

JS | MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN

SONDERHEFT

NEU BEIM BUND

60 Seiten Service für den Start:
Wie geht man mit Befehl und Gehorsam um? Was bedeutet Kameradschaft? Wer hilft in Notlagen? Und wie kriegt man die Fernbeziehung gut hin? **JS** erklärt es

BUNDESWEHRABKÜRZUNGEN

A MEZ Winterzeit

a. B. auf Befehl

a. D. außer Dienst

a. d. D. auf dem Dienstweg

ABC atomar, biologisch, chemisch

ABCSchM ABC-Schutzmaske

AbiVpflZeit Ablauf der
Verpflichtungszeit

Absich Absicherung

Abw Abwehr

ADB Auslandsdienstbezüge

Adj Adjutant

Adm Admiral

AE Aufwandsentschädigung

all alliiert

AllgFspWNBw Allgemeines
Fernsprechwählnetz der Bundeswehr

AllgFuNBw Allgemeines
Funknetz der Bundeswehr

AllgUmdr Allgemeiner Umdruck

ÄndM Änderungsmitteilung

AnfBest Anfangsbestand

Anfdg Anforderung

Antr Antrag

Anwsg Anweisung (wenn allein
stehend)

Anz Anzahl; Anzünder (Munition)

ARes Alarmreserve; Alarmreservist

Art Artillerie; Artikel

ArtNr Artikelnummer

ÄrztlBeh Ärztliche Behandlung

ATB Ausbildungs- und
Tätigkeitsbezeichnung

ATN Ausbildungs- und
Tätigkeitsnummer

Aufkl Aufklärung

Auftr Auftrag

Ausb Ausbildung

Ausbr Ausbilder

Ausg Ausgabe

Ausr Ausrüstung

Az Aktenzeichen

B MEZ Sommerzeit

B (nur in Listen); **Btsm**
Bootsmann

BdW Bootsmaat der Wache

Bef Befehl

Bekl / AusrNachw Bekleidungs-
und Ausrüstungsnachweis

BeNr Bestellnummer

BesAn Besondere Anweisung(en)

Beschfg Beschaffung (wenn allein
stehend)

Best Bestand, Bestimmung

betr betreffend; betrefFs; betrifft

Beurt Beurteilung

Bf Bahnhof; Brief (Feldpost)

BND Bundesnachrichtendienst

BO Berufsoffizier

BOA Berufsoffiziersanwärter

BrdSch Brandschutz

Brig Brigade

BS Berufssoldat

Btl Bataillon

BTM Betäubungsmittel

BV besonderes Vorkommen

BVK Bezirksverbindungskommando

Bvw Bootsmann vom Wochendienst

Bw Bundeswehr

BwKrhs Bundeswehrkrankenhaus

BwSW Bundeswehr-Sozialwerk e.V.

BWV Bundeswehrverwaltung

CoV Cornelius-Vereinigung
– Christen in der Bundeswehr e.V.

DAE Dienstaufwandsentschädigung

Dat Datum

DBer Dienstbereich

DE Dienst Eintritt

DEBS Datenerfassungsbeleg
(Soldaten)

dfg dienstfähig

DGrad Dienstgrad

DIN DIN Deutsches Institut für
Normung e.V.

DiszV Disziplinarverfahren

DiszVorges Disziplinar-
vorgesetzter

Div Division

DK; DKstf Dieselmotorkraftstoff

DNachw Datennachweis

Dp Depot

DP Dienstposten

d. Res. der Reserve

DSA Deutsches Sportabzeichen

DSt Dienststelle

DU Dienstunfähigkeit

DZ Dienstzeit ab

DZE Dienstzeitende

EAS Evangelische Arbeitsgemein-
schaft für Soldatenbetreuung e.V.

EBesch Einberufungsbescheid

EKA Evangelisches Kirchenamt für
die Bundeswehr

EH Erste Hilfe

Einh Einheit

Einspr Einspruch

Einstlg Einstellung

EKD Evangelische Kirche in
Deutschland

EOD Kampfmittelbeseitigung
(explosive ordnance disposal)

EPa Einmannpackung

ErkM Erkennungsmarke

Ers Ersatz

ET Ersatzteil

ev evangelisch

ExMun Exerziermunition

F (nur in Listen); **Fw**
Feldwebel

Fähnrr; FR (nur in Listen)
Fähnrich

FamSt Familienstand

FArt Feldartillerie

FBldg Fortbildung

FdLg Feindlage

FeSpäh Fernspäh . . .

Fhj; Fj (nur in Listen); Fahnenjunker

FhrSchein Führerschein

FJg Feldjäger

FK (nur in Listen) **FKpt**
Fregattenkapitän

Fla Flugabwehr

FLaz Feldlazarett

Flg Flieger (Dienstgrad)

Fltl Flottille

Flz Flugzeug

Fm Fernmelde . . .

Fp Feldpost

FmTr Fernmeldetruppe

Frq Frequenz

FS Flugsicherung

Fschjg Fallschirmjäger

Fsp Fernsprech . . .

Fu Funk

Fu Funker (Dienstgrad)

FüAk Führungsakademie

FvW Feldwebel vom Wochendienst

FWDL Freiwillig Wehrdienstleistender

Fzg Fahrzeug

G (nur in Listen); **Gefr** Gefreiter
Geschwader (Lw)

GA Grundausbildung
(in Ausbildungsplänen)

GdWD Grundwehrdienst

GE Bundesrepublik Deutschland
(Nato-Kennbuchstaben: Germany)

Geb Gebirgs . . . ; Gebirge

GebJg Gebirgsjäger

Gef Gefecht

geh. geheim

Gen General

Ger Gerät

Gew Gewehr; Gewicht

GeZi Geschäftszimmer

GleichberG Gleichberechtigungs-
gesetz (Gesetz über die Gleichberech-
tigung von Mann und Frau auf dem
Gebiet des bürgerlichen Rechts)

Gren Grenadier

Gschw Geschwader

GvD Gefreiter vom Dienst

H (nur in Listen); **Hptm**
Hauptmann

HB (nur in Listen); **HptBtsm**
Hauptbootsmann

Hdz Handzettel

HF (nur in Listen); **HptFw**
Hauptfeldwebel

HFlg Heeresflieger

HG (nur in Listen); **HptGefr**
Hauptgefreiter

HGr Handgranate

Hsl Hörsaal

HVK Hauptverteidigungskräfte

HZn Handzeichen

i. A. im Auftrag

i. V. in Vertretung

IKRK Internationales Komitee
vom Roten Kreuz

Inf Infanterie

InFü Innere Führung

Inst Instandsetzung

IR Infrarot

Jabo Jagdbomber

JF1g Jagdflieger

Jg Jäger

Ka (nur in Zusammensetzungen)
Kasse

Kal Kaliber

Kas Kaserne

kaS krank auf Stube

KasFw Kasernenfeldwebel

KasOffz Kasernenoffizier

Kdo Kommando

Kdore Kommodore

Kdr Kommandeur

Kdt Kommandant

KDV Kriegsdienstverweigerung;
Kriegsdienstverweigerer

Kf Kraftfahrer; Kraftfahr . . .

Kfz Kraftfahrzeug



GUTEN START!

Willkommen auf dem Planeten Bundeswehr! Einiges läuft hier anders als im zivilen Leben, das merkt man schnell. Und an manches muss man sich erst gewöhnen. Um den Start bei der Truppe zu erleichtern, haben wir ein Serviceheft zusammengestellt – voll mit nützlichen, wissenswerten Dingen für alle, die als „Staatsbürger in Uniform“ dienen wollen. In diesem Heft erfährt man, welche Grundsätze und Grenzen für Befehl und Gehorsam gelten und wieso es ein Soldatengesetz gibt. Wir erklären, warum Kameradschaft so wichtig ist und wann sie schaden kann. Und es geht um Themen, über die in der Bundeswehr nicht oft gesprochen wird, etwa um das Töten. Oder darum, wie man sich korrekt beschwert.

Bundeswehr ist aber nicht nur Dienst. Man verbringt in der Kaserne auch einen Teil seiner Freizeit, den man eventuell lieber bei Freundin oder Freund verbringen würde. Deshalb geben wir Tipps, wie man eine Fernbeziehung hinbekommt und anderes im Griff behält, etwa seine Finanzen.

Bei allen Problemen gilt: Zu den Militärseelsorgern kann man immer gehen. Sie hören zu, wissen Rat, helfen. Und die Evangelische Kirche hat für Soldatinnen und Soldaten noch einiges mehr zu bieten. Dazu gehört auch jeden Monat eine neue Ausgabe des JS-Magazins. Das Heft liegt an Standorten und Dienststellen aus. Viel Vergnügen beim Lesen!

Felix Ehring, Leitender Redakteur JS-Magazin

Fotos: Lena Uphoff // Titel: Zino Peterek





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.)
Redaktionelle Mitarbeit:
Gabriele Meister
Bildredaktion:
Caterina Pohl-Heuser
Layout: Zully Kostka
Redaktionsassistentin:
Rahel Kleinwächter

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
Instagram: jsmagazin
www.militaerseelesorge.de

Artikel ohne Namensnennung hat die Redaktion erstellt.

Verlag:

Gemeinschaftswerk der Evangelischen Publizistik gGmbH
Postfach 50 05 50,
60394 Frankfurt am Main
Geschäftsführung: Jörg Bollmann
Abteilung Printprodukte,
Leitung: Ursula Ott

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



8
Befehl und Gehorsam gehören bei der Bundeswehr dazu, aber es gibt Grenzen



32
Bis Freitag! Tipps für alle, die nun eine Fernbeziehung führen werden



42
Auslandseinsatz: ein Überblick zum Ablauf, zu Risiken, Hilfe, Erholung

22
Wie geht man als Soldat damit um, dass man im schlimmsten Fall töten muss?



48
Schulden: Wie man sie vermeidet und weshalb Soldaten besonders aufpassen müssen



- 2 BW-ABKÜRZUNGEN**
- 6 EINBLICK**
- 8 BEFEHL UND GEHORSAM** Weshalb es das gibt und was man sich nicht gefallen lassen sollte
- 10 FÜR EUCH DA** Was die Militärseelsorge für Soldaten tut
- 12 MAL EHRlich...** Fragen an Rekruten und Ausbilder
- 14 EID & GELÖBNIS** Die wichtigsten Infos
- 15 SOCIAL MEDIA** Was darf man posten?
- 16 AB ZUM ARZT** Fragen und Antworten zum Thema Kranksein beim Bund
- 18 DER MENSCH IM MITTELPUNKT** Innere Führung – die Führungsphilosophie der Bundeswehr
- 20 MAHLZEIT!** Essen bei der Bundeswehr
- 22 TÖTEN** Ist das nicht unchristlich?
- 24 ANWALTIN DER SOLDATEN** Die Wehrbeauftragte

- 25 GANZ KONKRET** Zahlen zur Bundeswehr
- 26 AUFTANKEN BEIM PFARRER** Wie läuft ein evangelischer Standortgottesdienst ab?
- 28 KDV** Wie man den Dienst an der Waffe verweigert
- 29 #TROTTEL** Was man bei Mobbing tun kann
- 30 AUF EINEN BLICK** Schulterklappen und der Aufbau der Bundeswehr zum Herausnehmen
- 32 FERNBEZIEHUNG** Tipps für Paare
- 35 AUF STUBE** Was erlaubt ist und was nicht
- 36 DIE BESCHWERDE AUF DEM DIENSTWEG** Ein Comic erklärt die Vorgehensweise
- 38 ZU RECHT!** Das Soldatengesetz sollte man kennen
- 39 KAMERADSchAFT** Das unsichtbare Band
- 40 SOLDATINNEN** Für den gemeinsamen Dienst von Frauen und Männern gibt es Regeln

- 42 SO GEHT EINSATZ** Wie ein typischer Kontingenteinsatz mit dem Heer abläuft
- 46 WAS MACHEN PFARRER IM EINSATZ?** Zwei Militärseelsorger berichten
- 48 SCHULDEN** Wie man sie vermeidet und worauf Soldatinnen und Soldaten achten müssen
- 50 FRISCHER WIND FÜR DEN KOPF** Was eine Rüstzeit ist und wohin man reisen kann
- 52 SUCHT** Eine Geschichte übers Trinken und wie man da rauskommt. Plus: Hilfe bei Drogenproblemen
- 54 9 PROBLEME – 9 LÖSUNGEN** Frisuren, Wäsche, Schäden – JS hat Antworten
- 56 LEBEN GEHT WEITER** Wie man den Übergang ins zivile Berufsleben plant
- 58 WO MACHEN WIR'S?** Sex ist Privatsache. Und bei der Bundeswehr?
- 59 BW-ABKÜRZUNGEN**

Fotos: Zino Peterek / dpa-Zentralbild, picture-alliance, Stefan Sauer / istockphoto, Olena Yakobchuk / Paul Hoppe / Julius Klemm



SPRUNG INS KALTE WASSER

Gebirgsjäger während einer Ausbildung in Norwegen. Für Soldaten heißt es manchmal einfach: Augen auf und durch!

FOTO: BUNDESWEHR, JANA NEUMANN

MACHEN UND MITDENKEN

Im zivilen Leben spielen Befehl und Gehorsam keine Rolle. Für Soldaten hingegen sind sie überlebenswichtig. Aber: Man muss sich nicht alles gefallen lassen

Füllen Sie diese Formulare aus! Danach melden Sie sich dort und dort, bei dem und dem!“ Diesen schroffen, mir bis dahin unbekanntem Ton am ersten Tag der Grundausbildung werde ich wohl nie vergessen. Kein „Bitte“, keine Fragen, sondern direkte Aufforderungen. Ich bin nicht freiwillig zur Bundeswehr gekommen, sondern gegen meinen Willen eingezogen worden. Gleich zwei Anträge auf Kriegsdienstverweigerung wurden abgelehnt. Heute erachte ich das als Glücksfall.

Nicht so am Anfang. Mit Wut im Bauch befolgte ich die Anweisungen. Obwohl ich die rechtlichen Grundlagen dieser Befehlerei nicht kannte, ahnte ich, dass eine Nichteinhaltung negative Konsequenzen für mich haben würde. Mein Wissen über Armeen stammte bis dahin aus Spielfilmen. Hätte ja sein können, dass diese schlecht gelaunten Soldaten mir auch eine reinhauen dürfen. Dass so etwas verboten ist, lernte ich in einem der ersten Unterrichte des Kompaniechefs.

Befehl und Gehorsam sind notwendig, um beispielsweise bei bestimmten Ausbildungen und im Auslandseinsatz Gefahren zu vermeiden und schnell reagieren zu können. Das kann Leben retten. Allerdings zeigt ein Blick ins Soldatengesetz (SG) und in die Zentrale Dienstvorschrift Innere Führung auch: Soldaten sollen kritisch sein. „Ungehorsam liegt nicht vor, wenn ein Befehl nicht befolgt wird, der die Menschenwürde verletzt oder der nicht zu dienstlichen Zwecken erteilt worden ist...“ (§ 11 SG). Eine vorgesetzte Person darf zum Beispiel unterstellten Soldatinnen und Soldaten nicht befehlen, den eigenen Garten auf Vordermann zu bringen, da dies keinen dienstlichen Zweck erfüllt. Insbesondere darf ein Befehl nicht befolgt werden, wenn dadurch eine Straftat begangen würde.

BEFEHLE VERSTEHEN

Zu den Kriterien der Inneren Führung (Seite 18) gehören die „Grenzen für Befehl und Gehorsam“. Vorgesetzte

Gewöhnungsbedürftig, aber Teil des Soldatenberufs: Der Vorgesetzte macht die Ansagen, wie hier bei der Grundausbildung am Standort Augustdorf

FOTO: ZINO PETEREK

dürfen „Befehle nur zu dienstlichen Zwecken und nur unter Beachtung der Regeln des Völkerrechts, der Gesetze und der Dienstvorschriften erteilen“ (§ 10 Abs. 4 SG). Und Vorgesetzte sollen dabei beispielhaft vorgehen. Leitsätze für Vorgesetzte sind zum Beispiel „Ich setze meine Befehle in angemessener Weise durch und kontrolliere ihre Ausführung.“ Oder: „Ich informiere meine Soldatinnen und Soldaten und mache ihnen meine Befehle einsichtig.“ Unterstellte Soldatinnen und Soldaten sollen also die Sinnhaftigkeit und Notwendigkeit jedes Befehls nachvollziehen können.

EIGNE DIR WISSEN AN!

Im Dienst wird man öfter daran erinnert, dass man freiwillig bei der Bundeswehr sei. Theoretisch stimmt das, es lässt aber persönliche Zwänge außer Acht (Geldnot, Familientradition, Mangel an Optionen usw.). Ich denke, diese Aussage meint auch, dass man seine Befehle und Aufträge ohne Wider-

spruch erledigen soll. Ich rate hingegen allen, sich so viel Wissen wie möglich zur soldatischen Rechtsstellung anzueignen. Allerdings besteht die Gefahr, dass man dadurch arrogant und besserwisserisch wird. Beide Eigenschaften sind schlechte Begleiter. Auch ich bin damit auf die Schnauze gefallen. Wer aber sein Wissen angemessen und verantwortungsvoll nutzt, kommt damit weiter und wird Respekt ernten.

Ich habe schon viele hervorragende Vorgesetzte gehabt, die mich positiv beeinflusst haben. Ich hatte allerdings wahrscheinlich ebenso viele, die die Innere Führung nicht verinnerlicht hatten. Soldatinnen und Soldaten müssen für sich festlegen, wer sie sein möchten: Gehaltsempfänger, Mitläufer, Drückeberger, Angeber oder verantwortungsvolles und mitdenkendes Mitglied der Streitkräfte. Es ist auch nie zu spät, seine Rolle zu überdenken und sich zu ändern.

Robert Kontny ist Oberstabsgefreiter und Artillerist. Er ist am Standort Stetten am kalten Markt stationiert.

DAS GING ZU WEIT - WAHRE FÄLLE

- Ein Oberleutnant packte bei einem nächtlichen Spähtrupp einen Hauptgefreiten am Kragen und belehrte ihn über sein taktisches Verhalten in einer Gefechtsituation. Körperliche Übergriffe unter Soldaten sind aber streng untersagt. Die Wehrdisziplinaranwaltschaft nahm disziplinäre Vorermittlungen auf.
- Ein Oberstabsfeldwebel forderte seinen Zug auf, einen namentlich genannten Stabsgefreiten beim Leistungsmarsch in den Fluss zu schubsen oder ihn liegen zu lassen, wenn er die Anforderungen nicht schaffe. Die Wehrdisziplinaranwaltschaft nahm disziplinäre Vorermittlungen auf.
- Ein Soldat musste im Rahmen einer Dienstpostenausbildung Steine als „Gewichtsausgleich“ mit sich tragen. Der Wehrbeauftragte schreibt dazu: „Auch wenn der als leistungsschwach eingestufte Soldat keine Ausrüstungsgegenstände mitführte, ist Steinetragen als Erzieherische Maßnahme steinzeitlich und widerspricht den Grundsätzen der Inneren Führung.“
- 81 Rekrutinnen und Rekruten mussten am sechsten Ausbildungstag nachmittags bei 28 Grad in Feldanzug, Handschuhen, Wollsocken und Geländelaufschuhen eine Laufstrecke von 2,5 Kilometern absolvieren. Die Sporteinheit bestand aus Laufanteilen, Liegestützen sowie zum Teil aus Ruhepausen. Zwei Soldaten mussten danach ins Krankenhaus, einige weitere waren dehydriert. Der Wehrbeauftragte stuft diese Ausbildung als zu hart ein.

Beispiele und Zitat aus: Jahresbericht des Wehrbeauftragten des Deutschen Bundestags für das Jahr 2019.

FÜR EUCH DA

Was kann die Militärseelsorge für Soldaten tun, wenn sie in Not sind oder Streit mit Vorgesetzten haben? Das erklärt Militärpfarrerin Beate Kopf, eine von rund 100 evangelischen Militärseelsorgern



Pfarrer begleiten Soldaten im Dienst und hören zu, sie geben Lebenskundlichen Unterricht, bieten Gottesdienste und anderes an

JS-MAGAZIN: Frau Kopf, ein Rekrut kommt zu Ihnen und sagt: Ich habe es mir bei der Bundeswehr ganz anders vorgestellt. Ich komme nicht zurecht, fühle mich überfordert und bin frustriert, dass es so schlecht läuft. Wie können Sie weiterhelfen?

Beate Kopf: Wir setzen uns erst mal bei mir im Büro in Ruhe hin, trinken Kaffee, Wasser oder Tee und lernen uns ein bisschen kennen. Oft fallen Soldatinnen und Soldaten nicht direkt mit der Tür ins Haus, so wie bei Ihrer Frage, sondern sagen einfach nur, dass sie mal reden wollen. Wenn wir ein bisschen warm geworden sind, können wir näher auf das Problem eingehen. Den Rekruten, der frustriert ist, würde ich fragen, was genau er sich erhofft hat und was in seinen Augen anders laufen sollte. So kann ich mit ihm gemeinsam eine Lösung für sein Anliegen überlegen.

Mit welchen Problemen kann man sonst noch zu Ihnen kommen?

Wir haben hier am Standort viele Lehrgänge. Deshalb drehen sich viele Gespräche um häufige Versetzungen und die Trennung von der Familie. Generell kann man aber mit allem zu mir kommen, was das so Leben so bietet: angefangen bei dem Wunsch, einfach mal ein paar Minuten runterzukommen, weil der Tag so mies läuft, bis hin zu schwierigeren

Problemen, zum Beispiel in der Beziehung, bei Trauer, weil jemand gestorben ist, oder bei Mobbing Erfahrungen unter Kameraden. Manchmal berichten mir Soldaten auch, dass sie unter ihren Vorgesetzten leiden.

Sind Sie bei Ärger mit Vorgesetzten zuständig?

Zuständig nicht im disziplinarischen Sinne, aber zuständig im Sinne von: Bei mir kann man alles abladen, was belastet. Wir haben in der Militärseelsorge den riesigen Vorteil, dass wir nicht Teil der Bundeswehrhierarchie sind. Ich muss und werde also niemandem von Gesprächen erzählen, es sei denn, der Betroffene möchte es. Dann begleite ich ihn zum Gespräch mit dem Vorgesetzten oder spreche diesen unter vier Augen an. Oder ich bekräftige mit einem Schreiben, dass eine Versetzung nicht nachvollziehbar ist, und appelliere an die Familienfreundlichkeit, die sich die Bundeswehr auf die Fahnen schreibt.

Was tun Sie, wenn jemand noch anderweitig Hilfe braucht, zum Beispiel eine Psychotherapie?

Bei solchen Themen, wenn es zum Beispiel um Drogen oder eine Depression geht, schaue ich mit der Person, wo sie Hilfe bekommen kann. Ich habe eine zweijährige Fortbildung in psychotherapeutischer Seelsorge absolviert, aber ich bin keine Therapeutin. Wenn die Person einverstanden ist, spreche

ich mit dem Truppenarzt. Der kommt auch manchmal auf mich zu, wenn jemand bei ihm war und eine Therapie braucht, aber noch keinen Platz dafür bekommen hat. Teilweise muss man monatelang darauf warten. Durch die Gespräche mit mir hängt der Betroffene nicht ganz so in der Luft. Gemeinsam können wir die Zeit bis zur Therapie überbrücken.

Kann man eigentlich auch während des Dienstes zu Ihnen kommen oder nur in Pausen?

