

# JS | MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN // JUNI 2018

## Machos in Uniform

Sexismus und Belästigung

## Einsatzrückkehrer

Hilfe nur bis zum DZE

## „Fragen Sie!“

Tipps fürs Bewerbungsgespräch

# HARTER AUFPRALL

American Football boomt. Wie heftig ist der Sport und was muss man dafür können? Ein Selbstversuch



ZU  
GEWINNEN!  
GoPro  
Hero 4



## NICHT GENUG

**Z**wei Themen dieser Ausgabe laufen auf dieselbe Frage hinaus: Tut die Bundeswehr genug? Zum einen sind da Soldaten, die ihre Kameradinnen als „Miststück“ oder Schlimmeres beschimpfen. Ein Teil der Soldaten kann offenbar nicht angemessen mit Frauen umgehen. Es fehlt an Respekt. Auch die gemeldeten Verdachtsfälle wegen sexueller Belästigung nehmen zu. Experten vermuten hier weiterhin eine hohe Dunkelziffer. JS bringt Licht hinein (S. 8). Und fragt: Tut die Bundeswehr genug gegen die Missstände?

Zum anderen sind da die Einsatzrückkehrer, die eines Tages aus der Bundeswehr ausscheiden. Wenn sie nach Dienstzeitende infolge eines Einsatzes seelisch erkranken, dann haben sie nur wenig Unterstützung zu erwarten. Die Bundesregierung versäumt es seit Jahren, längst versprochene Hilfe umzusetzen. Ein Oberstarzt und ein Vertreter vom Bund Deutscher Einsatzveteranen sprechen darüber (S. 14).

Tut die Bundeswehr genug? Nach allem, was ich dazu gelesen und gehört habe, meine ich in beiden Fällen: Nein.

Felix Ehring, Leitender Redakteur

### AUS DER REDAKTION



„Die Vorstellung, jahrelang eingesperrt zu sein, finde ich extrem verstörend. Gut, dass es einen Seelsorger gibt, der für die Gefangenen da ist.“

JS-Mitarbeiter **SEBASTIAN DRESCHER** war zu Besuch in der JVA Butzbach (S. 26)

Fotografn **JASMIN ZWICK** hat den Selbstversuch im Football dokumentiert (S. 22):



„Zweimal mussten wir den Termin verschieben: Erst war das Wetter mies, dann der Trainingsplatz der Lions belegt. Aber es hat sich gelohnt: Beim dritten Mal schien die Sonne – und es hat großen Spaß gemacht, die Fotos vom Footballtraining zu machen.“

FOTOS: LENA UPHOFF / TOBIAS MÜLLER-MONNING M.A. / JASMIN ZWICK // COVER: JASMIN ZWICK



**8** **Machos in Uniform: Sexismus und Belästigung in der Truppe**



**22** **Wie hart ist American Football? Was muss man dafür können? Ein Selbstversuch**



**28** **„Fragen Sie!“ Und weitere Tipps fürs Bewerbungsgespräch**

#### 4 EINBLICK

### DIENST

#### 6 MAGAZIN

**8 „HUREI!“** Solche Beschimpfungen müssen sich Kameradinnen immer wieder anhören. Was treibt Männer dazu und was tut der Dienstherr?

**12 MEINE WELT** Die JS-Fotostory

**14 ZU WENIG HILFE?** Warum seelisch belastete Einsatzrückkehrer nach DZE kaum unterstützt werden – zwei Experten diskutieren

### INFOGRAFIK

**18 GELD FÜR DIE FAMILIE DAHEIM**  
In welche Länder Migranten überweisen

### LEBEN

#### 20 MAGAZIN

**22 HART GENUG?** Training, Tacklings und blaue Flecken: Unser Autor hat in Leipzig American Football ausprobiert

**26 VERBINDUNG NACH DRAUSSEN**  
Besuch bei einem Gefängnisseelsorger

**28 „NICHT DEN SUPERTYP SPIELEN!“**  
Worauf es im Bewerbungsgespräch ankommt

**30 RATSEL** GoPro zu gewinnen! Plus Sudoku

### SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

**31 TERMINE** Zu Fuß, auf See, im Sattel: Veranstaltungen der Evangelischen Militärseelsorge

**32 GEFRAGT** Bei der Gesamtkonferenz in Wittenberg trafen sich die Militärggeistlichen

**34 DAS LETZTE WORT HABT IHR**  
Die JS-Lieblingsliste, diesmal aus Bremen

**35 TASCHENKARTE, VORSCHAU, IMPRESSUM**

**36 TASCHENKARTE, CARTOON**

## VERGESSEN

Soldaten der Demokratischen Republik Kongo im Februar nach einem Gefecht gegen Rebellen in der Provinz Nord-Kivu. Geschätzte 100 Milizen kämpfen allein im Ostkongo um Ressourcen und Einfluss. 13 der 80 Millionen Kongolesen sind auf Nothilfe angewiesen. Ein Text erklärt die Situation: [tinyurl.com/nzz-drk](https://tinyurl.com/nzz-drk)

FOTO: REUTERS, GORAN TOMASEVIC

# DIENST



WIR BLEIBEN DRAN!

**ÜBER DIE SITUATION IN MALI UND SPEZIELL IN GAO** haben wir zuletzt im Oktober 2016 berichtet. Seitdem hat sich die Sicherheitslage in Mali Meldungen zufolge verschlechtert, trotz mehr als 10 000 UN-Blauhelmen. Als „alarmierend“ bezeichnen die UN die zunehmende Gewalt zwischen Volksgruppen. Dutzende Menschen

starben dabei laut UN im Frühjahr in Zentralmali, mehrere Tausend flohen. Im Norden Malis operieren weiterhin verschiedene bewaffnete Gruppen. Bei **Angriffen auf UN-Soldaten** starben in den ersten drei Monaten 2018 bereits sieben Blauhelme, weitere wurden verletzt. (Foto: Rettungsübung der Bundeswehr bei Gao)



FÖRMLICHE ANERKENNUNG

Soldaten können im Rahmen des Kontinuierlichen Verbesserungsprogramms (KVP) Vorschläge einreichen, mit denen die Bundeswehr Geld spart. Wer etwas einreicht, kann künftig für einen Monat **einen Opel-SUV gewinnen**. Noch mehr Soldaten beteiligen sich vermutlich, sobald ein Cayenne verlost wird. Das müsste nur jemand vorschlagen, zum Beispiel beim KVP.

FOTOS: BUNDESWEHR, SUSANNE HÄHNEL / BUNDESWEHR, UWE GRAUWINKEL / PRIVAT / FILMRISE / JS-SCREENSHOT



## TÖTEN AUF VERDACHT

Heather Linebaugh wollte ihr Land beschützen. Heute kritisiert sie die Drohneinsätze der USA

Eine Dokumentation zeigt, was die bewaffneten Drohnen der USA anrichten

Die Dokumentation „Amerikas Drohnenkrieger“ (englischer Titel: „National Bird“) lässt ehemalige Soldaten zu Wort kommen, die für das US-Drohnenprogramm gearbeitet haben und es aufgrund ihrer jahrelangen Erfahrungen scharf kritisieren.

Die ehemalige Navy-Analystin Heather Linebaugh etwa hat Angriffe von US-Drohnen im Irak und in Afghanistan ausgewertet. Linebaugh hält das „gezielte Töten“ für eine Illusion, die Aufklärung sei nicht ausreichend

genau, und bei vielen Tötungen sei nicht klar, ob die Opfer wirklich gefährlich waren oder einfach nur Zivilisten. Das Vorgehen der Drohnen-Teams beschreibt Linebaugh so: „Manchmal beobachtet man sie tagelang, dann heißt es plötzlich: Dieser Typ ist böse. Dann wartet man, bis er das Haus verlässt, und jagt ihn in die Luft.“ Heather Linebaugh ist infolge ihrer Arbeit als Auswerterin seit Jahren seelisch erkrankt.

Auch andere Mitarbeiter des Drohnenprogramms kritisieren die Luftschläge als Irrweg. Ein ehemaliger Soldat bekommt wegen seiner Kritik Probleme mit dem FBI. Die Dokumentation zeigt außerdem an einem Beispiel, wie US-Militärs abstumpfen und willkürlich über Leben und Tod entscheiden. [tinyurl.com/yt-national-bird](http://tinyurl.com/yt-national-bird)



**WIE DIE ABGEORDNETEN** des Bundestags über die Auslandseinsätze der Bundeswehr abstimmen, kann man sich im Netz ansehen. Zuletzt stimmte eine deutliche Mehrheit für die Verlängerung der Einsätze. Beim **Irak-Einsatz enthielten sich viele Abgeordnete**. Auch interessant: Nur wenige haben die Abstimmungen abgestimmt. Nur wenige haben die Abstimmungen verpasst: [www.bundestag.de/abstimmung](http://www.bundestag.de/abstimmung) (im Reiter „Politikfelder“ auf „Auswärtiges“ klicken)

## ZAHL DES MONATS

# 8

Mannschaftsdienstgrade nutzten 2017 Telearbeit. Damit sind sie die **mit Abstand kleinste Gruppe**. Im gleichen Jahr dienten 732 Offiziere und 821 Unteroffiziere (auch) zu Hause.



## FRAG DEN PFARRER! SCHWANGERSCHAFT

ALEXANDRA DIERKS, Wunstorf, antwortet



Ich bin Soldatin im Stabsdienst und stehe vor der Frage, ob ich meinen Dienst noch um einige Jahre verlängern soll. Mir gefällt meine Arbeit, allerdings wollen mein Freund und ich auch bald Nachwuchs. In unserer Einheit gibt es bisher keine Mutter. Ich frage mich, wie eine Schwangerschaft

beim Vorgesetzten ankäme. Wie kläre ich diese Unsicherheit? Sie haben einen Beruf, der Ihnen gefällt, und einen Partner, mit dem Sie eine Familie gründen wollen. Wie schön! Sich Kinder zu wünschen, ist ein Menschenrecht, das auch für Soldatinnen gilt. Der Dienstherr unterstützt Sie in der Regel

dabei. Es ist sinnvoll, zu gegebener Zeit mit dem Vorgesetzten zu sprechen. Sie können klären, wie es nach der Geburt des Kindes weitergehen soll: Gehen Sie oder Ihr Partner in Elternzeit? Für wie lange? Wollen Sie als Mutter Vollzeit oder Teilzeit arbeiten? Gibt es eine Krippe oder Kita, bei der die Bundeswehr Plätze hat?

Ist Homeoffice eine Option? Sie können diese Angebote guten Gewissens in Anspruch nehmen. Falls Ihr Vorgesetzter reserviert reagiert: Unterstützung in dienstlichen Dingen bieten Gleichstellungsbeauftragte oder die Gleichstellungsvertrauensfrau; bei Fragen der Kinderbetreuung hilft auch der Sozialdienst.



