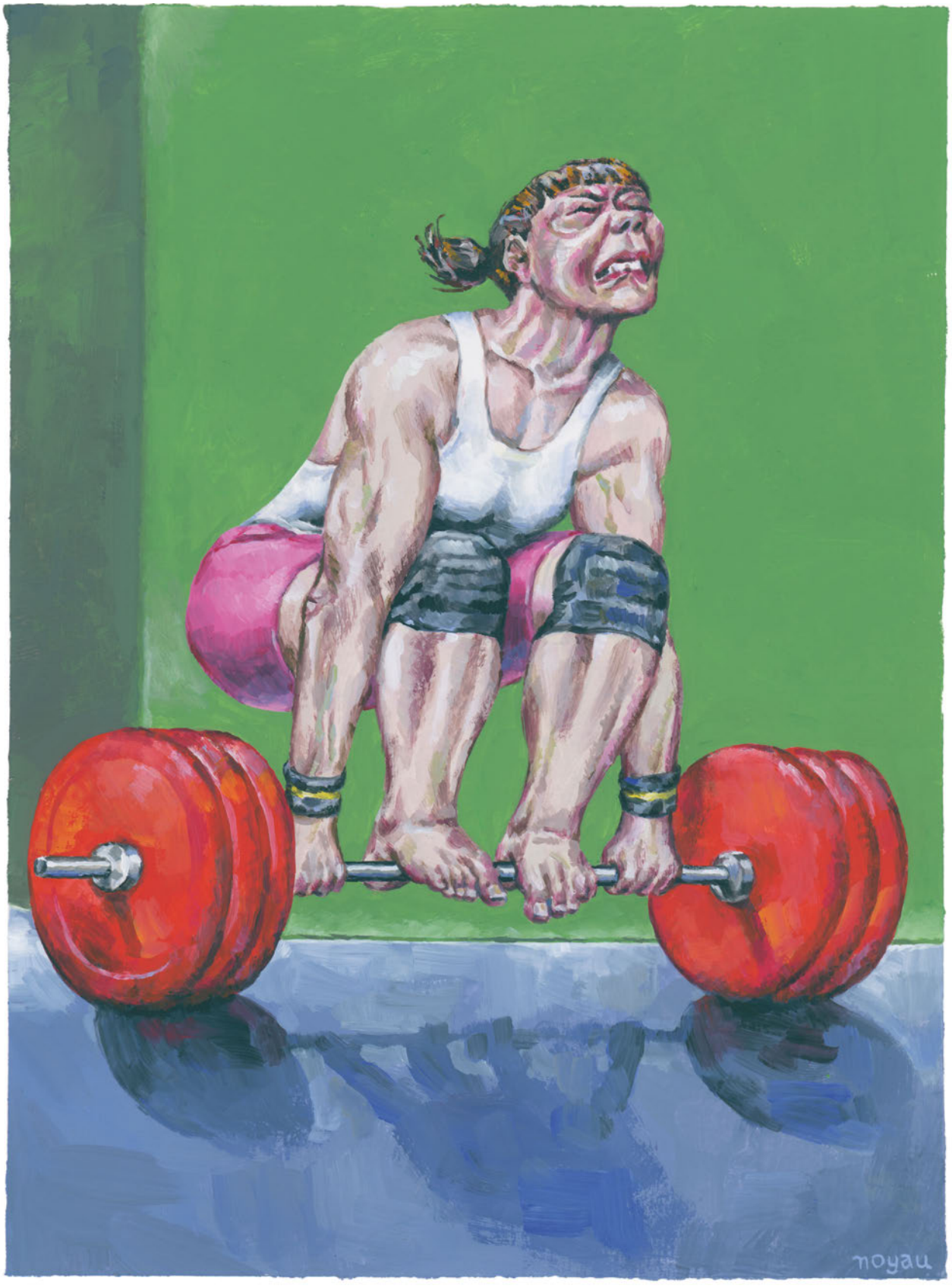
Herausgeberin: Universitätsleitung der Universität Zürich durch die Abteilung Kommunikation
Leiter Storytelling & Inhouse Media: David Werner, david.werner@uzh.ch
Verantwortliche Redaktion: Thomas Gull, thomas.gull@uzh.ch; Roger Nickl, roger.nickl@uzh.ch
Autorinnen und Autoren: Brigitte Blöchlinger, brigitte.bloechlinger@uzh.ch; Mia Catarina Gull, miacatarina.gull@uzh.ch; Adrian Ritter, adrianritter@gmx.ch; Santina Russo, info@santinarusso.ch; Simona Ryser, simona.ryser@bluewin.ch; Carole Scheidegger, carole.scheidegger@uzh.ch; Barbara Simpson, barbara.simpson@uzh.ch; Theo von Däniken, theo.vondaeniken@uzh.ch — *Fotografinnen und Fotografen:* Frank Brüderli, Marc Latzel, Diana Ulrich, Stefan Walter — *Illustrationen:* Cornelia Gann, Noyau, Anna Sommer

Gestaltung: HinderSchlatterFeuz, Zürich — *Lithos und Druck:* AVD Goldach AG, Sulzstrasse 10–12, 9403 Goldach, www.avd.ch
Inserate: print-ad kretz gmbh, 8646 Wagen, Telefon 044 924 20 70, info@kretzgmbh.ch
Abonnenten: Das UZH-Magazin kann kostenlos abonniert werden: publishing@kommunikation.uzh.ch — *Adresse:* Universität Zürich, Kommunikation, Redaktion UZH Magazin, Pfingstweidstrasse 60b, 8005 Zürich — *Sekretariat:* Fabiola Thomann, Tel. 044 634 44 30, Fax 044 634 42 84, office@kommunikation.uzh.ch

Auflage: 58 000 Exemplare; erscheint viermal jährlich — Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck von Artikeln mit Genehmigung der Redaktion
ISSN 2235-2805 — Dieses Produkt wurde klimaneutral produziert.

Gedruckt in der Schweiz
FSC www.fsc.org MIX Papier | Fördert gute Waldnutzung FSC® C156666
myclimate Wirkt. Nachhaltig Drucksache myclimate.org/01-24-469730

Was uns stark macht, gemalt von Noyau



Das nächste UZH Magazin erscheint im Dezember 2025

«Ich liefere der Wirtschaft und der Politik die Fakten, damit Fortschritt für alle entsteht.»

David
Ökonom Steuerstatistik
und Steuerdokumentation

Arbeite, wo du
Lebensqualität schaffst.
Jetzt bewerben.
stelle.admin.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesverwaltung
Die Schweiz mitgestalten

SCHAUSPIELHAUS ZÜRICH

SPIELZEIT 2025/2026

WWW.SCHAUSPIELHAUS.CH

Stadt Zürich Kultur

MIGROS Kulturprozent

Zürcher Kantonalbank