Viele kommen in der Freizeit, weil es ihnen unangenehm ist, sich beim Vorgesetzten abzumelden, aber im Prinzip kann man auch während des Dienstes kommen. Am besten meldet man sich kurz bei mir und macht einen Termin aus, weil ich viel am Standort unterwegs bin. Natürlich kann man mich aber auch nach dem Lebenskundlichen Unterricht ansprechen oder spontan vorbeikommen. Wenn man vor verschlossener Tür steht, kann oft meine tolle Pfarrhelferin weiterhelfen. Sie hat neben der Verwaltungs- auch eine diakonische Ausbildung. Mit ihr kann man also auch gut reden. Und wenn wirklich mal was brennt, weil zum Beispiel jemand gestorben ist oder man von Suizidabsichten eines Kameraden erfährt, kann man mich Tag und Nacht über mein Handy erreichen. Das gehört zu meiner grundsätzlichen Einstellung als Pfarrerin.

Kann man Ihnen schreiben, falls es einem unangenehm ist, bei Ihnen gesehen zu werden?

Soldaten können mich anrufen, mir schreiben oder persönlich vorbeikommen. Häufig schreiben mir Leute erst einmal, oder wir telefonieren, bevor wir uns treffen. Wenn wir schon gute Gespräche geführt haben, die Soldaten aber den Standort verlassen, können wir noch telefonieren. Ich bin für alle da – im Alltag und bei den Rüstzeiten. Auch Angehörige von Soldaten können mich kontaktieren. Ich hatte hier schon Familien sitzen, deren Probleme nichts mit der Bundeswehr zu tun hatten.

Was ist, wenn ich nicht in der Kirche bin oder Moslem?

Wir fragen nicht, ob oder was jemand glaubt. Es dürfen alle kommen. Und man muss auch gewiss kein Gebet mit mir sprechen.

Interview: Gabriele Meister



BEATE KOPF ist Militärpfarrerin und leitet das Evangelische Militärpfarramt in Untermeitingen

WAS ES SONST NOCH GIBT

- Infos der Militärseelsorge im Netz: www.militaerseelsorge.de; private Seiten und Gruppen gibt es bei Facebook, zum Beispiel www.facebook.com/groups/evMilSeels
- Standortgottesdienste (S. 26) und Rüstzeiten (S. 50), bieten Militärpfarrämter regelmäßig an, manchmal auch Gebetsfrühstücke oder Gesprächsrunden.
- Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung e. V. (EAS): Betreuungsangebote mit Schwerpunkten wie Sport, Bildung, Kultur, Familie. In den Einsatzgebieten gastronomische Betreuungszentren (OASEn): www.easberlin.de
- Cornelius-Vereinigung e. V. (CoV): Gemeinschaft von Christen in der Bundeswehr: www.cov.de
- Raum der Stille/Andachtsraum: gibt es in vielen Kasernen. Gut zum Runterkommen, nachdenken, beten.
- Chor: gibt es an manchen Standorten, Militärpfarrer fragen!
- Internationales protestantisches Soldatentreffen in Südfrankreich (RIMP), immer im Juni, mitfahren: www.militaerseelsorge.de, Such-Stichwort: RIMP
- Deutscher Evangelischer Kirchentag: alle zwei Jahre, wer mitwill: Militärpfarrer fragen!

FOTOS: ZINO PETEREK / CINDY JACOBS (3) / PRIVAT



FRAGEN AN DIE AUSBILDER

1. Was rätst du Rekruten?
2. In welcher Situation sind Ausbilder besonders streng?
3. Dein Wunsch für die Grundausbildung?

OBERFELDWEBEL LUKAS, GRUPPENFÜHRER

1. Sei offen für Neues! Und man sollte kritikfähig, also nicht so schnell eingeschnappt sein.
2. Bei der Schießausbildung und bei der Waffengerätausbildung, denn sonst kann es gefährlich werden.
3. Insgesamt mehr Zeit.

HAUPTFELDWEBEL BORIS, ZUGFÜHRER

1. Hab Durchhaltevermögen, um dich einzugewöhnen!
2. Wenn es darum geht, die Disziplin zu wahren und Sicherheitsbestimmungen einzuhalten. Dann gibt es keine Grauzone!
3. Mehr Zeit für die Grundlagen des Gefechtsdienstes. Es ist gut, dass anfangs mittlerweile mehr für die körperliche Leistungsfähigkeit getan wird.



FRAGEN AN DIE REKRUTEN

1. Warum wirst du Soldat?
2. Was war dein Highlight der Grundausbildung?
3. Was hättest du nicht unbedingt gebraucht?



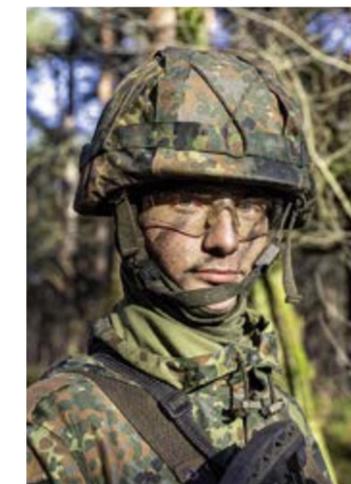
TOMKE

1. Weil ich finde, dass die Bundeswehr ein super Arbeitgeber ist. Man kann sich weiterbilden, aufsteigen, die Bezahlung ist auch gut. Außerdem gefällt mir die Kameradschaft.
2. Ich hatte eigentlich jeden Tag Spaß. Das Gelöbnis war toll – mit der stolzen Familie.
3. Den Basis-Fitness-Test.



RICARDO

1. Es ist ein interessanter, abwechslungsreicher Beruf. Und ich möchte meinem Land etwas zurückgeben.
2. Schießen.
3. Für mich war alles okay.



FELIX

1. Ich möchte etwas zurückgeben für mein Leben in unserem schönen Land. Und eine andere konkrete berufliche Vorstellung habe ich noch nicht.
2. Schießen und Biwak.
3. Das Warten – besonders in den ersten Tagen – und den Papierkram.

JETZT MAL EHRlich... Zum Ende der Grundausbildung haben wir Rekruten und ihren Ausbildern in Augustdorf drei Fragen gestellt



FELDWEBEL JAN-OLE, ZUGFÜHRER

1. Zeig Einsatzwillen! Und man sollte sich mit dem Beruf identifizieren können.
2. Wenn eine Vorgabe nicht eingehalten wird, beispielsweise dass Rekruten das Smartphone während der Ausbildung nicht dabei haben sollen.
3. Da ich selbst Grenadier bin: mehr Zeit für den Gefechtsdienst.

FÜHRUNGSRUNDGEBIETE

Bei der Bundeswehr sind die Aufgaben in den Stäben in Führungsgrundgebiete unterteilt:

S1: Personalbereich, Innere Führung und Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

S2: Militärische Sicherheit, Aufklärung und Absicherung

S3: Planung, Organisation, Einsatz und Ausbildung

S4: Logistik

S5: Zivil-militärische Zusammenarbeit

S6: Informationswesen / IT



ALEXANDER

1. Wegen guter Bildungsmöglichkeiten und weil ich wissen wollte, wie es als Soldat wirklich ist.
2. Biwak, Anpirschen, im Wald unterwegs sein.
3. Diskussionen mit Vorgesetzten.



MAXIMILIAN

1. Ich wollte Teamgeist erleben, meine körperlichen Grenzen austesten und etwas Neues machen, das nicht so gewöhnlich ist.
2. Schießen, Gefechtsdienst, Biwak.
3. Dass ich unnötig mit Vorgesetzten diskutiere, weil ich etwas falsch gemacht habe.

FOTOS: ZINO PETEREK



FEIERTAG

Gelöbnis auf dem Paradeplatz des Verteidigungsministeriums

Soldaten auf Zeit und Berufssoldaten schwören, Freiwillig Wehrdienstleistende geloben: Militärfarrerin Barbara Reichert zu fünf wichtigen Fragen rund um die Zeremonie

„**ICH GELOBE/SCHWÖRE, DER BUNDESREPUBLIK DEUTSCHLAND TREU ZU DIENEN UND DAS RECHT UND DIE FREIHEIT DES DEUTSCHEN VOLKES TAPFER ZU VERTEIDIGEN (SO WAHR MIR GOTT HELFE).**“

Wo erfahre ich Genaueres zu Eid und Gelöbnis?

Der Ablauf wird in der Einheit besprochen und geübt. Jeder Soldat sollte vor seiner Verpflichtung, die er mit dem Eid eingeht, gründlich unterwiesen werden. Dafür gibt es den Lehr- und Ausbildungsbeauftragten. Auch der Militärfarrer spricht das Thema bei der ersten Begegnung mit den Rekruten an. Eventuell macht er zusätzlich einen Lebenskundlichen Unterricht (LKU) zu Eid und Gelöbnis.

Ich schwöre als Soldat einen Eid, der Bundesrepublik treu zu dienen. Was ist, wenn ich Zweifel an einem der Aufträge bekomme, die ich als Soldat erhalte?

Kommen Zweifel auf, sollten Sie sich unbedingt an einen kompetenten Gesprächspartner wenden, wie den Militärfarrer oder Ihre Vertrauensperson (VP). Die Bundeswehr braucht keine

blinden Befehlsempfänger. Ihr Gewissen ist ein Gradmesser, dem Sie vertrauen sollten. Für Christen ist Gott das Fundament ihres Gewissens.

Wenn meine Freundin oder Frau mich dringend braucht, weil sie krank ist, ich aber gleichzeitig auf Manöver muss - wie gehe ich dann mit meinem Eid um?

Es kann zu Situationen kommen, in denen Sie sich zwischen zwei Treueversprechen entscheiden müssen. Sie wollen ein zuverlässiger Partner oder auch Ehepartner sein, aber auch ein loyaler Soldat. Sprechen Sie Ihren Disziplinarvorgesetzten an, um gemeinsam eine schnelle Lösung zu finden. Nur ein Soldat, der mit sich selbst im Reinen ist, ist auch ein guter Soldat.

Muss ich am Ende der Eidesformel sagen: „...so wahr mir Gott helfe“?

Der Eid kann auch ohne die Worte „so wahr mir Gott helfe“ abgelegt werden. Mitglieder anderer Religionsgemeinschaften wenden sich mit denselben Worten an ihren Gott. Ein anderes Wort für Gott ist nicht gestattet, damit alle denselben Eid laut sprechen.

Haben Sie noch einen guten Tipp für den Tag des Gelöbnisses?

Sogar drei. Erstens: Laden Sie für diesen Tag Menschen ein, die Ihnen wichtig sind, Familie, Partner, Freunde. So können diese die Verantwortung nachvollziehen und mittragen, die Sie eingehen. Zweitens: Besuchen Sie den Vereidigungsgottesdienst, der vorher angeboten wird. Er stimmt ein, beruhigt und vermittelt die Würde des Anlasses. Und drittens: Führen Sie sich die Nationalhymne noch einmal zu Gemüte - peinlich, wenn eine Kamera genau auf Sie hält, und Sie haben den Text nicht parat...

FOTO: ZINO PETEREK

KANN MAN DAS POSTEN?

Ein Foto von der Übung bei Instagram hochladen? Kumpels per Messenger mitteilen, wo man gerade ist und was man tut? Das sind keine guten Ideen. Was Soldaten im Bereich Social Media dürfen - und was nicht



Für Soldaten gilt ganz besonders: Erst denken, dann senden!

Darf ich als Soldat überhaupt Social-Media-Accounts haben?

Auf jeden Fall! Erlaubt war das schon immer, allerdings hat sich der Umgang der Bundeswehr mit Social Media in den vergangenen Jahren stark geändert. Lange Zeit gab es kaum Vorgaben und am ehesten Verbote. Weil die Bundeswehr aber mit anderen Arbeitgebern um Personal konkurriert, ermuntert der Dienstherr mittlerweile Soldatinnen und Soldaten, etwas von ihrem Dienst in den sozialen Netzwerken zu zeigen. Für das persönliche Profil gilt: Als Arbeitgeber sollte man „Öffentlicher Dienst“ oder Bundesministerium der Verteidigung eintragen, nicht aber „Stationiert in Augustdorf, Panzerbataillon 203, seit August 2019“.

Was darf man posten?

Es ist etwas kompliziert. Über dienstliche Angelegenheiten müssen Soldaten laut Soldatengesetz (§ 14) schweigen, auch über das Ende ihrer Dienstzeit hinaus. Technische Details zu Fahrzeugen, Einzelheiten zu Waffensystemen oder Schwächen eines IT-Systems darf man nicht nach außen tragen. Weiteres sollen seit Ende 2019 die Social-Media-Guidelines klären.

Was steht in diesen Guidelines?

Eingangs heißt es darin: „Die Bundeswehr begrüßt es sehr, wenn ihre Angehörigen Social Media verantwortungsvoll nutzen.“ Die dann formulierten Regeln sind recht allgemein gehalten: Posts sollen mit „Respekt und Wert-

schätzung“ verfasst werden und „für die Öffentlichkeit geeignet“ sein. Verboten sind Beiträge, die „die militärische Sicherheit gefährden“ oder „die Rechte anderer verletzen“.

Wie gehen Soldaten damit um?

Soldatinnen und Soldaten handhaben es oftmals so, dass sie Selfies in Uniform posten, mal auf dem Truppenübungsplatz, mal am Schreibtisch, aber in jedem Fall so, dass keine militärischen Details sichtbar sind. Das ist wichtig, damit ausländische Nachrichtendienste oder Terroristen nicht an sensible Informationen kommen. Wer im Dienst Fotos machen möchte, muss die Vorgesetzten um Erlaubnis bitten. Generell gilt: Jeder sollte sich die Social-Media-Guidelines durchlesen, und sicherlich gibt es dazu auch einen Unterricht mit dem Kompaniechef.

Und was darf man fotografieren?

In Liegenschaften der Bundeswehr besteht in der Regel ein Fotografierverbot: Das Abbilden militärischer Anlagen (Fotos, Videos, Zeichnungen) ist verboten. Wer das ignoriert, muss mit einer Strafe rechnen. Ausnahmen regelt der Kasernenkommandant. Künftig könnte das Fotografierverbot ein Stück weit aufgeweicht werden. Die Bundeswehr denkt darüber nach, bei Redaktionsschluss war nichts Näheres bekannt. Konsequenz wäre es, den Soldaten die Nutzung ihres Smartphones im Dienst zu verbieten. In der Regel dürfen sie es jedoch bei sich tragen. Ausnahme:

innerhalb einer Sperrzone in militärischen Sicherheitsbereichen.

Was meint der Begriff „Recht am eigenen Bild“?

Man darf nicht ohne Erlaubnis Fotos oder Videos ins Netz stellen, die andere zeigen. Jeder darf selbst bestimmen, ob Fotos von ihm veröffentlicht werden oder nicht. Bevor man andere ablichtet, sollte man um Erlaubnis bitten. Veröffentlichte Darstellungen dürfen zudem dem Ansehen der Bundeswehr nicht schaden und das Prinzip der Kameradschaft nicht verletzen. Den Speiseplan aus der Kantine zu posten, ist also okay, den Dienstplan oder das Trinkspiel mit Kameraden online zu stellen, nicht.

Und was ist mit Whatsapp?

Whatsapp ist kein Führungsmedium, Vorgesetzte sollen es nicht verwenden. Haben Kameraden eine Whatsapp-Gruppe, dürfen sie darin keine sensiblen Informationen posten. Ebenfalls untersagt sind menschenverachtende oder politisch radikale Inhalte. Öfters schon bekamen Soldaten empfindliche Strafen, weil sie beispielsweise Hitlerwitze geteilt hatten. Das geht nicht.

LESETIPPS

- Blog über Sicherheitspolitik und Bundeswehr mit reger Debatte: www.augengeradeaus.net
- „Streitkräfte und Strategien“-Audio: www.ndr.de/info/podcast2998.html
- Spannende US-News-Website: www.defenseone.com

AB ZUM ARZT

Wie bin ich als Soldat krankenversichert?

Für Soldaten der Bundeswehr gilt die „unentgeltliche truppenärztliche Versorgung“ (UTV). Das heißt zunächst einmal generell: Der Soldat bekommt alle gesundheitlichen Leistungen von der Bundeswehr. In besonderen Fällen überweisen die Truppenärzte einen Soldaten auch mal an einen zivilen Facharzt, aber auch diese Kosten trägt die Bundeswehr. Eine Gesundheitskarte wie bei einem Arztbesuch im zivilen Leben gibt es bei der Bundeswehr nicht. Im Notfall darf der Soldat in die Notaufnahme eines normalen Krankenhauses gehen. Wichtig: Vor der Behandlung sagen, dass man Soldat ist, und den Truppenausweis vorzeigen.

Wem muss ich zuerst Bescheid geben, wenn ich im Dienst krank werde?

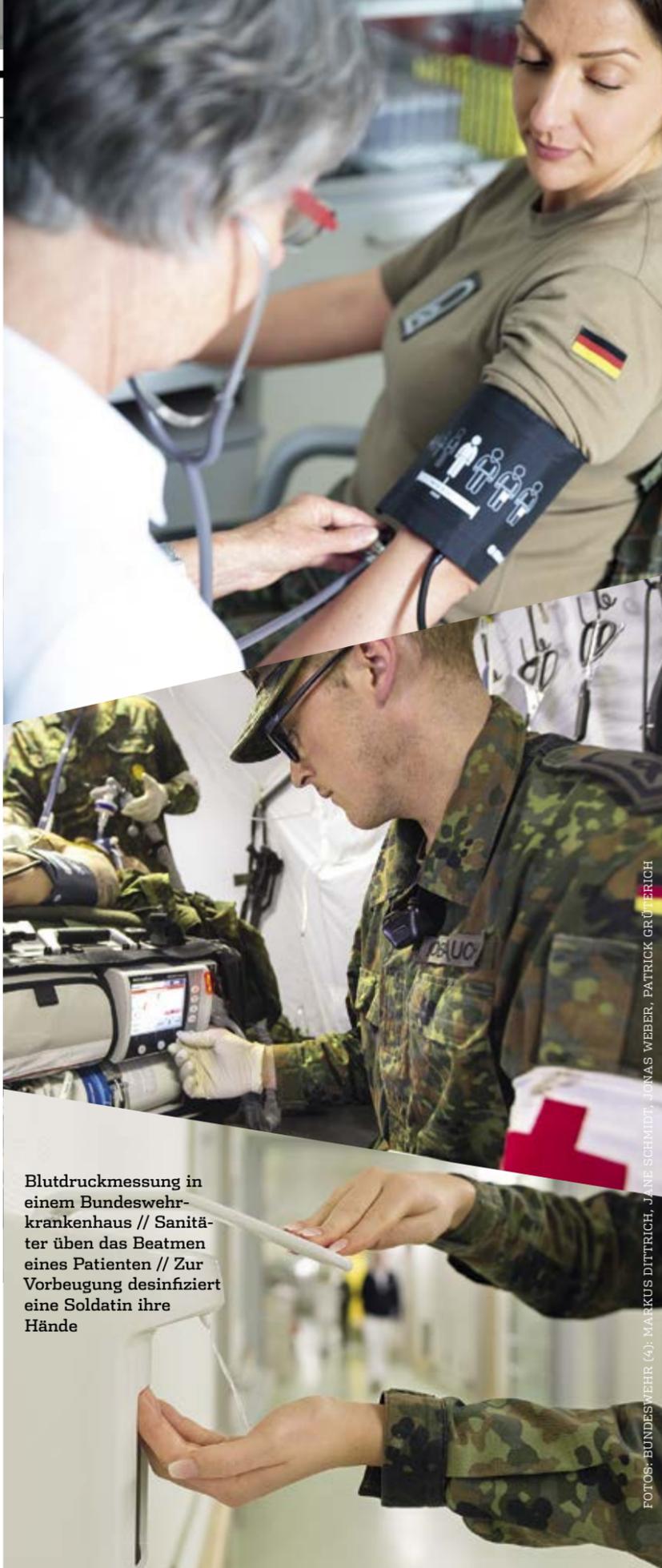
Wird ein Soldat während des Dienstes krank, meldet er dies dem nächsten Vorgesetzten und vereinbart einen Termin im San-Bereich. Bis zur Untersuchung nimmt man am Regeldienst teil, soweit es mit dem Befinden vereinbar ist. Geht man zum Arzttermin, meldet man sich beim Vorgesetzten ab. Wenn man nicht akut krank ist, aber zu einer Untersuchung zum Arzt möchte, darf man das während der Dienstzeit tun. Dann aber sollte man den Termin vorher mit seinem Vorgesetzten abstimmen. Spezielle Untersuchungen finden ja möglicherweise auch in einer Facharztpraxis außerhalb der Kaserne statt.

Ähneln der San-Bereich in der Kaserne einer normalen Arztpraxis?

Ja, es ist ähnlich wie in einer normalen Hausarztpraxis. Man lässt sich einen Termin geben, es gibt Sprechstundenhilfen, ein Wartezimmer und Behandlungsräume. Die Telefonnummer des San-Bereichs vor Ort sollte jeder für den Notfall kennen (bekommt man im Geschäftszimmer).

Muss ich beim Arzt einen Trainingsanzug tragen?

Für Soldaten gilt während ihrer täglichen Dienstzeit üblicherweise die Uniformtragepflicht (siehe Befehle in der



Blutdruckmessung in einem Bundeswehrkrankenhaus // Sanitäter üben das Beatmen eines Patienten // Zur Vorbeugung desinfiziert eine Soldatin ihre Hände

FOTOS: BUNDESWEHR (4); MARKUS DITTRICH, JANE SCHMIDT, JONAS WEBER, PATRICK GRÜFERRICH

Mit Schnupfen zum Dienst oder zum Doc? Alle wichtigen Fragen und Antworten zum Thema Kranksein beim Bund

Einheit, Standortbefehle, Anweisungen im San-Bereich). Der Trainingsanzug ist im Krankheitsfall die geeignetste Art der Uniform. Es würde aber vermutlich niemand ein Disziplinarverfahren anstrengen, wenn ein Soldat in ziviler Kleidung im San-Bereich erscheint. Hat man einen Termin bei einem zivilen Arzt, ist auch der Dienstanzug üblich (je nach Befehlslage am Standort).

Darf ich nach Hause, oder muss ich in der Kaserne bleiben, wenn mich der Truppenarzt krankgeschrieben hat?

Der Soldat soll sich auskurieren, wenn er krank ist. Das kann er meistens besser zu Hause. Dies nennt sich dann kzH, krank zu Hause – im Gegensatz zu kaS, krank auf Stube. Am Ende liegt die Entscheidung kzH oder kaS immer beim Disziplinarvorgesetzten.

Was muss ich tun, wenn ich außerhalb des Standorts krank werde?

Soldaten brauchen ab dem ersten Krankheitstag eine Krankmeldung. Wer außerhalb des Standorts, aber während der Dienstzeit eine Behandlung braucht, muss grundsätzlich zur nächsten erreichbaren Sanitätseinrichtung der Bundeswehr fahren. Wer dazu nicht in der Lage ist, muss zumindest die zuständige regionale Sanitätseinrichtung benachrichtigen (Kontakte: siehe Kasten), sonst bleibt man auf den Behandlungskosten sitzen.

Ergibt die Untersuchung, dass man nicht dienstfähig ist, sondern krank zu Hause (kzH), muss man seinen Disziplinarvorgesetzten benachrichtigen. Wen man außerhalb des Dienstes oder am Wochenende benachrichtigen muss, regelt jede Einheit unterschiedlich. Auf jeden Fall aber muss man den ärztlichen Bereitschaftsdienst anrufen (Nummer: siehe Kasten), der gegebenenfalls an den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen (KV-Notdienst) verweist.