## Solche und andere Herabwürdigungen müssen sich Soldatinnen von ihren Kameraden anhören. Sexismus ist in der Truppe verbreitet, sexuelle Belästigung passiert immer wieder. Doch der Dienstherr meint, dagegen werde genug getan

Jedes Jahr wieder listet der Bericht des Wehrbeauftragten Beleidigungen auf. Zum Beispiel jene aus der Überschrift. Oder: „Verbrauchtes Miststück!“ (Hauptbootsmann zu unterstellter Hauptgefreiter). Oder: „Eine Frau ist nichts wert...“ (Hauptgefreiter auf einem Truppenübungsplatz). Der Wehrbeauftragte sagt dazu: „Derartige Äußerungen sind nicht nur unwürdig, sondern gleich in mehrfacher Hinsicht diskriminierend und mit den Wertvorstellungen der Bundeswehr in keiner Weise vereinbar.“

Trotzdem kommen diese sexistischen Äußerungen regelmäßig vor. Sexismus war in den vergangenen Monaten in den Medien ein großes Thema – oft im Zusammenhang mit sexueller Belästigung. Die Phänomene bedeuten Unterschiedliches, hängen aber zusammen (siehe Kasten Seite 9).

Sexuelle Belästigung passiert überall, auch in der Bundeswehr. Beispiele liest man immer wieder in Zeitungen

und Onlineforen. Im Verborgenen und anonym berichten die Soldatinnen. Eine Sanitäterin (29) etwa hört von einem Kamerad: „Ich würde dich ja gerne pflegen, darf ich dir das Fieber messen?“ Ihr ist das unheimlich, sagt sie in der Süddeutschen Zeitung. Sie hat daraufhin Angst davor, dem Soldaten nachts auf dem Kasernengelände zu begegnen. „Ich habe mich nicht mehr sicher gefühlt.“

Doch wer bewertet, ab wann ein Verhalten übergriffig ist? Üblicherweise ist das negative Erleben der Betroffenen ausschlaggebend. Auch wenn derjenige, der belästigt, das gar nicht vorhatte, kann es ihm zum Vorwurf gemacht werden. Das muss Soldaten klar sein – Soldatinnen ebenso, allerdings weisen Statistiken darauf hin, dass deutlich überwiegend Männer belästigen.

Fragt man Wissenschaftler und die Bundeswehr, dann bekommt man zu Sexismus und Belästigung ganz unterschiedliche Ansichten. Fünf Punkte lassen sich ableiten:

### 1. DIE SOLDATEN WISSEN ZU WENIG

Was vermittelt die Bundeswehr Rekruten und jungen Soldaten zu Sexismus und sexueller Belästigung? Das Verteidigungsministerium verweist darauf, dass „bei vielen Gelegenheiten im täglichen Dienst eine Achtung und Kameradschaft vermittelt und erfolgreich angenommen wird, mit der sexualisierte Gewalt nicht vereinbar ist“. Auch im lebenskundlichen Unterricht und bei Laufbahnlehrgängen werde die Innere Führung und das Wertesystem in der Truppe verankert. Aber: Es gibt weder einen speziellen Unterricht zu Sexismus und sexueller Belästigung, noch gab es in den vergangenen Jahren hilfreiche Materialien wie etwa Faltblätter, Handreichungen für Vorgesetzte oder eine Kampagne des Ministeriums in der Truppe, beispielsweise mit Plakaten, die ganz klarmachen, was geht und was nicht.

Das Ergebnis sind Soldaten, die zum Teil nicht einschätzen können, was gegenüber Kameradinnen unangemessen

#### Erklärt: Sexismus und Belästigung

**Sexismus...** ist Diskriminierung, die sich auf das Geschlecht bezieht. Sexismus bedeutet, dass jemand Frauen (selten auch Männer) pauschal negativer wahrnimmt. Beispiele: „Frauen gehören an den Herd.“ Oder: „Frauen schwächen unsere Kompanie, weil sie weniger belastbar sind.“

**Sexuelle Belästigung...** ist laut Gleichbehandlungsgesetz (AGG, § 3) „ein unerwünschtes, sexuell bestimmtes Verhalten“. Dazu gehören Antatschen, Umarmungs- und Kussversuche, Aufforderungen zu sexuellen Handlungen, Bemerkungen sexuellen Inhalts sowie das unerwünschte Zeigen pornografischer Darstellungen. All das verletzt die Würde der betroffenen Person, stellt das Gesetz klar, insbesondere in einem Umfeld, das von Einschüchterungen, Anfeindungen, Erniedrigungen oder Beleidigungen geprägt ist.

**Den Zusammenhang von Sexismus und Belästigung...** erklärt der Psychologe Jonas Rees: „Längst nicht jeder, der sexistisch denkt, neigt zu Belästigung. Aber je stärker wir eine bestimmte Einstellung vertreten, umso wahrscheinlicher wird es, dass wir irgendwann entsprechend verhalten. Ist das Klima beispielsweise bei der Arbeit sexistisch, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Menschen sich entsprechend verhalten und zum Beispiel sexuell belästigen.“

#### Lesetipps: mehr Infos

- \* Vom „Kompliment“ bis zur Anfeindung: Sexismus hat viele Formen: [tinyurl.com/sexismus-formen](http://tinyurl.com/sexismus-formen)
- \* Sexuelle Belästigung: Wen es vor allem trifft und wie Frauen reagieren: [tinyurl.com/belaestigung-bpb](http://tinyurl.com/belaestigung-bpb)

ist. Die oben erwähnte Sanitäterin, deren Kamerad bei ihr „Fieber messen“ wollte, berichtet davon, dass sie kurz darauf von einem anderen Kamerad in der Kantine am Hintern berührt wurde, dabei raunte er: „Ey, würde dich ja gerne mit offenen Haaren sehen.“ Eine Gleichstellungsbeauftragte berichtet von Soldatinnen, die von Kameraden Fotos per Whatsapp bekommen: erst in Badehose, dann ganz nackt. Unaufgefordert. Man muss nicht jedem Soldaten, der ein Nacktfoto von sich verschickt, eine belästigende Absicht unterstellen, aber mindestens Unwissen, wie man einer Frau angemessen vermittelt, dass man sich für sie interessiert – und dass es Grenzen gibt.

Die Bundeswehr sollte ihren Soldaten deutlicher machen, wo diese Grenze verläuft. Solche Dinge müssen Soldaten ebenso wissen, wie sie die Zentrale Dienstvorschrift (ZDv) zum „Umgang mit Sexualität in der Bundeswehr“ kennen sollten. Und sie müssen sich darüber unterhalten, so wie sie sich auch über andere ethische Themen austauschen sollen.

## 2. DIE BUNDESWEHR WEISS ZU WENIG

Die Bundeswehr selbst weiß nicht genug über dieses Thema. Das zeigt der Forschungsstand: Die letzte größere Befragung von Soldatinnen, in der es auch um Sexismus und Belästigung ging, veröffentlichte die Bundeswehr 2014 mit dem Titel „Truppenbild ohne Dame?“. Doch die Befragung ist bereits von 2011, sieben Jahre alt. Die Studie war besorgniserregend: Jede vierte Soldatin wird während ihres Dienstes einmal oder mehrfach unerwünscht körperlich berührt, kam damals heraus. Mehr als die Hälfte aller männlichen Soldaten fand, Soldatinnen würden in der Bundeswehr zu positiv beurteilt und hätten bessere Karrierechancen als Männer. Und nur die Hälfte der männlichen Soldaten vertraut weiblichen Kameradinnen, wenn es um das Thema Einsatz geht. Seitdem forscht die Bundeswehr nicht mehr darüber. So vermeidet sie negative Schlagzeilen, mehr nicht.

Wesentliche Fragen können die Wissenschaftler der Bundeswehr nicht beantworten. Etwa: Welches Verhalten von Frauen könnte ihnen bei Beleidigungen oder körperlichen Übergriffen helfen? Wäre es sinnvoll, wenn die Bundeswehr ihre Soldatinnen für solche Situationen schult? Dazu haben die Wissenschaftler der Bundeswehr kaum Erkenntnisse.

## 3. DIE MASSNAHMEN DER BUNDESWEHR GREIFEN NICHT GUT GENUG

Das Verteidigungsministerium verweist darauf, viel gegen Sexismus und Belästigung zu tun: Anfang 2017 gab es einen hochrangig besetzten Workshop der Ministerin zum Thema „Sexuelle Orientierung und Identität in der Bundeswehr“.

Ebenfalls seit 2017 soll das „Stabselement Chancengerechtigkeit, Vielfalt und Inklusion“ Nachteile für Soldatinnen beseitigen. Es gibt die ZDv, weitere Vorschriften und eine lange Reihe von Ansprechpartnern für Frauen (und Männer) in der Truppe: Gleichstellungsvertrauensfrauen, Gleichstellungsbeauftragte, Vorgesetzte, Spieße, Militärpfarrer, das Netzwerk der Hilfe, den Wehrbeauftragten und einige mehr.

Eine überragende Rolle schreibt die Bundeswehr den Vorgesetzten zu: Sie sollen den korrekten Umgang mit Kameradinnen vorleben – und bei Verstößen konsequent durchgreifen, alles im Sinne der Inneren Führung. Aber was, wenn ausgerechnet die Vorgesetzten das Problem sind? Die von JS befragte Gleichstellungsbeauftragte sagt, Probleme tauchten öfters zwischen (männlichen) älteren Soldaten mit höherem Dienstgrad und jüngeren Soldatinnen mit niedrigem Dienstgrad auf. Die Wissenschaft bestätigt diese Beobachtung: Zwischen Tätern und Betroffenen bestehe „häufig ein beachtliches Machtgefälle“, und „Abhängigkeitsverhältnisse werden von Belästigern ausgenutzt“, schreiben der Psychologe Jonas Rees von der Universität Bielefeld und zwei Kollegen in einem Text (siehe Kasten Seite 9: Lesetipp).

Einiges weist also darauf hin, dass die Maßnahmen der Bundeswehr nur zum Teil greifen. Psychologe Rees sagt sogar: „Ich bin skeptisch, wie hilfreich Ansprechpartner und Bestrafungssysteme am Ende wirklich sind, denn bis dahin müssen hohe Hürden überwunden werden.“ Die Einrichtungen seien wichtig, weil sie vermittelten, welches Verhalten nicht akzeptiert sei und dass man dagegen etwas unternehmen könne. Trotzdem sagt Rees: „Der Deliktbereich sexuelle Belästigung ist ein klassisches Dunkelfeld: Viele der Fälle werden gar nicht erst zur Anzeige gebracht.“

Und das liegt vor allem an denen, die darunter leiden: den Frauen.

## 4. SOLDATINNEN HABEN ANGST STATT WUT

Monatelang hat die JS-Redaktion Soldatinnen gesucht, die Sexismus oder Belästigung durch Kameraden erlebt haben. Obwohl Gleichstellungsbeauftragte betroffene Soldatinnen ansprachen, wollte keine etwas dazu sagen. Eine Gleichstellungsbeauftragte erklärt das so: „Die Soldatinnen haben den Vorfall während der Ermittlungen schon mehrmals schildern müssen und wollen das Thema dann auch abhaken. Und sie wollen sich nicht wichtigmachen.“

Verhaltensforscher haben in einem Versuch Frauen eine belästigende Situation geschildert und sie gefragt, wie sie reagieren würden. Zwei Drittel gingen davon aus, dass sie sich wehren würden. Bei einem anschließenden Versuch mit sexuellen Sprüchen („Wenn ich dich sehe, wird mir meine Ho-



FOTOS: DDP IMAGES, TIMM SCHAMBERGER / DDP IMAGES, NIGEL TREBLIN (3) / STOCK.ADOBE.COM, MANU / DPA, SEBASTIAN GOLLNOW / DDP IMAGES, THOMAS WIECK / DPA, CHRISTIAN CHARISIUS / PICTURE ALLIANCE, ULRICH BAUMGARTEN (2)

se zu eng“) wehrte sich dann aber nur eine von 78 Frauen, alle anderen ließen wiederholte Belästigungen über sich ergehen. In weiteren Versuchen gingen Frauen davon aus, bei belästigenden Sprüchen wütend zu werden. In der tatsächlichen Situation empfanden die meisten stattdessen Angst. Das, so schreiben Jonas Rees und seine Kollegen, erklärt, warum sich viele Frauen bei Belästigung passiv verhalten: Ärger führt zu Aktivität, Angst aber führt zu „Starre“.

