JS MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN // FEBRUAR 2020

Einsatz
Wie sich eine Kompanie vorbereitet

Be smart!
Lernen beim Bund

Acht Erkenntnisse für Männer, wenn es zur Sache geht

Stars im Ring
Starke Filme übers Boxen

ZU GEWINNEN!
Garmin Smart-watch

GUTE KAMERADEN

Er werde nicht mit in den Einsatz gehen, sagte mir ein Soldat auf dem Übungsplatz am Standort Schwarzenborn (Seite 8). Der Oberstabsgefreite war bereits 2012 in Afghanistan. Nun, acht Jahre später, hatte er sich ganz bewusst gegen einen zweiten Einsatz entschieden. Er berichtete, dass er inzwischen zwei Kinder habe und nicht sechs Monate von ihnen getrennt sein wolle. Das habe er seinem Chef mitgeteilt.

Ich war kurz erstaunt. In den vergangenen Jahren habe ich von etlichen Soldaten genau das Gegenteil gehört: Dass sie trotz Familie in (noch) einen Einsatz gingen, weil sie ihre Kameraden „nicht allein lassen wollten". Diese Entscheidung ist ganz schwierig, denn was bringt es, wenn hinterher beide Partner ausgelaugt sind und die Beziehung auf der Kippe steht? Der Oberstabsgefreite aus Schwarzenborn hatte sich seine Entscheidung gut überlegt, die Kameraden, die neben ihm saßen, während er berichtete, zeigten aufrichtiges Verständnis. Auch das ist Kameradschaft.

Felix Ehring, Leitender Redakteur

AUS DER REDAKTION

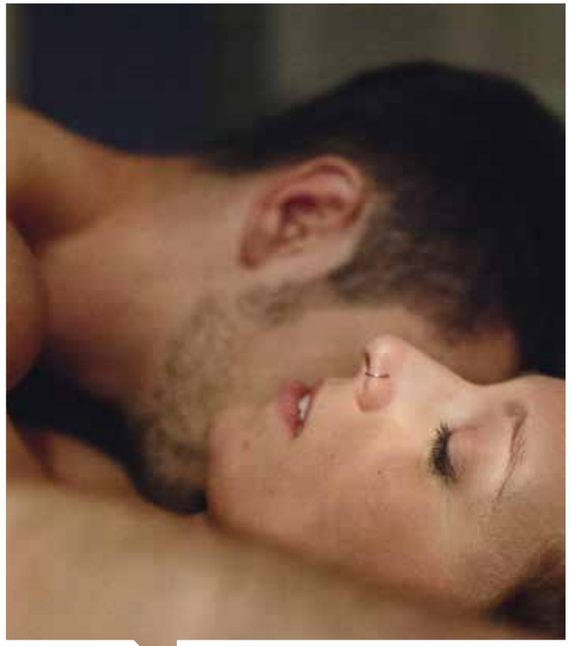
JS-Redakteur **Sebastian Drescher** (geringelte Mütze) berichtet ab Seite 8 über die Einsatzvorausbildung in Schwarzenborn. Drescher und Redaktionsleiter **Felix Ehring** (graue Mütze) befragten die Jäger auf dem Standortübungsplatz. Fast wären ihre Hände in der Kälte zu klamm zum Schreiben geworden. Eine Feuertonne verschaffte den Büromenschen Linderung.

JS FOLGT UNS AUF INSTAGRAM: jsmagazin

Das JS-Magazin hat einen Preis gewonnen. Der International Corporate Media Award (ICMA) ist ein **internationaler Wettbewerb,** der das Design von Magazinen, Büchern und anderen schönen Dingen auszeichnet. Das JS-Magazin erhielt von der Jury einen Award of Excellence im Bereich **„Alternative Storytelling"** für die Infografiken, die immer auf den Seiten 18 und 19 zu sehen sind. Hierfür recherchiert die Redaktion Grafiken oder Daten aus unterschiedlichsten Quellen und bereitet sie redaktionell auf. So wird Kompliziertes überschaubar.

FOTOS: LENA UPHOFF / ZINO PETEREK (2) / SEBASTIAN DRESCHER / ICMA // COVER: PHOTOCASE, P_ALT, ADDICTS GMBH

8
Einsatz: Wie sich eine Kompanie vorbereitet



22
Sex: Erkenntnisse für Männer, wenn es zur Sache geht

28
Stars im Ring: 10 Filme übers Boxen

FOTOS: ZINO PETEREK / ADOBESTOCK, VICTOR TORRES / IMAGO, UNITED ARCHIVES

4 EINBLICK

DIENST

6 MAGAZIN

8 BEVOR ES ERNST WIRD Eine Jägerkompanie steht kurz vor dem Einsatz in Afghanistan. Ein Besuch auf dem Übungsplatz

12 MEINE WELT Die JS-Fotostory

14 FÜR SPÄTER LERNEN Was man sich als Soldat draufschaffen kann – ein Überblick

17 BESCHWERDE Wie man sich richtig beschwert und was man bedenken sollte

INFOGRAFIK

18 SO ENTSTEHT EIN SMARTPHONE Wo Rohstoffe und Komponenten herkommen

LEBEN

20 MAGAZIN

22 DAMIT'S GUT WIRD Acht Punkte, um die eigene Einstellung zu Sex zu prüfen

26 FASTEN Ab Aschermittwoch ist Fastenzeit. Tipps für alle, die es ausprobieren wollen

28 IM RING MIT DEN GANZ GROSSEN 10 sehenswerte Boxfilme – mit Wertung

30 RÄTSEL Outdoor-Smartwatch zu gewinnen! Plus Sudoku

SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

31 TERMINE der Evangelischen Militärseelsorge für Familien, Wanderer und Segler

32 WAS WIRKLICH ZÄHLT Wo Militärpfarrer Grundlagen für Auslandseinsätze lernen

34 DAS LETZTE WORT HABT IHR Die JS-Lieblingsliste, diesmal aus Idar-Oberstein

35 TASCHENKARTE, VORSCHAU, IMPRESSUM

36 TASCHENKARTE, CARTOON

KLEIN IST RELATIV

Für alle, die den Container im Einsatz als zu eng empfinden: Blick in eine Wohnung in Hongkong.

FOTO: REUTERS, TYRONE SIU

DIENST

WIR BLEIBEN DRAN!

ÜBER DIE AUSBILDUNGSMISSION IM IRAK berichtete JS im Juli 2016. Anfang Januar setzte die Bundeswehr die Ausbildung aus, nachdem die USA den iranischen General Soleimani getötet hatten. Bis dahin hatten deutsche Soldaten unter anderem nahe Bagdad Militärs der irakischen Armee ausgebildet. Generell kritisch sieht das Omid Nouripour, außenpolitischer Sprecher der Grünen im Bundestag. Nouripour sagt, die irakische Regierung setze ihre Soldaten mitunter **gegen die eigene Bevölkerung** ein und lasse sie auf friedliche Demonstranten schießen. Das zeige, wie sehr das politische Umfeld eine Reform der irakischen Sicherheitskräfte unmöglich mache.

FÖRMLICHE ANERKENNUNG

Die Bundeswehr arbeitet an einem **eigenen Messengerdienst** für Diensthandys, damit Soldaten künftig Dienstliches austauschen können, ohne dass die Daten von Firmen wie Facebook (Eigentümer von Whatsapp) gespeichert werden. Eine förmliche Anerkennung gibt es dafür, sobald wichtige Symbole wie der Kotz-Smiley und ein Grill-Emoji installiert sind.

? FRAG DEN PFARRER! ENGSTIRNIG?

CLAUS WAGNER, Augustdorf, **antwortet**

Seit geraumer Zeit lese ich überall, dass die Bundeswehr mehr Frauen, Migranten und auch Transsexuelle einstellen will. Ich frage mich, wie unser Zug und unsere Kompanie aussehen werden, wenn die alle da sind. Bin ich deswegen ein Rassist oder sowas in der Art?

Nein, ein Rassist sind Sie nicht! Veränderungen verunsichern zunächst immer. Das ist normal.
Die Bundeswehr ist ein Spiegel unserer Gesellschaft. Unsere Gesellschaft ist vielfältiger und bunter geworden. Sie verändert sich ständig. Warum sollte es dann nicht auch in der Bundeswehr so sein? Entscheidend ist doch, dass wir im Umgang miteinander zu Werten finden, die wir alle teilen. Kameradschaft ist so ein Wert, denn er fordert Achtung, Toleranz und Respekt aller Soldaten untereinander. Darauf kommt es an. Das ist die Basis dafür, einander im Dienst zu begegnen. Wenn man miteinander arbeiten kann, dann lernt man sich auch kennen. Was wir kennen und womit wir vertraut sind, wird selbstverständlich und ist uns nicht mehr fremd.
Wichtig bleibt, dass man hinter allem immer den Kameraden und den Menschen sieht.

FOTOS: PICTURE-ALLIANCE, NAWRAS AAMER / ADOBE STOCK / PRIVAT / BUNDESWEHR, JONAS WEBER / JS-SCREENSHOT

Guter Draht: Mannschafterinnen im Austausch mit einer Zivilistin beim Tag der Bundeswehr in Aachen

BELIEBT BEI DEN MEISTEN

Die Deutschen mögen die Truppe. Das Klima macht mehr Angst als Russland

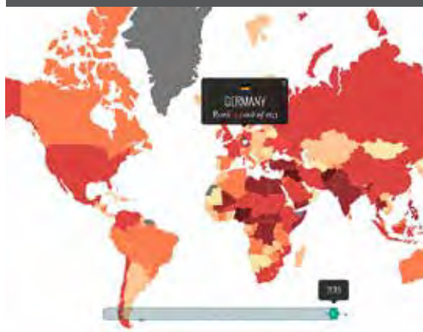
Die meisten Deutschen sehen die Bundeswehr positiv oder eher positiv, nämlich 76 Prozent. Das hat eine von der Bundeswehr beauftragte repräsentative Umfrage zur Sicherheits- und Verteidigungspolitik ergeben. 20 Prozent der Bürger sehen die Bundeswehr demnach negativ oder eher negativ.

Von den verschiedenen Auslandseinsätzen hat die Mehrheit der Deutschen schon etwas gehört, kennt aber kaum Details und fühlt sich schlecht über die Einsätze informiert.

Als größtes persönliches Sicherheitsrisiko empfinden die Deutschen derzeit den Klimawandel (54 Prozent), gefolgt von steigenden Preisen und Zuwanderung. Nur 20 Prozent bewerten Spannungen des Westens mit Russland als persönliches Sicherheitsrisiko.

Außenpolitisch sprechen sich die meisten Bürger für diplomatische und unterstützende Mittel wie Rüstungskontrolle und Entwicklungshilfe aus. Wenig beliebt sind Kampfeinsätze oder die Aufnahme von Geflüchteten (je 27 Prozent) sowie Waffenlieferungen an befreundete Staaten (26 Prozent). Für Stabilisierungseinsätze sind 56 Prozent der Befragten, obwohl diese mit der unbeliebten Gewaltanwendung einhergehen können. Zur Studie: www.tinyurl.com/bw-umfrage-2019

NETZFUND



DER „GLOBAL TERRORISM INDEX" INFORMIERT über Gruppierungen, Opfer und Hintergründe des weltweiten Terrorismus. Ein Forscherteam hat für 2018 weltweit 15 952 Todesopfer durch Terror gezählt. Im Jahr 2014 waren es noch doppelt so viele Tote. Gleichzeitig sind immer mehr Länder von Terrorismus betroffen. In Industrieländern haben **Anschläge durch Rechtsextreme** stark zugenommen. Weltkarte und Grafiken: www.tinyurl.com/gti-terror

ZAHL DES MONATS

1500

Tonnen CO_2 will die Bundeswehr künftig am Standort Pfullendorf **einsparen.** Dort läuft eine Tiefengeothermie-Anlage im Probebetrieb. Zum Sommer soll sie in den Regelbetrieb übergehen. Bohrbeginn war laut „Welt" 2013.

BEVOR ES ERNST WIRD

Eine Jägerkompanie aus Schwarzenborn geht für ein halbes Jahr nach Afghanistan. Wie gut sind die Soldaten auf den Einsatz vorbereitet? Besuch auf dem Übungsplatz

Drei Soldaten sprinten über einen Feldweg. Sie stoppen, gehen versetzt zueinander in Stellung und legen in einer Entfernung von 20 Metern ihre G36 an. Schießen, ein paar Meter vorrücken, schießen, vorrücken, dann der Wechsel auf die P8. Ein Ausbilder prüft die Körperhaltung und das Trefferbild der Schützen.

Die Soldaten gehören zur 2. Kompanie des Jägerbataillons 1 aus Schwarzenborn in Nordhessen. Die Züge Alpha und Bravo üben an diesem Novembertag das Bekämpfen eines Gegners im Nahbereich. Nicht alle Soldaten bewegen sich so routiniert wie der Feldwebel, der die Übung anfangs vorgemacht hat. Aber sie zögern nicht beim Schießen und wechseln zügig die Magazine. Im Ernstfall bleibt keine Zeit, in Deckung zu gehen. Dann muss jeder Handgriff sitzen.

Das Schießen aus nächster Nähe soll die beiden Züge auf ihren Einsatz

Auf dem Standortübungsplatz in Schwarzenborn bereiten sich die Jäger auf den Einsatz in Afghanistan vor

in Afghanistan vorbereiten. Im Januar hat die Kompanie ins Einsatzland verlegt, ist nun sechs Monate lang Teil der Nato-Mission Resolute Support. Gefahr droht dort am ehesten aus der Nähe, etwa durch Innentäter, also Aufständische, die sich rekrutieren lassen, um während der Ausbildung ihre Waffe gegen Soldaten und Ausbilder zu richten.