Handelt es sich um einen wirklichen Notfall, zum Beispiel einen Unfall, darf man einen zivilen Arzt in Anspruch nehmen, bis die Bundeswehr die weitere Behandlung übernehmen kann. Sofern möglich, muss man dem Arzt vor der

Behandlung mitteilen, dass man Soldat ist. Ein Formular dazu gibt es hier: www.tinyurl.com/bw-san-merkblatt

Was passiert, wenn ich im Urlaub einen medizinischen Notfall habe?

Ganz wichtig ist, eine Auslandsreisekrankenversicherung abzuschließen. Im Ausland verfügt die Bundeswehr über kein reguläres Versorgungsnetz. Dort übernimmt die Versicherung dann die Kosten. Ist der Soldat nicht versichert, übernimmt die Bundeswehr nur die Kosten, die in vergleichbarer Höhe auch in Deutschland entstanden wären. Dran denken: Alle Belege und Rechnungen aufbewahren!

Was mache ich, wenn ich mich von meinem zuständigen Arzt nicht richtig behandelt fühle?

Erst einmal: den Arzt darauf ansprechen, sagen, warum man sich schlecht beraten fühlt – ein offenes Gespräch sollte helfen und ist Teil des kameradschaftlichen Umgangs (siehe Seite 39). Wenn das nichts verändert und man das Gefühl hat: Mein Knie ist kaputt, aber ich bekomme hier nur Mobilat, kann man um eine Überweisung zu einem Facharzt bitten. Darauf haben Soldaten ein Recht. Schließlich gibt es noch die Möglichkeit, sich auf dem Dienstweg über den San-Bereich zu beschweren. Und man darf als Soldat auch zu jedem zivilen Arzt gehen (außer im Einsatz und bei Seuchenbekämpfung). Aber dann muss man alle Kosten des Arztbesuchs zu 100 Prozent selbst tragen.

WICHTIGE TELEFONNUMMERN UND LINKS:

Das Merkblatt für Erkrankungen außerhalb des Standorts gibt es online: www.sanitaetsdienst-bundeswehr.de

Ärztliche Bereitschaft der Bundeswehr: kostenlose Rufnummer außerhalb der Dienstzeit und an Wochenenden: 0800-972 63 78

Übersicht über alle Sanitätseinrichtungen der Bundeswehr mit Telefonnummern auf www.bundeswehr.de/de/betreuung-fuersorge/hilfe-in-notlagen (am Seitenende)

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Die Führungsphilosophie der Bundeswehr ist weltweit einzigartig – und nicht ganz leicht zu verstehen. JS erklärt sie

Soldat ist kein Beruf wie jeder andere: Soldaten unterstehen Befehl und Gehorsam und sind Teil einer gleichförmig erscheinenden Gruppe. Andererseits ist jeder Soldat mit seinen Vorstellungen, Hoffnungen und Wünschen einzigartig. Soldaten sind also Uniformierte und gleichzeitig Bürger. Diese zwei Ebenen soll die Innere Führung (IF) in Einklang bringen.

Die IF ist die Führungsphilosophie der Bundeswehr. Sie soll dafür sorgen, dass Soldaten die Normen und Werte des Grundgesetzes (z.B. Menschenwürde, Menschenrechte) verinnerlichen und danach handeln. Die IF gilt für den Gefreiten wie für den General, sie gilt in der Kaserne wie außerhalb.

Zentral für die Innere Führung ist der Gedanke des „Staatsbürgers in Uniform“. Der Soldat darf als Bürger seine Meinung frei äußern, an öffentlichen Diskussionen teilnehmen, wählen und sich selbst in politische Ämter wählen lassen. Soldaten dürfen sich außerdem über Vorgesetzte beschweren. Gleichzeitig haben sie Pflichten, vor allem jene, Recht und Freiheit in Deutschland im Sinne des Grundgesetzes zu schützen sowie die Souveränität und Unversehrtheit des deutschen Staatsgebietes zu sichern. So steht es in der Zentralen Dienstvorschrift für die Innere Führung.

Soldaten und Soldatinnen der Bundeswehr sollen sich als „Staatsbürger in Uniform“ verstehen. Das bringt Rechte und Pflichten mit sich

AUS DER GESCHICHTE GELERNT

Für Befehl und Gehorsam gibt es Grenzen, zum Beispiel darf ein Bundeswehrsoldat keine Befehle ausführen, die gegen die Menschenwürde verstoßen. Grundsätzlich gilt in der IF das Prinzip „Führen mit Auftrag“. Soldaten setzen ihre Aufgaben selbstständig um. Bei anderen Armeen wird jeder Schritt des Soldaten per Befehl festgelegt. Das bedeutet, die Bundeswehr möchte so viel einzigartigen, selbstständigen Menschen wie möglich und so viel gehorsamen, uniformierten Soldaten wie nötig. Allerdings kann die IF Span-

nungen zwischen den militärischen Erfordernissen und den Rechten und Freiheiten des Bürgers nicht völlig aufheben. Deshalb sind für Soldaten einige Grundrechte eingeschränkt (siehe Seite 38: Kasten).

Die Innere Führung ist weltweit einmalig. Der Begriff ist in den 1950er Jahre entstanden. Maßgeblich beeinflusst hat die Entwicklung eine Gruppe um den Offizier Wolf Graf von Baudissin. Sie wollte sicherstellen, dass Soldaten nie wieder für ein Unrechtsregime in den Krieg ziehen, wie es während des Nationalsozialismus der Fall war. Deshalb bildet die Innere Führung die

Grundlage für den Dienst in der Bundeswehr.

HOHE ANSPRÜCHE, DIE NICHT ALLE ERFÜLLEN

Die Zentrale Dienstvorschrift zur IF stellt hohe Ansprüche an alle Soldatinnen und Soldaten. Diese sollen sein: tapfer, treu und gewissenhaft, kameradschaftlich und fürsorglich, diszipliniert, fachlich befähigt und lernwillig, wahrhaftig gegenüber sich und anderen, gerecht, tolerant, aufgeschlossen gegenüber anderen Kulturen sowie

verstoßen, leider auch immer wieder Vorgesetzte, obwohl gerade sie die IF vorleben sollen. Die Bundeswehr hat 2020 einige Maßnahmen auf den Weg gebracht, um die IF beispielsweise in der Ausbildung besser zu verankern, damit sie effektiver wirken kann.

Die IF muss von Soldatinnen und Soldaten verstanden und beherzigt werden. Dann garantiert sie jedem Soldaten und jeder Soldatin trotz Uniform eine gewisse Freiheit – im Denken und im Handeln.

Felix Ehring, Kerstin Schumacher

Vorgesetzten, doch die Sache verläuft im Sand. Das gegenseitige Vertrauen ist weg. Zurück in Deutschland sprechen Kompaniechef und Spieß mit den Beteiligten und bewegen sie zu einer begleiteten Aussprache. Soldatin und Vorgesetzter verstehen einander danach besser und beschließen, gemeinsam nach vorn zu schauen.

► Soldaten sollen versuchen, Konflikte untereinander zu regeln. Vorgesetzte sollen sie dabei unterstützen.

Durchgestartet

Ein Soldat im Stabsdienst ist wenig motiviert, sein Vorgesetzter ist unzufrieden. Dann gilt es, eine größere Ver-



ILLUSTRATION: JULIUS KLEMM

moralisch urteilsfähig. Heißt das, als Gefreiter muss man quasi perfekt sein? Nein, das nicht, sondern es geht darum, dass man sich an den Vorgaben der IF orientiert und sie immer mehr verinnerlicht. Und wie sich IF im konkreten soldatischen Handeln auswirken kann, darüber sprechen Soldaten in Unterrichten, vor allem im Lebenskundlichen Unterricht und bei der Politischen Bildung. Drei Beispiele für eine praktische Umsetzung der Inneren Führung stehen auf dieser Seite.

Die Jahresberichte der Wehrbeauftragten zeigen, dass einige Soldaten deutlich gegen die Ansprüche der IF

IF: DREI BEISPIELE

Kameraden geschützt

Die Ausbildung in einem Zug geht schleppend voran. Drei Soldaten sind sich einig, dass es an Kamerad XY liege. Man müsse ihn nach Dienstschluss „erziehen“, damit er seine Fehler abstelle. Ein vierter Soldat stellt sich quer: „Lasst den Mist, das ist verboten und unkameradschaftlich. Lasst uns lieber überlegen, wie wir Kamerad XY helfen können, damit er besser wird.“

► Wer sich vor einen Kameraden stellt, handelt im Sinne der IF.

Ausgesprochen

Im Auslandseinsatz fühlt sich eine Soldatin vom Zugführer schlecht behandelt. Sie wendet sich an einen höheren

anstellung vorzubereiten, plötzlich ist der Soldat engagiert und bewährt sich.

► Seine Stärken entdeckt man als junger Mensch nach und nach. Vorgesetzte haben die Pflicht zu schauen: Was kann jemand gut, wo ist die Person sinnvoll eingesetzt, wie kann ich sie fördern? Wer sich auf einem Dienstposten unwohl fühlt, sollte das ansprechen.

Mehr zum Thema:

- Zentrale Dienstvorschrift zur IF: www.tinyurl.com/zdv-if-pdf
- Zur Bundeswehr gehört das Zentrum Innere Führung. Dort gibt es auch Ansprechstellen für Suchtprävention und für Vielfalt: www.tinyurl.com/zif-bw



Draußen muss man mit den EPA auskommen, in der Truppenküche können Soldaten jeden Mittag aus vier Menüvorschlägen wählen

MAHLZEIT!

ESSEN DRAUSSEN: EPA

Unterwegs auf Übung oder im Einsatz müssen Soldaten sich selbst verpflegen. Dafür gibt es die Einmannpackungen, kurz EPA, die in grauen Verpflegungskartons daherkommen

Das Essen der EPA muss besondere Anforderungen erfüllen: Die Mahlzeiten müssen lange haltbar sein, extreme Temperaturen überstehen – und trotzdem schmecken.

Derzeit gibt es etwa 35 EPA-Artikel – dazu gehören Lebensmittel, aber auch beispielsweise Streichhölzer – die sich auf **zehn unterschiedliche EPA-Typen** verteilen. Jedes EPA besteht aus einem Zweierpack, das heißt zwei Fertiggerichten, die man in heißem Wasser erwärmen, aber auch kalt verzehren kann – angeblich ohne Nährwertverlust und wesentliche Einbußen im Geschmack. Auch vegetarische EPA und solche ohne Schweinefleisch gibt es, allerdings immer nur jeweils eine Portion pro EPA. Wer ausschließlich vegetarisch essen möchte, muss also mit Kameraden tauschen. Zuständig für die

EPA ist das Verpflegungsamt der Bundeswehr mit Hauptsitz in Oldenburg.

EPA der Typen 1 bis 5 wiegen jeweils etwa 1,8 Kilogramm und haben circa 3600 Kilokalorien, die ein Soldat pro Tag zu sich nehmen kann. Als Hauptgerichte gibt es unter anderem Nudeln mit Hackfleischsoße oder Gulasch mit Kartoffeln, dazu gibt es Müsliriegel, Brot, Dosenwurst, Marmelade, Snacks, Getränkepulver, Salz, Pfeffer und Zubehör wie Wasserentkeimungstabletten oder Erfrischungstücher. Weit über die Bundeswehr hinaus bekannt sind die **Hartkekse**, genannt „Panzerplatten“. Sie sind derzeit allerdings nicht im Programm, werden aber möglicherweise wieder eingeführt.

Die EPA-Typen 6 bis 10 sind kleiner und leichter und für mehrtägige Sondereinsätze von Spezialkräften ge-

dacht. Um Gewicht und Volumen zu reduzieren, wurde den Fertiggerichten dieser EPA Wasser entzogen. Eine Packung enthält etwa 3800 Kalorien und wiegt 600 Gramm weniger als eine der anderen Typen. In diesen EPA sind ebenfalls Snacks für zwischendurch enthalten, zum Beispiel Energieriegel.

Auch andere Streitkräfte haben natürlich Feldverpflegung. Bei den US-Amerikanern heißen sie „MRE“, „Meals ready to eat“, von den Soldaten aber scherzhaft **„Meals rejected by the Enemy“** genannt – also „Essen, das der Feind ablehnt“. Französische Rationen enthielten früher „Gauloises Troupes“-Zigaretten und Rum. Doch diese Komponenten wurden in den 1980er Jahren abgeschafft.

Vor geraumer Zeit ließ das JS-Magazin deutsche und andere Feldverpflegung testen. Ein Koch gab den deutschen EPA vorwiegend Noten im mittleren Bereich (befriedigend). Deutlich schlechter schnitt das optisch und geschmacklich kaum genießbare Essen der US-Army ab. Auch französische Gerichte, unter anderem **Rehterrine**, konnten nicht überzeugen.

ESSEN DRINNEN: DIE KANTINE

Essen in der Kaserne: keine Feinkost, aber eine solide Auswahl. Das Menü, die Extras, die Rechnung

DIE ZEITEN

Frühstück gibt es in der Regel von 6 bis 8 Uhr, Mittagessen zwischen 11 und 13.30 Uhr und Abendbrot zwischen 16.30 und 18 Uhr. In der Grundausbildung muss man damit rechnen, das man sich die Zeiten nicht aussuchen kann. Das bedeutet: Um 6 Uhr frühstücken, um 11.30 Uhr zu Mittag und um 16.30 Uhr zu Abend essen. Meist isst der Zug gemeinsam, die Ausbilder setzen oft nicht viel Zeit dafür an.

DAS MENÜ

Zum Frühstück stehen Brötchen und Brot bereit, dazu gibt es Wurst- und Käseaufschnitt, süße und herzhaft Brot-aufstriche, Kaffee, Tee, Kaltgetränke, Obst- und Gemüsesäfte, verschiedene Müslis, Obst und Gemüse. Regelmäßig gibt es Extras, zum Beispiel Spiegeleier oder Würstchen. Mittags stehen vier Hauptgerichte zur Auswahl. Dazu kann man sich jeweils eine der verschiedenen Vor- und Nachspeisen aussuchen.

Alle Beilagen sind ebenfalls frei wählbar. Davon gibt es auch Nachschlag, Von Fleisch oder Fisch gibt es hingegen nur eine Portion. Wer möchte, greift noch beim Salatbuffet zu. Diejenigen, die sich besonders ausgewogen ernähren möchten, wählen den Fitnesskostvorschlag, das ist ein Hauptgericht mit 700 Kalorien.

Abends kann man sich Speisen vom Buffet nehmen, auch Warmes. Wer zum späten Hunger neigt, kann sich Brote und Obst einpacken. Generell ist oft Fleisch im Angebot, es gibt aber immer auch vegetarische und schweinefleisch-freie Alternativen. Wer vegan essen möchte, kann sich an

den ausgehängten Zutatenlisten orientieren und sich sein Menü entsprechend zusammenstellen.

DIE AUSNAHMEN

Während der Grundausbildung und auf Truppenübungsplätzen sind Soldaten zur Teilnahme an der Truppenverpflegung verpflichtet. Nur der Kommandeur darf eine Befreiung aussprechen. Wer im Anschluss an die Grundausbildung in der Nähe des Dienstortes wohnt und dort übernachtet, weil er vom Wohnen in der Gemeinschaftsunterkunft befreit ist, kann zu Hause frühstücken und sich sein Mittagessen mitbringen. In einigen Unterkünften gibt es eine Gemeinschaftsküche, in der gekocht werden kann. Wer nicht

an der Truppenverpflegung teilnimmt, kann sich das Verpflegungsgeld auszahlen lassen.

DIE EXTRAS

Wer Allergien oder Unverträglichkeiten hat oder aus religiösen Gründen auf bestimmte Lebensmittel verzichtet, sollte das schon bei der Musterung und erneut bei der Ankunft in der Kaserne erwähnen. Dann kann der Küchenmeister entsprechend reagieren.

DIE INHALTSSTOFFE

Viele Komponenten der Mahlzeiten werden auch einzeln angeboten, so dass man sich sein Menü selbst zusammenstellen kann. Informationen zu den Mahlzeiten gibt es auch im Netz

unter www.tinyurl.com/menu-bw sowie in der Menüplan-App, die ebenfalls Inhaltsstoffe auflistet.

DIE RECHNUNG

FWDler zahlen für die Verpflegung nichts. Zeit- und Berufssoldaten zahlen für das Frühstück („Morgenkost“) 1,80 Euro, für Mittag und Abendessen je 3,40 Euro, insgesamt also 8,60 Euro bei Vollverpflegung (Stand: 2020).

MITSPRACHE ERWÜNSCHT

Vertreter der Soldaten, meist die Vertrauensperson und der Kompaniefeldwebel, können bei „Küchenausschusssitzungen“ sagen, was lecker war und was nicht. Jeder und jede kann etwas in die „Lob- und Tadel“-Bücher schreiben.

FOTOS: ZINO PETREK / BUNDESWEHR, JANA NEUMANN

Ganz plötzlich kann sie da sein, die Situation, in der man sich entscheiden muss, einen Menschen zu töten. Faktisch passiert dies eher selten – zumindest Soldatinnen und Soldaten in der Bundeswehr. Trotzdem: Der Ernstfall des Tötens, er liegt wie ein Schatten auf dem Soldatenberuf.

In der Bibel, also dem Buch, das die Grundlage des christlichen Glaubens ist, steht: „Du sollst nicht töten!“ Das ist eines der Zehn Gebote, die von Gott kommen – Punkt. „Du sollst nicht töten!“ Klarer und eindeutiger geht es nicht. Und dieses Gebot gilt nicht nur für Christen. Es gibt einen Konsens in unserer Gesellschaft. Töten darf man nicht. Wer tötet, macht sich schuldig.

Was heißt das aber für Soldatinnen und Soldaten, zu deren Beruf es gehört, unter Umständen töten zu müssen? Müssen sie dann nicht ihren Beruf an den Nagel hängen? Viele junge Menschen, darunter viele Christen, haben aus diesem Grund zu Zeiten der Wehrpflicht (sie galt bis 2011) ihren Wehrdienst verweigert – manche sogar noch, nachdem sie ihn bereits begonnen hatten. Auch ich war als junger Mann der festen Überzeugung: Wir müssen Frieden schaffen ohne Waffen.

Aber ganz so einfach ist die Sache auch wieder nicht. Schuldig kann auch werden, wer nicht tötet. Ein Blick in die aktuellen Nachrichten zeigt: Menschen wird auf dieser Welt massenweise Gewalt angetan. Diktatoren führen Krieg gegen ihr eigenes Volk. Frauen und Kinder werden verjagt oder vergewaltigt. Unbequeme Zeitgenossen werden gefoltert und ermordet. Menschen fliehen zu Hunderttausenden vor der Gewalt aus ihren Heimatländern. Dann aber stellt sich die Frage: Dürfen wir bei solchen Gewaltexzessen einfach zusehen?

MENSCHEN IN NOT SCHÜTZEN

Es gilt auch: Du sollst nicht töten lassen! Mich hat im Jahr 1994 der Völkermord in Ruanda aufgerüttelt. Innerhalb weniger Monate wurden mindestens 800 000 Menschen getötet, die meisten von ihnen gehörten der Volksgruppe der Tutsi an. Die Friedenstruppen der Vereinten Nationen wurden bei Ausbruch der Gewalt nicht verstärkt, sondern verringert. Das festigte in mir die Meinung: Es gibt Situationen, in denen man gewaltsam eingreifen muss, um größeres Unglück zu verhindern. Wörtlich heißt das Gebot aus der Bibel übrigens: „Du sollst nicht morden.“ Dass man die

Schwachen nicht notfalls auch mit Gewalt schützen soll, war damit nicht gemeint.

Wer Mörder am Morden hindern will, riskiert selbst zu töten. So etwas nennt man ein Dilemma. Aus einem Dilemma kommt man nicht ohne Schuld heraus, da bleibt immer etwas zurück. Von Soldatinnen und Soldaten, die im Einsatz waren, weiß ich: Beides lastet schwer auf der Seele – das Töten eines Menschen ebenso wie mit ansehen zu müssen, wie anderen Menschen Leid und Gewalt zugefügt wird.

MIT DEM DILEMMA UMGEHEN

Dem eigenen Gewissen folgen, das ist das Beste, was man in einem Dilemma tun kann. Denn in solchen Situationen gibt es kein Richtig und Falsch. Es gibt höchstens eine ehrliche Antwort auf die Frage: Was kann ich eher verantworten? Wer seinem Gewissen folgt, folgt seinen innersten Überzeugungen. Schon Martin Luther, der große Reformator, hat 1525 einem befreundeten Soldaten mit auf den Weg gegeben, dass er auf sein Gewissen hören und im Zweifelsfall den Dienst verweigern solle.

Wie fühlt es sich an, wenn ich meiner Familie, meinen Freunden davon erzähle, was ich tue? Das ist eine wichtige Prüffrage für das eigene Gewissen. Oft merkt man erst im Gespräch mit denen, die einem wichtig sind, was einem schwerfällt und was man vielleicht sogar lieber verschweigen würde. Doch am Ende zählt, ob man sich noch selbst in die Augen sehen kann.

Gegen das eigene Gewissen zu handeln, kann auf Dauer nicht gutgehen. Wer das tut, der zweifelt früher oder später an sich selbst. Aber es erfordert auch viel Mut und innere Stärke, dem eigenen Gewissen zu folgen. Hier ist es gut, Vorbilder zu haben. Viele Widerstandskämpfer in den Jahren des Nationalsozialismus waren bereit, ihre Prinzipien zu brechen, zu töten und, wenn nötig, selbst zu sterben.

Wer Soldat oder Soldatin ist, trägt eine große Verantwortung. Das darf man nicht vergessen und auch nicht kleinreden. Jemanden töten zu müssen, dieser Gedanke ist erschütternd, er macht Angst. Angst, weil es oft auch um das eigene Leben geht. Und weil man mit einer solchen Entscheidung leben muss, ein Leben lang. Es kann helfen, in solchen Situationen zu wissen: Was ich auch tue, wie ich auch entscheide, mein Leben steht in Gottes Hand.

Sigurd Rink ist evangelischer Theologe. Er war von 2014 bis 2020 Militärbischof.

FOTO: PICTURE-ALLIANCE, STEFAN SAUER

DER ERNSTFALL

Als Soldat muss ich bereit sein, einem anderen Menschen das Leben zu nehmen – ist das nicht sehr unchristlich?



Panzergranadiere üben den Häuserkampf. Die Waffe wirklich einzusetzen, bedeutet ein Dilemma

WENN IHR MAL EIN STOSSGEBET ZUM HIMMEL SCHICKEN WOLLT

Das Grundgebet der Christen, das **Vaterunser**:

Vater unser im Himmel
Geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe, wie im Himmel,
so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern
Schuldigern.

Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.
Amen.

Die Wehrbeauftragte Eva Högl setzt sich für die Rechte der Soldatinnen und Soldaten ein



ANWALTIN DER SOLDATEN

Die Wehrbeauftragte prüft, was in der Truppe falsch läuft. Soldaten können sich bei Problemen mit einer „Eingabe“ an sie wenden. Oft tut sich dann etwas

Haben Soldatinnen und Soldaten im Dienst Schwierigkeiten, die sich nicht ohne Weiteres aus der Welt schaffen lassen, dann können sie die Wehrbeauftragte kontaktieren. Zuletzt wandten sich Soldatinnen und Soldaten vor allem zu folgenden Themen an das Amt der Wehrbeauftragten: Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Versetzungen, Arbeitszeiten, Beurteilungen, Mobbing (Seite 29), Trennungsgeld sowie die Übernahme von Zeitsoldaten als Berufssoldaten.