Es wird also unterschätzt, wie schockierend eine belästigende Situation ist und wie viel Überwindung es kostet, sich direkt zu wehren. Zudem befürchten Frauen, dass es sich negativ auf ihre Karriere und ihren Berufsalltag auswirkt, wenn sie sich wehren oder beschweren. Dabei leiden sie unter Belästigung, zum Teil langfristig. Mögliche Folgen sind Stress, Ängste, psychosomatische Beschwerden (z. B. Magen- oder Rückenbeschwerden) und psychische Störungen.

## 5. WAS SOLDATEN, SOLDATINNEN UND DER DIENSTHERR TUN KÖNNEN

Der Psychologe Rees stellt klar: „Es geht ja nicht darum, Menschen den Spaß am Flirten zu verderben, sondern die andere Person zu akzeptieren und Grenzen einzuhalten.“ Rees empfiehlt (vor allem den Männern): „Wir können uns selbst prüfen: Wäre es mir unangenehm, wenn eine Person etwas Bestimmtes zu mir sagen oder sich in bestimmter Weise verhalten würde? Wenn wir uns nicht sicher sind oder die Antwort Ja ist, dann sollten wir es lassen. Spätestens, wenn unser Gegenüber signalisiert, dass ein Verhalten unerwünscht ist, sollte man sich entschuldigen und es gut sein lassen.“

Und die Frauen? Mehrere befragte Experten sagen: Frauen müssen lernen, bei Sexismus oder Belästigung klar zu signalisieren: Schluss damit! Die Gleichstellungsbeauftragte sagt: „Wer tough ist und die rote Kelle zeigt, wird auch anerkannt. Schwerer hat es, wer kein Kontra gibt.“ Also muss Soldatinnen vermittelt werden, wie man diese rote Kelle zeigt. Die Gleichstellungsbeauftragte rät Soldatinnen (und Soldaten): „Sagt es gleich und zeigt die Grenze auf. Es bringt nichts, etwas zu akzeptieren.“ Man könne beispielsweise sagen: „Pass mal auf, dass ging jetzt etwas zu weit, lass das bitte!“

Und die Bundeswehr? Sie muss ihre Soldaten direkt in den Kompanien schulen. Es genügt nicht, wenn der Dienstherr das Thema vorrangig den Vorgesetzten in Seminaren vermittelt. Dann kommt bei den Soldaten auf Kompanieebene zu wenig an. Sexismus und Belästigung lassen sich nie ganz ausschließen. Aber die Bundeswehr kann ihren Soldaten das Thema besser vermitteln und ihre Soldatinnen so stark machen wie möglich, damit sie sich wehren. Keine Soldatin sollte sich hilflos fühlen.

Felix Ehring

# ROUTINIER

Hoch im Norden ist Dennis Pohlmann (31) aufgewachsen – und geblieben. Der Oberstabsgefreite dient in der dritten Kompanie der Flugabwehrraketengruppe 26 in Husum als Startgeräteführer der Patriot. Pohlmann baut das Raketensystem auf und richtet es aus, außerdem belädt er die Abschusscontainer mittels eines Krans. „Wir üben fast täglich, weil unser Ziel ist, immer schneller zu werden“, sagt Pohlmann. Nur scharf schießen können die Soldaten nicht in Schleswig-Holstein, dafür müssen sie nach Kreta fliegen, ihr System wird dorthin verschifft.

Pohlmann ist gelernter Maler und Lackierer, hat sich aber für 25 Jahre verpflichtet. „Ich finde meinen Dienst abwechslungsreich und freue mich, wenn ich jüngeren Kameraden etwas beibringen kann“, sagt er.



Links: Mit diesem Rad, das wir „Rikscha“ nennen, verlegen wir das Verbindungskabel zum Feuerleitstand  
Oben: Vor einer Republic F-84



Oben: Kaffeepause mit einem Kamerad aus dem Feuerleitstand // Unten: Zirkeltraining machen wir jede Woche



Als stellvertretende VP spreche ich hin und wieder mit dem Spieß

Oben: Besprechung mit dem Teileinheitensführer. Rechts/unten: Ich fahre die Stützen unseres Lkws aus, den ich auch steuere



Hier richte ich die Plattform der Patriot in die vorgegebene Position aus



## KAMERA ZU GEWINNEN!

Wir wollen wissen, was ihr macht! Immer an dieser Stelle zeigen wir Fotos aus eurem Bundeswehralltag. Bewerbt euch unter [info@js-magazin.de](mailto:info@js-magazin.de). Ihr bekommt dafür eine Nikon Coolpix S7000 schwarz (16 Megapixel, 20-fach-Zoom), Wert: rund 165 Euro. Damit könnt ihr eure Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Als Dankeschön dürft ihr die Kamera behalten. Viel Glück! (Rechtsweg ausgeschlossen.)





## ZU WENIG HILFE?

Die Bundeswehr hat ihre Hilfsangebote für Einsatzrückkehrer mit seelischen Problemen verbessert. Doch das reicht nicht, sagt der Bund Deutscher Einsatzveteranen. Ein Oberstarzt stellt sich der Kritik

Bernhard Drescher ist zweiter Vorsitzender vom Bund Deutscher Einsatzveteranen e. V. Er diente bis 2014, war mehrfach im Einsatz, erkrankte 2008 an einer PTBS. Noch als Soldat wurde Drescher behandelt. Er sagt: „Ich habe das Glück, wieder im Leben zu stehen.“



Oberstarzt Niels von Rosenstiel leitet in Augustdorf das Sanitätsversorgungszentrum, das Facharztzentrum und das Psychosoziale Netzwerk. Auch während seiner Zeit im Verteidigungsministerium beschäftigte er sich mit dem Thema posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS)

Auf diesen Seiten sind Soldaten zu sehen, die an PTBS erkrankt sind. Jakob Ganslmeier hat sie fotografiert: [www.jakobganslmeier.com/de/trigger](http://www.jakobganslmeier.com/de/trigger). Bis heute leiden viele Soldaten und Ehemalige im Stillen

**JS-Magazin: Herr von Rosenstiel, Sie hatten im JS-Magazin über einen ehemaligen Soldaten gelesen, der schon während seiner Bundeswehrzeit Symptome eines Einsatztraumas hatte (JS 11/2017). Kein Arzt der Bundeswehr erkannte das. Nach Dienstzeitende ging es dem Soldat immer schlechter. Er sagte in JS, er habe sich in seiner Situation von der Bundeswehr allein gelassen gefühlt. Das stand dann auf dem JS-Titel: Allein gelassen. Was hat sie daran gestört?**

**Niels von Rosenstiel:** Neulich hat im Radio eine Pfarrerin die Geschichte „Der schwarze Punkt“ erzählt: Wenn man auf einem weißen Blatt Papier einen schwarzen Punkt sieht, fällt der ins Auge und man spricht nur darüber. Ich weiß, dass bei der Bundeswehr vieles nicht zu hundert Prozent in Ordnung ist, aber wir sollten auch all das wahrnehmen, was gut läuft. Die Geschichte in JS hat mich so berührt, weil ich seit nunmehr 30 Jahren Soldaten betreue. Ich finde, die Titelzeile greift einfach zu kurz.

**JS: Die Geschichte drehte sich um einen ehemaligen Soldaten.**

**von Rosenstiel:** Bei der Betreuung von Veteranen gibt es noch einiges zu verbessern. Aber der berichtete Fall gilt nicht für die Situation aller Betroffenen, insbesondere nicht für die aktiven Soldaten. Alle Truppenärzte, die ich kenne, sind mittlerweile sensibilisiert für das Thema Einsatztrauma. Wenn sie Soldaten von Flashbacks, Schlaf- oder Konzentrationsstörungen berichten hören, sind sie alarmiert. Die Bundeswehr hat viel verbessert, es gibt für belastete Einsatzrückkehrer eine Hotline, das Psychosoziale Netzwerk am Standort, Angebote im Intranet, eine App, Lotsen, gute Präventionsangebote, fortgebildete Truppenärzte, geschulte Vorgesetzte – und einiges mehr.

**JS: Herr Drescher, ist der in JS berichtete Fall eher ein Einzelfall?**

**Bernhard Drescher:** Nein, aus Sicht des Bundes Deutscher Einsatzveteranen, kurz BDV, ist es kein Einzelfall. Wenn wir die ehemaligen Soldaten, die wir betreuen, zusammen betrachten, dann könnten wir für jeden Tag des Jahres so eine Geschichte schreiben. Die meisten Betroffenen sind aber nicht dazu in der Lage, in den Medien ihre Geschichte zu erzählen.

**JS: Wieso nicht?**

**Drescher:** Weil sie zum Teil hochgradig traumatisiert und in Behandlung sind. Die wenigsten trauen sich überhaupt, davon zu berichten. Der BDV ist nur entstanden, weil es einen Bedarf an Betreuung für ehemalige Soldaten gab. Allerdings stimme ich Herrn von Rosenstiel zu: Etwa drei Viertel der Soldaten kommen Gott sei Dank gestärkt aus

den Auslandseinsätzen zurück. Ich sage auch: Eine Kritik nur am Sanitätsdienst ist nicht gerechtfertigt. Wir wissen, dass sich in den vergangenen Jahren einiges getan hat. Die Frage ist: Ist das genug, was die Bundeswehr mittlerweile an Hilfe bietet? Da muss ich sagen: Es reicht definitiv nicht aus.

**JS: Was hat die Bundeswehr versäumt?**

**Drescher:** Anfang der 1990er Jahre sind Soldaten der Bundeswehr in die ersten Einsätze gezogen. Hätte sich die Bundeswehr damals an den Kriegs- und Einsatzerfahrungen anderer Streitkräfte orientiert, dann hätte sie darauf kommen müssen, Präventivkonzepte zu entwickeln. Andere Länder wussten längst, dass 25 bis 30 Prozent der Soldaten belastet aus den Einsätzen zurückkommen. Das Thema posttraumatische Belastungsstörung, PTBS, ist nur eine Facette. Laut einem Dokument des Verteidigungsausschusses des Bundestags von 2015 könnten von den bis heute rund 300 000 Soldaten mit Einsatzerfahrung geschätzte 20 Prozent eines Tages belastet sein. Das wären 60 000 Menschen. Verteidigungsminister de Maizière hatte im Bundestag gesagt, die Politik wolle sich um diese Menschen kümmern. Bis heute ist nichts passiert. Deshalb sage ich ganz grob: Viele Leute haben über lange Zeit versagt.