Das hat mit der Strategie der Nato in Afghanistan zu tun. Die lautet seit 2015: ausbilden statt kämpfen. Gegen die Taliban und andere Aufständische muss die afghanische Armee seitdem weitgehend allein vorgehen. Dafür trainieren und beraten Nato-Kräfte einheimische Soldaten mit höheren Dienstgraden. Die zwei Züge aus Schwarzenborn sollen als Teil der sogenannten Force-Protection-Einheiten im Norden Afghanistans die Berater beschützen und sich um die Lagerwache kümmern. Vom Camp Marmal in Masar-i-Scharif aus werden sie die Berater in die Lager der afghanischen Armee begleiten. Zudem sind sie im zweiwöchigen Wechsel für den Campschutz im Feldlager in Maimana zuständig, rund eine Helikopterstunde südwestlich von Masar-i-Scharif gelegen.

WIE LEGOBAUSTEINE

Afghanistan ist für viele der Soldaten der erste Einsatz. Wie haben sie sich darauf eingestellt? Und wie gut konnte die Ausbildung in Deutschland sie dafür rüsten?

Bei einem Besuch während der Einsatzvorausbildung passt das Wetter zur Witterung am Hindukusch. Es ist ein kalter Morgen, eisiger Wind zieht über das offene Gelände des Standortübungsplatzes in Schwarzenborn. Gute Bedingungen für die Ausbildung. Auch im Norden Afghanistans kann es im Januar und Februar frostig kalt werden.

Die Vorbereitung laufe gut, findet Oberleutnant Tobias K., 28. Er führt seit 2017 den überschaubaren Alpha-Zug. 23 Mann, aufgeteilt in vier Trupps, und fünf Fahrzeuge: zwei Dingos sowie je einen Wolf, Eagle und Enok. Der Zugführer wirkt entspannt. Er kenne seine Soldaten gut, sagt er. In der Vorbereitung habe er erst individuell ausgebildet, die Bereiche dann immer fester zusammengesetzt, „wie Legobausteine“.

Die Jäger aus Schwarzenborn haben zuvor zwei Wochen im Ausbildungszentrum Infanterie in Hammelburg trainiert. Im Gefechtsübungszentrum Heer (GÜZ) schließen sie ihre Ausbildung ab. Dort steht das Verhalten im Falle eines Hinterhalts auf dem Lehrplan: Wann bricht man mit den Fahrzeugen durch, wann sitzt man ab? In Afghanistan könne es passieren, dass ein Konvoi bei Fahrten zwischen den Lagern angesprengt wird oder unter Beschuss durch kleinere Handwaffen oder Panzerabwehr-Granatwerfer (RPGs) gerät, sagt Zugführer Tobias K. Die Aufständischen wichen aber oft schnell aus, weil sie eigene Verluste vermeiden wollen.

NEU UND FORDERND

Der Oberstabsgefreite Stefan T., 24, wartet gerade auf das Schießtraining. Er trägt eine Schutzweste, Magazintaschen und Helm. Dazu eine dunkle Schutzbrille, die sich den Lichtverhältnissen anpasst. Er habe gehört, dass es in Afghanistan unhöflich sei, mit getönten Brillengläsern ein Haus zu betreten, sagt er. Deshalb habe er sich für 120 Euro die Brille gekauft.

Stefan T. ist einer der Jäger des Alpha-Zugs, die in Afghanistan als „Guardian Angels“ eingesetzt werden, also zum Schutz der Nato-Berater, wenn diese mit der Ausbildung beschäftigt sind. Die Aufgabe sei neu und fordernd, sagt er: „Man muss sehr wachsam und immer konzentriert sein, jeden im Auge behalten: Nicht nur den Berater, sondern auch das, was hinter einem passiert.“ Bei den Missionen wird Stefan T. für ein bis zwei Berater zuständig sein. In besonders brenzligen Lagen schützen sogar zwei Guardian Angels einen Berater.

Zur Vorbereitung habe ein Feldwebel eine Einführung gegeben, erzählt

Oberleutnant Tobias K. (28)
Aufgabe im Einsatz: Zugführer Alpha-Zug
Wichtigstes Gepäckstück: Privates Mobiltelefon, um mit Familie und Freunden in Verbindung zu bleiben

Hauptgefreiter Mika S. (20)
Aufgabe im Einsatz: Nahsicherer des Zugführers
Selbst besorgte Ausrüstung: Plattenträger, zusätzliche Magazintaschen

Oberstabsgefreiter Stefan T. (24)
Aufgabe im Einsatz: Guardian Angel, Absitzkraft, eventuell Kampfmittelaufklärung
Pläne für die ersten Tage: Will sich nach Ankunft fehlende Funktionskleidung per Feldpost bestellen

Aufwärmen: Während der Verpflegungspause tauschen sich die Jäger über den bevorstehenden Einsatz aus

Stefan T. Mit Statisten hätten sie geübt, wie sie sich bewegen und wie sie einen Berater bei Bedrohung möglichst schnell sichern können. Aber: „Da unten arbeiten wir mit Leuten zusammen, die wir nicht kennen. Wir wissen nicht, wie die Berater infanteristisch ausgebildet sind“, sagt der Oberstabsgefreite.

AUSRÜSTUNG PRIVAT BESCHAFFT

Übungen in der Ausbildung können nicht auf alles vorbereiten. Manches werden die Soldaten erst im Einsatz lernen. Es wäre aber sinnvoll gewesen, wenn die Bundeswehr als Teil der Einsatzvorbereitung auch für Mannschaftssoldaten einen Englischkurs angeboten hätte, findet Stefan T. Denn mit den Beratern aus den anderen Nato-Staaten müssen sie sich auf Englisch verständigen. Er habe sein eingerostetes Englisch aus Realschulzeiten mit Hilfe seiner Frau aufgefrischt, die Englisch studiert, erzählt er.

Auch der Hauptgefreite Mika S. hat für den Einsatz nebenbei gelernt. „Ich habe einen privaten Sanitätslehrgang besucht und ein Fachbuch über die Versorgung von Verwundeten gelesen, weil mich das Thema interessiert“, sagt der 20-Jährige. Als Kritik an der Ausbildung verstehe er das nicht: Er habe zuvor im Lehrgang Ersthelfer Bravo einiges gelernt. Und auch im Schießen sei er deutlich besser geworden, weil der Zug es intensiv geübt habe – viel mehr als im normalen Dienst.

Mika S. soll in Afghanistan als Nahsicherer seinem Zugführer Tobias K. den Rücken freihalten und darauf achten, dass der Oberleutnant kein leichtes Ziel abgibt, wenn er mit anderen Aufgaben beschäftigt und abgelenkt ist. Zusätzlich wird der Hauptgefreite den Zugfunk abhören und wichtige Daten notieren, zum Beispiel Koordinaten. Er hat für den Einsatz Hunderte Euro in private Ausrüstung investiert und sich einen Plattenträger, mehrere zusätzliche Magazintaschen und einen Beutel für leere Magazine gekauft.

Die Ausrüstung beschäftigt auch die Jäger, die sich gerade an einer Feuertonne am Rande des Übungsplatzes aufwärmen. Die Soldaten wünschen sich mehr Nachtsichtgeräte, leichtere Stiefel oder einen Aktivgehörschutz. Den bekämen nur die Spezialkräfte, beschwert sich einer aus der Gruppe. Die Soldaten bemängeln: Es gibt zwar Ausrüstung, aber nicht jedem passen die Helme oder Plattenträger, die der Dienstherr stellt. Also kauft man sie eben selbst.

Trotzdem fühlen sich die meisten gut vorbereitet – und sie sind motiviert: „Ich habe Lust auf den Einsatz“, sagt der Hauptgefreite Mika S. „Wir übernehmen eine sinnvolle Aufgabe. Wir gehen dorthin, um zu schützen und zu helfen.“

SCHIESSEN IM HINTERKOPF

Aber schützen kann auch bedeuten, schießen zu müssen. Oder selbst zum Ziel zu werden. „Wenn ich schießen muss, ist das immer ein Notfall“, sagt Mika S. Sein Kamerad Stefan T. macht sich darüber nicht allzu viele Gedanken: „Wie das ist, auf jemanden zu schießen, kann man erst sagen, wenn man es erlebt hat. Wichtig ist, dass wir die Abläufe verinnerlicht haben.“

Wie die Sicherheitslage vor Ort ist, werden die Zugführer bei einem Besuch in Afghanistan kurz vor Beginn des Einsatzes erkunden. „Wir sprechen mit unseren Vorgängern, von denen wir Waffen und Fahrzeuge übernehmen. Und wir besichtigen, wo die Soldaten untergebracht werden“, sagt Zugführer Tobias K. Im Camp Marmal werden je zwei Soldaten einen der Container beziehen. Im kleineren Feldlager in Maimana wird es enger: Dort wird sich der ganze Zug ein einziges Zelt teilen müssen. Lagerkollergefahr. Die Nähe zu den Kameraden über eine lange Zeit hinweg sei eine der beiden großen Herausforderungen für die Soldaten, sagt der Zugführer.

FAMILIE ABGESICHERT

Die andere Herausforderung ist die lange Trennung von der Familie zu Hause in Deutschland. Er werde seine Frau vermissen, sagt Stefan T. Sie haben erst vor kurzem geheiratet. Auch wegen des Einsatzes, sagt er. „Das gibt mir Kraft, wenn ich da unten alleine bin.“ Vor allem aber sei sie so über die Bundeswehr abgesichert, wenn ihm etwas passieren sollte. Für den Notfall hat er seiner Frau eine Vollmacht ausgestellt.

Über den Einsatz spreche er offen mit seiner Frau, sagt Stefan T. Er versuche, nichts zu verharmlosen oder zu verschweigen. Aber er sage ihr auch, dass er gut ausgerüstet und ausgebildet sei. Die Gedanken an die Zeit der Trennung bleiben: „Je näher der Einsatz kommt, desto belastender wird das“, sagt er.

Mika S. ist Single. Ihm falle der Abschied deshalb leichter, glaubt er. Die Mutter von Mika S. starb, als er gerade einmal 13 Jahre alt war. Seitdem haben seine Schwester und er ein besonders enges Verhältnis. Um sie abzusichern, habe er eine Lebensversicherung auf ihren Namen abgeschlossen, erzählt er: „Wenn ich sterbe, bekommt meine Schwester ziemlich viel Geld. Das wäre natürlich auch kein Trost, aber dann könnte sie sich wenigstens etwas Schönes leisten.“

Sich vorbereiten, an alles denken, aber nicht zu viel grübeln über das, was kommen könnte. Vielleicht ist das ja der einzig vernünftige Weg, sich auf so einen Einsatz vorzubereiten.

Anruf in Schwarzenborn, Anfang Dezember: Die Ausbildung ist abgeschlossen, der Großteil der Ausrüstung ist auf dem Weg nach Afghanistan. „Wir müssen noch die Einsatzkommandierung unterschreiben und das private Gepäck vorbereiten“, sagt Mika S. Dann haben sie bis Anfang Januar frei. Der letzte Urlaub für lange Zeit.

Stefan T. will Silvester mit seiner Frau zu Hause verbringen. Eine der letzten gemeinsamen Nächte, „möglichst ruhig und entspannt“, hofft er. Ob das klappt, weiß er vorher nicht. Denn Stefan T. ist in der freiwilligen Feuerwehr seines Heimatorts aktiv. Und da muss man eben raus, wenn es brennt.

Sebastian Drescher,
Mitarbeit: Felix Ehring

Passt die Haltung? Die Soldaten trainieren das dynamische Schießen im Nahbereich

FOTOS: ZINO PETEREK

ESSENSZEIT

Bis Mitte Dezember diente Andreas Rötzer dreieinhalb Monate als Proviantmeister in Dschibuti. Am Horn von Afrika beteiligt sich Deutschland an der Operation EUNAVFOR Somalia Atalanta zur Seeaufklärung und Piratenbekämpfung. Der Oberstabsgefreite versorgte die Besatzungen des deutschen Seefernaufklärers. Bis zu neun Stunden ist die Lockheed P-3 Orion über dem indischen Ozean in der Luft.

Das Essen für die Piloten wurde in einem Hotel vor Ort zubereitet. OSG Rötzer sorgte dafür, dass dort Hygienestandards eingehalten werden. Er kochte auch mit und bereitete Klassiker der europäischen Küche zu, etwa Gulasch oder Soljanka. Der gebürtige Rostocker hatte sich freiwillig für den Einsatz gemeldet. Seine Motivation: „Wenn ich was Schönes für die Kameraden kochen kann, freut mich das."

In der Lockheed verlade ich die Gerichte. Sobald man sich in Dschibuti bewegt, schwitzt man

Oben: Die Maschine wird an Land permanent gekühlt. Rechts: Blick in den Hangar. Unten: Das Land ist karg, Tiere sieht man trotzdem

Links: bei der Crew. Rechts: Morgens um 8 Uhr hatten wir im Hangar schon fast 30 Grad, später deutlich mehr

Für ein Waisenhaus nahe dem Stützpunkt haben wir aus Deutschland Sachspenden organisiert, beispielsweise Spielzeug

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**. Ihr bekommt dafür eine Nikon Coolpix A 300 schwarz (20.1 Megapixel, mit Speicherkarte), Wert: rund 170 Euro. Damit könnt ihr euren Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Zum Dank dürft ihr die Kamera behalten. Viel Glück!