Der oder die Wehrbeauftragte wird nach Artikel 45b des Grundgesetzes als Hilfsorgan des Bundestags gewählt. Seit Mai 2020 hat Eva Högl das Amt inne, die bis dahin selbst Mitglied des Bundestags war. Als Wehrbeauftragte

ist ihr Auftrag, für den Bundestag die Streitkräfte zu kontrollieren, denn die Bundeswehr ist eine „Parlamentsarmee“. Das heißt: Über das jährliche Budget der Streitkräfte und über Auslandseinsätze stimmt der Bundestag ab. Die Wehrbeauftragte soll darüber hinaus die Grundrechte der Soldaten schützen und prüfen, ob die Grundsätze der Inneren Führung (Seite 18) eingehalten werden.

VIEL ARBEIT, WEITREICHENDE BEFUGNISSE

Die Wehrbeauftragte kann man schriftlich (Mail/Brief) oder telefonisch erreichen, um ein Problem zu schildern. Das nennt sich Eingabe. Eine Eingabe ist immer möglich. Aber:

Soldaten sollten zunächst überlegen, ob sich ihr Anliegen auch durch Gespräche vor Ort aus der Welt schaffen lässt. Denn Konflikte untereinander zu lösen, gehört zur Kameradschaft (Seite 39). Falls eine Klärung nicht möglich ist oder das Problem zu groß oder grundlegend, hilft die Wehrbeauftragte. Ein Beispiel könnte sein: Ein Vorgesetzter verhält sich nicht korrekt. Gemeinsam mit der Vertrauensperson bemüht man sich erfolglos um eine Lösung. Auch eine Beschwerde (Seite 36) verläuft im Sand, man fühlt sich aber weiter aus guten Gründen im Recht. Das kann die Wehrbeauftragte dann prüfen.

NACHHAKEN HILFT

Die Wehrbeauftragte bearbeitet pro Jahr mit Hilfe ihrer Mitarbeiter rund 4000 Vorgänge. Etwa 2500 davon waren zuletzt Eingaben von Soldaten, dazu kommen eigene Untersuchungen oder Prüfungen. Die Wehrbeauftragte holt Stellungnahmen ein, wendet sich an Dienststellen, fordert Akten an, hört Zeugen und Sachverständige. Der ehemalige Wehrbeauftragte, Hans-Peter Bartels, sagte in einem Interview mit dem JS-Magazin: „Oft sorgt das Nachhaken schon dafür, dass sich ein Problem klären lässt.“

Das Amt der Wehrbeauftragten gibt es so nur in Deutschland. Man wollte sicherstellen, dass die Armee kein Staat im Staate mehr werden kann wie in der Weimarer Republik – und auch kein Instrument in den Händen einer Verbuchensdiktatur wie zur Nazizeit.

Im jährlichen Bericht der Wehrbeauftragten kann man nachlesen, was in der Truppe alles los war und wo die Probleme liegen. Die Bundestagsabgeordneten können diese Erkenntnisse dann bei ihren künftigen politischen Entscheidungen mit einbeziehen.

Kontakt und Infos:

- Mail: wehrbeauftragter@bundestag.de
- Telefon: 030-2 27 38-100
- Jahresberichte unter: www.tinyurl.com/berichte-wb

GANZ KONKRET

Strukturen, Gefahren, Rekorde: Zahlen zur Bundeswehr

6

Soldatinnen und Soldaten sind im Jahr 2019 während des Dienstes **ums Leben gekommen**. Von 2010 bis 2019 waren es im Durchschnitt neun Soldaten pro Jahr.

Suizid begingen zwischen 2010 und 2018 im Durchschnitt 23 Soldatinnen und Soldaten pro Jahr.

25

Prozent aller Mannschafter haben einen **Migrationshintergrund**. In der gesamten Truppe sind es 15 Prozent, ergab eine Anfrage ans Verteidigungsministerium.

2

von 215 Generalen der Bundeswehr sind in **Ostdeutschland** geboren, alle anderen im Westen. Das ergab eine Anfrage ans Verteidigungsministerium.

290

Soldatinnen und Soldaten erkrankten 2019 infolge von Einsätzen **psychisch**, 183 von ihnen an einer PTBS (siehe S. 45). Insgesamt behandelte die Bundeswehr zuletzt fast 2000 Soldaten wegen einer PTBS.

121

Kilometer legen Soldatinnen und Soldaten täglich im Schnitt zwischen Wohnort und Kaserne zurück. Damit sind sie laut dem Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung die Berufsgruppe, **die am weitesten pendelt**.

54

Monate später als geplant werden große **Rüstungsprojekte** der Bundeswehr durchschnittlich fertig. So steht es laut „Süddeutscher Zeitung“ in einem vertraulichen Bericht des Verteidigungsministeriums.

12,3

Prozent ist der **Frauenanteil** in der Bundeswehr (2019). Somit dienen rund 22 000 Frauen. Tendenz: steigend.

32

Jahre ist das Durchschnittsalter aller **Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr**. In der Mannschaftslaufbahn liegt das Durchschnittsalter derzeit bei 25 Jahren. Tendenz: steigend.

260

zivile Bildungs- und Berufsabschlüsse können Soldatinnen und Soldaten anstreben.

5,7

Millionen **Cyberattacken** registrierte die Bundeswehr im Jahr 2019. Für den Bereich IT sucht die Truppe händeringend Soldaten.

FOTOS: IMAGO, CHARLES YUNCK

AUFTANKEN BEIM PFARRER



Wie läuft eigentlich ein evangelischer Standortgottesdienst ab? Wir erklären es Schritt für Schritt

1 DER ANFANG

Ein „normaler“ Gottesdienst in einer Kirchengemeinde beginnt mit Glockengeläut. Aber wenn es in der Kaserne keine Glocken gibt, tut es auch Musik aus der Anlage. Das signalisiert: Hier geht jetzt etwas ganz anderes los.

2

BEGRÜSSUNG

Der Militärpfarrer begrüßt die Anwesenden und spricht ein Eingangsgebet. Das bedeutet: Jetzt ist Zeit für Gott, Geschichten aus der Bibel und eigene Gedanken.



4

LESUNG

Jemand liest einen Abschnitt aus der Bibel vor – meist dreht sich dann die Predigt um diesen Text.



3

MUSIK

Orgel, Gitarre oder Musik aus der Anlage gibt es in jedem Gottesdienst. Dazu oft Lieder aus dem Soldatengesangbuch „Lebensrhythmen“. Wer nicht mitsingen mag, hört zu. Die Lieder machen gute Laune oder helfen dabei, zur Ruhe zu kommen. Manchem ist die Musik wichtiger als gesprochene Worte.



ILLUSTRATION: CHRISTOPH STRYGZEK // ÜBERARBEITUNG: ZULLY KOSTKA

5

PREDIGT / ANSPRACHE

Sie ist das zentrale Element im evangelischen Gottesdienst. Der Militärpfarrer spricht über ein aktuelles Thema und wie man damit umgehen kann. Für jede Woche sind Bibelstellen oder Bibelgeschichten vorgesehen, die helfen können, etwas zu verdeutlichen. Manchmal gibt es zur Predigt auch Bilder oder kurze Clips.



7

ANKÜNDIGUNGEN

Der Militärpfarrer informiert die Gemeinde über anstehende Veranstaltungen, berichtet von Trauungen oder Taufen von Soldaten oder auch, wenn jemand vom Standort gestorben ist.

8

SEGEN

Der Gottesdienst endet damit, dass der Militärpfarrer den Teilnehmern Gottes Schutz und Beistand für die nächste Zeit zuspricht.



9

DANACH: KIRCHENKAFFEE

Es gibt Getränke und meist Kuchen. Im entspannten Rahmen kann man sich mit Kameraden und dem Militärpfarrer unterhalten.



WAS MAN WISSEN SOLLTE

Wer darf hingehen?

Alle, die wollen, unabhängig vom Dienstgrad und egal, ob evangelisch, katholisch oder ungetauft. Wichtig: Niemand wird gezwungen, zum Gottesdienst zu gehen. Wer hingehen möchte, ist vom Dienst freizustellen.

Wann und wo ist Gottesdienst?

Der Militärpfarrer lädt per Aushang, E-Mail oder persönlich ein. In Kasernen sind ein oder zwei Gottesdienste pro Monat üblich. Sie finden an den Werktagen statt und dauern keine Stunde, sind also eher kürzer als in einer Ortsgemeinde. Wenn es keinen Andachtsraum gibt, werden normale

Kasernenräume für den Gottesdienst umfunktioniert. Bei Übungen kann der Militärpfarrer die Soldaten besuchen – das nennt sich dann Feldgottesdienst –, und er trägt statt Talar den Feldanzug mit seiner Stola, einem verzierten Stoffstreifen.

Was, wenn man die Gebete nicht kennt?

Lieder und Gebete stehen im Gesangbuch. Meist sagt der Militärpfarrer an, was als Nächstes kommt oder wann man aufstehen sollte. Manchmal liegen auch Zettel mit den Liedern und Texten aus. Wenn man sich mal vertut: Macht gar nichts!

Was ist das Abendmahl?

Als Symbol für Jesus letzte Mahlzeit mit seinen Schülern bekommt jeder im Gottesdienst ein Stück Brot und einen Schluck Wein/Traubensaft. Das schafft Gemeinschaft, erinnert an die Vergebung der Sünden und das ewige Leben, an das Christen glauben. Am Standort gibt es das Abendmahl zu besonderen Anlässen.

Warum wird Geld gesammelt?

In der Gemeinde vor Ort werden am Ende Spenden gesammelt, bei Standortgottesdiensten seltener. Diese Kollekte ist für Hilfsorganisationen oder Projekte der Gemeinde.



NICHT MEHR SCHIESSEN

Wenn sich die Einstellung ändert, muss man nicht bei der Bundeswehr bleiben

Soldaten können den Dienst an der Waffe verweigern. Wie eine Kriegsdienstverweigerung (KDV) abläuft, erklärt Militärpfarrer Michael Schröder

Kümmert sich die Militärseelsorge auch um Kriegsdienstverweigerer?

Ja, die Militärseelsorge kümmert sich um alle Soldaten. Laut Soldatengesetz (Seite 38) hat jeder Soldat das Recht auf vertrauliche Gespräche mit dem Militärpfarrer, auch wenn der Soldat keiner Kirche angehört.

Wer kann einen KDV-Antrag stellen?

Den Dienst an der Waffe kann jeder Soldat und jede Soldatin verweigern, egal, wie lange sie schon dienen. Wichtig ist, dass der Antrag mit einer persönlichen Wissensentscheidung begründet ist. Frust oder private Probleme sind keine Gründe für eine Verweigerung. In solchen Fällen beraten Militärseelsorger, Sozialdienst und Truppenpsychologen.

Was wird anerkannt?

Nach Artikel 4, Absatz 3 des Grundgesetzes werden ausschließlich Gewissensgründe anerkannt. Man begründet die Verweigerung also mit seinem Gewissen und der persönlichen Einstellung, die sich geändert hat.

Wie sieht ein KDV-Antrag aus?

Drei Dinge gehören dazu: die eigentliche Verweigerung, in der mit Bezug auf Artikel 4 des Grundgesetzes der Dienst an der Waffe verweigert wird. Hinzu kommt ein Lebenslauf. In ihm können Erlebnisse, Begegnungen, Erfahrungen als Stichworte aufgeführt sein, die bei der Entscheidungsfindung eine Rolle gespielt haben. Das dritte Schriftstück ist eine ausführliche selbst formulierte Begründung. Es gibt viele Gründe dafür, dass sich die Einstellung ändert, etwa ein Todesfall im persönlichen Umfeld, familiäre Ereignisse, Reisen, Gespräche mit Bezugspersonen etc. Diesen Prozess und die veränderte Einstellung muss man glaubwürdig darlegen. Soldaten reichen die drei Schriftstücke bei dem Karrierecenter ein, bei dem sie zum ersten Mal Kontakt zur Bundeswehr hatten.

Was passiert danach?

Das Karrierecenter informiert die Einheit, bittet Vorgesetzte und Ausbilder um Stellungnahmen und gibt den Vorgang schließlich ans Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) nach Köln ab.

Das Verfahren dauert einige Monate. In der Regel kommen Nachfragen vom BAFzA, die schriftlich zu beantworten sind. Bis zur endgültigen Entscheidung unterstehen Antragsteller weiterhin dem Befehl des Disziplinarvorgesetzten und müssen zum Dienst kommen. Auf Antrag werden sie vom Dienst an der Waffe befreit. Nur in Ausnahmefällen erhalten sie Urlaub oder werden vom Truppenarzt krankgeschrieben. In dieser Phase des Wartens ist der Militärseelsorger ein guter Kontakt und Gesprächspartner.

Wo findet man weitere Infos?

Die Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Kriegsdienstverweigerung und Frieden berät: www.eak-online.de
Michael Schröder, Militärpfarrer in Schwielowsee, hat seinerzeit den Kriegsdienst verweigert und als Zivildienstleistender gedient.

FOTO: GETTY IMAGES, SEAN GALLUP

#TROTTEL

Einen blöden Spruch muss man abkönnen, dauerhafte Schikane nicht. Wo ist die Grenze zu Mobbing? Und wie wehrt man sich?

Oft sind es kleine Nadelstiche: Alle werden zur Besprechung zusammengerufen, nur Soldat X weiß von nichts. Hinterher lügen ihn die Kameraden an: „Haben wir vergessen, dir zu sagen.“ Für eine Dienstreise kann Soldat X kurz darauf den Fahrauftrag nicht finden. Er verspätet sich und kriegt einen Anschiss. „Zu dumm, seine Sachen zusammenzuhalten“, lästern die anderen. Den Fahrauftrag haben sie verschwinden lassen.

Mobbing leitet sich vom englischen „to mob“ (angreifen, schikanieren) ab. Doch Vorsicht: Nicht jeder Konflikt ist gleich Mobbing, selbst wenn er länger andauert. Mobbing bedeutet, dass jemand langfristig und systematisch gegen einen Kollegen beziehungsweise einen Kameraden vorgeht. Dieser wird zum Beispiel ausgeschlossen, beleidigt, übermäßig kritisiert oder lächerlich gemacht. Oft beteiligen sich mehrere daran oder tolerieren es zumindest. Das Ziel: Der Kollege / Kamerad soll zermürbt werden, bis er aufgibt.

Das gelingt allzu oft. Mobbing kann krank machen. Die Opfer leiden häufig unter Depressionen, anderen psychischen Störungen und körperlichen Beschwerden. Das zeigt die „Mobbingstudie 2018“ vom „Bündnis gegen Cybermobbing“. Mehr als jeder Zehnte stuft sich als suizidgefährdet ein. Opfer von Mobbing haben fast 50 Prozent mehr Krankheitstage als andere. Der Tod der Fliegerärztin Christine Bauer im Jahr 2001 ging als Beispiel für Mobbing mit Todesfolge bei der Bundeswehr durch die Medien. In der Truppe untersucht der Wehrbeauftragte jedes Jahr mehrere Dutzend Fälle mutmaßlichen Mobblings.

WAS KANN MAN TUN?

Soldaten haben einige Möglichkeiten: Meldung, Beschwerde (S. 36), Eingabe an den Wehrbeauftragten (S. 24). Die Bundeswehr wertet Mobbing als Dienstvergehen und als Verstoß gegen das Soldatengesetz: gegen die Kameradschaftspflicht, die Wahrheitspflicht,

bei Vorgesetzten gegen die Fürsorgepflicht.

Sich allein und über längere Zeit gegen Mobbing zu wehren, kostet Kraft. Hat man Vertrauen zum Vorgesetzten, sollte man ihn auf das Problem hinweisen. Folgende Ansprechpartner können ebenfalls helfen: Vertrauensperson oder Personalrat, Militärseelsorger, Gleichstellungsbeauftragte,

LINKS UND HILFE

- Psychosoziales Netzwerk: www.tinyurl.com/hilfskontakte
- Anti-Mobbing-Weiterbildung und Rechtsberatung: www.dbwv.de
- Führungsgrundsätze und -lehrgänge: www.innerefuehrung.de
- Buchtipp: Holger Wyrwa: Mobbing – nicht mit mir! (auch zu Cybermobbing), Goldmann 2016, 10 Euro



Mobbing macht kaputt. Betroffene sollten sich helfen lassen. Der Militärseelsorger weiß beispielsweise Rat

FOTO: ISTOCKPHOTO, ANTONIO GUILLEM

Sozialarbeiter des Sozialdienstes, Truppenarzt oder Truppenpsychologe.

Betroffene sollten versuchen, Kameraden aus der Einheit als Zeugen zu gewinnen. Ein Mobbingtagebuch hilft als Beleg. Die rechtliche Beratung eines Fachanwalts unterstützt das Opfer und kann bei Mobbenden Eindruck machen. Der Bundeswehrverband (DBwV) hat zum Beispiel Spezialisten dafür. Mit dem Truppenarzt sollte man offen sprechen, wenn man sich wegen Mobblings nicht gesund fühlt.

Die zentrale Frage ist, ob man bereit ist zu kämpfen. Alternativ kann man einen Antrag auf Umbesetzung innerhalb der Einheit oder einen Antrag auf Versetzung stellen. Hanna Lucassen

SO LÄUFT DER LADEN

Auf einen Blick zum Rausnehmen und Aufhängen: die militärischen Einheiten (am Beispiel Heer), der Aufbau der Bundeswehr und die Schulterklappen

- XX** Division 10.000–18.000 Soldaten (i. d. R.: 3 Brigaden), geführt durch: Generalmajor
- X** Brigade 3500–5000 Soldaten (i. d. R.: 3–5 Bataillone und selbstständige Kompanien), geführt durch: Brigadegeneral
- II** Bataillon 300–1200 Soldaten (3–7 Kompanien), geführt durch: Oberstleutnant
- III** Regiment 1000–1700 Soldaten (6–11 Kompanien), geführt durch: Oberst
- I** Kompanie 60–300 Soldaten (2–6 Züge), geführt durch: Hauptmann bis Major
- ☐☐** Zug 13–60 Soldaten (i. d. R.: 3 Gruppen), geführt durch: Hauptfeldwebel bis Hauptmann
- ☐☐☐** Gruppe 8–12 Soldaten, geführt durch: Feldwebel bis Stabsfeldwebel
- ☐** Trupp 2–6 Soldaten, geführt durch: Feldwebel bis Stabsfeldwebel
- Ich** Soldat

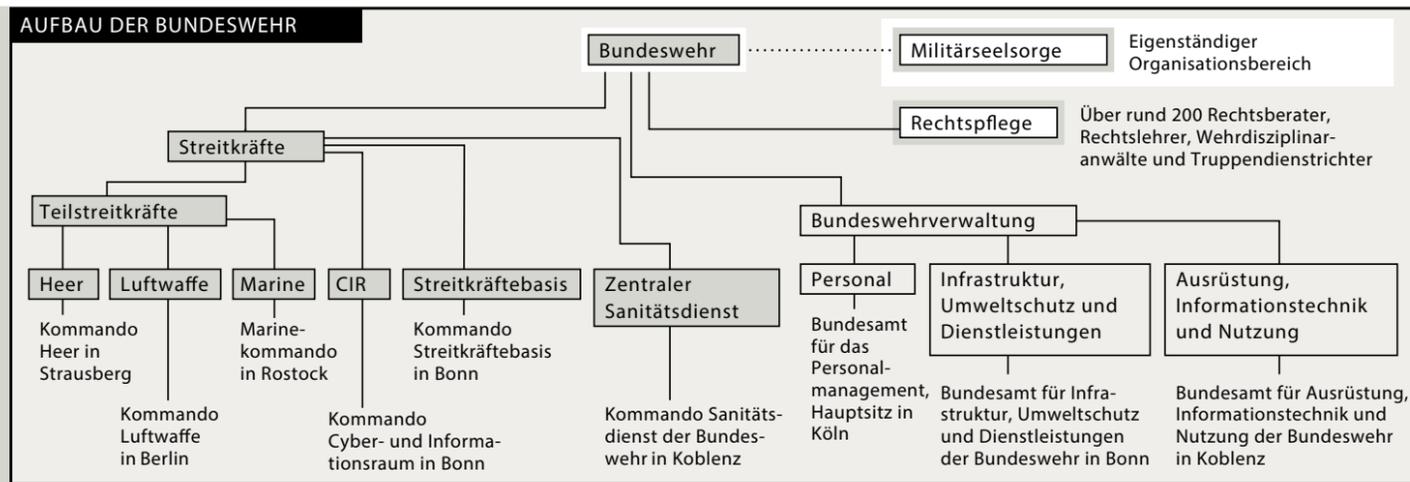


ILLUSTRATION: CAEPSELE / WWW.CAEPSELE.DE

HEER UND LUFTWAFFE (als Beispiele gemischt)

Mannschaften

- Jäger, Panzergrenadier
- Gefreiter
- Gefreiter (UA)¹⁾
- Gefreiter (FA)³⁾
- Gefreiter (OA)²⁾
- Obergefreiter
- Hauptgefreiter
- Stabsgefreiter
- Oberstabsgefreiter

Unteroffiziere ohne Portepee

- Unteroffizier
- Fahnjunker (OA)²⁾
- Unteroffizier (FA)³⁾
- Stabsunteroffizier

Unteroffiziere mit Portepee

- Feldwebel
- Fähnrich (OA)²⁾
- Oberfeldwebel
- Hauptfeldwebel
- Oberfähnrich (OA)²⁾

Offiziere

- Stabsfeldwebel
- Oberstabsfeldwebel
- Leutnant
- Oberleutnant
- Hauptmann (Stabsarzt, Stabsapotheker, Stabsveterinär)⁴⁾
- Stabshauptmann
- Major (Oberstabsarzt, Oberstabsapotheker, Oberstabsveterinär)⁴⁾

Generäle

- Oberstleutnant (Oberfeldarzt, Oberfeldapotheker, Oberfeldveterinär)⁴⁾
- Oberst (Oberstabsarzt, Oberstabsapotheker, Oberstabsveterinär)⁴⁾
- Brigadegeneral, Generalarzt⁴⁾
- Generalmajor, Generalstabsarzt⁴⁾
- Generalleutnant, Generaloberstabsarzt⁴⁾
- General

Zusatzabzeichen für Sanitätsoffiziere

- Arzt, hier: Oberstabsarzt
- Zahnarzt, hier: Oberstabsarzt
- Apotheker, hier: Oberstabsapotheker
- Veterinär, hier: Oberstabsveterinär

Aufschiebschlaufen der Militärpfarrer (keine Dienstgrade!)

- Evangelische Militärpfarrer (Heer, Marine)
- Katholische Militärpfarrer (Heer, Marine)

MARINE

Mannschaften

- Matrose
- Gefreiter
- Gefreiter (UA)¹⁾
- Obergefreiter
- Obergefreiter (BA)⁵⁾
- Obergefreiter (OA)²⁾
- Hauptgefreiter
- Stabsgefreiter
- Oberstabsgefreiter

Unteroffiziere ohne Portepee

- Maat
- Seekadett (OA)²⁾
- Obermaat
- Obermaat (BA)⁵⁾

Unteroffiziere mit Portepee

- Bootsmann
- Fähnrich z.S. (OA)²⁾
- Oberbootsmann
- Hauptbootsmann

Offiziere

- Stabsbootsmann
- Oberstabsbootsmann
- Oberfähnrich z.S. (OA)²⁾
- Leutnant z.S.
- Oberleutnant z.S.
- Kapitänleutnant Stabsarzt⁶⁾
- Stabskapitänleutnant
- Korvettenkapitän, Oberstabsarzt⁶⁾

Admirale

- Fregattenkapitän, Flottillenarzt⁶⁾
- Kapitän z.S., Flottenarzt⁶⁾
- Flottillenadmiral, Admiralarzt⁶⁾
- Konteradmiral, Admiralstabsarzt⁶⁾
- Vizeadmiral, Admiraloberstabsarzt⁶⁾
- Admiral

¹⁾ UA = Unteroffizieranwärter ²⁾ OA = Offizieranwärter ³⁾ FA = Feldwebelanwärter ⁴⁾ Mit Zusatzabzeichen für Sanitätsoffiziere ⁵⁾ BA = Bootsmannanwärter ⁶⁾ Bei Ärzten i. d. R. statt des Sterns der Äskulapstab

ENDLICH FREITAG!