**JS: Was wurde konkret versäumt?**

**Drescher:** Die vom damaligen Verteidigungsminister de Maizière angekündigte, strukturierte Hilfe außerhalb der Bundeswehr für alle belasteten Veteranen hat niemand umgesetzt. Für alle Patienten im Bereich Psychotrauma hat die Bundeswehr 90 Betten zur Verfügung. Das ist zu wenig.

### BUND DEUTSCHER VETERANEN E. V.

- unterstützt ehemalige Soldaten (und ihre Angehörigen) bei vorwiegend seelischen Problemen infolge von Auslandseinsätzen
- bietet regionale Treffen für ehemalige Soldaten und ihre Angehörigen, um sich zu vernetzen, Probleme zu besprechen und Hilfe zu organisieren
- unterhält ein Netz von gut 40 Fallmanagern, die derzeit 80 psychisch belastete ehemalige Soldaten im Alltag unterstützen und in Notlagen (u. a. Suizidgefahr) sofort helfen
- finanziert sich komplett aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen, funktioniert mit viel ehrenamtlicher Arbeit



Games sind bei traumatisierten Soldaten beliebt. So lenken sie sich ab, ziehen sich immer mehr aus ihrem Umfeld zurück und bleiben für sich



Auspowern bis zur Erschöpfung: Viele Traumatisierte beschreiben das als Strategie, um für kurze Zeit zur Ruhe zu kommen

**von Rosenstiel:** Es gibt bisher bedauerlicherweise keinen richtigen Veteranenbegriff und auch kein Veteranenkonzept, das stimmt. Sie werden mir allerdings zustimmen, wenn ich sage: PTBS ist eine seltene Erkrankung, nur zwei Prozent der Soldaten erkranken nach Einsätzen daran.

**Drescher:** Korrekt.

**von Rosenstiel:** Nach einem traumatischen Ereignis kommt etwa ein Drittel der Betroffenen ohne Hilfe klar, ein weiteres Drittel kommt mit Unterstützung der eigenen Familie zurecht, ein Drittel benötigt professionelle Hilfe. Diese Zahlen sind über die Jahre konstant. Wir stellen aber fest, dass immer mehr PTBS-Patienten weitere Probleme entwickeln: Depressionen, Suchterkrankungen, Persönlichkeitsveränderungen – das kann bis zum Suizid führen. Wir, die Bundeswehr, haben Broschüren entwickelt, Programme zur Einsatzvorbereitung und für Vorgesetzte. Letztere sollten unbedingt einer Stigmatisierung von Betroffenen entgegenwirken, also keinem Kamerad vorwerfen, dass er psychisch nicht so robust ist wie gewünscht. Solch ein Vorurteil kommt leider immer noch vor.

**JS: Woran mangelt es aus Ihrer Sicht?**

**von Rosenstiel:** Wir haben zu wenige Psychiater und Psychotherapeuten in der Bundeswehr, sowohl in den Bundeswehrkrankenhäusern als auch in den Facharztzentren. Bei mir am Standort ist beispielsweise der Dienst-

posten Psychiater nicht besetzt, die Aufgaben nimmt zum Glück monatsweise ein Reservist wahr.

**Drescher:** Besser als gar nichts.

**von Rosenstiel:** Wir haben immer wieder Soldaten als Patienten, die wir schnell in eine psychotherapeutische Behandlung bringen wollen, die Wartezeiten in Bundeswehrkrankenhäusern, aber auch in zivilen Gesundheitseinrichtungen sind ein großes Problem.

**JS: Warum gibt es nur 90 Betten für diese Patienten?**

**von Rosenstiel:** Die Zahl der Betten ist bedingt durch ein sehr kompliziertes bürokratisches Verfahren. Wir sind uns aber einig, dass wir mehr Kapazitäten benötigen, für aktive Soldaten und für Veteranen.

**JS: Herr Drescher, wie groß ist der Unterschied zwischen Soldaten und ehemaligen Soldaten, die eine Behandlung wollen?**

**Drescher:** Der Unterschied ist in allen Bereichen groß. Für Soldaten gibt es erheblich mehr Unterstützung. Im Zivilen sieht es anders aus. Bei denen, die zu uns kommen, ist schon Land unter, was auch in der Natur der Soldaten liegt, die bei ersten Problemen denken: Ich schaffe das schon irgendwie und zaubere noch einen Plan B aus der Tasche. Wer erkrankt, hat bei Krankschreibung sechs Wochen Lohnfortzahlung, danach Krankengeld bis zu maximal

72 Wochen. Und die Soldaten, die nicht ausreichend in die Arbeitslosengeldversicherung eingezahlt haben, landen dann bei Hartz IV, bevor eine Wehrdienstbeschädigung anerkannt ist. Das Trauma ist der Auslöser für viele weitere Probleme wie Suchterkrankungen und Familien, die kaputtgehen. Viele Betroffene sind schon eine Weile von der Bundeswehr weg und kennen neuere Angebote wie die Hotline oder den PTBS-Schnelltest nicht. Oder sie denken nicht an den Sozialdienst, der leider auch nicht mehr so präsent ist in der Fläche.

**JS: Und der Sozialdienst hat nicht immer Leute, die sich mit PTBS auskennen, oder?**

**Drescher:** Richtig. Für ehemalige Soldaten ist es ganz schwierig, so ein Angebot zu nutzen. Und sie begeben sich nicht in Therapie, solange sie befürchten müssen, dass sie dann nicht mehr arbeiten können und der Kühlschrank für die Kinder nicht mehr voll wird. Diese Leute muss man an die Hand nehmen. Die wissen gar nicht, dass ihre Probleme vom Einsatz kommen.

**von Rosenstiel:** Ich gebe Ihnen völlig Recht. In Augustdorf haben wir etwa 50 PTBS-Patienten und zwei Lotsen für Einsatzgeschädigte, die mit den Soldaten zum Arzt gehen, ihnen bei der Bürokratie helfen und so weiter. In der Berliner Erklärung 2018, das ist ein gemeinsames Papier des Psychotraumazentrums der Bundeswehr und des Wehrbeauftragten, wird unter anderem eine zentrale

Ansprechstelle für ehemalige Soldaten und ihre Angehörigen empfohlen. Oft rufen ja die Ehepartnerinnen an und sagen: Mein Mann ist so komisch... Idealerweise könnte die Partnerin künftig mit ihrem Mann zu einer Beratungsstelle gehen, von der ihnen Wege aufgezeigt werden, die ihnen helfen. Letztlich geht es auch ums Geld: Wer bezahlt bestimmte Leistungen, etwa eine Paartherapie für den belasteten ehemaligen Soldaten und seine Partnerin?

**Drescher:** Es gibt ein vom Verteidigungsministerium geschriebenes, aber bisher nicht umgesetztes Konzept „Betreuung von ehemaligen Angehörigen der Bundeswehr, die unter Einsatzfolgen leiden“ von 2017. Einer der Autoren hat mir erklärt, was laut dem Papier nicht geht, nämlich dass auch ehemalige Soldaten und ihre Familien zum Truppenarzt gehen können. Das sei aufgrund gesetzlicher Gründe leider nicht möglich. Nur: Die Gesetze macht die Politik. Man könnte daran etwas ändern, wenn man möchte. Unser Gefühl ist also: Man will es nicht.

**JS: Was fordern Sie?**

**Drescher:** Wir brauchen ein Veteranenkonzept für unser Land, das alle Facetten umfasst: Betreuung, Versorgung, Identität. Und wenn dann einer krank ist, gibt es dieses ganzheitliche System. Wertschätzung – darum geht es.

**von Rosenstiel:** Ganz genau.

Moderation: Felix Ehring

# GELD FÜR DIE FAMILIE DAHEIM

Migranten überweisen jedes Jahr Milliarden an ihre Verwandten in der alten Heimat. Auch aus Deutschland – das sind die 15 wichtigsten Empfängerländer

**ZUSCHUSS FÜR DEUTSCHE FAMILIEN**  
Die 15 Länder, aus denen deutsche Auswanderer 2016 das meiste Geld in die Heimat überwiesen haben (in Millionen US-Dollar)

USA	2776
Türkei	1622
Schweiz	1467
Großbritannien	1247
Frankreich	954
Spanien	943
Italien	924
Österreich	826
Kanada	803
Australien	551
Russland	551
Niederlande	509
Kasachstan	384
Belgien	333
Polen	328

- > 1 Milliarde US-Dollar
- 750 bis 999 Millionen US-Dollar
- 500 bis 749 Millionen US-Dollar

QUELLE: PEW RESEARCH CENTER / WORLD BANK 2016 BILATERAL REMITTANCE MATRIX / TINYURL.COM/JS-INFOGRAFIK

# LEBEN

## BERUF DES MONATS

**T**äglich umgeben vom Duft frischer Schokolade – für Fabian Pluntke gibt es keinen besseren Arbeitsplatz. Der 22-Jährige arbeitet als Süßwarentechnologe bei Ritter Sport. Als Anlagenführer überwacht er den Produktionsvorgang, mischt die Zutaten für die Füllungen oder überprüft die Temperatur der Schokolade. „Wir bedienen vor allem große Maschinen“, sagt er, „das Ganze ist sehr technisch.“ Wenn die Schokolade fertig ist, geht's aber ans Probieren, die Qualitätskontrolle gehört auch zu Pluntkes Aufgaben.

Durch ein Praktikum in einer Konditorei entwickelte sich Pluntkes Berufswunsch. Während der dreijährigen Ausbildung besuchte er die Zentralfachschule der deutschen Süßwarenwirtschaft in Solingen, die



einzigste Berufsschule für Süßwarentechnologen in Deutschland. Technisches Verständnis sei eine wichtige Grundlage für seinen Beruf, in dem „die Gerüche, die einen umgeben, definitiv interessanter sind als anderswo“. Mit seiner Ausbildung könnte Pluntke auch als Produktentwickler oder im Labor arbeiten, doch als Anlagenführer ist er zufrieden. Auch nach fünf Jahren in der Produktion mag er Schokolade noch immer.

## Süßwarentechnologe Zuckrige Zunft

- **Für wen?** Leute, die präzise sind und gerne mit Maschinen arbeiten
- **Für wen nicht?** Theoretiker, die lieber am Schreibtisch sitzen
- **Für was?** 2000 Euro netto verdient Fabian Pluntke



## FRAG DEN PFARRER! WUT ODER TRAUER?

**THOMAS BALZK,**  
Koblenz,  
antwortet



**Mein Opa ist vor vier Wochen plötzlich gestorben – er war erst Ende 60. Er war wichtig für mich, mit ihm konnte ich über vieles besser reden als mit meinen Eltern. Das Komische: Ich bin nicht wirklich traurig, sondern vor allem wütend und sauer, dass er nicht mehr da ist. Ist das normal?**

Ja, das ist normal! Trauer ist nicht bloß Traurigkeit. Trauer äußert sich in vielen Empfindungen. Häufig gehören dazu eben auch die Wut und der Ärger. Man fühlt sich im Stich gelassen und einsam. Trotz aller Liebe zum Großvater dürfen Sie wütend sein. Das ist kein Zeichen mangelnder Zuneigung. Ganz im Gegenteil. Sie

sind verletzt, wie bei einer Trennung. Da ist man auch wütend. Der Tod eines geliebten Menschen lässt uns in einem Gefühlschaos zurück – da braucht es vor allem jemanden, der an Ihrer Seite ist, der zuhört. Beachten Sie: Egal wie, die Wut und alle anderen Gefühle möchten ausgedrückt werden, so wie auch die

Tränen der Traurigkeit geweint werden wollen. Ein Gefühl möchte gefühlt werden, auch wenn es unerklärlich ist. Wenn wir unsere Gefühle leugnen oder wegdrücken, dann macht uns das krank. Lassen Sie sich von niemandem unter Druck setzen oder für unnormale erklären, nur weil Sie (noch) nicht weinen können.