(Rechtsweg ausgeschlossen.)

Zetros auf einem Übungsplatz: Soldaten, die einen Bw-Führerschein machen, können ihn umschreiben lassen und im zivilen Leben nutzen

FÜR SPÄTER LERNEN

Der BFD fördert den Übergang ins zivile Berufsleben. Aber auch sonst können Soldaten bei der Bundeswehr Fähigkeiten und Kenntnisse erwerben, die nach Dienstzeitende weiterhelfen

FÜHRERSCHEINE: MOBIL BLEIBEN

Worum geht's?
Soldaten können bei der Bundeswehr Führerscheine machen, die sogenannten Dienstlichen Fahrerlaubnisse (DFE).

Was bringt's für später?
Wer bei der Bundeswehr lernt, einen großen LKW zu fahren (Klasse C) oder die Erlaubnis erwirbt, Personen zu befördern, etwa in einem Omnibus (Klasse D), kann das auch im Zivilen nutzen. Ein Staplerschein („Flurförderschein") kann ebenfalls sinnvoll sein, zum Beispiel für das Arbeitsfeld Logistik. Der Dienstführerschein verschwindet nach Dienstzeitende in der Personalakte. Wer schlau ist, geht vorher damit zu einer Kfz-Zulassungsstelle und schreibt ihn in einen EU-Führerschein um. Die Gebühr dafür liegt bei 43 Euro.

Wie kommt man dazu?
Das ist der Haken. Einen rechtlichen Anspruch auf eine DFE haben Soldaten nicht. Diese erhalten in der Regel nur Soldaten, zu deren Dienstpostenbeschreibung die Tätigkeit als Kraftfahrer gehört. Oder diejenigen, die mit dienstlichen Fahrzeugen umgehen, etwa Mechaniker. Wer als Kraftfahrer eingeplant ist und keinen zivilen Führerschein hat, wird zu einer (bezahlten) Vollzeitausbildung in eine Bundeswehr-Fahrschule geschickt.

SPORTTRAINER: FIT FÜR DIE ZUKUNFT

Worum geht's?
Soldaten können bei der Bundeswehr Trainerlizenzen erwerben: den allgemeinen Übungsleiter Sport und den Fachsportleiter mit einem Schwerpunkt, z. B. den Fachsportleiter Gesundheitssport oder den Fachsportleiter Kondition / Fitness.

Was bringt's für später?
Die Trainerlizenzen kann man bei den Landesverbänden des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) kostenlos umschreiben lassen. Achtung: Die Bundeswehr-Lizenzen sind nur vier Jahre gültig. Der Übungsleiter Sport entspricht der DOSB-Lizenz „Übungsleiter C Breitensport". Damit kann man in Sportvereinen Kurse anbieten, ehrenamtlich oder für eine geringfügige Vergütung. Die Bw-Lizenz Fachsportleiter entspricht beim DOSB dem Übungsleiter der Stufe B.

Wie kommt man dazu?
Prinzipiell können Soldaten ab dem Dienstgrad Gefreiter an Lehrgängen der Sportschule Warendorf teilnehmen. Voraussetzungen: eine Restdienstzeit von mindestens zwölf Monaten, ein aktueller Basis-Fitness-Test (BFT) und das Schwimmabzeichen Bronze oder 100-Meter-Kleiderschwimmen in vier Minuten. Bewerber müssen voll dienstfähig und voll belastbar sein. Entscheidend ist, dass der Standort einen Übungsleiter benötigt und der Disziplinarvorgesetzte zustimmt. Soldaten können zudem Lehrgänge mit dem Ziel Fachsportleiter besuchen. Der Lehrgang Übungsleiter dauert neun Tage, der zum Fachsportleiter 17 Tage.

SPRACHKURSE: BE SMART!

Worum geht's?
Soldaten können bei der Bundeswehr Fremdsprachen wie Englisch, Französisch, Spanisch etc. lernen oder ihre Kenntnisse verbessern.

Was bringt's für später?
Sprachkenntnisse, vor allem im Englischen, helfen in vielen zivilen Berufen, etwa im kaufmännischen Bereich, in der Industrie und im Tourismus. Manche Stellenausschreibungen setzen auch ein bestimmtes Fremdsprachenniveau voraus (A1 bis C2).

Wie kommt man dazu?
Truppenoffiziere und Unteroffiziere mit Portepee erhalten Sprachunterricht an den jeweiligen Schulen. Darüber hinaus bietet das Bundessprachenamt, das zur Bundeswehr gehört, Lehrgänge für alle Soldaten in über 50 Sprachen an. Vorausgesetzt wird ein konkreter dienstlicher Bedarf. Mannschaftssoldaten können am Bundessprachenamt an einer freiwilligen Sprachausbildung in Englisch teilnehmen – sofern es freie Plätze gibt.

Der einfachste Weg ist ein Sprachkurs über den Berufsförderungsdienst (BFD) im Rahmen der dienstzeitbegleitenden Förderung. Der BFD bietet überwiegend Englischkurse verschiedener Leistungsstufen an. Die Kurse sind kostenlos und dauern zwei Wochen in Vollzeit. Teilweise gibt es auch Kurse in Teilzeit, die dann insgesamt zwei Monate dauern. Meist macht man abschließend eine Prüfung und erhält ein Zertifikat über das erreichte Leistungsniveau.

Mehr Infos: Suchmaske für Sprachkurse des BFD: www.tinyurl.com/js-sprachkurse-bfd
Bundessprachenamt: www.tinyurl.com/js-bundesprachenamt

DIENSTZEITBEGLEITENDE BILDUNGSMASSNAHMEN DES BFD: IMMER WEITERBILDEN

Worum geht's?
Mathematikkenntnisse auffrischen, Bewerbungsgespräche üben, CNC-Technik kennenlernen oder erste Schritte mit der Software SAP gehen: Der BFD bietet eine Fülle von Lehrgängen und Seminaren an, die Soldaten während der Dienstzeit besuchen können.

Was bringt's für später?
Spezielles Wissen und die sogenannten Soft Skills helfen bei der Jobsuche. Außerdem kann man mit Hilfe der Lehrgänge herausfinden, welche beruflichen Tätigkeiten einem liegen.

Wie kommt man dazu?
Die Bildungsmaßnahmen stehen allen Soldaten offen. Die Teilnahme ist kostenfrei, anfallende Reise- und Unterkunftskosten werden erstattet. Einige Kurse setzen Vorkenntnisse voraus. Soldaten können auch mehrere Kurse besuchen. Wichtig: Die Lehrgänge finden außerhalb des Dienstes statt. Das heißt, man muss sich dafür freinehmen. Soldaten, die sich mindestens für zwei Jahre verpflichtet haben, können in den letzten zwei Dienstjahren jeweils fünf Tage Sonderurlaub für dienstzeitbegleitende Maßnahmen beantragen. Diese sollten jeweils im Zusammenhang mit dem voraussichtlichen Berufsziel stehen.

Mehr Infos: Suchmaske mit Maßnahmen und BFD-Ansprechpartnern: www.tinyurl.com/js-weiterbildung

Wer sportlich ist und sich im Verein engagieren möchte, kann bei der Bundeswehr Lizenzen erwerben

FOTOS: BUNDESWEHR, ALYSSA SCHREIER / IMAGO, PHOTOTHEK / ZINO PETEREK (2)

Soldaten genießen an der Bw-Fachschule in Veitshöchheim ihre Pause

SCHULABSCHLUSS: ALLE OPTIONEN OFFENHALTEN

Worum geht's?
Soldaten können an den Bw-Fachschulen den Realschulabschluss nachholen oder die Fachhochschulreife (Fachabi) machen.

Was bringt's für später?
Mehr Möglichkeiten bei der Jobsuche. Viele Ausbildungsberufe setzen heute den Realschulabschluss voraus. Die Fachholschulreife ist zudem Voraussetzung für ein duales Studium und den Besuch von Fachhochschulen. Auch manche Universitäten wie die TU München erkennen das Fachabi der Bw-Fachschulen an.

Wie kommt man dazu?
Der Realschulabschluss an einer der zehn Bw-Fachschulen dauert ein Jahr. Wer einen Realschulabschluss hat, kann die Fachhochschulreife machen, je nach Schule gibt es unterschiedliche Schwerpunkte (z. B. Technik, Wirtschaft, Sozialpädagogik). Interessierte sollten sich vom BFD beraten lassen, denn dieser fördert den Besuch einer Fachschule. Ein Anrecht haben alle Soldaten ab SaZ 4. Mannschafter, die einen Laufbahnwechsel anstreben, können während der Dienstzeit den Realschulabschluss an einer Bw-Fachschule machen. Die Bewerbung läuft über das Bundesamt für das Personalmanagement der Bundeswehr (BAPersBw).

Mehr Infos: www.tinyurl.com/bw-fachschulen

PRAKTIKA: TRAUMJOB GESUCHT

Worum geht's?
Mit einem Berufsorientierungspraktikum (BOP) in zivilen Firmen, in Behörden oder anderen Einrichtungen können Soldaten während der Dienstzeit in Berufe reinschnuppern.

Was bringt's für später?
Im besten Fall die Erkenntnis, dass man einen tollen Beruf für sich entdeckt hat. Im schlechtesten Fall die Gewissheit, dass man weitersuchen sollte, weil die ausprobierte Arbeit doch nicht so gut zu einem passt wie gedacht.

Wie kommt man dazu?
Mannschafter ab SaZ 8 sowie Unteroffiziere, die während ihrer Dienstzeit keine Ausbildung erhalten haben, haben einen Rechtsanspruch auf bis zu drei BOP von jeweils einem Monat. Alle anderen Mannschafter können ein BOP absolvieren. Es gibt die Möglichkeit, ein vierwöchiges Praktikum zu splitten, um zwei Betriebe kennenzulernen.

Das Vorgehen ist einfach: Praktikumsstelle suchen, mit dem Vorgesetzten sprechen und dessen Stellungnahme zusammen mit einem Antrag beim BFD einreichen. Nach der Teilnahme müssen Praktikanten einen Erfahrungsbericht schreiben.

Mehr Infos: Antragsformulare für ein BOP: www.tinyurl.com/js-praktikum

Sebastian Drescher

Lernt, was Forstwirte machen: Ein Soldat während eines BOPs

SO NICHT!

Soldaten der Bundeswehr haben einen Trumpf: Sie können sich beschweren. Wie man das macht, wann es nötig ist und wann vielleicht nicht – ein Überblick

Als Soldat ist man Befehlsempfänger. Man muss sich aber nicht alles gefallen lassen. „Der Soldat kann sich beschweren, wenn er glaubt, von Vorgesetzten oder von Dienststellen der Bundeswehr unrichtig behandelt oder durch pflichtwidriges Verhalten von Kameraden **verletzt** zu sein", heißt es in Paragraf 1 der Wehrbeschwerdeordnung (WBO). Mögliche Gründe für eine Beschwerde können sein: beleidigendes Verhalten von Vorgesetzten oder Kameraden, unrechtmäßige Befehle, grundlos abgelehnte Anträge etc.

In eine Beschwerde gehören: Name, Truppenteil, Grund der Beschwerde, Zeitpunkt des Vorfalls, Unterschrift. Man reicht sie beim nächsten Disziplinarvorgesetzten ein. Das ist **ab dem nächsten Tag** und innerhalb eines Monats möglich (§ 6 WBO). In besonderen dienstlichen Situationen (Einsatz) gilt eine längere Frist (§ 11 WBO).

Lehnt der Disziplinarvorgetzte die Beschwerde ab, kann man sich beim nächsthöheren Disziplinarvorgesetzten erneut beschweren. Hat man damit ebenfalls keinen Erfolg, können sich Soldaten ans Truppendienstgericht wenden. Dessen Urteil ist dann **endgültig.** Wer sich über den Disziplinarvorgesetzten beschweren will, tut dies bei dessen Vorgesetztem.

Wenn die Beschwerde begründet ist, müssen Vorgesetzte unzulässige oder unsachgemäße Befehle oder Maßnahmen aufheben oder ändern. Ist ein Befehl bereits ausgeführt, muss der Vorgesetzte **klarstellen,** dass er nicht hätte erteilt werden dürfen. Zu Unrecht abgelehnte Gesuche oder Anträge müssen in der Folge genehmigt werden.

Soldaten können auch jederzeit den Wehrbeauftragten oder eine Ansprechstelle kontaktieren (siehe Kasten). Das bietet sich an, wenn ein Soldat sein Problem für besonders heikel hält oder am Standort **keine Chance** auf Unterstützung sieht. Beim Wehrbeauftragten heißen die Beschwerden „Eingaben". Viele Soldatinnen und Soldaten schreiben Eingaben zu Personalangelegenheiten oder zu falschem Verhalten von Vorgesetzten.

Bevor man sich beschwert oder an andere Stellen wendet, sollte man überlegen, ob sich ein Problem nicht anders aus der Welt schaffen lässt. Warum hat sich der andere so verhalten? Etwa: „Habe ich keinen Urlaub bekommen, weil ich für etwas gebraucht werde?" Das kann man den Vorgesetzten **fragen.** Auch er ist ein Kamerad und wird ein Gespräch nicht ablehnen, wenn er Kameradschaft verinnerlicht hat und das Anliegen nicht völlig abwegig ist. Tauscht man sich aus, vergeht der Ärger oft und man kann seine Gründe noch einmal verdeutlichen. Zusammen findet man eventuell einen Kompromiss.