Fernbeziehung ist nicht das, wovon man träumt, aber Alltag für viele Soldaten. Hier gibt es Tipps, um Stress zu vermeiden

Meine Freundin ist ziemlich eifersüchtig. Sie meldet sich in der Woche ständig und fragt, was ich gerade tue und mit wem. Ich bin ihr treu. Wie kann ich ihr beibringen, dass sie mir vertrauen kann?

Militärpfarrerin und Familientherapeutin Sandra Albert-Vötsch, Bruchsal: Vertrauen ist ein Gefühl. Manche Menschen tun sich schwer damit. Da hilft es meiner Erfahrung nach auch nicht, dauernd den Gegenbeweis von Treue und Liebe anzutreten. Bleiben Sie gelassen und ruhig und beziehen Sie Ihre Freundin in Ihr Leben mit ein. Erzählen Sie von Ihrem Arbeitsalltag, vielleicht stellen Sie ihr auch mal Kameraden vor. Wenn Ihre Freundin spürt, dass Sie zu ihr stehen und sie ihren Platz auch in Ihrem neuen Umfeld hat, ist sie vielleicht beruhigter.

Alle Kameraden erzählen von ihren Freundinnen und zeigen deren sexy Fotos auf dem Smartphone herum. Da kann ich nicht mithalten. Ich habe nur wenig Erfahrung mit Frauen und hatte noch nie eine ernsthafte Beziehung. Ich will aber vor den anderen nicht als Loser dastehen.

Militärpfarrer Michael Reis, Hagenow: Bewerten Sie sich vor allem selbst nicht als Loser! Wichtiger als „mithalten“ ist, herauszufinden, wer man selbst ist und was man will. Ich persönlich finde es nicht so toll, „sexy Fotos“ der eigenen Freundin herumzuzeigen. Und ich glaube, Frauen gefällt das auch nicht. Orientieren Sie sich nicht an den vermeintlich tollen Hechten, davon gibt es genug. Die Welt braucht auch andere.

Meine Freundin ist viel online, meldet sich bei mir oft über Whatsapp, schickt Fotos oder Sprachnachrichten. Das ist eigentlich schön, aber mir wird das zu viel. Wenn ich ihr das sage oder mal nicht gleich antworte, wird sie sauer. Was tun?

Militärpfarrerin und Familientherapeutin Sandra Albert-Vötsch, Bruchsal: Sie machen gerade die ersten Schritte in einem verantwortungsvollen Beruf. Es ist im Berufsleben nicht üblich, dass man dauernd privat kommuniziert. Erklären Sie Ihrer Freundin liebevoll, aber deutlich, dass Ihr Dienst Aufmerksamkeit erfordert. Nach Dienstschluss oder am Wochenende kann Ihre Partnerin voll mit Ihrer Nähe und Aufmerksamkeit rechnen. Verabreden Sie vielleicht als Ritual täglich ein kurzes Gespräch in der Mittagspause oder nach Dienstschluss, dann ist sie auf dem Laufenden.

Meine Freundin und ich streiten am Wochenende oft. Sie will mich für sich allein haben. Ich will aber auch mit meinen Kumpels feiern gehen.

Militärpfarrer Hans Wirkner, Stetten: Jeder von uns lebt in verschiedenen Rollen: Soldat, Freund, Kumpel, Bruder, Tochter... Jede Rolle beansprucht Ressourcen – am meisten Zeit. Für mich ist die Qualität von Zeit, die ich mit Menschen verbringe, wichtiger als die Quantität. Also: Lieber weniger richtig gute Zeit als viel schlechte Zeit miteinander. Fragen Sie Ihre Freundin, wie ein richtig gutes Wochenende für sie aussieht, in dem noch Zeit für Ihre Kumpels und für ihre Freundinnen ist.

Meine Freundin und ich wollen am Wochenende viel erleben. Dann ist Samstag, und wir diskutieren ewig hin und her, was wir machen sollen. Am Ende gehen wir gar nicht mehr weg, hängen vor dem Fernseher ab und nerven uns. Wie kriegen wir das besser hin?

Militärpfarrer Hans Wirkner, Stetten: In meiner Beziehung haben sich zwei Dinge bewährt. Erstens: Machen Sie schon im Vorfeld Pläne, beim letzten Telefonat oder der letzten Nachricht vor der Heimfahrt: Was ist bei uns daheim los? Worauf hast du Lust? Es entspannt, einen Plan zu haben. Das ist leichter, als ihn kurzfristig aufstellen zu müssen, wenn beiden die Arbeitswoche in den Knochen hängt und man müde ist. Zweitens: Machen Sie einen fixen Termin aus: Freitagabend in der Regel ins Lieblingsrestaurant oder Sonnabendmorgen gemeinsam zum Lieblingsbäcker. Auch schön: Sonntagmittag vor der Abreise gemeinsam kochen. Dabei kommt man gut zum Reden und dann zum Tun. Und dann wird's (meistens) gut!

Seit ich bei der Bundeswehr bin, benimmt sich mein Freund seltsam. Er antwortet fast nie auf meine Nachrichten, obwohl ich sehe, dass er online ist. Am Telefon sagt er kaum was und wirkt genervt. Ich fürchte, er ist in einen anderen verliebt. Er sagt, ich spinne.

Militärpfarrerin und Familientherapeutin Sandra Albert-Vötsch, Bruchsal: Für Sie hat ein neuer Lebensabschnitt begonnen, aber für Ihren Freund auch. Ich vermute, er muss sich erst daran gewöhnen, dass Sie nicht mehr so nah bei ihm sind. Es ist eine große Umstellung und Herausforderung, in Fernbeziehungen zu leben. Reden Sie doch mal mit den anderen darüber und lassen Sie sich Tipps geben. Beim Telefonieren fällt es übrigens vielen Menschen schwer, richtig ins Reden zu kommen und Nähe zu erleben. Wie wär's mal mit einem Videoanruf, einer Postkarte oder einem kleinen Geschenk per Post? Zeigen Sie Ihre Gefühle.

Ich freue mich die ganze Woche auf Sex mit meiner Freundin am Wochenende, aber sie hat fast nie Lust. Ich will sie nicht bedrängen, aber es fehlt mir. Zumal ich nicht weiß, wieso sie nicht mag.

Militärpfarrer Michael Reis, Hagenow: Sex ist wichtig, klar, doch vor allem ist Vertrauen die Basis einer Beziehung. Deshalb: Suchen Sie weiterhin das Gespräch mit Ihrer Freundin. Aber verzichten Sie unbedingt auf Vorwürfe wie: „Du hast nie Lust!“ oder „Du redest nicht mit mir!“ Es geht darum, dass Sie einander vertrauen, um wirklich offen reden zu können. Sagen Sie Ihrer Freundin, was Ihnen wichtig ist, und vor allem: Fragen Sie sie, was sie möchte, sprich: was ihr Lust bereitet. Das war schon Casanovas „Rezept“: Ihm ging es um die Lust der Frauen.



FOTOS: GETTY IMAGES, GUILLAUME HANSON / PHOTOCASE, ADDICTIVE STOCK / ISTOCKPHOTO, ALEXANDRA IAKOVLEVA / ISTOCKPHOTO, ANTONIO GUILLET / ISTOCKPHOTO, IZUSEK / ISTOCKPHOTO, STAN-KATALIN / ISTOCKPHOTO, FIZKES / FLAIPICTURE, CIZ

Ich habe mich in eine Soldatin verliebt – und sie sich in mich. Sollen wir das offiziell machen? Eine Beziehung ist schon an einem normalen Arbeitsplatz schwierig, und hier ist alles noch viel enger.

Militärpfarrer Hans Wirkner, Stetten: Wo die Liebe hinfällt, fällt sie halt hin. Und die vorgehaltene Hand ist kein guter Kommunikationsweg in den Streitkräften – schon gar nicht bei Beziehungen. Sprechen Sie Ihre Beziehung, wenn sie ernst ist, bei Ihren Vorgesetzten an und suchen Sie Wege, damit die Emotion (= Liebe) den Auftrag (= Dienst) nicht stört – sondern vielleicht sogar beflügelt. Achten Sie auf ein gutes Verhältnis von Nähe und Distanz, damit es bei Ihnen und Ihren Kameraden keine Verwirrung gibt. Unterm Strich gilt für mich: Ein glücklicher Soldat trifft leichter richtige Entscheidungen!

Mein Freund interessiert sich nicht für mein Leben beim Bund. Dabei erzähle ich nicht nur Panzerstories, sondern auch normale Geschichten über Vorgesetzte und Kameraden.

Militärpfarrer Michael Reis, Hagenow: Sie vermissen etwas. Wie sieht es denn andersherum aus? Fühlt sich Ihr Freund verstanden? Interessieren Sie sich für seine Geschichten? Zuhören, Anteil nehmen, sich mitteilen können sind in einer Partnerschaft wesentlich. Ist das nicht möglich, dann gibt es sicher einen Grund, den man herausfinden kann und sollte. Wenn Sie dabei Hilfe brauchen, wenden Sie sich an den Militärpfarrer.



Sonntag:
Mann, nachher muss ich schon wieder los

STRESS ZU HAUSE - WAS TUN?

- **MIT ANDEREN REDEN:** Gute Kameraden fragen, wie die ihre Probleme regeln, Vertrauensperson oder Militärseelsorger ansprechen.
- **HILFE HOLEN:** Bei größeren Problemen wie Überschuldung (siehe S.48) oder Gewalt in der Familie den Zug- und Einheitsführer sowie Sozialdienst einschalten (www.bundeswehr.de/de/organisation/personal/soziales).
- **NICHT ABHAUEN:** Keine Lösung ist es, einfach nach Hause zu fahren. Fahnenflucht oder eigenmächtige Abwesenheit von der Kaserne lösen keine Probleme, sondern schaffen nur neue.
- **ETWAS ZURÜCKGEBEN:** Wenn Vorgesetzte und Kameraden geholfen haben, vielleicht mal anbieten, eine ungeliebte Aufgabe innerhalb der Kompanie zu übernehmen. Das Leben ist ein Geben und Nehmen.
- **MEHR ZU HAUSE SEIN:** Befreiung vom Wohnen in der Kaserne regelt die Zentralvorschrift A1-1800/0-6570, „Die Liegenschaften der Bundeswehr“, die im Geschäftszimmer der Kompanie einzusehen ist. Zusätzlich kann es aber Weisungen oder Befehle des Kommandeurs/

Kompaniechefs geben, die Weiteres festlegen – im GeZi fragen! Eher schlechte Karten haben Unverheiratete ohne Kinder. Bei wichtigen persönlichen Gründen kann der Bataillonskommandeur jedoch eine befristete Befreiung ermöglichen.

- **FREINEHMEN:** Dienstbefreiung oder Sonderurlaub kann der Disziplinarvorgesetzte aus dringenden persönlichen Gründen wie der Geburt des Kindes oder Härtefällen gewähren. Informationen gibt es hier: § 9 Soldatenurlaubsverordnung (SUV); § 11 Wehrdisziplinarordnung.

HIER GEHT'S WEITER:

Gutes Buch zum Thema Fernbeziehung: www.gelingende-fernbeziehung.de
 Hier treffen sich Frauen und Freundinnen von Soldaten: www.tinyurl.com/fb-soldatenfrauen
 Finanzielle und materielle Unterstützung für Soldaten und ihre Familien: www.bundeswehr-sozialwerk.de
 Das Kinderbetreuungsportal der Bundeswehr: www.bundeswehr-kinderbetreuung.de
 Interessenvertretung der lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans- und intergeschlechtlichen Angehörigen der Bundeswehr: www.queerbw.de

SCHÖNER WOHNEN



Wohnen in der Kaserne: Blick in eine Stube mit privaten Geräten

Wasserkocher, Fernseher, WLAN – wie macht man sich die Stube wohnlich? Und was ist überhaupt erlaubt?

Raus bei Mutti – rein in die Gemeinschaftsstube. Dort wohnt man in der Regel mit drei anderen Rekruten. Jeder und jede erhält ein Bett und einen Spind. Seit 2014 werden die Stuben nach und nach renoviert. Sie sind nun meist so ausgestattet, dass auch zivile Sachen ihren Platz finden, etwa in einem weiteren Schrank.

Während der Grundausbildung (GA) wird die Stube nicht nur zum Schlafen genutzt. Manchmal findet dort auch Unterricht statt (z. B. Gruppenarbeit). Der Zugführer kann festlegen, was offen herumstehen darf – damit zum Beispiel im Falle eines Nachtalarms nichts kaputt geht. Das Putzen war früher Aufgabe der Rekruten, inzwischen erledigen es Reinigungsfirmen. Wenn zwischendurch viel Dreck entsteht, müssen die Rekruten selbst zum Besen greifen.

Wer die Grundausbildung erfolgreich absolviert hat, zieht in andere Unterkünfte um. Offiziell sieht die Bundeswehr vor, dass alle Soldaten nach der GA eine Einzelstube beziehen. Doch nicht alle Standorte können diesen Standard bieten, weshalb auch Mehrbettstuben möglich sind. Dort kann man private elektrische Geräte wie Wasserkocher oder Laptop nutzen. Man muss sie allerdings vorab bei der „Fachkraft für Arbeitssicherheit“ anmelden, ebenso private Regale oder Schränke. Wer diese Fachkraft ist, weiß der Spieß. Denn bei alten Gebäuden kann es sein, dass die Leitungen nicht für hohe Stromverbräuche geeignet sind. Schließt man ein Gerät ohne vorherige Genehmigung an und der Bundeswehr entsteht dadurch ein Schaden, muss man gegebenenfalls haften. Meist gibt es eine Küche auf der Etage oder im Haus, manchmal sogar einen separaten Raum mit abschließbaren Kühlschränkfächern.

Im Jahr 2014 startete die Bundeswehr eine „Attraktivitäts-offensive“, die sich auch auf die Unterkünfte der Soldaten ausgewirkt hat. Nach vielen Jahren, in denen kaum saniert wurde, war das dringend nötig. Eigentlich sollten bis zum Jahr 2020 alle Stuben nach und nach unter anderem mit Fernseher, Kühlschrank und Internetanschluss ausgestattet sein. Das hat die Bundeswehr nicht geschafft. Ein Drehsessel soll nun bis Ende 2021 überall auf den Stuben bereitstehen. Beim WLAN ist man erheblich weitergekommen: Bis März 2021 sollen die dafür vorgesehenen Gebäude angeschlossen sein. Es wird für Soldaten kostenlos sein. Weiterhin wird es aber Bereiche innerhalb der Kasernen geben, in denen kein WLAN vorgesehen ist.

HOFFNUNG AUFS EIGENE BETT

Zeit- und Berufssoldaten schlafen häufig in der Nähe des Standorts in einer privaten Unterkunft. Ob man bald nach der Grundausbildung zu Hause übernachten darf oder in der Kaserne bleiben muss, hängt davon ab, wie streng der Verbandsführer (Kommandeur) die Heimschlafferregelung für kasernenpflichtige Soldaten auslegt. Eigentlich gilt: Wer unverheiratet ist und jünger als 25 Jahre, ist kasernenpflichtig. Jene, die eine eigene Wohnung in der Nähe des Standorts haben, können sich von der Kasernenpflicht befreien lassen, um im eigenen Bett zu schlafen. Hat man hingegen im Personalerfassungsbogen „ohne Hausstand“ angekreuzt, wird man zunächst eher in der Kaserne schlafen müssen. Ein begründeter Antrag kann die Lage aber ändern. Wer verlässlich dient, wird eher eine Befreiung erhalten als jene, die schon negativ aufgefallen sind. Christian Peter

FOTO: DAVID ALTRATH



Wer sich falsch behandelt fühlt,
kann sich beschweren.
Wir zeigen, wie das korrekt geht



Beschwerde kann eingelegt werden, sobald man glaubt, „unrichtig behandelt oder durch pflichtwidriges Verhalten von Kameraden verletzt zu sein“ (§1 Wehrbeschwerdeordnung).

Ihr solltet immer das persönliche Gespräch suchen, um solche Situationen zu klären. Wenn das nichts bringt, könnt ihr eine Beschwerde einlegen. Wichtig: Man darf nicht mit einer Beschwerde drohen!



Die Beschwerde darf frühestens nach Ablauf einer Nacht und muss innerhalb eines Monats eingelegt werden. Entscheidend für diese Fristen ist der Tag, an dem der betroffene Soldat von dem Beschwerdeanlass erfährt (z. B. ab dem Tag, an dem er hört, dass ein Vorgesetzter schlecht über ihn geredet hat).



Holt euch Rat bei einer Person eures Vertrauens (Militärpfarrer, Vertrauensperson).



Der Soldat hat die Möglichkeit, einen Vermittler zu bestimmen, um eine gütliche Einigung zu erreichen. Der Vermittler darf nicht der unmittelbare Vorgesetzte von einem der beiden Beteiligten sein (Schlichtung kein Muss).



Wenn das nichts gebracht hat, könnt ihr euch bei eurem Disziplinarvorgesetzten beschweren, schriftlich oder mündlich (dann Niederschrift des Gesprächs).

Inhalt: euer Name, Truppenteil, Grund der Beschwerde, Zeitpunkt, Unterschrift.



Nach der Beschwerde läuft der Dienstbetrieb ohne Änderung weiter - euch darf durch die Beschwerde keinerlei Nachteil entstehen!



Der Disziplinarvorgesetzte denkt über die Beschwerde nach...



... und ermittelt. Er befragt beide Parteien zum Sachverhalt.



Die zuständige Stelle muss innerhalb eines Monats über die Beschwerde entscheiden.



Der Disziplinarvorgesetzte teilt die Entscheidung mit - diese muss der Soldat schriftlich erhalten!



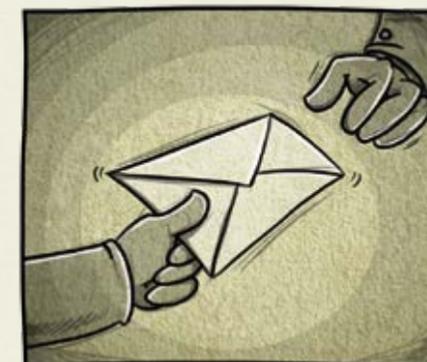
Wird der Beschwerde stattgegeben, kann die Geschichte hier für den Beschwerdeführer zu Ende sein.



Die Beschwerde kann auch negativ beschieden werden.



Innerhalb eines Monats kann der Soldat nun eine weitere Beschwerde einlegen.



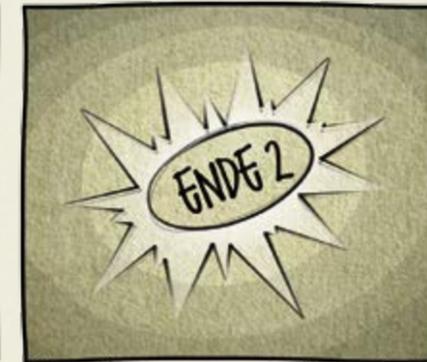
Diese Beschwerde muss beim nächsthöheren Disziplinarvorgesetzten vorgelegt werden.



Sollte die Beschwerde erneut zurückgewiesen werden, kann man das zuständige Truppendienstgericht anrufen.



Die dort gefällte Entscheidung ist endgültig...



... und Schütze Heinz hoffentlich nicht mehr unzufrieden!

Für Details s. Wehrbeschwerdeordnung (WBO), www.gesetze-im-internet.de

ZU RECHT!

Als Soldat sollte man das Soldatengesetz ein Stück weit kennen. Nur so weiß man, was einem zusteht

Was müssen Soldaten wissen?

Das Soldatengesetz (SG) regelt die rechtlichen Grundlagen für den Dienst. Es bestimmt Rechte und Pflichten der Soldaten anhand konkreter Begriffe wie Gehorsam, Kameradschaft oder auch Seelsorge. Das SG klärt Details für Soldaten auf Zeit und Berufssoldaten. Details für Freiwillig Wehrdienstleistende (FWDL) legt eher das Wehrpflichtgesetz fest.

Was sind die wichtigsten Inhalte?

Die 99 Paragraphen des SG sind in sieben Abschnitte gegliedert. Am wichtigsten für den täglichen Dienst sind die Pflichten im ersten Abschnitt. Die Basis ist die Grundpflicht nach Paragraph 7, nämlich „... der Bundesrepublik Deutschland treu zu dienen und das Recht und die Freiheit des deutschen Volkes tapfer zu verteidigen.“ Darauf bauen alle weiteren Pflichten auf, etwa:

- * das Eintreten für die freiheitliche demokratische Grundordnung (§8),
- * die Pflichten des Vorgesetzten (§10),
- * die Gehorsamspflicht (§11),
- * die Kameradschaftspflicht (§12),
- * die Wahrheitspflicht (§13).

Was findet man noch Nützlich?

Das Gesetz enthält viele Einzelregelungen, zum Beispiel zur Gemeinschafts-

unterkunft und -verpflegung (§18), zur Urlaubsregelung (§28), zur Arbeitszeitregelung (§30c), zum Recht auf Beschwerde (§34), zu den Beteiligungsrechten (§35), zur Seelsorge (§36) oder zum Freiwilligen Wehrdienst (ab §58b).

Wie nutzt man als Soldat das SG?

Jeder Soldat erhält in der Grundausbildung Rechtsunterricht, auch zum Soldatengesetz. Nur wer seine Rechte und Pflichten, aber auch das Befehlsrecht verinnerlicht hat, kann später rechtswidrige Befehle erkennen. Für länger dienende Soldaten kann der Kauf eines Kommentars zum Soldatengesetz sinnvoll sein. In diesen Büchern erklären Rechtsexperten Details und zeigen anhand von Beispielen, wie das SG zu verstehen ist. Denn viele Einzelregelungen klärt das SG nicht, sondern es bleibt grundsätzlich.

Welchen Stellenwert hat das SG?

Über dem SG steht das Grundgesetz. Dennoch schränkt das SG verfassungskonform Grundrechte für Soldaten ein, etwa die Meinungsfreiheit (siehe Kasten). Das SG gibt Soldaten aber keine Sonderrolle. Sämtliche Gesetze, beispielsweise das Bürgerliche Gesetzbuch, sind für Soldaten bindend. Dem SG nachrangig sind die Verordnungen und Erlasse des Verteidigungsministeriums sowie deren Ausführungsbestimmungen, etwa die Soldatenarbeitszeitverordnung. Auch Dienstvorschriften, Weisungen und Befehle dürfen nicht gegen das SG verstoßen.

Kameradschaft bedeutet für mich zum Beispiel, dass ich bei einem Marsch Gepäck eines Kameraden trage, wenn der nicht mehr kann.“ Das sagt ein Oberstabsgefreiter bei der Artillerie im Gespräch mit JS. Und er erinnert sich an einen Soldaten, bei dem sich während eines Marschs die Sohle vom Kampfstiefel ablöste. Am Checkpoint ließ ihm ein anderer Soldat, der nicht marschieren musste, seine heilen Stiefel. So weit, so vorbildlich.