## STADIONFIEBER

### BIS TRUMP ZUM TIPP-KICK ANTRITT

Sportjournalist **DIRK BRICHZI** berichtet von der „Alternativ-WM“



**W**as kaum einer weiß: Die zunächst als Schnaps-idee geplante „FIFA-WM der Quali-Versager“ findet tatsächlich statt. Diese Teams sind dabei: Niederlande: Ein Land im WM-Fieber: Seit April tourt der Oranje-Kader in einem Dutzend Wohnwagen über die Dörfer und isst jeden Abend in einer Snackbar Fritten und Frikandel Speciaal mit den Fans. Die Folge: Kapitän Arjen Robben bringt zum Auftaktspiel über 100 Kilo auf die Waage, fällt aber durch den tieferen Schwerpunkt im Strafraum noch besser. Im Auftaktspiel gegen Österreich plumpst er auf seinen Bayern-Kollegen Alaba, bekommt einen Elfer und verwandelt ihn sicher – 1:0!

England: Überraschend treten die Engländer auch bei der Alternativ-WM an. „Wir rechnen uns echte Chancen aus, weil Deutschland ja nicht dabei ist“, sagt der kurzfristig einberufene Teamchef David Beckham. Allerdings kann er nur auf Spieler zurückgreifen, die nicht

in Russland im Einsatz sind. So kommt Wayne Rooney nochmal zu hohen Ehren und wird Torschützenkönig des Turniers. Im Viertelfinale kommt allerdings das Aus im Elfmeterschießen gegen ...

Italien! Es ist die große Stunde des Gianluigi Buffon: Der ist eigentlich nur als Spielertrainer im Kader, wechselt sich aber in der letzten Minute der Verlängerung selbst ein und hält alle Elfmeter der Engländer, zwei davon mit einer Hand. Ein gehaltener Elfmeter heißt in Italien seitdem nur noch „er hat einen Buffon gemacht“. Doch dem Erfolg im Viertelfinale folgt im Halbfinale eine Pleite gegen die ...

USA! Das Team von Trainer Donald Trump (seit seinem Tweet „Ich kann das besser!“ hat er den Job) spielt im Finale gegen Nordkorea unter Kim Jong Un. Weil beide die Hälfte ihrer Spieler gefeuert haben, müssen sie das Finale im Tipp-Kick austragen. Trump gewinnt 3:2 und wird auch deshalb 2020 als US-Präsident wiedergewählt.

## NETZFUND



**WARUM GLAUBST DU AN GOTT?** Jana Highholder ist 19 Jahre alt, Medizinstudentin in Münster, tritt bei Poetry-Slams auf – und hat darauf eine Antwort gefunden. Auf ihrem YouTube-Kanal „Jana glaubt“ erzählt

sie, warum sie glaubt und wie ihr das in ihrem Leben hilft. **Entscheidungen zu treffen.** Auf ihrem Kanal will Jana auch die Fragen der Nutzer beantworten – und Einblicke in ihren Alltag geben. [tinyurl.com/JS-Jana](http://tinyurl.com/JS-Jana)

## ZAHL DES MONATS

# 8

Abgeordnete und 48 Mitarbeiter der AfD-Fraktion haben Verbindungen zu rechtsextremen Gruppen. Sie waren z. B. Mitglied der NPD oder arbeiteten für rechte Blogs. [taz.de/NetzwerkAfD](http://taz.de/NetzwerkAfD)

## WELTVERBESSERER

### SAUBER TRAINIERT

Hält fit und hilft der Umwelt: „Plogging“, eine Kombination aus Jogging und „plocka“ (schwedisch für

aufheben). Bei den nördlichen Nachbarn soll das angeblich längst ein Trendsport sein. Auch in manchen deutschen Städten gibt es inzwischen Plogging-Läufe. Die Teilnehmer organisieren sich online, z. B. hier: [tinyurl.com/JS-Plogging](http://tinyurl.com/JS-Plogging)



FOTOS: RITTER SPORT / PRIVAT (2) / GEP / NÜRNBERGER NACHRICHTEN, GÜNTER DISTLER

# HART GENUG?

American Football gilt als beinharder Sport mit hoher Verletzungsgefahr. Unser Autor hat es ausprobiert

**D**en Ball habe ich fest unter meinen rechten Arm geklemmt. Ich renne los, versuche an Jonas vorbeizukommen. Er ist Quarterback, normalerweise muss er keine Zweikämpfe führen. Trotzdem reißt mich der 1,90-Meter-Mann locker zu Boden. Ich klatsche auf den rutschigen Rasen, mein Rücken wird nass, das Handgelenk schmerzt. Ich bin froh, dass der Trainer keinen der ganz schweren Jungs auf mich losgelassen hat.

Körperkontakt, Zweikämpfe, fiese Verletzungen – so habe ich mir American Football vorgestellt. Ein Sport, der in Deutschland immer beliebter wird, vor allem im Fernsehen. Den „Superbowl“ habe ich schon öfter live verfolgt – zu Hause auf der Couch. Aber selber spielen? Bin ich dafür hart genug? Ich gehe regelmäßig joggen und ab und an zum Klettern in eine Boulderhalle. Ich bin mit meinen 35 Jahren nicht unsportlich, aber auch keine Maschine. Durchschnitt eben.

Der Gegenspieler macht ernst: Autor Thomas Fritz (rechts) beim Probetraining in Leipzig

Auch in meiner Heimatstadt Leipzig wird Football gespielt. Zum Beispiel bei den Leipzig Lions. Die spielen in der drittklassigen Regionalliga Ost. 500 Besucher kommen im Schnitt zu den Heimspielen. Heute ist Training, und ich darf als Gast ausprobieren, ob American Football vielleicht doch der richtige Sport für mich ist.

Sebastian Fandert, kurze rötliche Haare, schwarz umrandete Brille, drückt mir in der Kabine meine Ausrüstung in die Hand: Schulterpolster, Brustpanzer und Helm. Stollenschuhe und Fanghandschuhe kaufen sich die Spieler selbst. Darauf muss ich verzichten.

## INGESCHRÄNKTE SICHT

Der 30-jährige Fandert, den alle „Coach“ rufen, schnürt den Panzer eng zu. Mir bleibt fast die Luft weg. Auch der Helm ist nicht so leicht überzustülpen: Besonders der Kinnriemen, der das Sprechen im festgezurrten Zustand arg erschwert, ist gewöhnungsbedürftig.

Ich bekomme den Mund kaum auseinander. „Das muss so sein“, sagt Quarterback Jonas, „damit der Helm nicht verrutscht und das Kinn vor Verletzungen geschützt wird.“ Ich nuschele Unverständliches zurück. Die Gitter des Helmes schränken stärker ein als gedacht: eine Aussicht wie im Gefängnis. Der Versuch, noch einen Schluck zu trinken, scheitert, und auch Naseputzen ist mit Helm unmöglich. Da beim Training kein Tiefschutz getragen wird, klappt zumindest der letzte Toilettengang problemlos.

Raus auf den Rasen. Der Platz ist eine große Wiese, hinter dem Metallzaun reihen sich graue Plattenbauten. Die Heimstätte der Lions liegt in Grünau, mit rund 45 000 Einwohnern eines der größten Plattenbaugebiete in Ostdeutschland. Coach Fandert versammelt die Männer unter dem Goalpost, dem gelben „U“ am Ende des Feldes. Mir fällt auf, dass die ganz kräftigen Typen wie Daniel (2,05 Meter / 140 kg), Martin (1,90 / 130) und

## AMERICAN FOOTBALL - EINE KLEINE REGELKUNDE

- Zwei Mannschaften aus je elf Spielern versuchen, den Ball in die Bereiche an den Spielfeldenden zu bringen oder ein Field Goal (Kick durch das Tor) zu erzielen – das Team mit den meisten Punkten gewinnt. Ein Touchdown bringt sechs Punkte, ein Field Goal drei Zähler
- Die Mannschaft im Ballbesitz (Offense) kann durch Werfen und Laufen Raum gewinnen
- Die wichtigsten Positionen in der Offense sind der Quarterback (Ballwerfer), Runningback (Ballläufer) und Wide Receiver (Ballfänger)
- Die Offense hat vier Versuche, einen Raumgewinn von zehn Yards (ca. 9,1 Meter) oder mehr zu erzielen. Gelingt das, erhält sie vier weitere Versuche
- Gelingt es nicht, wird der Ball im vierten Versuch meist zum Gegner zurückgepunktet (geschossen) oder ein Field Goal versucht
- Die Verteidigung (Defense) versucht, die Offense am Raumgewinn zu hindern und selbst in Ballbesitz zu kommen
- Sie hat das Ziel, Pass- und Laufspielzüge zu unterbinden, indem sie die Gegner umreißt (tackelt) oder die Bälle des Quarterbacks abwehrt
- Die Verteidigung kann den geworfenen Ball in der Luft abfangen (Interception) oder einen fallengelassenen Ball (Fumble) aufnehmen
- Offense und Defense einer Mannschaft sind getrennte Mannschaftsteile, die nie zusammen auf dem Feld stehen
- Bei den Field Goals und Punts kommen die Special Teams aufs Feld



Max (2,14/90), die in der Offensive den Quarterback beschützen sollen, die Ausnahme sind. Mit meinen 1,87 Metern und 85 Kilo bin ich gut dabei.

Zum Aufwärmen stellen wir uns in sieben Reihen auf. Der Coach pfeift, alle klatschen zweimal im Takt, dann läuft die erste Reihe los. Anfersen, Kniehebelauf, Ausfallschritte, kurzer Sprint. 30 Meter. Hin und zurück. Mein Herz pumpt. Wohl auch, weil ich mit Schulterpolster und Helm noch zwei, drei Kilo mehr herumschleppe.

#### WOHIN SOLL ICH LAUFEN?

Der Coach teilt uns zum Einzeltraining ein. Ich komme zu den sogenannten Wide Receivern. Sie sollen im Spiel die Pässe der Quarterbacks fangen. Wir stellen uns in einer Reihe auf, links daneben die Quarterbacks. Ich bin unsicher. Wie soll ich genau laufen? Stelle ich mich auch nicht zu blöd an? Ein Teamkollege erklärt, wie ich mich bewegen soll. Als langjähriger Basketballspieler bin ich zwar im Fangen geübt. Aber mit Gittern vor der Nase und dem engen Brustpanzer dieses seltsam geformte Ei zu greifen, ist etwas völlig anderes. Ich laufe vier Meter geradeaus, dann im 45-Grad-Winkel zwei Meter nach links und drehe mich zum Quarterback. Der Ball prallt wuchtig gegen meinen Oberbauch, kurz unterhalb des Brustpanzers. Autsch! „Du musst beim Fangen mit Daumen und Zeigefingern ein Dreieck formen“, erklärt mir ein Mitspieler. Neuer Versuch. Laufweg, Drehung – gefangen. Ich grinse. Mein erster „Catch“. Ich komme langsam rein.