Für solche Gespräche können Soldaten die Vertrauensperson ihrer Einheit, den Spieß oder den Militärseelsorger ansprechen, die sie **unterstützen.** Letzterer steht außerhalb der Hierarchie und kann als „neutrale Instanz" vermitteln. Eine schon eingereichte Beschwerde kann man dann auch zurücknehmen (§ 8 WBO).

Soldaten empfänden sehr unterschiedlich, ab wann etwas „zu viel" sei, sagt der Wehrbeauftragte Hans-Peter Bartels. In den Kampftruppen wollten manche Soldaten besonders **hart sein** und meldeten sich erst, wenn es fast zu spät sei. Auf der anderen Seite gebe es auch Freiwillig Wehrdienstleistende, die ihren Dienst bereits in der Grundausbildung abbrechen, weil sie es sich in der Bundeswehr nicht so anstrengend vorgestellt haben. Julia Weigelt

INFOS UND KONTAKTE

- **Wehrbeschwerdeordnung:** www.gesetze-im-internet.de/wbo
- **Berichte des Wehrbeauftragten und Kontakt:** www.tinyurl.com/berichte-wb **// wehrbeauftragter@bundestag.de**
- **Ansprechstelle Diskriminierung und Gewalt in der Bundeswehr:** www.tinyurl.com/bmvg-pchg

SO ENTSTEHT EIN SMARTPHONE

In einem Handy stecken Rohstoffe aus aller Welt. Montiert werden sie in riesigen Fabriken in Asien

Diese Rohstoffe stecken in einem Smartphone*

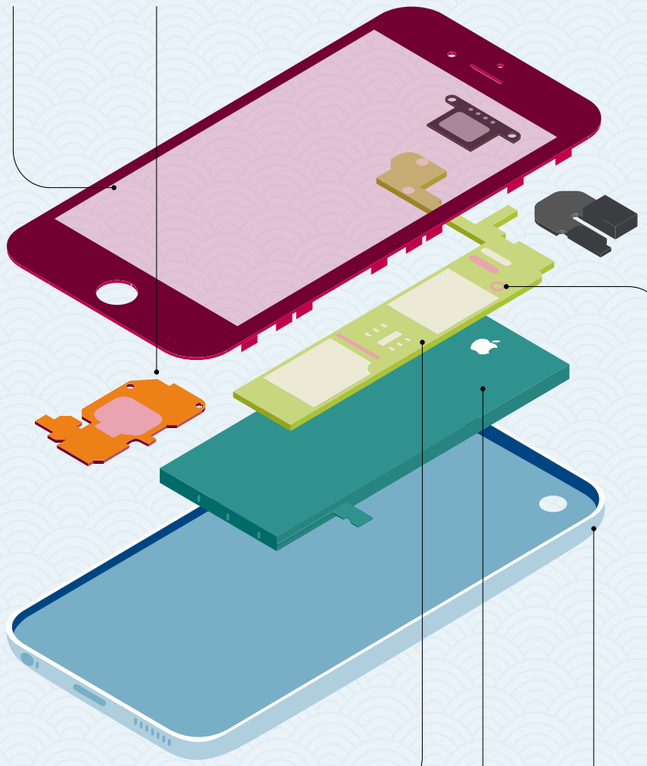
Bildschirm

1. Aluminium
2. Indium
3. Silizium
4. Zinn

Verstärker, Vibratoren, Empfänger

5. Arsen
6. Gallium
7. Neodym
8. Wolfram

*Am Beispiel des I-Phones 6s



Elektronische Einheiten

5 Arsen, 6 Gallium, 9 Antimon, 10 Bor, 11 Kupfer, 12 Gold, 13 Indium, 14 Phosphor, 15 Platin, 16 Palladium, 17 Mineralöl, 18 Silizium, 19 Silber, 20 Tantal

Batterie

9 Antimon, 21 Kadmium, 22 Kobalt, 23 Coltan, 24 Lithium, 25 Mangan

Lötstellen

26 Blei, 27 Zinn

Gehäuse

28 Magnesium

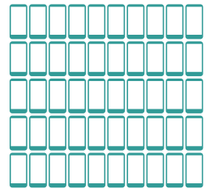
Woher die Teile im I-Phone kommen

Wo I-Phones montiert werden

Die einzelnen Komponenten für ein I-Phone werden in Fabriken rund um die Welt gefertigt. Diese beliefern dann nur zwei Unternehmen, die die Bauteile der I-Phones, I-Pods, und I-Pads zusammensetzen: Foxconn and Pegatron, beides Firmen aus Taiwan, die Fertigungsanlagen in China betreiben. Rund die Hälfte aller I-Phones wird in einer riesigen Fabrikanlage in Zhengzhou in Zentralchina montiert.

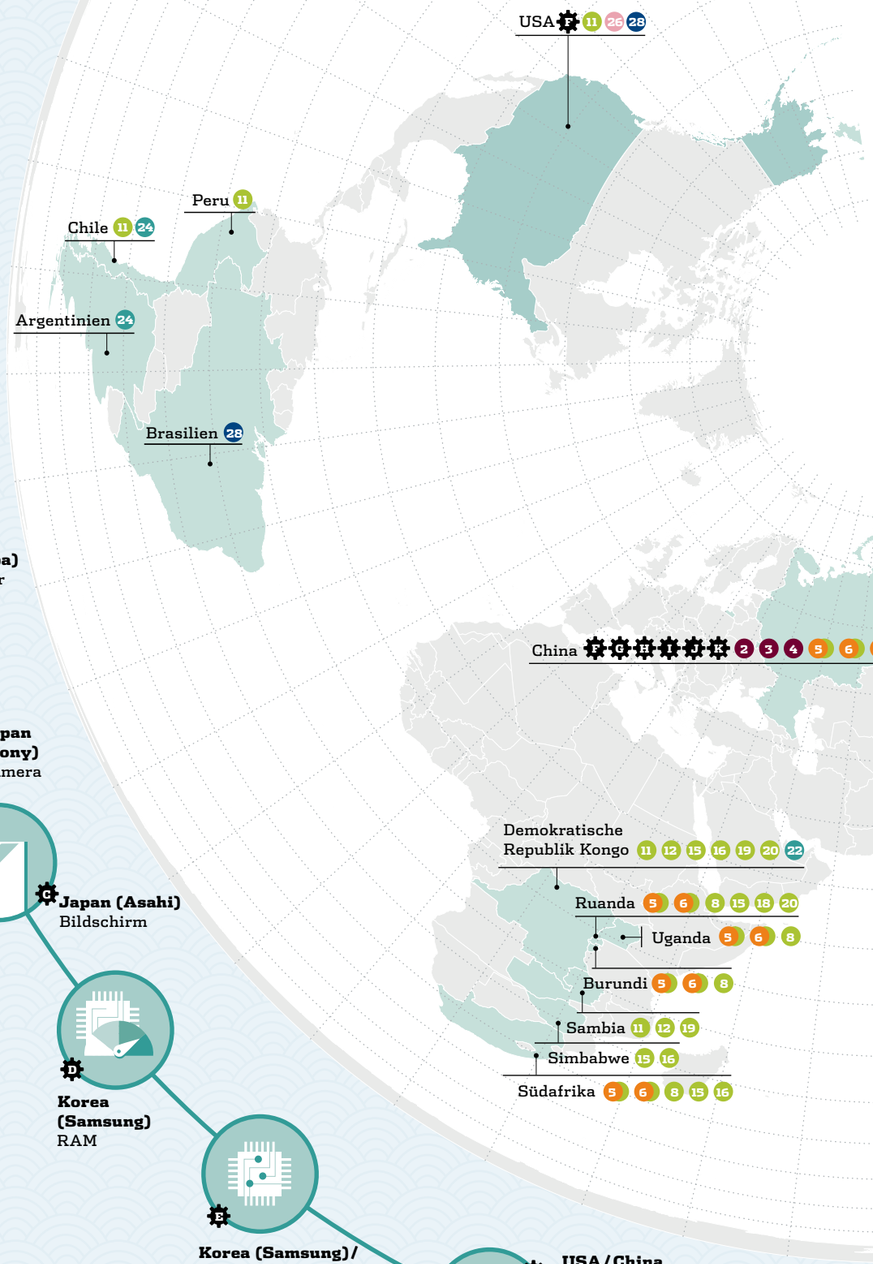
Arbeiter: 350 000

I-Phones pro Tag: 500 000



Größe der Fabriken: Die Fertigungshallen nehmen insgesamt eine Fläche von circa 800 Fußballfeldern ein, das ist 74 mal die Fläche des Buckingham-Palastes in London

74



QUELLE: BERTELSMANN-STIFTUNG / TEXT AND RECHERCHE: BERNHARD BARTSCH, MARTIN GOTTSKE; BEARBEITUNG: JS; INFOGRAFIKEN: INFOGRAPHICS GROUP, BARBARA MAYER, FRIEDERIKE VON POLENZ; QUELLE: GARTNER.COM, STATISTA

LEBEN

BERUF DES MONATS

HOCHZEITS-FOTOGRAFIN
Momente einfangen

Julia Bartelt (25) begleitet Hochzeitspaare am Tag der Trauung, acht bis zwölf Stunden lang. „Ich bin selbst sehr emotional und tauche dann für einen Tag in diese Familie ab“, sagt sie.

Während Bartelt eine Lehre zur Mediengestalterin machte, entdeckte sie die Fotografie für sich. Nach ihrer Ausbildung assistierte sie drei Jahre lang bei mehreren Hochzeitsfotografen. Das rät sie jedem, der sich als Fotograf selbstständig machen will. Ihre Chefs zeigten ihr die Technik des Fotografierens, Motive und Bildbearbeitung, außerdem Dinge wie Buchhaltung, Steuerfragen und Marketing. Von ihnen erhielt Bartelt auch ihre ersten Aufträge für Hochzeiten.

Die Assistenz machte Bartelt in Vollzeit und auf Honorarbasis. Zusätzlich fotografierte sie selbst und machte sich selbstständig.

Bartelt lebt in Niedersachsen, arbeitet aber in ganz Deutschland und fotografiert auch mal Hochzeiten in Wien oder in der Karibik. Sie begleitet bis zu 20 Hochzeiten im Jahr, an jeder arbeitet sie bis zu vier Tage. Darüber hinaus gehören Familien und Firmen zu ihren Kunden. Der Job sei auch deswegen toll, weil die Leute sehr dankbar seien. „Ich gebe ihnen etwas Schönes“, sagt Bartelt.

- **Für wen?** Kreative, einfühlsame und verlässliche Menschen
- **Für wen nicht?** Menschen, die Zeitdruck nicht mögen
- **Für was?** 1000 bis 2500 Euro pro Auftrag

? FRAG DEN PFARRER!

ER KLAMMERT

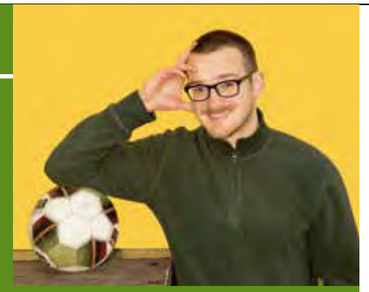
UTE RAVENS, Nienburg, **antwortet**

Anfangs fühlte ich mich zu meinem Freund hingezogen. Er wirkte sehr selbstbewusst. Doch im Laufe unserer Beziehung wurde er immer abhängiger. Er ist eifersüchtig und klammert. Das engt mich ein und macht ihn unattraktiv. Wie soll ich damit umgehen?

Dass sich eine Beziehung im Laufe der Zeit verändert, ist normal. Aus anfänglicher Bewunderung und Verliebtheit wird eine realistischere Sicht auf den Partner. Da kann es dann im wahrsten Sinne des Wortes zu Enttäuschungen kommen. Sie haben Ihren Partner anfangs sehr selbstbewusst wahrgenommen. Jetzt hat sich dieses Bild von ihm durch sein Verhalten verändert. Aber auch die Sicht Ihres Partners auf Sie wird sich im Laufe der Zeit verändert haben. Vielleicht haben Sie ja unbewusst Verhaltensweisen gezeigt, die bei ihm sein eifersüchtiges und einengendes Verhalten mit ausgelöst haben. Sprechen Sie ihn doch darauf einmal an, ob ihn etwas an Ihnen stört. Dann ist es auch einfacher für Sie, ihm zu sagen, dass Sie sein Verhalten nicht gut finden und dass Sie sich kontrolliert und eingeengt fühlen. Überlegen Sie gemeinsam, was jeder von Ihnen in einer Beziehung braucht. Sollte so ein Gespräch zu keinem befriedigendem Ergebnis führen, sollten Sie sich eventuell mit der Frage beschäftigen, ob die Beziehung insgesamt gut für Sie ist.

FOTOS: PRIVAT / ARCHIV / PHILIPP REISS / JS-SCREENSHOT / GETTY IMAGES

FANKURVE



ACHSELHÖHLE IM ABSEITS

Fakten werden heutzutage gerne verzerrt oder ganz durch Lügen ersetzt. Es gibt sie aber, die vermeintlich letzte Bastion des Faktischen. Sie befindet sich auf den Fußballplätzen der europäischen Profiligen, beziehungsweise in den Containern daneben: die kalibrierte Linie des VAR, des Video Assistant Referee. In all dem Grau, in das sich Schiedsrichter mit ihren Entscheidungen begeben, gibt es bei Abseitsentscheidungen doch noch Schwarz und Weiß. Es ist die Wohlfühloase professioneller Unparteiischer.