Der Soldatenberuf kann lebensgefährlich werden. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit ist deshalb wichtig. Dazu trägt die Kameradschaft bei. Soldaten müssen sich laut Soldatengesetz sogar kameradschaftlich verhalten. Paragraph 12 „verpflichtet alle Soldaten, die Ehre und die Rechte des Kameraden zu achten und ihm in Not und Gefahr beizustehen. Das schließt gegenseitige Anerkennung, Rücksicht und Achtung fremder Anschauungen ein.“ Verstöße gegen die Pflicht zur Kameradschaft ahndet der Dienstherr.

Von der Hilfsbereitschaft, die Soldaten an der Kameradschaft so schätzen, ist im Soldatengesetz nicht direkt die Rede. Sie lässt sich eher aus der Zentralen Dienstvorschrift zur Inneren Führung ableiten. Ihr zufolge steht Kameradschaft in Verbindung mit Begriffen wie Vertrauen, Fürsorglichkeit und Einfühlungsvermögen, das Soldaten untereinander haben sollen.

INS OFFENE MESSER

Ein Soldat verstößt gegen die Pflicht zur Kameradschaft (und andere Gesetze), wenn er die Rechte von Kameraden missachtet. Wer geliehenes Geld nicht zurückzahlt, verhält sich beispielsweise unkameradschaftlich. Ein Verstoß liegt ebenso vor, wenn ein Soldat erkennt, dass ein Kamerad einen Fehler begeht, und er ihn nicht darauf hinweist. Vereinfacht: Wer andere ins „offene Messer“ laufen lässt, handelt stets unkameradschaftlich. Zu den schwerwiegenden Verstößen gehören körperliche Misshandlungen. Auch eine eher

harmlose Beleidigung wie „du Arsch!“ kann schwerwiegende Folgen haben. Allerdings nur, wenn sie jemand meldet oder die Folgen sichtbar werden.

Der Disziplinarvorgesetzte ahndet Verstöße je nach Schwere, die Band-

Wissenschaftler, die zum Verhalten von Soldaten in Kriegen forschen, sagen: Vor allem in Extremsituationen kann Kameradschaft dazu führen, dass sich Soldaten falsch verhalten, um vermutete oder tatsächliche Erwartungen



Soldaten helfen sich, denn sie sind Kameraden

ZUSAMMEN!

Kameradschaft ist ein unsichtbares Band: Soldaten achten sich und stehen einander bei. Aber das heißt nicht, dass sie alles füreinander tun sollten

breite reicht von Ermahnungen bis hin zu disziplinarischen Ermittlungen. Ein Beispiel für einen schweren Verstoß ist der „Einbruch in die Kameradenehe“, also wenn ein Soldat mit der Ehefrau eines Kameraden intim wird. Mögliche Folgen bei schweren Fällen sind: Soldkürzung, Beförderungsverbot oder Dienstgradherabsetzung.

von Kameraden zu erfüllen. Man sollte also immer sein Gewissen als Maßstab heranziehen und Kameraden ansprechen, wenn man ein Verhalten nicht in Ordnung findet. Bringt das nichts, muss sich jeder fragen, ab wann er etwas meldet. Denn falsch verstandene Kameradschaft schadet eventuell anderen.

FOTO: BUNDESWEHR, MARCO DOROW

Seit wie vielen Jahren gibt es Frauen in der Truppe?

Frauen gab es in der Bundeswehr zunächst gar nicht, seit 1975 nur im Sanitätsdienst, im Jahr 1991 kam der Militärmusikdienst dazu. Ein Urteil des Europäischen Gerichtshofs zum Grundsatz der Gleichheit von Männern und Frauen änderte alles: Seit 2001 stehen Frauen alle Laufbahnen in der Bundeswehr offen. Derzeit dienen rund 22.000 Soldatinnen in der Truppe, Tendenz: steigend (Stand: 2020).

Müssen Frauen und Männer die gleiche körperliche Leistung erbringen?

Ja und nein. Der „Basis-Fitness-Test“ (BFT) der Bundeswehr umfasst Mindestleistungen, die alle Soldaten unabhängig von Alter und Geschlecht erbringen müssen, zum Beispiel 1000 Meter laufen in maximal sechseinhalb Minuten. Wie die Leistung dann genau benotet wird, hängt von Geschlecht und Alter ab.

Wie wehre ich mich als Soldatin gegen sexuelle Belästigung?

„Wir hätten Wahnsinnssex gehabt“, schrieb ein Feldwebel per Whatsapp einer Kameradin, obwohl er hätte erkennen müssen, dass sie solche Nachrichten nicht von ihm wollte. Der Feldwebel erhielt eine hohe Disziplinarstrafe. Ein Gefreiter wiederum legte sich zu einer schlafenden, betrunkenen Soldatin ins Bett und rieb „sein Glied an ihrer Vagina“. Er wurde fristlos entlassen. Diese Beispiele aus dem Bericht des Wehrbeauftragten von 2019 zeigen, dass sich Soldaten (und ebenso Soldatinnen) zurückhalten müssen.

Wer von Belästigung oder einem Übergriff betroffen ist, sollte es sich nicht bieten lassen, sondern sich auf dem Dienstweg beschweren (Seite 36). Das gilt auch für Männer. 2019 drohte ein Rekrut einem anderen:

„Ich vergewaltige dich heute Nacht, wenn du schläfst.“ Die Bundeswehr entließ ihn, nachdem der Bedrohte es gemeldet hatte.

55 Prozent der Soldatinnen sagten bei der letzten Befragung zu diesem Thema im Jahr 2011, sie seien schon einmal im Dienst belästigt worden, drei Prozent gaben an, Opfer von sexueller Nötigung oder Vergewaltigung geworden zu sein. Die Täter erwarten Disziplinarmaßnahmen bis hin zur Entlassung, eventuell zivile Gerichtsverfahren. Sollte ein Vorgesetzter einer Meldung nicht wirklich nachgehen oder sie abtun, sollte man sich an den nächsthöheren Disziplinarvorgesetzten wenden. Auch den Wehrbeauftragten kann man jederzeit einschalten (Seite 24). Vertrauensperson, Militärpfarrer und Gleichstellungsbeauftragte (Gleibmil, siehe Kasten) wissen in so einer Lage Rat! Spätestens bei einem heftigen Fall sollte man sich auch rechtlich beraten lassen.

Was kann die Gleichstellungsbeauftragte tun?

Sie soll dafür sorgen, dass niemand in der Truppe aufgrund des Geschlechts diskriminiert wird. Soldatinnen und Soldaten können sich an die Gleibmil wenden, wenn sie Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Dienst haben, zu Mutterschutz oder Elternzeit, Teilzeit- und Telearbeit, Kinderbetreuung oder Versetzung. Und natürlich wenn sie sich gemobbt oder sexuell belästigt fühlen. Die zuständigen Ansprechpartner findet man am Schwarzen Brett der Einheit. Gleibmil setzen sich auch für männliche Soldaten ein, wenn diese das Gefühl haben, eine Kameradin würde zu ihrem Nachteil bevorzugt.

Dürfen ein Soldat und eine Soldatin eine Affäre miteinander haben?

Ja, das dürfen sie. Auch zwischen Vorgesetzten und Unterstellten sind

SOLDATINNEN

Für den gemeinsamen Dienst von Soldatinnen und Soldaten gibt es Regeln. Und bei Problemen gibt es Ansprechpartner, die Rat wissen – ein Überblick

Soldatinnen und Soldaten des Sanitätsregiments aus Rennerod bei einem Marsch und auf der Hindernisbahn

Affären, eine Beziehung oder eine Ehe erlaubt. Das interessiert den Dienstherrn nicht, solange es im gegenseitigen Einvernehmen geschieht, die Vorgesetztenposition nicht ausgenutzt wird und es den Dienstbetrieb nicht negativ beeinflusst (siehe Seite 58).

Ist es ein Problem für die Bundeswehr, wenn ich schwul, lesbisch oder bi bin? Nein, jeder Soldat hat das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung

und darf Männer lieben, Frauen lieben, beide lieben, das ist seine bzw. ihre Privatsache. Die Bundeswehr betont in dieser Sache: Nicht die sexuelle Orientierung oder Identität von Soldaten ist entscheidend, sondern die Leistung.

Wer schwul oder lesbisch ist und sich gemobbt oder diskriminiert fühlt, kann sich an die Gleichstellungsbeauftragte wenden und sich auf dem Dienstweg oder beim Wehrbeauftragten beschweren. Außerdem gibt es den Verein „QueerBw“ (ehemals AHsAB e.V.), eine Interessenvertretung homo-, bi-, trans-, intersexueller und anders geschlechtlich

orientierter Angehöriger der Bundeswehr (www.queerbw.de).

Was ist, wenn ich als Soldatin schwanger werde?

Es gelten die normalen gesetzlichen Regelungen. Soldatinnen haben vielerlei Ansprüche gegenüber dem Dienstherrn beziehungsweise gegenüber dem Staat – zum Beispiel Elternzeit, Kindergeld, Familienzuschlag, Mutterschutz und so weiter. Die Soldatin muss die Schwangerschaft melden (in der Regel über den Kompaniefeldwebel) und wird dann gemäß der „Mutterschutzverordnung für Soldatinnen“ behandelt. In der Regel dienen Soldatinnen bis sechs Wochen vor dem Entbindungstermin weiter, der Dienst findet aber mit Einschränkungen statt

(zum Beispiel kein Zusatzdienst, kein Nachtdienst). Das klären Schwangere mit dem Disziplinarvorgesetzten.

Und was ist, wenn ich alleinerziehend bin?

Alleinerziehende haben es oft schwer, obwohl die Bundeswehr die „Vereinbarkeit von Familie und Dienst“ fördern will. Auf vielen Dienstposten ist Gleizeit, Teilzeitarbeit oder Telearbeit nicht vorgesehen. Bundeswehrkindergärten gibt es immer noch zu wenige. Wenn man versetzt wird, landet man oft auf Wartelisten für Kitaplätze. Natürlich kann man als Alleinerziehende/r und Soldat/in Erziehungsurlaub oder Elternzeit nehmen. Die Gleibmil und der Sozialdienst beraten zu diesen Fragen.

QUELLEN UND KONTAKTE

- Wer die zuständige Gleichstellungsbeauftragte ist, erfährt man am Schwarzen Brett seiner Einheit oder am Infopunkt des Standortes.
- Gesetz zur Gleichstellung von Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr (Soldatinnen- und Soldatengleichstellungsgesetz – SGleiG): www.tinyurl.com/Gleichstellungsgesetz
- A-2160/6 Abschnitt 1.45: „Umgang mit Sexualität in der Bundeswehr“ (Vorschriften im Intranet oder vom Zugführer/Kompaniechef/über die VP)



FOTOS: SÜDDÄUTSCHE ZEITUNG PHOTO, RAINER UNKEL (2)

SO GEHT EINSATZ

Wie läuft ein typischer Kontingenteinsatz mit dem Heer ab? Das JS-Magazin hat die Bundeswehr, einsatzerfahrene Soldaten und Militärfarrer gefragt, was man braucht, worauf man achten sollte und was man besser nicht tut

BENACHRICHTIGUNG...

- Durch den Disziplinarvorgesetzten
- Idealerweise mindestens ein Jahr vorher, deutlich kurzfristigere Anfragen sind möglich (Personalengpässe, schlechte Planung, neue Einsätze)
- Wer sich verpflichtet, stimmt grundsätzlich einem Auslandseinsatz zu. Die Bundeswehr verweist auf die Gehorsamspflicht und die Pflicht zum treuen Dienen (Soldatengesetz)

... ODER BEWERBUNG

- Soldaten können sich für einen bestimmten Einsatz bewerben
- Der Innendienstleiter weiß, wie
- Falls nicht möglich, wird eventuell eine Alternative vorgeschlagen, der Soldat kann dann ablehnen

ABLEHNUNG

- Mögliche Gründe, einen Einsatz abzulehnen, sind unter anderen: schwer kranke Angehörige, persönliche oder familiäre Krisen
- Ob die Ablehnung akzeptiert wird, liegt im Ermessen der Vorgesetzten
- Wird die Ablehnung nicht akzeptiert und der Soldat weigert sich trotzdem, muss er mit disziplinarischen und militärjuristischen Folgen rechnen
- Die Innere Führung besagt: „Die Gewissensfreiheit (Art. 4 Abs. 1 GG) garantiert, dass der Staat niemanden zu Handlungen zwingen darf, die gegen eigene ethische Maßstäbe von Gut und Böse verstoßen.“

4400

Kilometer weg von zu Hause (Deutschland - Mali)

180

Tage lang getrennt von der Familie

EINSATZVORAUSBILDUNG

- Beginnt mehrere Monate vor dem Einsatz
- Inhalte: Übungsplätze, Landeskunde, Politische Bildung für den Einsatz, Vorträge, Soziales (Absicherung/Betreuung Angehöriger), gegebenenfalls Nachweis individueller Grundfertigkeiten

Soldaten in Einsätzen

3105

Soldaten im Auslandseinsatz (Stand: April 2020)

1000

Fragen

ABFLUG

- Mit einer Maschine der Luftwaffe oder zivil
- Größere Kontingente fahren vom Standort mit Bussen zum Flughafen
- Der Abflugtermin kann sich ändern. Manche Soldaten müssen sich deshalb mehrfach von Partner/-in und Familie verabschieden

ANKOMMEN

- Abholung am Flughafen, wenn er nicht quasi zum Camp gehört (Masar-i-Scharif/Afghanistan, Gao/Mali)
- Begrüßung im Camp, je nach Uhrzeit erste Einweisungen oder Zuweisung eines Betts

KULTURSCHOCK

Neue Eindrücke machen sensibler und können zu Unwohlsein führen:

- sichtbare Armut/Elend außerhalb des Camps
- fremde Gerüche, tote Tiere am Wegesrand
- anstrengende Wetterverhältnisse

Nach maximal zwei Wochen hat man sich in der Regel eingewöhnt

24/7

im Dienst

EINARBEITUNG

Soldaten des vorigen Kontingents arbeiten ihre Nachfolger ein, erklären Abläufe und Tätigkeiten nach dem Prinzip „Learning by Doing“. Dauer je nach Dienstposten: wenige Tage oder bis zu zwei Wochen

VOR DEM EINSATZ

Dienstposten

- Für jeden Dienstposten im Einsatz gibt es eine Tätigkeitsbeschreibung
- Der Vorgesetzte bespricht das Anforderungsprofil mit Soldaten, die in den Einsatz gehen
- Fehlende Qualifikationen können zum Teil vorab ausgebildet werden

Papierkram

- Dienstherr/Sozialdienst beraten, was man regeln muss
- Vor dem Einsatz einen Ordner mit wichtigen Unterlagen anlegen: Versicherungsscheine, Kontoverbindungen, Bankvollmacht (der Dienstherr liefert Vorlagen), Unterlagen zu Wohnung, Auto usw.
- Wichtig für Angehörige im Notfall: Liste mit Telefonnummern am Standort (Einheit, Sozialdienst, Familien-

betreuungszentrum, Militärfarrer)

- Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht klären
- Laufende Kosten (Telefon, Mitgliedsbeiträge, Auto, Abos): Was lässt sich unterbrechen/herabsetzen?
- Testament: Ist keine Pflicht, aber macht den Ernst des Einsatzes klar. Infos hat der Sozialdienst. Das alles kostet Zeit. Frühzeitig abarbeiten!

IM EINSATZ

Arbeitszeiten

- Soldaten sind im Einsatz 24/7 im Dienst
- Was in Deutschland der Dienstschluss ist, heißt im Einsatz Dienstunterbrechung
- Vorgesetzte teilen mit, ob man Rufbereitschaft hat (verstärkte Verfügbarkeit) oder normale Dienstunterbrechung
- Die 41-Stunden-Woche gilt nicht
- Viele Soldaten arbeiten deutlich mehr als in Deutschland
- Zum Teil arbeitet man in Schichten
- Statt Wochenende gibt es nur den Baseday, einen halben freien Tag zum Ausruhen oder um etwa am Feldgottesdienst teilzunehmen. Auch der Baseday kann aus dienstlichen Gründen entfallen

Rules of Engagement / RoE

- Regeln für jeden einzelnen Einsatz, wann und inwiefern Soldaten Gewalt anwenden dürfen und wie sie warnen müssen, bevor sie schießen
- Werden vor dem Einsatz vermittelt und eingeübt
- Werden als Taschenkarte ausgehändigt

Einsatzunterbrechung

- In Ausnahmefällen möglich
- Mögliche Gründe: Todesfall in der Familie, schwere Erkrankung eines Angehörigen, ärztliche Untersuchung, Nachwuchs
- Der Disziplinarvorgesetzte entscheidet in Abstimmung mit dem Truppenpsychologen und oft nach Rücksprache mit dem Militärfarrer
- Der Dienstherr übernimmt je nach Fall Reisekosten (siehe Zentrale Dienstvorschrift A-2642/15). Das Bundesamt für das Personalmanagement (BAPersBw) entscheidet über Anträge

DIE HELFEN

- Bei **allen Fragen** zum Ablauf des Einsatzes: Vorgesetzte, Spieß, einsatzerfahrene Soldaten
- Bei allen **sozialen Fragen**: Sozialdienst, Familienbetreuungs-zentrum. Wer sich nicht gut beraten fühlt, kann Sozialdienst oder FBZ eines anderen Standorts kontaktieren
- Wenn man einen vertraulichen Gesprächspartner sucht, bei Gewissensfragen, nicht weiß, wer helfen kann: **Militärpfarrer**
- Bei gesundheitlichen Fragen: **Sanitätsdienst**, Truppenpsychologe, Einsatz-Peers (Kameraden mit Ausbildung in psychologischer Erster Hilfe)
- Das **Familienbetreuungs-zentrum (FBZ)** hilft Angehörigen. Tipp: Auf dem Einsatzerfassungsbogen ankreuzen, dass man vom FBZ betreut werden will. Ein FBZ in der Nähe finden: www.tinyurl.com/suche-fbz

BERGFEST

Nach der Hälfte des Einsatzes ist Bergfest. Manche geben einen aus, feiern, andere nehmen den Termin kaum wahr. Teils wird das Bergfest auch gemeinsam mit dem ganzen Kontingent gefeiert

LAGERKOLLER

- Wenn er kommt, dann meist in der Zeit nach dem Bergfest
- Gründe: Eintönigkeit, Enge und so weiter nerven
- Tipps dagegen: Sport, guter Kontakt nach Hause, Schlaf gönnen, mal mit guten Kameraden darüber reden, den Militärpfarrer nach Tipps fragen, der kennt das

AUSPLANUNG

- Wird circa zwei Monate vor Ende des Einsatzes konkret festgelegt
- Abflugtermin kann sich wiederum verschieben

RÜCKFLUG

- Der S1 macht die Planung und hat die Fluglisten
- Verschreibungen um mehrere Tage oder sogar Wochen sind möglich

Faustregel: „1 zu 5“

- Einige Jahre galt, dass Soldaten in der Regel nicht länger als vier Monate im Einsatz sein sollen, weil die psychische Belastung mit längerer Dauer zunimmt. 2019 hat die Bundeswehr dennoch beschlossen, ihre Soldaten wieder für ein halbes Jahr in den Einsatz zu schicken.
- Als Faustregel gilt „1 zu 5“: Ein Soldat soll die fünffache Zeit seiner Einsatzdauer in Deutschland regenerieren, bevor er wieder in den Einsatz geht. Verpflichtend ist die Vorgabe allerdings nicht. Wegen Personalmangels wird sie nicht immer eingehalten.

Die Folgen der Einsätze

113 Bundeswehrosoldaten sind seit 1992 im Einsatz gestorben (37 im Gefecht).

290 Soldaten und Soldatinnen sind allein 2019 durch Einsätze psychisch erkrankt,

183 von ihnen an einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Auch Angststörungen sind häufig.

% Die meisten Soldaten verkraften einen Einsatz laut einer Studie der Bundeswehr gut.

ANKOMMEN

- Der Disziplinarvorgesetzte entscheidet, ob man von Angehörigen am Flughafen abgeholt werden kann oder ob zunächst alle zurück in die Kaserne fahren und von dort nach Hause
- Tipp: Beim Ankommen Zeit lassen. Nicht gleich in den Alltag hineinstürzen, die ersten Tage in Ruhe den Rhythmus neu finden
- Sechs bis acht Wochen nach dem Einsatz: medizinische Rückkehruntersuchung mit Fragebogen zu psychischen Belastungen
- Infos für Soldaten und Angehörige, wenn der absolvierte Einsatz Probleme macht: www.tinyurl.com/einsatzfolgen-hilfe

EINSATZNACHBEREITUNGS-SEMINAR

- Findet wenige Wochen nach der Rückkehr statt
- Ziel: den Einsatz weiter verarbeiten, Probleme aufarbeiten
- Teilnahme ist Pflicht!
- Dauer: knapp drei Tage, zwei Übernachtungen
- Ort: in der Regel außerhalb der Kaserne, zum Beispiel in einem Kur- oder Ferienort
- Kleidung: zivil
- Ablauf: In kleineren Gruppen tauscht man sich über den Einsatz aus: Gutes, Schlechtes, gefährliche Ereignisse, wie es einem jetzt geht usw.
- Begleitung: Speziell ausgebildete Moderatoren (ebenfalls Soldaten) sollen helfen, Konflikte aufzuarbeiten
- Plus: Fragen zu psychischen Belastungen nach dem Einsatz, gegebenenfalls Betreuung durch medizinisches Fachpersonal

ERHOLUNG

- Urlaubstage, die man während des Einsatzes angesammelt hat, sollen laut Vorschrift möglichst bald danach genommen werden
- Erfahrene Soldaten sagen: Nicht direkt nach dem Einsatz in den Urlaub, erst mal zu Hause und am Standort ein, zwei Wochen ankommen
- Urlaub nicht direkt nach dem Einsatz buchen, weil der Einsatz verlängert werden kann
- Die Militärseelsorge bietet Rüstzeiten an, also urlaubsähnliche Reisen mit Begleitung eines Pfarrers, auch speziell für die Zeit nach dem Einsatz. Angebote: im JS-Magazin, S. 31, und beim Militärpfarrer vor Ort
- Mitglieder des Bundeswehr-Sozialwerkes können preiswert europaweit verreisen: www.bundeswehr-sozialwerk.de

IM EINSATZ

Freie Zeit

Auch wenn man im Camp bleiben muss, lässt sich einiges tun, zum Beispiel:

- Sport (Kraftraum, Fußball, Basketball)
- Kickern, Gesellschaftsspiele, Playstation
- Militärpfarrer bieten Feldgottesdienste, Bibelfrühstück und mehr
- Feierabendgetränk bei guter Musik
- Per Whatsapp/Skype oder Telefon hält man Kontakt mit zu Hause

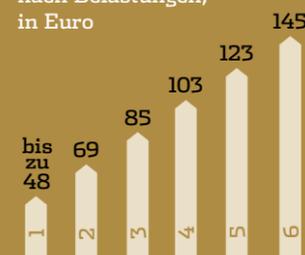
Wohnen

- In der Regel gilt: zwei Soldaten pro Container
- Belegung zu dritt ist möglich (zum Beispiel während des Kontingentwechsels)
- Die Belegung regeln der Camp-Offizier (eine Art Kasernenoffizier im Einsatz) und der Spieß. Belegungswünsche werden sie in der Regel berücksichtigen
- Die Container haben Steckdosen, je nach Einsatz auch WLAN

Auslandsverwendungszuschlag (AVZ)

- Bloß nicht vor dem Einsatz oder währenddessen komplett verplanen oder ausgeben (mancher Soldat muss vorzeitig aus dem Einsatz zurück)
- Sollte kein Grund sein, in einen Einsatz zu gehen
- AVZ-Apps addieren das tägliche Plus und zählen die Tage

Höhe des AVZ (pro Tag, netto/steuerfrei) gestaffelt nach Belastungen, in Euro



NACH DEM EINSATZ

ASEM: HILFE FÜR BELASTETE SOLDATEN

Seit 1992 schickt Deutschland Soldaten und Soldatinnen in Auslandseinsätze. Auf dem Balkan, in Afghanistan, Mali und anderswo haben viele von ihnen die Grauen des Krieges erlebt, manche wurden selbst verwundet. Auch im Inland kann es zu schweren Verletzungen kommen. Wer mit dauerhaften körperlichen oder seelischen Problemen kämpft, den unterstützt das „Arbeitsfeld

Seelsorge für unter Einsatz- und Dienstfolgen leidende Menschen“ (ASEM). Dieses Angebot der evangelischen Kirche ist so vielfältig wie die Bedürfnisse der Teilnehmer. Es gibt Seminare für Einzelne, für Paare, Familien und Hinterbliebene. Mehrere Tage verbringen die Teilnehmer in einem angenehmen Umfeld, tanken Kraft für den Alltag und lernen durch

die Beratung von Experten, mit dem Erlebten besser zurechtzukommen. Das Angebot steht allen Betroffenen offen und entlastet nicht nur die Erkrankten, sondern auch ihre Angehörigen. Pro Jahr gibt es rund 60 Seminare. Mehr Informationen bekommt man vom zuständigen Militärdekan Christian Fischer, Tel.: 0173-879 7653, Mail: projektseelsorge@bundeswehr.org



ILLUSTRATIONEN: PAUL HOPPE

WAS MACHEN PFARRER IM EINSATZ?