Was sofort auffällt: Jeder versucht zu helfen. „Beim Football ist der Zusammenhalt riesig“, meint Coach Sebastian. „Da passt jeder auf jeden auf.“ Nach der Übung bilden die Spieler einen Kreis, den „Huddle“ (englisch für Haufen). Ich lege meine Hand zögerlich auf die Schulter des Vordermanns. Ein für mich unverständlicher Schlachtruf hallt über den Platz. Einige Jugendliche blicken neugierig durch den Zaun.

Der Trainer pfeift: Training der Special Teams. Die kommen aufs Feld, wenn der Ballbesitz wechselt. Ein Spieler der einen Mannschaft kickt (puntet) das Ei dann so weit wie möglich auf die andere Seite des Feldes. Dort versuchen zwei Spieler des gegnerischen Special Teams, den Ball zu fangen, durch Blocks ihrer Mitspieler möglichst weit nach vorne zu bringen – und dabei den heranstürmenden Gegenspielern zu entkommen.

#### DIE BEINE ATTACKIEREN

Mein erster Versuch, den Ball zurückzutragen scheitert, weil das Ei nach rund 40 Metern Flug über meinen Kopf segelt. Gepennt! Der zweite Punt landet rechts im Aus. Beim Dritten lasse ich den Ball durch die Hände gleiten und hebe ihn zwei, drei Sekunden später auf. Normalerweise würde mein Gegenspieler jetzt zwei Meter vor mir abheben und im vollen Lauf meine Beine auf Kniehöhe attackieren. Weil die Verletzungsgefahr dabei sehr hoch ist, darf im Training nur leicht gerempelt werden. Ich renne los und mache ein paar Meter gut, bevor ich ins Aus laufe.

Meine Beine werden müde. Die Pause nach einer knappen Stunde kommt



Von links nach rechts: Erster Ballkontakt in der Kabine der Leipzig Lions // Ein Mitspieler erklärt, wie man das Spielgerät richtig wirft // Wide Receiver Erik (links) nimmt unseren Autor hart ran // An Quarterback Jonas (links) ist kein Vorbeikommen // Unten: Autor Thomas Fritz am Ende des Trainings

mir gelegen. Weil sich die Lions auf die neue Saison vorbereiten, steht jetzt ein Trainingsspiel an. Ein Viertel (15 Minuten) lang geht es wie in einem echten Spiel zur Sache. Mit Unterbrechungen kann das schon mal 45 Minuten dauern. „Da willst du nicht dabei sein“, ruft mir Maik zu, der zweite Coach.

#### SCHWERKRANKE EX-PROFIS

In den USA wird seit Jahren über das Verletzungsrisiko des Sports diskutiert, vor allem über die Langzeitfolgen der vielen Kopfverletzungen. In der Footballliga NFL haben Dutzende Fälle von Ex-Profis für Schlagzeilen gesorgt, die zu Pflegefällen wurden, unter Panikattacken und Depressionen litten oder Suizid begingen. Eine 2017 veröffentlichte Studie über 202 gespendete Gehirne verstorbener Footballspieler zeigte, dass 87 Prozent an chronisch traumatischer Enzephalopathie (CTE) litten – einer schweren Nervenerkrankung, die durch mehrfache Gehirnerschütterungen ausgelöst wird.

Auch bei den Lions kommt es hin und wieder zu Gehirnerschütterungen. Vielleicht zweimal pro Saison, sagt Coach Sebastian. „Das Thema wird medial ziemlich gepusht, aber das Risiko von Kopfverletzungen ist im American Football nicht größer als beim Eishockey oder anderen Kontaktsportarten“, meint er. Fandert verweist zudem auf die hoch entwickelten Schutzhelme

und das Verbot von Kopf-gegen-Kopf-Tackles, das weltweit vor drei Jahren eingeführt wurde. Das Thema scheint hier niemanden zu beunruhigen.

Während des Gesprächs fängt es an, heftig zu regnen. Nach dem Regenguss nochmal eine Einzelübung: Jonas wirft die Pässe, Wide Receiver Erik, eben aus dem Trainingsspiel ausgewechselt, gibt den Aushilfsverteidiger, den ich abschütteln soll. Seinem genervten Tonfall entnehme ich, dass er lieber richtig trainieren würde. Schon beim Losrennen schlägt er mir hart auf die rechte Hand und den Unterarm. Er will dem Anfänger offenbar klarmachen, was Sache ist. Ich kann das verstehen und freue mich, dass ich nach den Trockenübungen endlich hart angepackt werde. Dafür bin ich schließlich hier.

#### FAZIT: VOLL GEFORDERT

Der Ball flutscht mir durch die Hände, ich lande im Gras, Erik halb auf mir drauf. „Kann ich was besser machen?“, frage ich ihn. „Schneller rennen“, sagt er. Beim zweiten Versuch glückt der Fang. Wieder werde ich von Erik, der wie eine Klette an mir klebt, an der Hüfte gepackt und zu Boden gerissen. Ich spüre den nassen Rasen am Rücken. Meine Klamotten sind durchgeweicht, die Hand schmerzt von den Schlägen. Aber ich bin zufrieden. Ich habe gezeigt, dass ich was einstecken kann.

Zum Abschluss darf ich mit Quarterback Jonas zehn Minuten Werfen üben. Seine Bälle rotieren wie im Lehrbuch, meine eiern durch die Abenddämmerung. Ich fühle mich wie ein Anfänger, obwohl ich mit Bällen sonst gut kann. Dann ist meine Schnupperstunde vorbei. Die anderen Löwen trainieren noch, während ich mich vom Coach verabschiede und zur Kabine schlurfe.

Das Probetraining hat mich körperlich und mental voll gefordert. Das Fangen hat mir am meisten Spaß gemacht, aber für die Position des Wide Receivers bin ich zu langsam. Ich sehe mich eher als Quarterback, als Ballverteiler. Der Vorteil: Die müssen kaum rennen, ich habe die richtige Statur und Quarterbacks können – siehe der US-Star Tom Brady – auch mit 40 noch spielen.

Was sonst bleibt? Eine Beule am rechten Handgelenk und zwei blaue Flecken am Arm. Und am Tag danach Muskelkater in den Oberschenkeln. Dabei habe ich nur eine kleine Kostprobe abbekommen. Auf die Härte des Sports war ich vorbereitet. Überrascht hat mich die hohe Geschwindigkeit. Ich mag es einfach etwas gemächlicher: joggen, klettern, im Sommer ein paar Bälle beim Basketball werfen. Ob es mit ganz viel Training für die Regionalliga reichen würde? Diese Frage beantwortete ich selbst: Ich werde American Football künftig wieder im Fernsehen verfolgen.

Thomas Fritz

# EINE VERBINDUNG NACH DRAUSSEN

Tobias Müller-Monning hat täglich mit Schwerverbrechern zu tun – und kümmert sich um deren Sorgen. Besuch bei einem Gefängnisseelsorger

**D**er Gefangene hat auf ihn gewartet, eine halbe Stunde schon. Er steht schnell auf, als Tobias Müller-Monning die Tür öffnet, sagt: „Ich habe absolut nichts mehr.“ Der Insasse, Anfang 30, halblanges Haar, schmales Gesicht, bittet um eine Prise Tabak. Den hat Müller-Monning immer zur Hand, obwohl er selbst gar nicht raucht. Der Tabak ist ein Kontaktangebot, Müller-Monning hält auch Briefmarken und Geld für die Fahrkarten mittelloser Angehöriger parat. Wenn ihr etwas braucht, bin ich für euch da, will er damit sagen.

Müller-Monning ist Seelsorger in der Justizvollzugsanstalt Butzbach bei Frankfurt. Er ist einer von rund 300 evangelischen Pfarrern in Deutschland, die sich um den Teil der Bevölkerung kümmern, der hinter Gittern sitzt: Erwachsene, Jugendliche, Deutsche, Ausländer, Abschiebehäftlinge, Tatverdächtige in Untersuchungshaft und verurteilte Gewaltverbrecher. Deutschlandweit rund 65 000 Menschen – 94 Prozent davon Männer.

Butzbach ist ein Gefängnis der höchsten Sicherheitsstufe mit einer Abteilung für psychisch Kranke und Drogenabhängige. Wie eine Festung thronen die hohen Mauern und Wachtürme über der Kleinstadt in der hessischen Provinz. Drinnen ist es seltsam still, nur das laute Klacken der Schlösser hallt dumpf durch die drei Gebäudeflügel der Haftanstalt. Jeder Flügel ist vier Stockwerke hoch und durch Netze und

Gitter getrennt, in den oberen Stockwerken schlängelt sich ein schmaler Gang an beschlagenen Holztüren entlang.

Die Männer, die dahinter sitzen, haben gestohlen, betrogen, geprügelt oder mit Drogen gehandelt, einige wenige haben gemordet oder Sexualverbrechen begangen. Der Pastor kümmert sich um alle, die ein Gespräch suchen. Manche füllen dafür ein Formular aus, andere sprechen ihn nach dem Gottesdienst an, den Müller-Monning jeden Sonntag im Kirchraum der JVA feiert. Und dann gibt es noch die spontanen Begegnungen. Gefangenen drückt Müller-Monning kräftig die Hand. Sucht den Blickkontakt. Spricht sie mit fester Stimme an. Der 63-Jährige hat gelernt, dass sich im Knast auch ein Pfarrer Respekt verschaffen muss.

## NUR ZWEI STUNDEN BESUCH PRO MONAT

Zu Terminen holt er die Gefangenen in ihren Zellen ab. „Ich will wissen, wie sie leben, ihre Zelle ist wie ihre Wohnung“, sagt Müller-Monning. Manchmal bleibt er ein paar Minuten bei ihnen, vertrauliche Gespräche aber führt er nur in seinem Büro. Als Pfarrer ist er an das Beichtgeheimnis gebunden. Was er hört, erzählt er nicht weiter.

Ein Beamter aus dem Vollzugsdienst funkt den Pfarrer an: Ein Insasse habe erfahren, dass ein naher Angehöriger im Sterben liege. Er möchte ein letztes Mal mit dem Sterbenden sprechen, doch jedem Inhaftierten stehen pro Woche



Von links nach rechts: Außengelände der JVA Butzbach // Die schweren Holztüren der Einzelzellen // Bälle der Insassen // Ein Inhaftierter in seiner Zelle // Pfarrer Tobias Müller-Monning. Die Schwarz-Weiß-Fotos sind Teil des Fotoprojekts „Hinter Gittern“ einer Fotogruppe aus Gießen. Gefangene der JVA haben sich an der Auswahl der Fotos beteiligt

nur fünf Minuten Telefonzeit zu. Müller-Monning wird dem Gefangenen die Gelegenheit geben, sich zu verabschieden. Der Seelsorger darf Gefangene in Notlagen telefonieren lassen – er ist die einzige sichere Verbindung nach draußen. Die Trennung von der Familie ist eine große Belastung – auch für die Angehörigen. Besuch ist nur zweimal pro Monat für jeweils eine Stunde erlaubt.