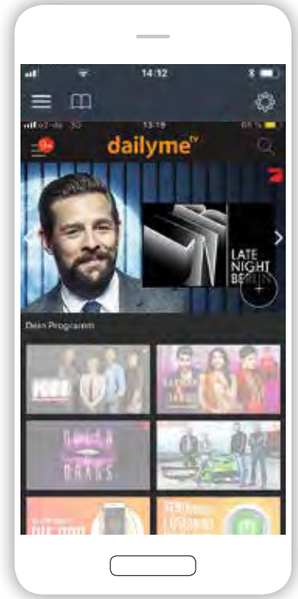
Weil die Linie kalibriert ist, gibt es für die Schiedsrichter keinen Ermessensspielraum, keine Zweifel. So die Theorie. In der englischen Premier League sorgt die Technologie seit ihrer Einführung zu Beginn dieser Saison dennoch für Verwirrung. Das Problem: Auf dem Feld werden nicht nur horizontale Linien gezogen, um Abseits zu erkennen. Stehen Spieler mit dem Oberkörper mutmaßlich hinter dem letzten Verteidiger, bedarf es einer weiteren Linie: Aus der Kameraperspektive wird mit Hilfe eines Lots (Geometrie!) gestrichelt in die Luft gezeichnet, offiziell spricht man von einer „3D-Ergänzung“.

Um dem Fan diese komplizierte Technologie möglichst gut zu vermitteln, werden Einsätze des Videoassistenten in England vom Twitteraccount der Liga erläutert. Angesichts der ersten Versuche ist fraglich, ob das eine gute Idee ist: Ein Treffer von Liverpools Roberto Firmino gegen Aston Villa wurde beispielsweise aberkannt, weil Firminos Achselhöhle laut der offiziellen Begründung „marginal vor dem letzten Verteidiger lag“.

Ob ein Orthopäde im Videokontrollraum sitzt und entscheidet, wo exakt Körperteile beginnen, mit denen der Regel zufolge keine Tore erzielt werden dürfen? Die bisherigen Ergebnisse lassen wildes Gekritzel auf Tabletcomputern vermuten – mit selbstverständlich faktischem Ergebnis.

Henrik Bahlmann

APP DES MONATS



Mit „dailyme“ kann man Serien und Filme aus dem **Fernsehen auf sein mobiles Gerät herunterladen**, wenn man WLAN hat. Angucken kann man sie danach offline. Die Fernseh-App bietet Sendungen von ARD, ZDF und mehreren Privatsendern. Damit ist „dailyme“ eine kostenlose Alternative zu Netflix und Co.

WELTVERBESSERER

DISKUSSIONS-KULTUR IM NETZ

#ichbinhier ist eine Aktionsgruppe, die sich auf Facebook für eine bessere Diskussionskultur einsetzt. Wenn es in den Kommentarspalten menschenfeindlich wird und Desinformationen verbreitet werden, schreitet die Gruppe ein. Die Mitglieder teilen den betroffenen Artikel in der Gruppe und rufen die anderen Mitglieder dazu auf, sich an der Diskussion sachlich und höflich zu beteiligen.
www.tinyurl.com/js-hier

DAMIT'S GUT WIRD

Acht Punkte, die Männern zeigen, ob sie eine erwachsene Einstellung zu Sex haben

1

Männer fragen im Zweifelsfall, ob sie wirklich will

Ganz prinzipiell gesagt: Wenn sich etwas anbahnt, geht es nicht darum, Grenzen zu überschreiten und auszutesten, wie weit man gehen kann. Sex und Lust sind kein Angriffskrieg, bei dem sich die weibliche Seite halt wehren muss, wenn sie nicht „erobert werden" will. Deswegen gilt für Dickpics, Knutschen, Hintern anfassen, Penetration oder egal was: Loslegen geht nur, wenn die Aufklärungsmission das Okay gegeben hat. Beim Flirten geht es oft zweideutig zu. Und wenn man nicht hundertprozentig sicher ist, dass sie auch will, was man selbst will, dann fragt man nach oder sagt, was man will. Zum Beispiel: „Ich würd dich liebend gern ausziehen!" Natürlich kann sie es sich überlegen und das zurückweisen. Zurückweisung ist blöd. Aber übergriffiges Verhalten ist deutlich mehr als blöd. Sexuelle Belästigung oder sogar Vergewaltigung sind Straftaten.

2

Männer wissen, dass Porno-klischees nicht real sind

Über Sexualität wurde schon immer dummes Zeugs erzählt. Nein, Männer kriegen keine Schwimmhäute vom Onanieren. Und nein, es ist nicht ungesund, ab und an mal einen Porno zu schauen, wie wissenschaftliche Studien zeigen. Sofern man es nicht zwanghaft und zu häufig tut. Denn das ständige Pornogucken könnte sogar dem Gehirn schaden, vermuten Forscher.

Davon abgesehen sollte aber jedem klar sein, dass Pornofilme so viel mit der Realität zu tun haben wie Game of Thrones mit der Wahl der SPD-Parteivorsitzenden. Nehmen wir zum Beispiel die Körper von Pornostars. Die meisten Frauen im echten Leben haben keine Riesenbrüste, die am Körper schweben wie zwei mittlere Heliumballons. Und kaum ein Mann hat einen Penis, der erigiert fast so dick ist wie ein Unterarm. Diese Klischees können stressen. Denn Sex muss nicht so aussehen wie im Porno, um heiß zu sein.

Frauen wachsen übrigens auch Haare untenrum – an ähnlichen Stellen wie Männern. Ob sie die komplett rasieren, sich ein Herz oder ein Batman-Logo daraus trimmen oder alles stehen lassen, ist die Entscheidung der Frau.

Auch was die generelle Lust auf Sex angeht, sind Pornos kein gutes Leitbild. Frauen haben durchaus spontan Lust auf Sex. Aber wenn du das Amazon-Päckchen abholst, das deine attraktive Nachbarin für dich angenommen hat, wird sie sich mindestens zu 99,9 Prozent nicht mit einem Blowjob an der Wohnungstür bedanken. Natürlich können solche Fantasien erregend sein. Nur: So hemmungslos gehen Menschen eher miteinander um, wenn sie sich schon länger kennen, auch sexuell. Die Wahrscheinlichkeit, dass diese Fantasie in Erfüllung geht, steigt also mit dem Grad der Vertrautheit. Wenn der Mann möchte, dass seine Sexpartnerin ihn mal mit einem spontanen Blowjob überrascht, sollte er das vielleicht genau so sagen. Es zu erwarten, weil man es im Porno gesehen hat, führt zu Problemen.

3

Männer erwarten keinen Fake-Orgasmus

Der Psychologe Sigmund Freud hat einmal gesagt, dass die erwachsene Frau den besseren, „reiferen" Orgasmus hat, wenn dabei ein Penis in sie eindringt. Wenn sie aber die Klitoris stimulieren muss, um zum Höhepunkt zu kommen, sei das „unreif".

Sigmund Freud war in der Psychologie so einflussreich, dass seine idiotische Vorstellung vom vaginalen Orgasmus bis heute existiert, zum Beispiel als weiteres Pornoklischee. Der Typ schiebt seinen Penis ein paar Mal rein und raus und die Frau stöhnt und zuckt vor Ekstase.

Wirklich reif wäre, es zu akzeptieren, dass Frauen seltener kommen als Männer. Bei einer Umfrage in Deutschland gab 2006 nur jede zweite Frau an, durch Penetration zum Orgasmus zu kommen. Fast jede hat aber schon mal so getan. Und wenn eine Frau einen Orgasmus vorspielt, dann tut sie das oft, damit der Mann sich besser fühlt. Oder damit er endlich fertig wird. Beides ist nicht besonders erstrebenswert. Denn es ist wie bei den anderen Porno-Klischees: Frauen sind nicht dazu da, dass wir Männer uns wie die Größten fühlen. Wem wirklich daran gelegen ist, dass seine Sexpartnerin auch kommt, kann sie bitten, ehrlich zu sein (siehe Punkt 7).

4

Männer verhüten selbst und sprechen das Thema von sich aus an

Die gute Nachricht zuerst: Schon Jugendliche verhüten mittlerweile viel verantwortungsvoller als früher, wie der Bericht zur Jugendsexualität in Deutschland 2015 zeigte. Ja, okay, Sex ist ein kleines bisschen schöner und intensiver ohne Kondom. Aber wenn die Sexpartnerin die Pille nimmt, wird sie mit Hormonen vollgepumpt. Hormone, zu deren Folgen öfter eine Gewichtszunahme gehört. Oder Stimmungsschwankungen bis hin zur Depression. Oder Migräne. Oder Barthaare bei ihr. Oder weniger Lust auf Sex. Klingt ungeil, oder? Ist es auch.

Kondome sind ein Verhütungsmittel, das einfach anzuwenden ist und mit Abstand die wenigsten Nebenwirkungen hat. Wer Gummis beim Date dabei hat, geht nicht davon aus, dass definitiv etwas laufen wird (siehe Punkt 1). Sondern er zeigt, dass er verstanden hat, dass Kondome dazugehören. Vor allem schützen sie vor fiesen Krankheiten, vor Chlamydien zum Beispiel: 70 Prozent der Frauen, die sie haben, wissen es nicht.

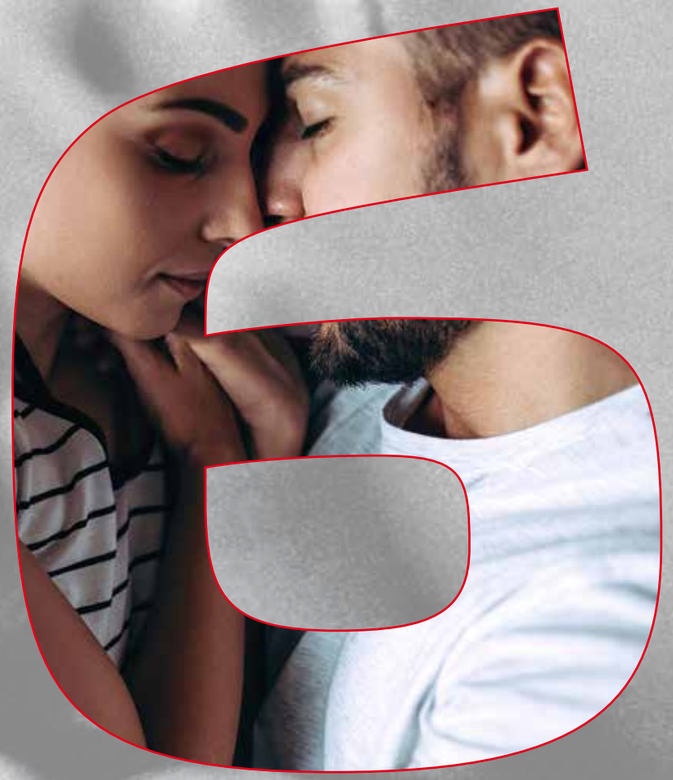
Wer eine feste Partnerin hat, die die Pille wirklich nehmen will und gut verträgt, kann das Kondom vielleicht weglassen – wenn beide sauber sind. Ansonsten: Lümmeltüte rules!

5

Männer dürfen auch mal keine Lust haben

Die Burger im Restaurant waren super, ihr habt was getrunken, gelacht und später geknutscht. Ziemlich gutes Date. Jetzt seid ihr bei ihr und sie hat gerade gesagt, dass sie gerne sehen möchte, wo das Tattoo auf deinem Oberarm weitergeht. Aber auf einmal fällt dir ein, dass du morgen noch Umzugskisten und deinen Kontowechsel organisieren musst. Oder dass du in zwei Monaten nach Mali verlegt wirst. Und das beschäftigt dich so sehr, dass du nicht mehr ganz bei der Sache bist.

Dass Männer dauergeile Sexmaschinen sind, die immer können und wollen, ist auch so ein Klischee. Und Klischees erzeugen falsche Erwartungen, die stressen. Je länger man darüber nachdenkt, desto mehr. Vier von zehn Männern haben laut einer Umfrage eines Sexspielzeugherstellers schon mal Druck gehabt, „sexuell abliefern zu müssen“. Klamotten ausziehen ist einfach. Den Kopf ausschalten nicht immer. Das ist okay. Frag doch einfach, ob es auch reicht, wenn ihr Netflix anschmeißt und noch ein bisschen kuschelt (siehe Punkt 6). Wenn man rüberbringen kann, dass es nicht an ihr liegt und wenn sie so reif ist wie man selbst, wird auch der Rest des Abends schön.



6

Männer finden auch Kuscheln okay

Kuscheln – das klingt nicht gerade ultramännlich. Eine große Befragung in Norwegen ergab allerdings, dass junge Männer sogar lieber kuscheln als junge Frauen. Und kann man sich ein kernigeres Volk vorstellen als die Norweger? Kuscheln ist ein menschliches Grundbedürfnis und macht ziemlich glücklich, weil dabei Oxytocin ausgeschüttet wird. Das ist das sogenannte Kuschelhormon, das auch die Lust auf Sex steigert, der aber nicht passieren muss (siehe Punkt 1 und 5). Oxytocin macht außerdem den Orgasmus tendenziell intensiver. Und es stärkt den Körper gegen Krankheiten. Wer also nicht so sehr auf Kuscheln steht, kann es immerhin als Sport fürs Immunsystem sehen.