SEELSORGE AM ARBEITSPLATZ

Militärseelsorger **Thomas Balzk** war schon mehrmals im Einsatz, zuletzt in Mali im Camp Castor nahe der Stadt Gao. Dort stellten Soldaten nach Gesprächen öfters fest: Reden tut gut!

Es ist wirklich heiß draußen, 45 Grad im Schatten. Unsere „Militärseelsorgeeinheit“ ist in einem Container im Stab untergebracht. Täglich kommen Soldaten, um zu sprechen. Ein Soldat sagt: „Herr Pfarrer, hätte ich gewusst, dass Reden so gut tut, dann wäre ich früher zu ihnen gekommen.“ Manchmal sind es die Gespräche „über den Gartenzaun“, die gesucht werden und am Ende für die Soldatin oder den Soldaten wichtiger sind als für möglich gehalten.

Im Camp bekannt zu sein, ist mir wichtig. Meine täglichen Gänge und Geburtstagsbesuche führen mich durch das ganze Lager. Jeden Tag bin ich unterwegs. Heute zur Feuerwehr, dann zu den Kompaniefeldwebeln, danach zur Sanität. Auch die „Nichtkirchengänger“ sollen wissen, wer genau ihr Pfarrer ist und ob der möglicherweise was taugt – als Gesprächspartner oder einfach mal zum Zuhören.

WAS FÜR DIE SEELE

Die meisten sind dankbar dafür, dass die Militärseelsorge da ist. Auch der Kommandeur. Egal ob „Feldjägerkaffe“ oder Besuch bei den Soldaten, die das Lager bewachen – fast alle sind freundlich. Es wird viel gelacht und, ja, jeder

gibt sein Bestes. Und dann, manchmal, wird es ernst und auch traurig, wenn in der Heimat was passiert ist oder die Beziehung nicht klappt. Reden hilft.

Ich lade überall und alle „meine“ Soldaten für den Sonntagsgottesdienst am Abend ein. Da wird Gemeinschaft nochmal anders sichtbar. Brot und Wein. Die nicht fromm sind, lade ich besonders gerne ein. Ich bin auch nicht fromm, sage ich immer. Einige lachen darüber. Aber es stimmt. Und viele

kommen am Sonntagabend in die Kirche zum nicht frommen Pfarrer. Und da gibt es was für die Seele. Worte und Töne, auch Stille. Blicke und Augenblicke. Wie soll man den täglichen Dienst und die Anspannung denn auch meistern ohne die Rückzugspunkte?

Ehrlich, mein Eindruck im Camp Castor war: Die meisten im Einsatz freuen sich nach dem Gottesdienst schon wieder auf den nächsten Sonntag.



Militärdekan **Thomas Balzk** (links) besuchte während seines Einsatzes in Mali auch eine Schule in Gao



Militärpfarrer **Carsten Süberkrüb** an Bord: zuhören, dabei sein, Gottesdienst halten

GOTTESDIENSTE AUF OFFENEM MEER

Carsten Süberkrüb ist Militärpfarrer in der Marinetechnischschule Parow nahe Stralsund. Hier berichtet er von seinen Erfahrungen an Bord der Korvetten des Unifil-Einsatzes vor dem Libanon

Die „Nock“ ist der seitlich hervorragende Teil der Kommandobrücke. Dorthin kann man sich gut zurückziehen, nachdenken. Mit Blick aufs Wasser spreche ich mit einem Besatzungsmitglied, es geht um den Kontakt zur Freundin zu Hause. „Mir bringt das nichts mit dem Whatsapp. Ich habe beim letzten Hafenaufenthalt Blumen gesammelt und getrocknet und dann einen Brief geschrieben. Das fand sie klasse.“ Ich bin erstaunt über den Moment der Romantik und kann nur bekräftigen, dass die Idee richtig gut ist.

Auf Kammer eines Offiziers hängt eine lange Bonbonkette. Auf Nachfrage erklärt er: „Das ist ein Geschenk von den Kindern. Wenn die Bonbons alle sind, ist die lange Zeit des Getrenntseins vorbei und ich komme wieder nach Hause.“ So teilt die Familie über große Entfernung einen Moment im Leben miteinander.

Als Seelsorger an Bord begleite ich diese Momente der Menschlichkeit in der sterilen Atmosphäre eines Kriegsschiffes, das für Einsatz und Kampf optimiert ist. Im Alltagsgeschehen an Bord und auch an Land, zwischen Reinschiff und Essenfassen, habe ich gerne ein offenes Ohr für die vielen Dinge, die zu besprechen sind. Ich esse abwechselnd

in einer der drei Messen, die den Soldaten Kantine und Wohnzimmer zugleich sind. Zudem suche ich die Besatzungsmitglieder an ihren Arbeitsplätzen auf. Für sie ist es gut zu wissen, dass „der Pfarrer“ für jeden und jede Gesprächspartner sein kann. Mir darf man Dinge sagen, die man sich im Dienst normalerweise verkneift. Und da für mich absolute Verschwiegenheit gilt (Seelsorgeheimnis), gibt es einiges zu bereden, das belastet oder im Bordalltag frustriert.

BERUHIGENDE WIRKUNG

Zugeordnet im Hauptabschnitt 400 (Zentrale Dienste/Sanität), habe ich mich bei Feuer im Schiff, Mann über Bord oder anderen Manövern auf meiner Station einzufinden und zu unterstützen. Und immer wieder gilt es, mitten im Einsatz einen Moment zur Ruhe kommen. Wenn wir auf dem Achterdeck in der untergehenden Sonne am Sonntag einen Gottesdienst feiern, mit anschließendem Kirchencocktail (der aber meistens aus Kaffee besteht), dann ist das so ein kurzer Moment der Auszeit. Mal eine Kerze für die Lieben zu Hause anzünden und an sie denken. Ein nicht so gläubiges Besatzungsmitglied sagte mir mal, der Gottesdienst habe ihn so beruhigt, dass er eine

schwierige Aufgabe viel entspannter hinkommen habe. Gut, wenn es hilft.

Im Unifil-Einsatz gehört es auch zu meinem Auftrag, die Soldaten, die auf dem libanesischen Festland stationiert sind, sowie jene im Hafen von Limassol auf Zypern zu besuchen und zu betreuen. Für sie alle bin ich Seelsorger.

WENN IHR MAL EIN STOSSGEBET ZUM HIMMEL SCHICKEN WOLLT

Der **PSALM 23** aus der Bibel: Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.

Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser. Er erquicket meine Seele. E führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.

Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein. Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.

Amen

FOTOS: THOMAS BALZK / SEBASTIAN DRESCHER

SCHULDEN VON A BIS Z

Ein Kredit kann helfen, einen Traum zu erfüllen. Er kann aber auch in den privaten Bankrott führen. Vor Anschaffungen sollte man also genau abwägen. Bei finanziellen Problemen gibt es Hilfe

A wie Ausgaben

Sollten geringer sein als die Einnahmen. Deshalb Kontoauszüge der letzten drei Kalendermonate anschauen: Wie viel habe ich pro Monat ausgegeben, wie viel eingenommen? Manche Ausgaben hat man nur jährlich: durch zwölf teilen und zu den Monatsausgaben dazurechnen. Wer mehr Geld loswird, als er verdient, muss irgendwo sparen. Ein weiteres Warnzeichen: Wenn man Anschaffungen mit Geld plant, das man noch gar nicht hat, etwa einem Auslandsverwendungszuschlag (Seite 44).

App: „VSB Haushaltsplaner“

C wie Cash

EC- und Kreditkarten sind eine tolle Erfindung – vor allem für Banken. Denn nichts verleitet mehr zum Geldausgeben, als wenn man das Geld gar nicht sieht. Mit Bargeld zu bezahlen, hilft dabei, weniger auszugeben.

D wie Dispo

Wer mit dem Girokonto mal ein paar Euro ins Minus rutscht, hat noch kein Problem. Dauerhaft den Dispo zu beanspruchen, ist aber keine gute Idee, da Banken hohe Zinsen für Dispokredite abrechnen. Schafft man es nicht, aus dem Minus zu kommen, kann eine Umschuldung sinnvoll sein. Der Sozialdienst (siehe „S wie...“) weiß Rat.

E wie erpressbar

Soldaten arbeiten in sensiblen Bereichen, haben Zugang zu Informationen und Waffen. Deshalb wird der Militärische Abschirmdienst (Verfassungsschutzdienst für die Bundeswehr) hellhörig, wenn Soldaten **überschuldet** sind und dadurch erpressbar werden. Schlimmstenfalls verliert man seine Sicherheitsstufe (falls man eine hat), eine Zulage und wird versetzt.

H wie Hilfe

Wer Geldsorgen hat, kann sich an seine **Vertrauensperson** wenden, an den Disziplinarvorgesetzten, den Militärseelsorger und an den Sozialdienst der Bundeswehr. Der Sozialdienst berät beim weiteren Vorgehen. Finanzielle Hilfe in Notlagen leistet die Heinz-Volland-Stiftung: www.tinyurl.com/stiftung-volland

K wie Kindergeld

Eltern von bis zu 25 Jahre alten Soldaten steht in der militärischen Ausbildungszeit (Grundausbildung plus jeweilige Ausbildung in der Laufbahn) Kindergeld zu. Sofern die Eltern keinen Beitrag zum Unterhalt leisten, kann man beantragen, das Geld selbst ausgezahlt zu bekommen. **Wie lange Soldaten Kindergeld erhalten:** www.tinyurl.com/kindergeld-soldaten

L wie Leihen

Die Angebote klingen verlockend: Kredite eigens für Soldaten! Doch auch dieses Geld muss man mit einer monatlichen Rate zurückzahlen. Wer sich mit **Kredit** übernimmt und sogar privat Geld leihen muss, braucht Hilfe. Auch gefährlich: in Einsätze gehen, um mit dem Auslandsverwendungszuschlag die Kredite abzulösen. Das sollte nicht die Motivation für einen Einsatz sein.



Wer eine schlechte Punktzahl hat, bekommt Probleme bei der Suche nach einer Wohnung oder einem Kredit. **Einsicht in die Schufa-Akte:** www.tinyurl.com/schufa-einsicht

S wie Sozialdienst der Bundeswehr:

Die Angst vor Mahnbriefen ist ein Zeichen, dass man ein finanzielles

Problem hat und eventuell **überschuldet** ist. Dasselbe gilt, wenn man Rechnungen mit dem Geld bezahlt, das für Miete, Kleidung oder Essen eingeplant war. Als überschuldet gilt, wer mehr Schulden hat, als er zurückzahlen kann. Spätestens jetzt sollte man sich professionelle Hilfe holen. Der Sozialdienst bietet nicht nur Soldaten, sondern auch deren Angehörigen kostenlose Unterstützung bei Problemen wie einer Überschuldung. Ein möglicher Ausweg ist die Privatinsolvenz. Die Mitarbeiter des Sozialdienstes unterliegen der Schweigepflicht. Bei Bedarf vermitteln sie an andere Experten weiter. Soldaten müssen ihrem Disziplinarvorgesetzten eine Überschuldung mitteilen.

Sozialdienst der Bundeswehr: www.tinyurl.com/sozial-dienst

M wie Mahngebühren

Bei der ersten und zweiten Mahnung zahlt man teilweise nur ein paar Euro Gebühren. Die dritte Mahnung übernimmt oft ein Inkassobüro. Es treibt Schulden ein und lässt nötigenfalls sogar Einrichtungsgegenstände pfänden. Dabei entstehen weit höhere Kosten, als die eigentliche Rechnung forderte.

P wie Privatinsolvenz

Ist ein großer, aber mitunter notwendiger Schritt, um aus den Schulden rauszukommen. Man einigt sich mit den Gläubigern auf einen Betrag, den man zurückzahlen muss. Um diese Rückzahlung zu schaffen, muss man einen strengen Sparplan durchziehen. Im Gegenzug verzichten die Gläubiger auf einen Teil der Forderungen.

R wie Ranking

Die Schufa ist eine private Gesellschaft, die bewertet, wie kreditwürdig jemand ist. Mit einem Punktesystem speichert die **Schufa**, wenn jemand bei der Miete säumig war, Kredite nicht zurückgezahlt hat oder wenn gar ein Inkassoverfahren gegen ihn vorlag.

ILLUSTRATION: JULIUS KLEMM, WWW.JULIUSKLEMM.COM

U wie Unterhaltssicherungsgesetz

Schon vor dem Dienstantritt kann man bei der heimatlichen Stadt- oder Kreisverwaltung finanzielle Unterstützung beantragen. Grundlage hierfür ist das Unterhaltssicherungsgesetz (USG). Um laufende Kosten zu decken, können FwDLer finanzielle Leistungen beantragen. Soldaten auf Zeit haben kein Recht auf Leistungen, da sie ein festes Gehalt beziehen.

Z wie Zinsen

Ein Blechschaden am Auto, die Waschmaschine geht kaputt, die Kumpels fragen, ob man spontan zum Konzert mitkommt: Unvorhergesehene Ereignisse kosten Geld. Dafür sollte man sich einen **Notgroschen** ansparen. Eine Strategie: monatlich 30 bis 50 Euro (oder mehr) per Dauerauftrag auf ein gesondertes Konto überweisen. So entsteht nach und nach ein immer dickeres Polster. Wenn dann mal etwas ansteht: kein Problem! **Festgeld, Sparplan etc. – ein Überblick:** www.tinyurl.com/sparen-glossar **Tipps zum Sparen:** www.tinyurl.com/spar-vorschlag

T wie Trostkäufer

Es gibt mehrere Kauftypen: Die Ausgewogenen überlegen, ob sie etwas wirklich brauchen und ob sie das Geld übrig haben. Problematisch ist Kaufen, wenn man sich mit neuen Dingen tröstet – das tun Trostkäufer. Die Mithalter wiederum kaufen Dinge, um mit Freunden mitzuhalten, egal ob sie es sich leisten können. Andere knausern im Alltag, kaufen sich dann aber ein Auto für 20000 Euro – die Großinvestoren. Und es gibt Leute, die kaum konsumieren und auch keine Freude daran empfinden – die Sparfüchse.



Rüstzeiten sind ein- oder mehrtägige Freizeiten, organisiert von der Militärseelsorge. Das Angebot: eine Unterkunft in toller Gegend, gutes Essen, interessante Themen und Gespräche mit den Kameraden und einem Militärpfarrer oder einer Militärpfarrerin. Eine Rüstzeit ist eine Auszeit vom Dienst, die nicht viel kostet und einen weiterbringt – als Menschen und als Soldat.

WER VERANSTALTET DAS?

Die Evangelische Militärseelsorge lädt alle Soldaten dazu ein. Neben Soldatenrüstzeiten, bei denen die Kameraden unter sich sind, gibt es auch Paar- oder Familienrüstzeiten, zu denen Partner und Kinder mitkommen können. Manche Militärpfarrer machen spezielle Angebote wie Fahrradrüstzeiten, Motorradrüstzeiten oder Pilgerwanderungen. Einige Rüstzeiten entstehen gemeinsam mit der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung (EAS).

UND WORUM GEHT'S GENAU?

Jede Rüstzeit hat ein eigenes Thema, mit dem man sich während der Zeit beschäftigt, zum Beispiel etwas Politi-

sches zur EU, der Nato und dem Nachdenken über Frieden. Oder es geht um Persönliches, etwa zur Vereinbarkeit von Familie und Dienst. Auch kulturelle oder religiöse Themen kann man wählen. Rüstzeiten bieten also nicht nur Erholung, man lernt auch etwas.

WO GEHT ES HIN?

Die Militärseelsorge hat Verträge mit Tagungsstätten, die über die ganze Republik verstreut liegen. So kann man zum Beispiel an die Ostsee fahren oder in Städte wie Berlin und Hamburg reisen. Manche Rüstzeiten gehen ins Ausland, etwa nach Polen, Österreich, Frankreich oder Israel.

WAS MACHT DER PFARRER BEI DER RÜSTZEIT?

Da die Kirche einlädt, findet auch Kirche statt. Morgens und/oder abends hält der Militärpfarrer eine Andacht mit Gedanken für den Tag. Dabei wird niemand genötigt, sich am Singen und Beten zu beteiligen, wenn ihm das fremd ist. In Gesprächsrunden kommen auch biblische Geschichten zur Sprache, die einen Bezug zum Thema der Veranstaltung haben. Manchmal ergreifen Rüstzeitteilnehmer die Gele-

genheit und suchen außerhalb des Programms das vertrauliche Seelsorgegespräch mit den Geistlichen.

KANN ICH MIT, WENN ICH NICHT IN DER KIRCHE BIN?

Jeder kann mitfahren. Es wird nicht nach der Religion oder Konfession gefragt. Nur offen und tolerant sollte man sein. Und interessiert an Themen, die über den Berufsalltag

ausspannen und sich bewegen. In der Stadt bekommt man die Gelegenheit zum Sightseeing. Und in jedem Fall kann man abends gemütlich beim Getränk zusammensitzen.

WAS KOSTET DAS?

Rüstzeiten sind günstig. Sie kosten teilweise nur ein paar Euro, denn die Militärseelsorge bezahlt einen Zuschuss. Auch Angehörige bekommen Zuschüsse.

FRISCHER WIND FÜR DEN KOPF



Alltag aus, Freizeit an: Soldaten entspannen während einer Motorradrüstzeit in der Sonne

FOTOS: EV. MILITÄRSEELSORGE, HEIKO BLANK



Neues entdecken: Bei einer Familienrüstzeit besichtigen die Teilnehmer ein Wasserkraftwerk

Rüstzeiten bedeuten: für ein paar Tage raus aus der Kaserne, Kameraden besser kennenlernen, mal über andere Dinge sprechen als sonst. Die Militärseelsorge macht's möglich

WO MELDE ICH MICH AN?

Wenn die Militärseelsorge die Rüstzeit anbietet, gibt es Ausgänge in der Kaserne. Bei Rückfragen kann man sich an den Militärseelsorger oder den Pfarrhelfer am Standort wenden oder auch selbst ein Thema oder Ziel vorschlagen. Es gibt auch Rüstzeiten, die überregional angeboten werden, an denen also Soldaten anderer Standorte teilnehmen können. Ein Highlight ist das internationale Soldatentreffen „Rassemblement International Militaire Protestant“, kurz RIMP, das immer im Juni in Frankreich stattfindet. Eine Auswahl der Angebote findet ihr immer im JS-Magazin auf Seite 31.

BEKOMME ICH FÜR DIE RÜSTZEIT URLAUB?

Man kann Urlaub oder Sonderurlaub beantragen. In der Regel wird dieser genehmigt. Falls in dem Zeitraum jedoch eine Übung stattfindet, kann es sein, dass es nicht geht. Und in der Grundausbildung ist die Teilnahme an einer Rüstzeit nicht üblich. Aber: Die Rüstzeiten nicht aus den Augen verlieren und irgendwann einfach mal mitfahren!

hinausgehen. Eine Rüstzeit bietet auch die Chance, etwas mehr über die Kirche zu erfahren.

UND GIBT ES AUCH FREIE ZEIT?

Auf jeden Fall! Entspannung, teilweise Sport und eine Menge Spaß gehören zum Programm. Bei Familienrüstzeiten ist für Kinderbetreuung gesorgt, damit die Eltern Zeit haben, etwas für sich zu tun. Ansonsten gibt der Zielort den Takt vor: Auf dem Land kann man in der Natur und an der frischen Luft

TRINKST DU NOCH ODER SAUFST DU SCHON?

Ein ziviler Mitarbeiter der Bundeswehr erzählt von seiner Sucht – und wie er da wieder rausgekommen ist

Das Gefährliche an einer Sucht ist, dass sie so schleichend kommt. Anfangs habe ich nur in Gesellschaft getrunken – zwei, drei Bier, zu besonderen Anlässen auch mal etwas mehr. Das änderte sich, als der Stress mit meinem Vorgesetzten zunahm. Ständig war ich der Trottel, Wertschätzung gab es keine.

Ich hatte immer drei Wochen Schichtdienst und danach eine Woche frei. In der freien Woche habe ich mir immer häufiger allein die Kante gegeben. Ich wollte mit dem Kopf nur noch weg sein von der Arbeit. Klassisches Frustsaufen. Nach drei Jahren habe ich täglich zwei Flaschen Schnaps und zwei, drei Bier pro Tag getrunken. Wenn ich Schicht hatte, habe ich davor und danach getrunken.

Natürlich habe ich häufiger versucht, aufzuhören. Aber nach einem Tag ohne Alkohol habe ich mich dann mit der nächsten Flasche belohnt. Mein Körper hat

sich an den Alkohol gewöhnt. Wenn der Pegel fiel, habe ich gezittert und hatte Herzrasen. Als es einmal besonders schlimm war, hatte ich plötzlich einen hellen Moment. Mein Verstand hat mir gesagt: Entweder du gehst jetzt ins Krankenhaus, oder das war's.

Ein Kumpel hat mich hinbegleitet. Die Entgiftung hat eine Woche gedauert, danach war ich unter Aufsicht der Hausärztin drei Monate krankgeschrieben zu Hause. Wie es mir geht, hat mich niemand gefragt, nicht mal mein Vorgesetzter. Nur zwei Kollegen wussten, was los ist. Auch Freunde hatte ich kaum noch. Durch den Alkohol und den Schichtdienst hatte ich mein gesamtes soziales Umfeld vor die Wand gefahren.

Als ich zurück zur Arbeit kam, war das Gefühl von vorher sofort wieder da, und ich habe wieder getrunken. Diesmal bin ich aber schon nach einer Woche ins Krankenhaus gegangen. Ein Zimmerkollege hat mich ermutigt, es mit einer Selbsthilfegruppe zu versuchen. Außer-

dem hat mir meine Hausärztin bescheinigt, dass ich nicht mehr im Schichtdienst arbeiten kann.