## EIGENE ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN

Müller-Monning ist seit 18 Jahren in Butzbach. Manche Männer sind fast genauso lange hier. Rund jeder Zehnte der 420 Häftlinge ist lebenslänglich verurteilt, das heißt, er wird frühestens nach 15 Jahren entlassen. Viele hätten Beziehungstaten begangen, den eigenen Partner totgeschlagen: „Da ist irgendwann die Sicherung durchgebrannt.“ Für sie gehe es beispielsweise um die Frage, wie sie das Verhältnis zu ihren Kindern aufrechterhalten können. Und wie sie lernen können, mit ihren Schuldgefühlen umzugehen.

Und dann ist da noch die lange Haftzeit: Müller-Monning versucht, den Gefangenen klarzumachen, dass sie trotz allem selbst Entscheidungen treffen können. Darüber, wie sie ihren Alltag gestalten, ob sie Sport treiben, ein Buch lesen, eine Ausbildung machen oder eine Sprache lernen. Auch der Glaube könne innere Freiräume schaffen. „Viele bringt die Zeit im Knast näher an Gott.“

Seit einigen Jahren bietet Müller-Monning Meditationsübungen an. Sie sollen helfen, die eigene Lebenslage zu akzeptieren und mit Gefühlen wie Schmerz oder Wut besser klarzukommen. Der Seelsorger will die Straftäter damit auch für ihren schwersten Schritt rüsten – den in die Freiheit. „Der Übergang zurück in das Leben draußen ist härter als die Zeit im Gefängnis“, erklärt Müller-Monning, der vor einiger Zeit berufsbegleitend Kriminologie studiert hat. Viele hätten verlernt, eigenständig zu leben. Und kein Umfeld mehr, das sie dabei unterstützt.

Müller-Monning wünscht sich deshalb mehr offenen Vollzug. Möglichst von Beginn an – und nicht wie üblich erst zum Ende der Haftzeit. Auch Straftäter sollten arbeiten dürfen und soziale Kontakte pflegen. Es sei nicht einfach, nach zehn Jahren in einer geschlossenen Anstalt wieder in Freiheit zu leben. Das sei ein Grund für die Tatsache, dass so viele Ersttäter wieder rückfällig werden.

Der Pfarrer sieht in jedem Verbrechen ein „soziales Unglück“. Was er meint, ist: Jede Tat hat eine Vorgeschichte. Und jeder Täter hat Dinge erlebt, die ihn in eine bestimmte Situation gebracht haben. Der Pfarrer will deutlich machen, dass ein Verbrechen nicht allein durch Bestrafung wiedergutmachen ist. Sondern indem andere vergeben und die Gesellschaft Straftäter wieder aufnimmt – statt sie erst wegzusperren und dann auszugrenzen. Sebastian Drescher

# „NICHT DEN SUPERTYP SPIELEN!“

Der Coach Rüdiger Klepsch erklärt, worauf es bei Bewerbungsgesprächen ankommt – und warum es hilft, wenn man nervös ist



**Rüdiger Klepsch** ist promovierter Psychologe und seit 20 Jahren als Berater, Trainer und Dozent tätig. Er berät Unternehmen bei der Auswahl von Mitarbeitern

## **JS: Ich bin eingeladen zum Vorstellungsgespräch: Hab ich den Job so gut wie in der Tasche?**

Rüdiger Klepsch: Nein, aber Sie können sicher sein: Ihre Ausbildung und Ihre Erfahrungen passen.

## **Aber das ist bei den anderen Bewerbern ja auch der Fall. Wie kann ich herausstechen?**

Spielen Sie nicht den Supertyp. Genommen werden nicht unbedingt die Brillantesten, sondern diejenigen, die den Gesprächspartnern sympathisch sind und ihrer Meinung nach am besten zum Unternehmen passen.

## **Und wie komme ich möglichst sympathisch rüber?**

Indem Sie nicht nur auf sich schauen, sondern auch Ihr Gegenüber wahrnehmen. Halten Sie Blickkontakt, hören Sie zu, lassen Sie den anderen ausreden. Sind es mehrere Gesprächspartner, begrüßen Sie alle mit Handschlag und schauen Sie während des Gesprächs immer mal wieder in die einzelnen Gesichter. Studien zeigen, dass Menschen jemanden sympathisch finden,

mit dem sie Gemeinsamkeiten haben. Vielleicht haben Sie auf der Firmenseite gelesen, dass Ihr Gesprächspartner in der gleichen Stadt zur Schule gegangen ist. Dann erwähnen Sie das ruhig. Auch kleine Komplimente können das Eis brechen. Lieber nicht über das Aussehen. Aber zum Beispiel: Das ist ja ein beeindruckendes Gebäude.

## **Ist das nicht anbiedernd?**

Das ist eine Gratwanderung. Es muss zu Ihnen passen. Wenn Sie sonst nie Komplimente machen, dann lassen Sie es jetzt auch. Denn das ist das Wichtigste: Spielen Sie keine Rolle, verstellen Sie sich nicht. Das merkt man sofort.

## **Kann ich in Jeans und T-Shirt kommen, wenn ich mich damit am wohlsten fühle?**

Nein. Gepflegtes Aussehen ist Pflicht. Der Dresscode hängt von der Branche ab: In Banken braucht es einen Anzug, in Handwerksbetrieben reichen vielleicht Hemd und Jackett. Am besten die Sachen ein paar Tage vorher anprobieren und Freunden oder den Eltern zeigen. Die sollen sagen, ob Sie

damit verkleidet wirken. Dann ist es das Falsche. Am Morgen vor dem Gespräch noch mal kurz kontrollieren: frisch gewaschene Haare, geputzte Schuhe, saubere Fingernägel...

## **Und nicht zu spät kommen...**

Zehn Minuten vorher da sein ist gut. Nicht mehr. Sonst lungert man im Flur herum und wird immer aufgeregter.

## **Apropos: Wie kann ich meine Nervosität verbergen, wenn's dann losgeht?**

Am besten gar nicht. Lampenfieber ist hilfreich. Dabei wird Adrenalin freigesetzt, man konzentriert sich besser. Wenn Sie die Aufregung unterdrücken, gehen damit auch andere Gefühlsregungen verloren: Lebendigkeit, Herzlichkeit, Witz, Spontaneität. Sie wirken unterkühlt und reagieren langsamer.

## **Aber wenn ich stottere oder rot werde, dann halten die mich doch für ein Nervenbündel!**

Es ist normal, in dieser Situation nervös zu sein. Ihre Gesprächspartner können das einordnen. Wenn Sie sich mal

verhaspeln, können Sie auch offen sagen: „Jetzt bin ich doch aufgeregter als ich dachte. Ich fange am besten nochmal an.“ Das nimmt Spannung raus. Übrigens: Die Nervosität baut sich mit der Zeit ab. Umso schneller, je weniger man versucht, sie zu unterdrücken.

## **Wenn ich das Gefühl habe, es läuft schlecht – wie kann ich das Ruder rumreißen?**

Sprechen Sie das aus. Etwa: „Ich habe das Gefühl, ich konnte bislang nicht gut vermitteln, warum ich mich hier bewerbe.“ Das braucht Mut, aber Sie vermitteln damit Selbstsicherheit. Erklären Sie dann in Ihren eigenen Worten, was Sie motiviert.

## **Und wenn mir in der Anspannung auf eine Frage keine Antwort einfällt?**

Fragen Sie einfach zurück: „Habe ich das richtig verstanden, dass...?“ Damit gewinnen Sie Zeit, können durchatmen, einen Schluck Wasser trinken. Sie können auch sagen: „Das ist wirklich eine interessante Frage. Darüber muss ich erstmal nachdenken.“

## **Was, wenn ich gefragt werde, ob ich vorhabe, bald eine Familie zu gründen oder wie mein Verhältnis zu meinen Eltern ist. Muss ich darauf antworten?**

Nein. Solche privaten Fragen sind tabu. Wenn diese trotzdem kommen, bleiben Sie ruhig und antworten zum Beispiel: „Ich finde, die Frage geht zu weit“ oder „Ich verstehe nicht so ganz, was das mit der Stelle zu tun hat“.

## **Manche Fragen sind sehr knifflig. Zum Beispiel: Was sind Ihre Schwächen? Was sage ich da?**

Ein gängiger Tipp ist: Nennen Sie eine vermeintliche Schwäche, die auch eine Stärke ist. Zum Beispiel: Ich bin zu ungeduldig. Da kommen Sie auch als Macher rüber, der etwas bewegen will.

## **Aber Sie halten nichts davon?**

Die Personalbeauftragten haben das schon oft gehört. Das sind vorgefertigte Sätze, die man so im Internet nachlesen kann und nicht einfach aufsagen sollte. Das klingt künstlich und unwirksam. Ich finde eine echte Antwort interessanter. Die muss man

sich aber vorher genau überlegen. Man kann nicht sagen: „Von Englisch habe ich keine Ahnung.“ Aber: „Ich bin nicht so sprachbegabt. Deshalb habe ich mir ein gutes Übersetzerprogramm installiert.“ Natürlich nur, wenn es nicht um einen Dolmetscherjob geht.

## **Was ist sonst noch ein No-Go?**

Wenn Sie selbst gar keine Fragen stellen. Das wirkt, als hätten Sie gar kein Interesse. Überlegen Sie sich unbedingt vorher, was Sie wissen wollen!

## **Mich interessiert schon auch, ob die Kollegen privat was zusammen unternehmen oder ob ich auch mal früher gehen kann, wenn ich Training habe.**

Bitte nur Fragen zur Tätigkeit selbst, und zwar möglichst konkret. Zum Beispiel: An welchen Tagen werden die Ersatzteile geliefert? Wann wird die neue Filiale geöffnet? Dazu müssen Sie sich vorher mit der Branche, der Firma und der Tätigkeit beschäftigen, in die Sie einsteigen wollen. Und das ist viel wichtiger, als einzelne Sätze auswendig zu lernen. Interview: Hanna Lucassen





# AUF LUTHERS WEGEN

Ende April trafen sich die rund 100 evangelischen Militärgeistlichen und Gäste zur jährlichen Gesamtkonferenz – in der Lutherstadt Wittenberg



Die Militärseelsorge feierte mehrere Gottesdienste: Militärbischof Sigurd Rink predigte in der Schlosskirche (links), Militärgeneraldekan Matthias Heimer in Sankt Marien



Der Theologieprofessor Reiner Anselm legte dar, weshalb christlicher Glaube immer auch politisch ist. Daraus entwickelte sich ein lebhaftes Gespräch mit den Militärgeistlichen



Militärbischof Sigurd Rink begrüßte die Militärgeistlichen aus dem gesamten Bundesgebiet sowie aus dem Ausland zur Gesamtkonferenz

Einstimmen: Gemeinsames Singen gehörte zu den täglichen Ritualen



Generalarzt Bernhard Groß aus dem Verteidigungsministerium berichtete, dass die Bundeswehr künftig mit Hilfe digitaler Lagebilder Probleme an Standorten schneller erkennen will

Fünf Tage mit Gesprächsrunden, Vorträgen, Diskussionen, Exkursionen: Das Organisationsteam behielt den Überblick



Bewegung nach all den Gesprächen: „Bunter Abend“ mit Livemusik



14 Militärpfarrerinnen und Militärpfarrer, die im Laufe der vergangenen zwölf Monate ihren Dienst an Standorten aufgenommen hatten, stellten sich den Kolleginnen und Kollegen vor





**Hauptgefreiter RENÉ BRUNKEN (24), Stabsdienstsoldat**

- 1) Whatsapp
- 2) Spanien, Dänemark und Niederlande
- 3) Weiterhin gute Kameradschaft und mehr Werbung für die Bundeswehr

**Hauptgefreiter ELENA PARISIS (19), Stabsdienstsoldat**

- 1) Spotify
- 2) Griechenland
- 3) Mehr Sportangebote

# WAS IHR WOLLT

Soldaten vom Standort Bremen sagen, was sie denken.