FOTOS: ISTOCKPHOTO, MARIA DOROTA / GETTY IMAGES, OLIVER ROSSI / PLAINPICTURE, MARIE DOCHER / GETTY IMAGES, ISTOCKPHOTO / GETTY IMAGES, BRUCE AYRES / PHOTOCASE, FRANZWORKS / GETTY IMAGES, ISTOCKPHOTO / ISTOCKPHOTO, OLEG FILIPCHUK / ISTOCKPHOTO, ANGELO D'AMICO

7

Männer tun nach ihrem Orgasmus noch etwas für sie

Machen wir uns nichts vor: Sex macht mehr Spaß, wenn am Ende das Hirn vom Orgasmus einmal ordentlich durchgebraten wird. Vielleicht haben Frauen deswegen manchmal weniger Lust. Denn fast jeder Mann kommt beim Sex. Aber nur zwei von drei Frauen. Die klugen Männer haben erkannt, dass das ein bisschen ungerecht ist. Die noch klügeren haben erkannt, dass man es ändern sollte. Auch aus Eigennutz. Denn die Wahrscheinlichkeit, noch mal mit ihr schlafen zu dürfen, steigt, wenn sie auch kommt. Damit steigt übrigens auch die Wahrscheinlichkeit, dass die Frau dem Mann Fantasien erfüllt (siehe Punkt 2). Merke: Wer nichts macht, bekommt auch nichts gemacht. Und was der Mann machen sollte, damit es ihr gefällt, fragt er sie am besten einfach.

8

Männer fühlen sich nicht bedroht, wenn sie sexuell erfahrener ist

Opaspruch gefällig? Hier: „Die Jugend von heute kennt ja Treue nur noch als Sammelpunkte im Supermarkt!“ Klingt witzig, ist aber völliger Quatsch. Mit wie vielen Leuten junge Menschen zwischen 14 und 25 schon geschlafen haben, ist in den letzten Jahrzehnten ziemlich stabil geblieben. Trotz Tinder. Aber wenn die Frau im bisherigen Leben mehr Dates hatte als der Mann, denken viele leider immer noch: Eine sexuell erfahrene Frau muss ja leicht zu haben sein. Der sexuell erfahrene Mann hingegen gilt als bewundernswerter Oberchecker.

Wer also von der Frau unbedingt eine Zahl wissen will, muss dann auch damit klarkommen. Und wenn sie die Zahl nennt, ist das tendenziell ein gutes Zeichen, weil sie dich für schlau genug hält, nicht so zu denken wie die Leute im 19. Jahrhundert. Wird es ernster mit euch, dann ist es verständlich, wenn du ein bisschen eingeschüchtert bist, weil sie deutlich mehr Erfahrung hat. Aber wenn es mit einem der Typen wirklich gut gewesen wäre, dann würdet ihr zwei jetzt nicht rummachen. Außerdem weiß sie vermutlich schon ein bisschen besser, was ihr gefällt, dass sie dir nichts vorzumachen braucht (siehe Punkt 3), dass Kerle auch mal keine Lust haben dürfen (Punkt 5) und dass Sex entspannter wird, wenn man vernünftig darüber redet.

Jakob Tieleck

PAUSE VOM PESSIMISMUS

Zwischen Aschermittwoch und Ostern ist Fastenzeit. Martin Jürgens sagt, was ihm das Verzichten bringt und weshalb er rät, es nicht zu übertreiben

Fasten kennen viele als Mittel, um abzunehmen oder den Körper zu entschlacken. Man isst eine bestimmte Zeit lang nichts oder wenig und trinkt viel. Das ist gesund und tut dem Körper gut. So habe ich es mir zumindest sagen lassen. Sebst ausprobiert habe ich es bislang nicht.

Ursprünglich hat das Fasten aber etwas mit Religion zu tun. Dabei geht es nicht um körperliche Gesundheit, sondern eher darum, das Innere von allem zu reinigen, was wir als Ballast empfinden. Man fastet, um sich auf ein bestimmtes Glaubensfest vorzubereiten oder um seinem Gott in besonderer Weise nahe zu sein.

Bekannt ist sicherlich vielen der Fastenmonat Ramadan im Islam, in dem muslimische Kameraden zwischen Sonnenaufgang und Sonnenuntergang auf Essen und Trinken verzichten. Weniger bekannt, aber auch ein Fasten ist das Unterlassen jeglicher Arbeit am Sabbat im jüdischen Glauben. Und noch heute essen viele christliche Familien freitags kein Fleisch, weil sie an diesem Tag an den Kreuzestod Jesus denken und Fleisch früher ein Luxusgut war, das nicht zu einem nachdenklichen Tag zu passen schien.

Da es beim religiösen Fasten um den Verzicht geht, um die Enthaltsamkeit als solche, können Fastengewohnheiten sehr unterschiedlich sein und die Ausnahmeregelungen großzügiger als beim medizinischen Fasten.

Im christlichen Glauben gibt es zwei Fastenzeiten. Man erkennt sie in den Kirchen daran, dass der Altar mit der Farbe Lila geschmückt ist. Früher fasteten viele Christen im Advent, um sich auf das Weihnachtsfest vorzubereiten, an dem wir die Geburt von Jesus Christus feiern. Heute spielt das Adventsfasten für viele Gläubige keine Rolle mehr. Angesichts all der Plätzchen und Süßigkeiten ist in dieser Zeit auch kaum an Verzicht zu denken. Nur das starke Bockbier, mit dem sich die Mönche früher in der Fastenzeit ausschließlich ernährten, erinnert heute noch als „Weihnachtsbock“ an diese Tradition.

WER VERZICHTET, KANN BESSER NACHDENKEN

Als Fastenzeit bekannt sind heute vor allem die sieben Wochen zwischen Aschermittwoch und Ostern, genauer dem Karsamstag. In dieser Zeit denken Christen an Jesus Christus, der am Kreuz gestorben und danach auferstanden ist.

Sieben Wochen, kommt das rechnerisch eigentlich hin? Fast, es sind genau 46 Tage. Wobei manche nur von 40 Tagen ausgehen, weil die kirchliche Tradition an den Sonntagen als Freudentagen immer ein Fastenbrechen zugelassen hat. Ob es sinnvoll ist, eine Zeit des Verzichtes kurz zu unterbrechen, muss jeder selbst entscheiden. Als ich im vergangenen Jahr sieben Wochen bewusst auf Lügen verzichtet habe (vor allem auf die kleinen Alltagslügen), wäre es schon blöd gewesen, wenn ich den Sonntag zu diversen Lügen genutzt hätte.

Die Aktion „7 Wochen Ohne“ der Evangelischen Kirche ermuntert jedes Jahr zum Verzicht, egal, ob es um Dinge wie Schokolade oder Alkohol geht, um Lügen oder Neid. Die Idee: Wer auf etwas verzichtet, kann besser nachdenken, über Gott und die Welt und auch über sich selbst. „Fasten bedeutet Hunger zu haben, auch nach einer besseren Welt“, so ähnlich las ich einmal. Und solch ein Fasten tut wohl jedem gut, auch Menschen, die sonst gar nicht religiös sind. Dieses Jahr lautet das Motto der Aktion „7 Wochen Ohne“: Zuversicht! Sieben Wochen ohne Pessimismus.

Fasten ist kein Muss, keine von Gott erwartete Pflichtübung

FASTEN SOLL HELFEN, NICHT SCHADEN

Auch ich faste dieses Jahr wieder. Worauf ich verzichten werde, weiß ich noch nicht. Als ich noch geraucht habe, waren sieben Wochen ohne Zigaretten immer eine Herausforderung, die ich doch meistens gemeistert habe. Auf das Internet kann ich (zum Glück) aus dienstlichen Gründen nicht verzichten, das fiele mir schwer.

Ich glaube, ich sollte mal sieben Wochen keine Süßigkeiten essen. Jedes Mal, wenn ich den Griff nach der Gummibärchentüte unterdrücke, wäre das ein Moment des Nachdenkens. Und gesundheitlich würde es mir auch guttun. Ich finde aber auch: Fasten ist kein Muss, keine von Gott erwartete Pflichtübung. Als ich einmal während der Fastenzeit im Einsatz in Afghanistan war, entschied ich mich bewusst gegen das Fasten. Denn ich war der Meinung, vier Monate ohne meine Familie seien Verzicht genug. Eine Freundin von uns, die damals an Krebs erkrankt war, stimmte mir zu und sagte: „Ich habe derzeit genug zum Nachdenken, da muss ich nicht auch noch fasten.“

In einem früheren Einsatz in Bosnien wollten der katholische Kollege und ich in der Fastenzeit auf diverse Dinge verzichten. Eigentlich waren wir ein tolles Team und sind auch später befreundet geblieben. Aber nach drei Tagen Fasten waren wir so gereizt, dass wir um des Friedens willen das Fasten abbrachen. Manche Soldaten haben Sprüche darüber gemacht, aber es war die richtige Entscheidung. Denn das Fasten soll dem Menschen guttun und ihm nicht schaden. Gott braucht unser Fasten nicht, wir hingegen schon. Aber eben nur, wenn es uns und unseren Mitmenschen hilft.

Militärdekan Martin Jürgens, Hannover

„7 WOCHEN OHNE“ ...
... ist die Fastenaktion der Evangelischen Kirche. Dieses Jahr lautet das Motto „Zuversicht! Sieben Wochen ohne Pessimismus“. Die Idee: Weniger Sorgen machen und den Stärken von sich selbst und anderen vertrauen.
www.7-wochen-ohne.de

FOTOS: PLAINPICTURE, LJUBITZ + DORNER / ISTOCKPHOTO, MURAT DENIZ / 7 WOCHEN OHNE

IM RING MIT DEN GANZ GROSSEN

Klar, „Rocky" kennt fast jeder. Und sonst? 10 sehenswerte Boxfilme mit Wertung

Wie ein wilder Stier (1980): Eine der berühmtesten Anfangsszenen der Kinogeschichte zeigt Robert De Niro, wie er als Jake LaMotta (Weltmeister im Mittelgewicht von 1949 bis 1951) in Zeitlupe im leeren Ring tänzelt und schattenboxt. Auch sonst überzeugt der Film – mit Rohheit, Glaubwürdigkeit und dem Gefühl beim Zuschauer, er würde mit De Niro im Ring stehen. Regisseur Martin Scorsese brachte hier erstmals De Niro und Joe Pesci zusammen, die beiden spielten auch gemeinsam in den Scorsese-Filmen „Goodfellas", „Casino" und „The Irishman" – allesamt so sehenswert wie dieser Film. 🥊🥊🥊🥊🥊

Million Dollar Baby (2004): Eine nicht mehr ganz junge Kellnerin sucht eine Chance im Leben und einen Ersatzvater. Ein alter Mann sucht eine Ersatztochter und eine letzte große Lebensaufgabe. Was ein bisschen klingt wie „Rocky", aber mit einer Frau, ist so viel mehr: ein großartiger Film über das Leben und das Schicksal an sich, getragen von Hilary Swank, Clint Eastwood und Morgan Freeman. Eastwood hat als Regisseur viele kompromisslose Filme gedreht, das hier ist sein wuchtigster. Er trifft den Zuschauer wie ein rechter Aufwärtshaken, den er nicht hat kommen sehen. 🥊🥊🥊🥊🥊

Ali (2001): Ein Spielfilm über den größten Boxer aller Zeiten, mit Will Smith als Hauptdarsteller und Michael Mann („Heat") als Regisseur – was konnte da schon schiefgehen? Einiges, wie der Film zeigt. Vielleicht wollten die Macher zu viele Themen anpacken. Sie zeigen Alis politische, private und sportliche Seite in der Zeit zwischen seinem ersten WM-Titel im Schwergewicht 1964 und dem „Rumble in the Jungle" 1974, dem WM-Kampf gegen George Foreman in Zaire (heutige Demokratische Republik Kongo). So wirken viele Episoden nur bruchstückhaft und die Kämpfe nur wie eine schwache Playback-Version der Originale. Ansehen kann man ihn dennoch. 🥊🥊🥊🥊🥊

When We Were Kings (1996): Den Oscar als beste Dokumentation gab es für diesen Film über das Geschehen rund um den „Rumble in the Jungle" 1974 in Zaire, den WM-Kampf im Schwergewicht zwischen George Foreman und Muhammad Ali. Ein Musikfestival mit Stars wie James Brown oder B. B. King, die im Film auch zu sehen und zu hören sind, gab es obendrauf, und so feiert der Film mit der passenden musikalischen Untermalung den größten Boxer und größten Selbstdarsteller aller Zeiten. Und am Ende singt man mit: „Ali Bomaye!" 🥊🥊🥊🥊🥊

Homeboy (1988): Mitte bis Ende der 1980er Jahre war der Schauspieler und frühere Profiboxer Mickey Rourke ein Star in Hollywood. Er spielte in „Im Jahr des Drachen", „9 1/2 Wochen" und „Angel Heart" mit – und schließlich in „Homeboy". Diese Geschichte eines abgehalfterten Boxers, der sich zum Komplizen von Bankräubern macht, ist kaum bekannt, aber sehenswert – dank der düsteren 1980er-Jahre-Atmosphäre mit viel Regen, Gegenlicht, Synthesizer-Musik. Rourke wurde ein paar Jahre später sogar selbst noch einmal Profiboxer – mit bescheidenem Erfolg, aber guten Gagen. 🥊🥊🥊🥊🥊