Die drei Fragen diesmal:

- 1) Was ist deine Lieblings-App?
- 2) Wo machst du am liebsten Urlaub?
- 3) Was würdest du dir von der Bundeswehr wünschen?

**Hauptgefreiter PETER LEMKE (20), Materialbewirtschaftungssoldat / Kraftfahrer**

- 1) Kicker online
- 2) Dänemark
- 3) WLAN in den Unterkunftsgebäuden

**Hauptgefreiter DARIA LÜBBERT (21), Materialbewirtschaftungssoldat**

- 1) Snapchat
- 2) Norwegen
- 3) Freies WLAN in den Kasernen

**Hauptgefreiter SEBASTIAN SEIDENZAHL (18), Stabsdienstsoldat**

- 1) Youtube
- 2) In der Schweiz
- 3) Stube 2000 in allen Kasernen

**Hauptgefreiter MATS STOLLE (22), Stabsdienstsoldat in der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

- 1) 9GAG
- 2) In der Sonne und im Skigebiet
- 3) Bessere Dienstcomputer und schnelleres Internet

**Oberstabsgefreiter YUSUF COGA (26), Materialbewirtschaftungssoldat / Kraftfahrer**

- 1) Whatsapp
- 2) Bei meiner Familie
- 3) Freies WLAN

## • BREMEN

Die Soldaten des Landkommandos Bremen sind in der Scharnhorst-Kaserne in Bremen stationiert

**Hauptgefreiter CAN-LUCA DIKMEN (19), Stabsdienstsoldat**

- 1) Youtube
- 2) Griechenland
- 3) WLAN in den Unterkunftsgebäuden



SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN!

## WAS WIRD AM WEISSBUCH KRITISIERT?

Einige Sicherheitsexperten finden das Weißbuch zu allgemein und somit wenig hilfreich, um die deutsche Sicherheitspolitik wirklich weiterzuentwickeln. Die Evangelische Kirche kritisiert, dass sich die Verfasser des Weißbuchs auf militärische Lösungsansätze und die Bundeswehr fokussieren. Möglichkeiten der zivilen Krisenvorbeugung (z. B. Verwaltungsaufbau in fragilen Staaten) kämen zu kurz. Tatsächlich lässt sich keine einzige Bedrohung, die das Weißbuch nennt, wie etwa „unkontrollierte Migration“ oder Klimawandel, mit rein militärischen Mitteln lösen.

## WIESO „WEISSBUCH“?

In vielen Staaten werden offizielle Dokumente mit einem farbigen Einband versehen. Die Tradition der „Farb- oder Buntbücher“ reicht bis ins späte Mittelalter zurück. Weißbücher gibt es zu unterschiedlichen Bereichen, die EU etwa veröffentlicht Weißbücher zu wirtschaftlichen Fragen.

## WO FINDET MAN WEITERE INFORMATIONEN?

- \* Zum Weißbuch: [www.bmvg.de/de/themen/weissbuch](http://www.bmvg.de/de/themen/weissbuch)
- \* Eine präzise, gut lesbare Weißbuch-Analyse bietet die BpB: [www.tinyurl.com/bpb-weissbuch](http://www.tinyurl.com/bpb-weissbuch)
- \* Ideen für eine wirksame Sicherheitspolitik Deutschlands stellt ein Blog vor: [www.peacelab.blog/hintergrund](http://www.peacelab.blog/hintergrund)

Seite 4

# JS TASCHENKARTE

SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN! Nr. 6/2018

## WEISSBUCH

### WAS IST DAS WEISSBUCH?

Das „Weißbuch Sicherheitspolitik“ bezeichnet Deutschlands oberstes Grundlagendokument in diesem Politikfeld. Es umreißt aus Sicht der Bundesregierung die Sicherheitsrisiken Deutschlands (z. B. Terrorismus) sowie die Mittel (z. B. Bundeswehr) und Maßnahmen (z. B. Zusammenarbeit in der NATO), um sie zu bewältigen. Im Fokus des Weißbuchs steht die Bundeswehr, nicht aber zivile Maßnahmen der Sicherheitspolitik, wie etwa bestimmte Bereiche der Entwicklungszusammenarbeit.

### WAS IST DER ZWECK DES WEISSBUCHS?

Die vermutlich wichtigste Aufgabe eines Staates ist, den Bürgern Sicherheit zu garantieren. Für die Bundesregierung ist das Weißbuch somit ein Mittel, um ihre Arbeit darzustellen. Das Weißbuch bietet eine Analyse der Bedrohungen Deutschlands, es nennt Allianzen und Rüs-

Seite 1



## JS im Juli 2018



### EINSATZ IN AFRIKA Besuch bei der Bundeswehr in Mali

### PLUS:

Zahlst du? Wie Paare das Thema Geld klären  
Urlaub und noch kein Plan? Eine Entscheidungshilfe

FOTO: BUNDESWEHR, SEBASTIAN WILKE

### IMPRESSUM

## JS MAGAZIN



**Herausgeber:**  
Dr. Dirck Ackermann,  
Dr. Thies Gundlach,  
Albrecht Steinhäuser,  
Dr. Will Teichert

**Redaktion:**  
Leitender Redakteur:  
Felix Ehring (V.i.S.d.P.)  
Redaktionelle Mitarbeit:  
Sebastian Drescher  
Redaktionsassistentin:  
Rahel Kleinwächter

Layout:  
Lukas Fiala  
Bildredaktion:  
Caterina Pohl-Heuser

E-Mail: [info@js-magazin.de](mailto:info@js-magazin.de)  
[www.js-magazin.de](http://www.js-magazin.de)  
[www.militaerseelsorge.de](http://www.militaerseelsorge.de)

**Verlag:**  
Gemeinschaftswerk der  
Evangelischen Publizistik  
gGmbH  
Postfach 50 05 50,  
60394 Frankfurt am Main  
Geschäftsführung:  
Jörg Bollmann

**Marketing, Vertrieb:**  
Martin Amberg  
Telefon: 069/580 98-223  
Telefax: 069/580 98-363  
E-Mail:  
[vertrieb@js-magazin.de](mailto:vertrieb@js-magazin.de)

Die Evangelische  
Zeitschrift für junge  
Soldaten

Im Auftrag der  
Evangelischen Kirche  
in Deutschland.  
33. Jahrgang

Emil-von-Behring-  
Straße 3  
60439 Frankfurt am Main  
Telefon: 069/580 98-414  
Telefax: 069/580 98-163

**Druck:**  
Strube Druck & Medien  
OHG  
Stimmerswiesen 3  
34587 Felsberg

**Versand:**  
A & O GmbH,  
63110 Rodgau-Dudenhofen

**Erscheinungsweise**  
monatlich

Für unverlangt eingesandte  
Manuskripte, Fotos,  
Bücher kann keine Gewähr  
übernommen werden.  
Nachdruck nur mit Genehmigung  
des Verlages

Sudokulösung  
von S. 30

4	7	5	8	6	9	3	1	2
3	2	8	5	7	1	4	6	9
1	9	6	4	3	2	7	5	8
7	8	9	2	1	3	6	4	5
2	4	3	7	5	6	9	8	1
6	5	1	9	8	4	2	7	3
5	3	2	1	4	7	8	9	6
9	1	4	6	2	8	5	3	7
8	6	7	3	9	5	1	2	4

tungsvorhaben und liest sich wie ein stimmiges Paket zur Bewältigung von Sicherheitsproblemen. Bürger und andere Staaten erhalten Hinweise darauf, mit welcher Haltung und Reaktion Deutschlands in Sicherheitsfragen zu rechnen ist.

### WER IST VERANTWORTLICH?

Unter Leitung des Verteidigungsministeriums wird das Weißbuch erstellt, die Bundesregierung beschließt es. Andere Ministerien wie das Auswärtige Amt beteiligen sich und haben Mitspracherechte. Am aktuellen Weißbuch haben auch Vertreter der Zivilgesellschaft mitgewirkt, beispielsweise Politikwissenschaftler, Experten für bestimmte Themen sowie Vertreter nichtstaatlicher Organisationen. Somit ist das Weißbuch kleinster gemeinsamer Nenner. Streitpunkte überbrücken die Verfasser, indem sie oft im Vagen bleiben. Im Weißbuch wimmelt es von Phrasen wie „Personalumfang strategisch anlegen“.

### 2016 GAB ES EIN NEUES WEISSBUCH. WARUM?

Verteidigungsministerin von der Leyen hatte die Ausarbeitung eines neuen Weißbuchs eingeleitet, unter anderem mit der Begründung, dass Deutschlands Rolle in der Welt verstärkt diskutiert werde. Konkrete Anlässe waren vor allem die Annexion der Krim durch Russland und somit die Erkenntnis, dass ein militärischer Konflikt auch in Europa künftig nicht völlig auszuschließen ist. Auch der Aufstieg

der islamistischen Terrormiliz IS und des internationalen Terrorismus gelten als Gründe für das neue Weißbuch.

### WAS HAT SICH GEÄNDERT?

Einige „Herausforderungen“ werden im Vergleich zum vorigen Weißbuch von 2006 als wichtiger eingestuft:

- \* Die wichtigste Änderung: Wegen der Krim-Annexion gilt die Landes- und Bündnisverteidigung wieder als Hauptaufgabe der Bundeswehr.
- \* Wurde Russland im Weißbuch von 2006 vor allem als Partner eingestuft, heißt es im Weißbuch 2016, Russland stelle „die europäische Friedensordnung offen in Frage“. Langfristig verfolge Deutschland aber eine strategische Partnerschaft zwischen der Nato und Russland.
- \* Deutlich größere Beachtung bekommen Gefahren durch Cyberangriffe sowie Migration. Zur Migration heißt es, sie sei „an sich kein Risiko für die Sicherheit Deutschlands“. Deutschland sei „auf legale, rechtmäßige Zuwanderung angewiesen“. Unkontrollierte und irreguläre Migration in hoher Zahl könne jedoch die „Aufnahmekraft und Integrationsfähigkeit“ überfordern.
- \* Neu aufgenommen sind so genannte „hybride Bedrohungen“, beispielsweise Fake-News-Kampagnen anderer Staaten, die Deutschlands Bevölkerung verunsichern sollen. Zudem will Deutschland in Organisationen wie der EU und den UN den Klimawandel verstärkt als sicherheitspolitisches Thema ins Bewusstsein rücken.



## NICHTLUSTIG