Der Boxer (1997): Jetzt wird es politisch! Ein ehemaliger Boxer kehrt nach 14 Jahren Gefängnis nach Belfast zurück, mitten hinein in den Nordirlandkonflikt. Alte Wunden, alte Freundinnen, neue Feinde – das alles ergibt eine explosive Mischung. Geboxt wird nicht viel, aber Daniel Day-Lewis und Emily Watson sind auf dem Höhepunkt ihres schauspielerischen Könnens. 🥊🥊🥊🥊🥊

Zwei vom alten Schlag (2015): Sylvester Stallone und Robert De Niro spielen zwei ehemalige Box-Champions, die als alte Säcke noch einmal gegeneinander in den Ring steigen. Oje! Das hört sich nach hohem Peinlichkeitsfaktor an. Sollten die beiden Schauspieler gar ihren Ruf als Boxlegenden der Leinwand aufs Spiel setzen? Nichts da! Der Film ist witzig, in keinster Weise peinlich, und Stallone und De Niro zeigen ungeahntes komödiantisches Talent. 🥊🥊🥊🥊🥊

Southpaw (2015): Auch Jake Gyllenhaal („Brokeback Mountain", „Prisoners") durfte mal einen Boxer spielen. Nicht schlecht gemacht, aber in dieser Filmgattung auch wenig originell: Ein Box-Champion stürzt nach dem tragischen Tod seiner Frau ab, kämpft sich dann in den Ring und ins Leben zurück. Die Ringszenen jedenfalls sind top! „Southpaw" bedeutet übrigens Rechtsausleger, der Boxer steht mir der rechten Körperseite vorn, die rechte ist seine Führhand, die linke seine Schlaghand. 🥊🥊🥊🥊🥊

Das Comeback (2005): Der Film erzählt die wahre Geschichte von Jim Braddock, der während der Wirtschaftskrise in den USA in den 1930er Jahren fast alles verliert, auch seine Gesundheit und seine Boxlizenz, der von Almosen lebt, doch noch einmal in den Ring steigt und gegen alle Hindernisse den Weltmeistertitel im Schwergewicht holt. Russell Crowe in all seiner Körperlichkeit ist eine Wucht, hinter der der Rest des Films ein wenig schwächelt. 🥊🥊🥊🥊🥊

The Fighter (2010): Man muss schon genau hinschauen, um Christian Bale („Batman") als älteren Halbbruder von Hauptdarsteller Mark Wahlberg zu erkennen. In Sachen „kaputter Typ, aber trotzdem optimistisch" bleibt er dem Zuschauer noch lange im Kopf. Als Lohn gab es den Oscar als bester Nebendarsteller. Auch Melissa Leo wurde für ihre Nebenrolle ausgezeichnet. Der Film ist ein vorzügliches Drama mit vielen tollen Boxszenen. Wahlberg spielt achtbar, bleibt aber hinter den starken Kollegen ein Stück weit zurück. 🥊🥊🥊🥊🥊

Dirk Brichzi

FOTOS: IMAGO, UNITED ARCHIVES (4) / IMAGO, CINEMA PUBLISHERS COLLECTION (2) / IMAGO, PRODDB (3) / IMAGO, MARY EVANS

ZU GEWINNEN

GARMIN OUTDOOR-UHR

Robust und funktional: Die Instinct Tactical Smartwatch von Garmin bietet Fitnessfunktionen, Kompass, Höhenmesser und mehr. Die GPS-Position lässt sich verbergen

1 2 3 4 5 6 7

Ganz einfach das Lö… …/2131668 senden*.

Die Teilnahme am Rätsel ist nur mit dem gedruckten Heft möglich. Das bekommt ihr bei eurem Militärpfarrer.

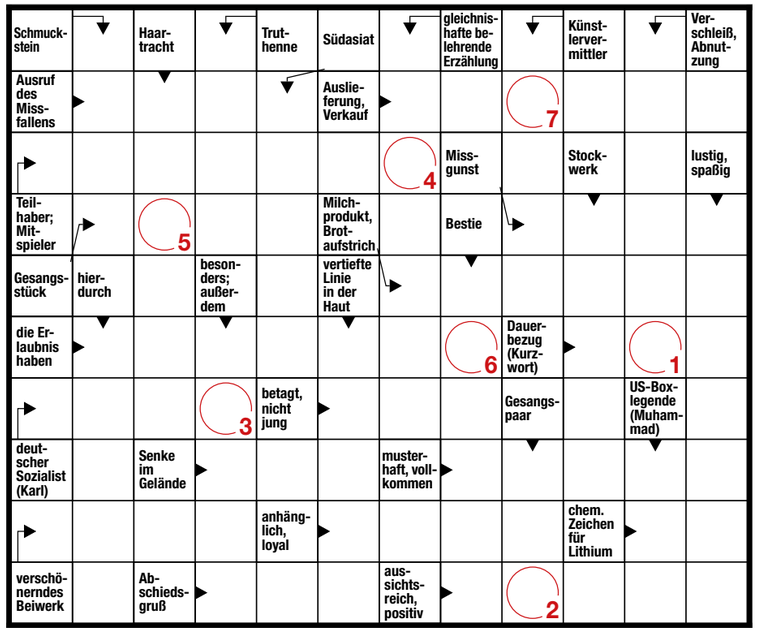
Das Lösungswort im Januar lautete: Wartezeit

Gewinner des Tablets von Samsung ist:
Stephanie Pelka aus 97078 Würzburg

SUDOKU

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

Jede Ziffer von 1 bis 9 darf in jeder Reihe, in jeder Spalte und in jedem Quadrat nur ein einziges Mal vorkommen. Die Sudokulösung aus diesem Heft findet ihr auf Seite 35.



Auflösung Dezember

* Jeweilige Providerkosten für eine SMS.

Teilnahmeberechtigt sind Soldaten und Zivilangestellte der Bundeswehr. Mehrfachteilnahme führt zum Ausschluss, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. JS veröffentlicht Vor-/Zuname samt Dienst-/Wohnort des Gewinners in der übernächsten Ausgabe. Dazu speichern und nutzen wir personen- und ggf. institutionsbezogene Daten vertraulich und ausschließlich für die Abwicklung des Preisrätsels (Auslosung, Benachrichtigung, Zusendung des Gewinns ggf. durch Händler). Wir geben Daten nicht an Dritte weiter und verkaufen sie auch nicht. Mehr Infos zum Umgang mit Daten und Rechten (Widerruf- und Widerspruchsrechte) stehen auf www.js-magazin.de/datenschutz.

FOTO: PROMO

SEELSORGE

IN DER BUNDESWEHR

TERMINE

WINTER/FRÜHJAHR 2020

Familienrüstzeit, 21.–23.2. in Steingaden, EvMilPfarramt-Fuessen@Bundeswehr.org, 08362/509-5801

EAS-Fischereiausbildung, 16.–20.3. in Fritzlar, H.Richter@EAS-Berlin.de, 05622/799847

Familienrüstzeit, 10.–13.4. in Diesen/Ammersee, EvMilPfarramtNeuburg@Bundeswehr.org, 08431/643-1852

Familienrüstzeit, 30.4.–3.5. in Rothenburg ob der Tauber, EvMilPfarramtMuenchen@Bundeswehr.org, 089/992692-4706

Kirchengeschichtliche Seminarreise nach Rom mit der EAS, **2.–9.5.** und **9.–16.5.**, M.Henkelmann@EAS-Berlin.de, 0172/8888716

Das Ev. Militärpfarramt München bietet zusammen mit dem Familienbetreuungszentrum München eine Rüstzeit für Angehörige von Soldaten **im Auslandseinsatz** an – vom **21.–24.2.** in Teisendorf. Info: 089/992692-4706

Wanderfreizeit, 4.–8.5. im Allgäu, H.Henn@EAS-Berlin.de, 0157/56474855

Katamaransegeln auf der Ostsee, 11.–15.5. in Hohwacht, T.Heiber@EAS-Berlin.de, 0177/6706148

Reiterwoche auf dem Friesengestüt, **11.–15.5.** in Bad Zwesten, H.Richter@EAS-Berlin.de, 05622/799847

KpFw-Rüstzeit, 27.–29.5. in Pappenheim, EvMilPfarramtNeuburg@Bundeswehr.org, 08431/643-1852

TERMINE DES MILITÄRBISCHOFS

- **Amtseinführungen von Militärgeistlichen:**
  Militärpfarrer Peter Frommann, Büchel: 11.2., 14 Uhr, Kirche St. Klaus von Flüe, Cochem-Brauheck
  Militärpfarrer Bernhard Schaber-Laudien, Hardheim: 13.2., 13 Uhr, Carl-Schurz-Kaserne Hardheim
  Militärpfarrerin Heike Radtke, Stadum: 27.2., 14 Uhr, General-Thomsen-Kaserne Stadum

?

EINE FRAGE AN: Sven Groth, Pfarrhelfer, Evangelisches Militärpfarramt Kramerhof:

WELCHES IST IHR LIEBLINGSFEST?

Natürlich sind Weihnachten und Ostern wichtig als Familienfeste. Die Zeit dazwischen ist es aber, die mich fasziniert: Karneval! Besonders im Rheinland wird diese „fünfte Jahreszeit" ausgiebig gefeiert. Ich finde Karneval so toll, weil aus der Geschichte heraus alle Menschen gleichgestellt sind – jeder kann sich verkleiden und in eine andere Rolle schlüpfen, alle sind gleich geachtet und können ausgelassen feiern. Einen besonderen Stellenwert haben für mich die Büttenreden: Mit viel Humor und einer gewissen Ironie weisen sie auf Missstände in Politik und Gesellschaft hin und regen zum Nachdenken an. Gerade in der Karnevalszeit ist es legitim, sich zum Narren zu machen und über sich selbst zu lachen.

FOTOS: ISTOCKPHOTO, ALEKSANDAR NAKIC / PRIVAT

WAS WIRKLICH ZÄHLT

Bei einem Seminar in Potsdam lernen Militärpfarrer Grundsätzliches für Auslandseinsätze. Dabei geht es auch um die eigene Gefährdung und den Beistand in Notlagen

Die massive Sicherheitstür öffnet sich, dann stehen die Besucher in einem fensterlosen Raum. Ein großer Monitor an der Wand zeigt Landkarten und das Programm eines Nachrichtensenders. Davor sind in vier aufsteigenden Reihen Arbeitsplätze mit Computern und Telefonen eingerichtet, an denen eine Handvoll Soldaten sitzt. Der Raum ist die Operationszentrale (OPZ) des Einsatzführungskommandos in Potsdam-Schwielowsee. Hier laufen alle Informationen aus den Auslandseinsätzen der Bundeswehr zusammen.

Die Lage ist ruhig an diesem Montagabend. Der leitende Offizier hat ein wenig Zeit für die Besuchergruppe: zwölf evangelische und katholische Militärseelsorger und -seelsorgerinnen. Er erklärt ihnen, wie die Soldaten im Schichtwechsel die OPZ besetzen und warum sie in Notlagen auf die Mithilfe der Militärseelsorge angewiesen sind. Denn wenn in einem der Einsätze ein Bundeswehrsoldat schwer verletzt wird oder zu Tode kommt, erfahren die Mitarbeiter im OPZ als erste davon. Sie kontaktieren die Stammeinheiten und die jeweiligen Militärseelsorger, die wiederum die Angehörigen informieren.

Für die Pfarrer ist der Besuch im OPZ Teil des „Grundlagenlehrgangs Einsatzbegleitung“, der einmal im Jahr am Standort des Einsatzführungskommandos stattfindet. Das einwöchige Seminar ist Pflicht für alle neuen Militärseelsorger. Sie lernen beispielsweise die rechtlichen Grundlagen der Bundeswehreinsätze kennen, erfahren, wie sie im Feldlager in die Truppe eingegliedert sind und wie ihre Unterstützungssoldaten sie entlasten können. Das Wissen kommt von Soldaten und von anderen Militärpfarrern, die ihre Erfahrungen aus Einsätzen weitergeben.

ZUR SEITE STEHEN

Die Bundeswehr sei noch nie zuvor in so vielen unterschiedlichen Einsätzen aktiv gewesen, erklärt Seminarleiter Bodo Winkler den Teilnehmern. Als Militärpfarrer war Winkler früher selbst mehrfach im Einsatz, heute ist er Militärdekan beim Evangelischen Kirchenamt für die Bundeswehr (EKA). Er sagt: „Die Begleitung der Soldaten in den Einsätzen ist die Kernaufgabe der Militärseelsorge.“

Rüdiger Glufke sieht es genauso. Der 45-Jährige ist seit einigen Monaten evangelischer Militärpfarrer am Standort in Cham. Soldaten in den Einsätzen zu begleiten, habe ihn dazu motiviert, Militärseelsorger zu werden, erzählt er. „Menschen können dort in Situationen kommen, in denen sie mit ihrem Handeln über Leben und Tod entscheiden. Ich bin für sie da, wenn sie über diese Situationen sprechen wollen.“

Während des Lehrgangs wird deutlich, dass jeder Seelsorger dabei seinen eigenen Ansatz hat. Manche wollen „gut zuhören“, „Präsenz zeigen“ und „einfach da sein“. Rüdiger Glufke meint, er bringe sich gerne aktiv ein – etwa beim gemeinsamen Musikmachen mit Gitarre oder Klavier. Einig sind sich alle Pfarrer darin: Um von den Soldaten ernst genommen zu werden, dürfe man sich nicht verstellen.

GEFAHR AUCH FÜR DIE PFARRER?

Der erste Einsatz steht für Glufke und seine Kollegen frühestens im kommenden Jahr an. Zuvor müssen sie weitere Lehrgänge durchlaufen: den Einsatzersthelfer Alpha, die Einsatzlandunspezifische Ausbildung (ELUSA) und die Einsatzlandspezifische Ausbildung (ELSA). Das Seminar in Potsdam soll die theoretischen Grundlagen schaffen. Dazu gehört auch, sich mit den Gefahren der Einsätze zu befassen.

Ein Stabsfeldwebel erklärt in einer Unterrichtseinheit das sogenannte Personnel Recovery. Das Verfahren gibt vor, wie sich einzelne Soldaten verhalten, wenn sie in bewaffneten Konflikten von ihrer Einheit getrennt werden und wie ihre Rettung abläuft. Eine Gefahr auch für die Pfarrer selbst? Theoretisch ja, meint der Stabsfeldwebel, etwa wenn sie Kräfte außerhalb des Feldlagers begleiteten oder lokale Kirchengemeinden besuchten. Allerdings habe es solche Fälle bislang nicht gegeben. Die Aufgabe der Seelsorger bestehe eher darin, dass sie gemeinsam mit anderen Fachleuten wie dem Truppenarzt Soldaten betreuen müssen, die aus gefährlichen Situationen gerettet werden.

Auch sonst vermittelt das Seminar viel über extreme Notlagen. Was kann ein Pfarrer tun, wenn ein Soldat erfährt, dass sein Kind im fernen Deutschland gestorben ist? Wie findet man die richtigen Worte, wenn ein Soldat im Einsatz stirbt? Militärpfarrerin Silke Röcher-Hoffmann aus Rheinbach erzählt später, dass sie nach dem Besuch des Seminars viel über diese Fragen nachgedacht habe. Sie habe gelernt, dass man im Einsatz oft spontan und schnell auf Ereignisse reagieren müsse. „Die Stärke von uns Pfarrern ist es, mit Tod und Trauer umzugehen. Wir können mit einem Gebet oder einer kurzen Andacht etwas geben, was andere nicht können“, sagt sie.

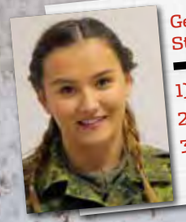
Dass immer wieder Soldaten zu Tode kommen, verdeutlicht ein Spaziergang durch den Wald der Erinnerung. Die Gedenkstätte in Potsdam erinnert an Soldaten, die im Einsatz gestorben sind. Nicht nur in Gefechten oder bei Anschlägen sterben Soldaten, sondern vereinzelt beispielsweise auch durch Suizid. Silke Röcher-Hoffmann sagt, die Führung durch die Gedenkstätte mit einem einsatzgeschädigten Soldaten habe sie sehr berührt. Sebastian Drescher

Soldaten nach einem Gottesdienst in Afghanistan

Silke Röcher-Hoffmann, Militärpfarrerin in Rheinbach

Rüdiger Glufke, Militärpfarrer in Cham

FOTOS: LAIF, JAN GARUP / SEBASTIAN DRESCHER (2)



Gefreiter **VANESSA BIENROTH** (21), Stabsdienstsoldatin, 2. Batterie

1) Pizza
2) Partyurlaub
3) Bessere Chancen, Berufssoldat zu werden

Hauptgefreiter **DANIEL HUPFER** (26), IT-Soldat, 5. Batterie

1) Salat
2) Fallschirmspringen
3) Neuere persönliche Ausrüstung

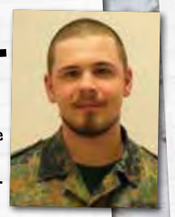
WAS IHR WOLLT

Soldaten vom Standort Idar-Oberstein sagen, was sie denken. Die drei Fragen diesmal:

1) Dein Wunschessen in der Kantine?
2) Was musst du unbedingt noch einmal tun in deinem Leben?
3) Was würdest du dir von der Bundeswehr wünschen?

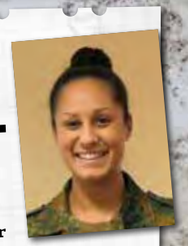
Hauptgefreiter **BASTIAN BÖHME** (21), Feuerleitsoldat, 3. Batterie

1) Pizza
2) Weltreise
3) Bessere persönliche Ausrüstung für den Gefechtsdienst, z. B. Tragesysteme



Hauptgefreiter **ADRIANA WORST** (20), Stabsdienstsoldatin, 1. Batterie

1) Schnitzel
2) Bungee-Jumping im Ausland
3) Bessere Ausrüstung für kalte und nasse Nächte im Biwak

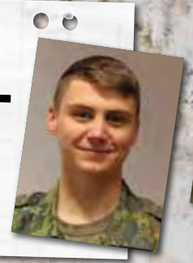


Obergefreiter **MALIK YERIMA** (21), Kanonier Panzerhaubitze 2000, 4. Batterie

1) Schnitzel mit Pommes
2) Den 1. FC Kaiserslautern in der 1. Liga sehen
3) Bessere Stuben in der Klotzbergkaserne

Obergefreiter **NIKLAS SCHINDLER** (21), Materialbewirtschaftungssoldat, 1. Batterie

1) Cordon bleu
2) Fallschirmspringen
3) Bessere Stuben für Kasernenschläfer in der Klotzbergkaserne und der Rilchenbergkaserne



Obergefreiter **ROBIN URBAN** (23), Stabsdienstsoldat, 2. Batterie

1) Gulasch
2) Längerer Aufenthalt in Japan
3) Berufliche Zukunft

Oberstabsgefreiter **PETER ALBECKI** (32), Batterietruppsoldat, 6. Batterie

1) Schnitzel mit Bratkartoffeln
2) Fallschirmspringen
3) Besseres Material und schnellerer Ausbau der Liegenschaften

Die Soldaten des Artillerielehrbataillons 345 sind in der Klotzbergkaserne und der Rilchenbergkaserne in Idar-Oberstein stationiert

IDAR-OBERSTEIN

Feldwebel **KARIM DJORDJEVIC** (28), Personalfeldwebel, Stabsabteilung 1

1) Lachslasagne mit Spinat
2) Eine Rundreise durch die USA
3) Bürokratieabbau und gelebte Kameradschaft

FOTOS: BUNDESWEHR (9) / ARCHIV

FOTO: JS-MAGAZIN

Organisationen wiedererkennbar sind. Die Bundeswehr ließ ihr bisheriges Kreuz grafisch überarbeiten, damit es in verschiedenen Größen besser wirkt. Seitdem sind …

* die weißen und blauen Außenlinien dicker
* Kreuz und Schriftzug „Bundeswehr" angeglichen, was das Logo quadratischer erscheinen lässt. Dadurch soll es digital besser aussehen.
* die Farben verändert: Das neue Blau ist laut Bundeswehr moderner und weniger „satt", das Grau wurde angepasst.

DARF MAN DAS KREUZ PRIVAT VERWENDEN?

Das Eiserne Kreuz der Bundeswehr mit dem Schriftzug „Bundeswehr" sowie „Wir.Dienen.Deutschland." ist seit 2014 urheberrechtlich geschützt. Die Kreuzform an sich darf man aber verwenden, etwa als Modeschmuck. Ab den 1960er Jahren trugen US-Amerikaner (Biker, Rocker) solche Kreuze, um sich abzugrenzen. Für die Kreuze der Nazizeit mit Hakenkreuz gilt: Öffentliches Tragen ist strafbar.

WO FINDET MAN WEITERE INFORMATIONEN?

* Warum und wie werden Orden verliehen? Ein Gesetz macht Vorgaben: www.gesetze-im-internet.de/ordeng
* Der Traditionserlass informiert über erlaubte und verbotene Kreuze: www.tinyurl.com/traditionserlass-2018
* Ein Blog erklärt, was das Eiserne Kreuz mit Rockmusik zu tun hat: www.tinyurl.com/kreuz-rock

Seite 4

EISERNES KREUZ

WAS IST DAS EISERNE KREUZ?

Das Eiserne Kreuz ist der bekannteste deutsche Kriegsorden in Form eines Tatzenkreuzes (Kreuz mit sich verbreiternden Enden). Das ursprüngliche Kreuz besteht aus schwarz eingefärbtem Eisen mit silberner Umrandung. Mittlerweile ist das Kreuz in verändertem Design das Symbol der Bundeswehr. Sie nutzt es als Logo sowie als Erkennungszeichen auf Flugzeugen und Kampffahrzeugen.

WIE ENTSTAND DAS KREUZ?

Preußens König Friedrich Wilhelm III. stiftete das Eiserne Kreuz 1813 für die Befreiungskriege gegen Napoleon (1813–1815). Erstmals sollte ein Kriegsorden in Preußen nicht nur adeligen Soldaten für besondere Taten zukommen, sondern auch bürgerlichen Soldaten sowie Zivilisten (auch Frauen!). Um gegen Napoleon zu siegen, hatten Preußens Militärs das Konzept eines „Volkskriegs" entwickelt,

Seite 1

JS im März 2020

VOM KRIEG GEZEICHNET
Comics über Konflikte

PLUS:
Vergewaltigt: Eine Soldatin kämpft um ihr Recht
Berufswahl: Worauf es wirklich ankommt

IMPRESSUM

JS MAGAZIN

Die Evangelische Zeitschrift für junge Soldaten

Im Auftrag der Evangelischen Kirche in Deutschland.
35. Jahrgang

Herausgeber:
Dr. Dirck Ackermann, Dr. Thies Gundlach, Albrecht Steinhäuser, Dr. Will Teichert
Redaktion:
Leitender Redakteur: Felix Ehring (V. i. S. d. P.)
Redaktion: Sebastian Drescher
Redaktionelle Mitarbeit: Tamara Marszalkowski
Redaktionsassistentin: Rahel Kleinwächter
Layout: Lukas Fiala
Bildredaktion: Caterina Pohl-Heuser, Sandra Schildwächter

Emil-von-Behring-Straße 3
60439 Frankfurt am Main

Telefon: 069/580 98-414
Telefax: 069/580 98-163
E-Mail: info@js-magazin.de
www.js-magazin.de
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

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

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

in dem alle Bevölkerungsschichten mobilisiert wurden. Dazu musste ein Orden für alle geschaffen werden.

WARUM „EISERN" UND WARUM DIE FORM?

Dass der Orden aus Eisen gegossen und danach benannt wurde, sollte verdeutlichen, dass er Bewährungen in den „eisernen Zeiten" des Krieges auszeichnet. Bei der Form ließ sich Friedrich Wilhelm III. wohl vom schwarzen Tatzenkreuz der mittelalterlichen Ritter des katholischen Deutschen Ordens inspirieren. Dieser religiöse Bezug war eine Abgrenzung gegen die Bewegung der Aufklärung, für die Frankreich stand. In der aufkommenden deutschen Nationalbewegung war das Mittelalter als vermeintliche Zeit „alter Größe" sehr beliebt.

WIESO IST DAS EISERNE KREUZ SO BEKANNT?

Weil der Orden – optisch ähnlich – neu aufgelegt wurde:

* Im Deutsch-Französischen Krieg 1870/71 konnten ihn erstmals Deutsche erhalten, die aus Staaten stammten, die mit Preußen verbündet waren.
* Im Ersten Weltkrieg wurde das Eiserne Kreuz zur gängigsten Kriegsauszeichnung und massenhaft vergeben, um die sinkende Bedeutung der einzelnen Soldaten zu kaschieren, die durch neu entwickelte Waffen wie das Maschinengewehr scharenweise starben. Auch die zahllosen Kriegsdenkmäler sind mit dem Kreuz versehen.

* Die Nazis konnten mit ihrer Ideologie einer „Volksgemeinschaft" an den Orden anknüpfen und ergänzten die bisherigen Stufen (I. und II. Klasse sowie Großkreuz) um das Ritterkreuz und das Mutterkreuz. Angesichts der Verbrechen der Nazis endet die Geschichte des Eisernen Kreuzes als Orden mit dem Kriegsende 1945.

WIE VERWENDET ES DIE BUNDESWEHR?

Seit ihrer Gründung verwendet die Bundeswehr ein an das ursprüngliche Eiserne Kreuz angelehntes Tatzenkreuz als Hoheitszeichen. Seit 1965 ist es offizielles Erkennungszeichen an Flugzeugen und Kampffahrzeugen. Die Ehrenkreuze und Veteranenabzeichen ähneln ebenfalls dem Eisernen Kreuz. Die Bundeswehr hält bewusst an der Form fest, da das Eiserne Kreuz seinen Ursprung in den Befreiungskriegen hat. Jene gelten für die Streitkräfte als traditionsstiftend, da hier für die Freiheit von französischer Fremdherrschaft gekämpft wurde. Das Eiserne Kreuz steht laut dem Traditionserlass für die Bundeswehr von 2018 „als nationales Erkennungszeichen und als Sinnbild für Tapferkeit, Freiheitsliebe und Ritterlichkeit".

WAS IST NEU?

Im April 2019 hat die Bundeswehr ihr sogenanntes „Corporate Design" erneuert. Der Begriff umschreibt Schriftzüge, Symbole und Farben, durch die Unternehmen oder

KRUMBIEGEL

WWW.UWE-KRUMBIEGEL.DE