Mit meinem Vorgesetzten habe ich nicht mehr gesprochen, sonst wäre ich womöglich explodiert. Ich habe einfach die Stelle gewechselt. Im neuen Job bin ich von Anfang an sehr offen mit meiner Erkrankung umgegangen und habe gesagt, dass ich trockener Alkoholiker bin. Allein schon damit nicht jemand auf die Idee kommt, mir bei einer Geburtstagsfeier Sekt anzubieten. Auch von meinem Referatsleiter gab es klare Worte: „Wir wissen, was passiert ist. Und wir wollen Sie hier haben! Aber wenn Sie rückfällig werden, dann sind Sie hier raus.“ Das war ein guter Ansporn. Ich bin seit sieben Jahren trocken.

Ich weiß jetzt: Wenn man Hilfe braucht, bekommt man sie. Aber man muss danach fragen.



DIRK BANDHOLZ

engagiert sich beim Suchtselbsthilfe Bundeswehr e. V. (siehe Kasten). Er hält Vorträge und erzählt von seinen Erfahrungen.

FOTOS: GETTY IMAGES, JOHN RENSTEN / PRIVAT

ALKOHOL UND DROGEN BEIM BUND

Wann dürfen Soldaten Alkohol trinken?

Während des Dienstes ist Alkohol verboten. Ausnahmen muss der Vorgesetzte genehmigen. Nach Dienstschluss darf man nur so trinken, dass man zum Dienstbeginn wieder voll einsatzfähig ist und sich kein Restalkohol im Blut befindet. Bei einem Vollrausch wäre man am nächsten Morgen zum Antreten nicht wieder nüchtern.

Was ist mit illegalen Drogen – zum Beispiel kiffen?

Sie sind verboten. Die Bundeswehr verfolgt hier eine Null-Toleranz-Strategie. Deshalb kann man schnell entlassen werden, wenn man illegale Drogen konsumiert oder sie auch nur besitzt. Schließlich kann es Menschenleben kosten, wenn man zugehörnt mit Fahrzeugen oder gar Waffen zu tun hat. Und: Der Soldat unterliegt der Pflicht zur Gesunderhaltung (Soldatengesetz, § 17a). Auch zu Hause oder im Urlaub dürfen Soldaten keine Drogen nehmen.

Woran merkt man, dass man ein Suchtproblem hat?

Daran, dass man nicht aufhören kann zu konsumieren, wenn man einmal angefangen hat. Dass man sich fragt, wie und wann man wieder an Alkohol oder Stoff kommt. Dass man viel verträgt und auch mit zugehörntem Kopf noch glaubt, gut reagieren zu können. Dass man körperliche Beschwerden hat, zum Beispiel Magenschmerzen, Stimmungsschwankungen oder eine starke Gewichtsveränderung in kurzer Zeit. Im Netz findet man gute Fragebögen zum Selbsttest (siehe Links).

Wo bekommt man Hilfe, wenn man es nicht schafft, aufzuhören?

Beim Truppenarzt. Wer den nicht einweihen will, kann sich von anderen Organisationen kostenlos und vertraulich helfen lassen (siehe unten: Links)

Woran bemerkt man Suchtprobleme eines Kameraden?

Er kommt öfters zu spät zum Dienst, vergisst Dinge, hat Ausreden, lügt oder reagiert gereizt, wenn man einen Verdacht äußert. Auch Zittern oder gerötete Augen können Hinweise sein.

Soll man mit seinem Vorgesetzten über einen Verdacht sprechen?

Theoretisch muss jeder Spieß wissen, was in solchen Situationen zu tun ist. In der Praxis ist das leider nicht immer der Fall. Der Sozialdienst, der Truppenarzt, der Militärpfarrer und die Suchtselbsthilfe der Bundeswehr sind auf jeden Fall gute Ansprechpartner.

- Hilfe und Informationen bei Alkohol- und Drogenproblemen gibt es beim Sozialarbeiter des Sozialdienstes, beim Truppenarzt, beim Militärpfarrer oder beim Verein Suchtselbsthilfe Bundeswehr: www.suchtselbsthilfe-bundeswehr.de
- Zivile Beratungsstellen bundesweit: www.bzga.de/service/beratungsstellen/suchtprobleme
- Selbsttest zu Suchtproblemen: www.sucht.de/selbsttests.html

9 PROBLEME - 9 LÖSUNGEN

E-TOKEN BEKOMMEN FÜR DIE BAHNFAHRKARTE

Alle Soldaten mit PC-Zugang können sich im Intranet sogenannte „eToken“ herunterladen und damit auf www.bahn.de/bundeswehr kostenlos Tickets buchen. Das gilt sogar für private Fahrten, zum Beispiel um Freunde zu besuchen. Wer keinen Intranetzugang hat, kann seinen Vorgesetzten um eToken bitten.

Im Zug müssen Soldaten Uniform tragen (Feld- oder Dienstanzug) und auf Verlangen den Truppenausweis und das Ticket vorzeigen. Freiwillig Wehrdienstleistende bekommen einen Bahnberechtigungsausweis, mit dem sie in ziviler Kleidung fahren dürfen. Das gilt aber nur für Fahrten zwischen Heimat- und Dienstort. Für andere private Fahrten gilt auch für sie die Regelung mit den eToken.

Sitzplatzreservierungen oder ein „Upgrade“ in die 1. Klasse müssen Soldaten selbst bezahlen.



BEKOMME ICH ALS SOLDATIN DIE PILLE KOSTENLOS?

Nein, der Truppenarzt kann zwar grundsätzlich auch Verhütungsmittel wie die Pille verschreiben, jedoch übernimmt die Kosten dafür in der Regel nicht der Dienstherr. Es ist also so wie bei Zivilistinnen: Rezept vom Arzt, aber Pille selbst bezahlen.



FRISUREN, BARTE UND „KÖRPERMODIFIKATIONEN“

Haare und Bart müssen sauber und gepflegt sein. Das und anderes gibt die Vorschrift A-2630/1 vor („Das äußere Erscheinungsbild der Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr“). Will sich der Soldat einen Bart wachsen lassen, muss er dies während seines Urlaubs tun. Disziplinarvorgesetzte können Ausnahmen genehmigen. Modische Frisuren sind erlaubt, solange sie nicht zu auffällig sind. Ohren und Augen dürfen bei Männern und Frauen nicht bedeckt sein.

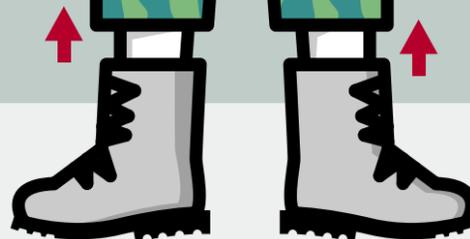
Frauen dürfen lange Haare haben, Männer nicht – bisher. Die Klage eines Stabsfeldwebels dagegen lehnte ein Gericht zwar 2019 ab. Gleichzeitig bewerteten die Richter die Vorgabe der Bundeswehr jedoch als rechtlich fragwürdig und mahnten eine Überarbeitung an.

Lange Haare von Soldatinnen dürfen den Dienst nicht behindern, das heißt, sie müssen als Zopf oder hochgesteckt getragen werden. Soldaten müssen Tätowierungen nicht verdecken, wenn sie sich „innerhalb militärischer Bereiche, militärischer Sicherheitsbereiche, auf Schiffen und Booten der Marine sowie an Bord von Luftfahrzeugen des Bundes“ aufhalten. Bei Veranstaltungen „mit Außenwirkung/ öffentlichem Charakter“ können Vorgesetzte ein Abdecken anordnen. Piercings und Ohr-Plugs müssen im Dienst abgelegt oder abgedeckt werden. Letztere dürfen nicht größer als eine Ein-Cent-Münze sein.

TRUPPENAUSSWEIS VERLOREN

Wer seinen Truppenausweis verloren hat, muss unverzüglich seine Einheit informieren. Bei Diebstahl und Verdacht auf missbräuchliche Nutzung muss man außerdem eine Anzeige bei der Polizei aufgeben.

Die Meldung ist wichtig, damit niemand in Liegenschaften, Gebäude oder IT-Netzwerke eindringen kann. Und natürlich auch damit man selbst wieder Zugang erhält. Am besten ist also: Den Dienstaussweis wirklich nur zum Dienst mitnehmen, aber nicht in den Club und an den Strand. Eventuell vom Handy erinnern lassen, dass man den Ausweis vor Dienstbeginn wieder einsteckt.



UND BEI BESONDEREN GRÖSSEN?

Für besonders große oder kleine Menschen gibt es Sondergrößen. In einzelnen Fällen müssen Stiefel speziell gefertigt werden. Sonderanfertigungen gibt es auch für alle, die Allergien gegen bestimmte Materialien haben. Vorübergehend sind zivile Schuhe oder passende dienstliche Turnschuhe zumutbar. Für große Menschen gibt es extralange Betten (2,20 Meter statt 2 Meter). Schon vor Dienstantritt sollte der Kompaniefeldwebel informiert werden (der erfährt das nicht automatisch, solche Daten von der Musterung landen in der Gesundheitsakte, und die kennen die Vorgesetzten nicht). Im Zweifelsfall nachhaken und auf einem größeren Bett bestehen! Achtung: Größere Menschen brauchen mehr Abstand zu einem darüberliegenden Doppelstockbett.

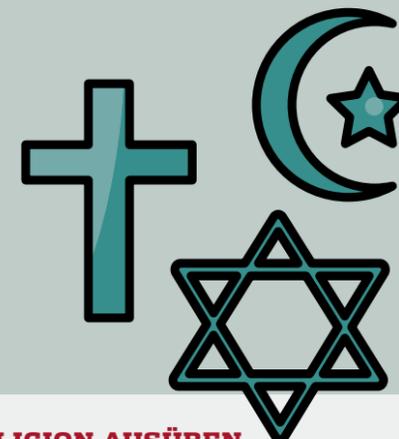


BEKOMME ICH DIE UNTERWÄSCHE DIENSTLICH GELIEFERT?

Grundsätzlich dürfen alle Soldaten ihre private Unterwäsche tragen. Soldatinnen bekommen einen Zuschuss für zusätzliche Ausgaben, zum Beispiel für Büstenhalter (Sport-BHs).

BEHÖRDENGÄNGE ERLEDIGEN

Einige Behördengänge oder wichtige Banktermine im Wohnort lassen sich nur zu den üblichen Öffnungszeiten erledigen. Dafür muss man Urlaub nehmen oder Überstunden abbauen. Der Disziplinarvorgesetzte kann auch nach eigenem Ermessen stundenweise vom Dienst befreien. Der sogenannte Sonderurlaub ist für solche Fälle nicht vorgesehen (siehe Sonderurlaubsverordnung).



RELIGION AUSÜBEN

Seine Religion auszuüben, ist in der Bundeswehr natürlich erlaubt – allerdings darf es den Dienst nicht behindern. Stehen zum Beispiel körperlich anstrengende Märsche auf dem Dienstplan, muss das Fasten im Ramadan unterbrochen werden. Gebetszeiten sind grundsätzlich keine Dienstzeiten, Soldaten können aber die regulären Pausen nutzen, um zu beten, zum Beispiel während der „Raucherpause“. Kopfbedeckungen (Kopftuch, Kippa) sind nicht zulässig.

WER ZAHLT BEI SCHADEN?

Es ist wie im Privatleben: Wer das Eigentum anderer beschädigt, haftet. Verliert ein Soldat Teile seiner Ausrüstung, zum Beispiel einen dienstlich gelieferten Handschuh, oder beschädigt die Ausrüstung, kommt es auf die Umstände an. Wer nachweisen kann, dass er nicht grob fahrlässig gehandelt hat, muss in der Regel nicht haften. Nutzt ein Soldat private Ausrüstungsgegenstände im Dienst (etwa ein Navigationssystem), ohne dass es befohlen worden ist, hat er keinen Anspruch auf Entschädigung, sollte etwas kaputt gehen.



LEBEN GEHT WEITER

Manche wollen dauerhaft Soldat bleiben. Für alle anderen gilt: Rechtzeitig überlegen, was nach der Bundeswehr kommen soll! Hier ein grober Zeitplan

Folgende Tipps helfen, in Sachen Zukunftsplanung den Überblick zu behalten:

IM ERSTEN DIENSTJAHR ANGEHEN

Der Berufsförderungsdienst (BFD) ist die wichtigste Anlaufstelle für Fragen zum Thema Beruf nach der Bundeswehr. Nur über ihn kann man Geld für Weiterbildungen und die Übergangszeit bis zum Arbeitsbeginn im neuen Job beantragen. Auch wenn es lästig ist, sollte man deshalb unter www.tinyurl.com/bfd-berufliche-zukunft nachlesen, welche Fördermaßnahmen einem grundsätzlich zustehen (PDF im Abschnitt „Broschüren und Links zu Ihrer beruflichen Zukunft“). Der BfD-Berater am Standort kann zudem gezielt helfen, einen zivilen Arbeitsplatz zu finden. Was möglich ist, richtet sich nach Dauer und Art der Verpflichtung.

Alle Soldaten sollten möglichst bald nach der Grundausbildung ein Beratungsgespräch vereinbaren. Auch Freiwillig Wehrdienstleistenden (FWDLern) steht das Angebot offen, selbst wenn sie nur wenige Monate dienen. In manchen Bereichen gelten Bewerbungsfristen von bis zu einem Jahr, und die meisten Ausbildungen beginnen nur alle sechs bis zwölf Monate zu festgelegten Terminen. Deshalb lieber frühzeitig informieren. Der BFD bietet am Standort oder in der Nähe Informationsveranstaltungen an, die man besuchen kann. Ansprechpartner findet man auch auf der BFD-Website: www.tinyurl.com/bfd-berater-finden

IN DEN DARAUFFOLGENDEN JAHREN: ORIENTIERUNGSSEMINARE BESUCHEN

Für alle, die noch keinen klaren Berufswunsch haben, bietet der BFD sowohl allgemeine Berufsorientierungsseminare als auch thematisch eingegrenzte Orientierung an, zum Beispiel das „Testtraining Polizei, Justiz, Feuerwehr und Zoll“.

Die Angebote sind für FWDLer, Soldaten auf Zeit (SaZ) und Berufsoffiziere mit Altersgrenze (BO41) offen und können auch an anderen Standorten belegt werden. Teilweise muss man Vorkenntnisse mitbringen. Für all diese Bildungs- und Eingliederungsmaßnahmen gilt: Die Vorgesetzten sollen unterstützen, dass Soldaten an solchen Seminaren teilnehmen. Aber einen Anspruch haben Soldaten darauf nicht.

Wenn der Vorgesetzte also Nein sagt, kann man nichts machen. Und: Wer auf eine der Stellen im öffentlichen Dienst spekuliert, die Bund, Länder und Kommunen für ehemalige Soldaten bereithalten („Eingliederung in den öffentlichen Dienst“): Da hat man erst ab SaZ12 und höher eine Chance.

WEITERBILDUNGEN & PRAKTIKA NUTZEN

Der BFD bietet interne Weiterbildungen an, etwa Englisch- und Computerkurse. Damit sammelt man Pluspunkte im Lebenslauf. Bezahlen muss man nichts für den Kurs, nur etwas Zeit investieren (nach Dienstschluss oder Urlaubstage). SaZ sollten sich außerdem um Berufsorientierungspraktika (BOP) kümmern. Sie können sich je nach Verpflichtungsdauer bis zu drei Mal einen Monat lang für ein Praktikum freistellen lassen und so Berufserfahrung sammeln.

Man muss sich klarmachen, dass man nach der Bundeswehrzeit mit Bewerbern konkurriert, die jünger sind oder schon Erfahrung im jeweiligen Beruf mitbringen. Ob man das Praktikum machen darf, entscheidet das Karrierecenter der Bundeswehr auf Grundlage einer Stellungnahme des Vorgesetzten.

SPÄTESTENS IM LETZTEN DRITTEL DER DIENSTZEIT: VOM BFD BERATEN LASSEN

Im Gespräch mit dem BFD sollte man frühzeitig klären,

Die Bundeswehr bietet für den Übergang ins zivile Berufsleben einiges. Man darf das Thema nur nicht vor sich herschieben

welche beruflichen Ziele man für die Zeit nach der Bundeswehr verfolgt – und entsprechende Maßnahmen beantragen. SaZ4 und höher haben Anspruch auf Maßnahmen der Schul- und Berufsförderung nach der Dienstzeit. Früher war es noch so, dass Soldaten schon während des Dienstes mit Ausbildungen, Weiterbildungen oder Unterricht beginnen konnten. Das gilt nun nur noch für einen Teil der Soldaten, vor allem für jene, die bis zum 25. Juli 2012 zur Bundeswehr gekommen sind oder sich bis zum 23. Mai 2015 weiterverpflichtet haben. SaZ12 und höher, die noch nicht studiert haben, können etwa bis zu zwei Jahre vor Dienstende freigestellt werden. Alle anderen können sich nur noch in Einzelfällen und nur noch bis zu drei Monate vor Dienstzeitende für eine schulische oder berufliche Bildungsmaßnahme freistellen lassen.

ANGEBOTE VON BUNDESWEHRFACHSCHULEN PRÜFEN

Für alle, die Anspruch auf schulische und berufliche Weiterbildung haben (s. o.): Bundeswehrfachschulen bieten zum Beispiel Lehrgänge zum Realschulabschluss oder Fachabitur und in Sonderfällen zum Hauptschulabschluss an. Diese Lehrgänge sind kostenlos. Wer studieren möchte, muss unter Umständen selbst Kosten übernehmen, Gleiches gilt für fachberufliche Aus-, Fort- oder Weiterbildungen.

BEI JOBMESSEN UND STELLENBÖRSEN STÖßERN

Berufsmessen bieten gute Möglichkeiten, um unkompliziert Kontakte zum Wunscharbeitgeber zu knüpfen und auch unbekanntere Unternehmen kennenzulernen. Aber Achtung: Nicht nur die Firmen präsentieren sich dort. Also nicht in löchrigen Jeans aufkreuzen und für alle Fälle Bewerbungsunterlagen mitnehmen.

Messetermine speziell für Soldaten stehen auf der Website des BFD. Wer lieber von zu Hause aus sucht, sollte sich erkundigen, welche Jobportale und Newsletterdienste in der gewünschten Branche gängig sind. Breite Angebote bieten zum Beispiel www.monster.de und www.stepstone.de. Auch unter www.bfd.bundeswehr.de, „Stellenbörse/Job-Service“ kann man fündig werden.

ZEUGNISSE IN „ZIVILDEUTSCH“ ÜBERSETZEN LASSEN

Zivile Arbeitgeber können mit Bundeswehrzeugnissen oft nicht viel anfangen. Der BFD stellt „zivilverständliche“ Bescheinigungen aus.

Gabriele Meister

LINKS FÜR DIE ZUKUNFT

- Förderrichtlinien, Formulare, Jobs: www.tinyurl.com/bundeswehr-bfd
- Datenbank für Dienstposten und zivile Stellen der Bundeswehr: www.bundeswehrkarriere.de
- Mehr Tipps zum Dienstzeitende und eine zivile Stellenbörse: www.dienstzeitende.de
- Forum, in dem sich Soldaten austauschen: www.bundeswehrforum.de

FOTO: PICTURE-ALLIANCE, DPA, ARMIN WEIGEL



WO MACHEN WIR'S?

Sex ist Privatsache. Eigentlich. Aber was, wenn ich mich in eine Vorgesetzte verliebe? Oder nach Dienstschluss Sex in der Kaserne haben will?

SEX ZWISCHEN SOLDATEN - AUCH DAFÜR GIBT ES EINE REGELUNG.

Die Vorschrift „Umgang mit Sexualität in der Bundeswehr“ klärt, wie die Bundeswehr zu sexuellem Verhalten zwischen Soldaten steht. Die Bundeswehr betrachtet das Thema Sex an sich als Privatsache der Soldaten. Das Problem ist nur: Der berufliche Alltag als Soldat erschwert das Sexuelle stellenweise mehr, als es bei anderen Berufen der Fall ist. Das gilt vor allem für Kasernenschläfer und Soldaten, die oft auf Lehrgänge müssen oder aus anderen Gründen nach Dienstschluss viel Zeit in der Dienstunterkunft verbringen.

SEXUELLE BEZIEHUNGEN ZWISCHEN SOLDATEN SIND GRUNDSÄTZLICH ERLAUBT.

Solche Beziehungen dürfen den Dienstbetrieb aber nicht stören. Soldaten, die während des Dienstes Sex haben, wären eine Störung. Außerhalb der Dienstzeit gibt es Einschränkungen auf dem Kasernengelände, denn der kameradschaftliche Zusammenhalt und die dienstliche Ordnung dürfen nicht gestört werden. Sex auf der Gemeinschaftsstube gilt als unkameradschaftliches Verhalten, weil man damit die Intimsphäre der anderen Soldaten stören würde. Ausweichlösungen sind an manchen Standorten – und obwohl es offiziell nicht erlaubt ist – die (abschließbare) Turnhalle oder der Fitnessraum außerhalb der regulären Nutzungszeiten.

WAS ANSONSTEN NACH DIENSTSCHLUSS SEXUELL PASSIERT,

interessiert den Dienstherrn nicht, solange es einvernehmlich und im gesetzlichen Rahmen abläuft. Auch eine sexuelle Beziehung zwischen Vorgesetzten und Unterstellten ist erlaubt. Solch eine sexuelle Beziehung bedarf immer klarer Absprachen zwischen den Partnern.

GENERELL GILT FÜR ALLE SOLDATEN:

Man sollte versuchen, realistisch abzuschätzen, ob eine gegenseitige Sympathie besteht und mehr daraus werden könnte. Und sich zurückhalten, wenn man sich nicht sicher ist. Was gar nicht geht und auch dienstrechtliche Folgen haben kann: Aufdringlich sein und eine Kameradin/einen Kameraden zu etwas drängen.

DER BERICHT DES WEHRBEAUFTRAGTEN FÜR DAS JAHR 2019 HALT FEST:

Die Zahl der „Meldepflichtigen Ereignisse“ wegen des Verdachts auf Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung war mit 345 Fällen „wieder hoch“. Zusätzlich lagen dem Wehrbeauftragten 32 Hinweise auf sexuelle Übergriffe vor. Der Wehrbeauftragte schreibt: „Sprüche wie ‚Dich lege ich als Nächste flach!‘, unerwünschte Berührungen des Gesäßes oder zotige Aufforderungen per Whatsapp zum Geschlechtsverkehr gibt es leider nach wie vor.“ Gleichzeitig würden gemeldete Übergriffe konsequenter verfolgt.

Wichtig: Absichtlich falsche Bezeichnungen kommen vereinzelt auch vor. Wer das tut, macht sich strafbar.

UND WAS, WENN MEINE FREUNDIN MICH IN DER KASERNE BESUCHT?

Grundsätzlich müssen Angehörige oder Freunde von Soldaten die Kaserne zu der Zeit verlassen, die im Kasernenbefehl festgelegt ist. Dass eine Freundin oder ein Freund in der Kaserne übernachtet, ist also nicht vorgesehen. In seltenen Fällen können Ehepartner von Soldaten bei Wochenendbesuchen eine freistehende Unterkunft gegen Bezahlung nutzen. Sind Soldaten verheiratet und dienen am selben Standort, dann können sie auf Antrag gemeinsam auf einer Stube untergebracht werden. Christian Peter

Zum Nachlesen

- A-2160/6 Abschnitt 1.45: „Umgang mit Sexualität in der Bundeswehr“
- Zentralrichtlinie A2-2630/0-0-2: Leben in der militärischen Gemeinschaft (Nr. 155)
- Sexualberatung bieten zum Beispiel die Experten von Pro Familia an: www.profamilia.de

FOTO: ISTOCKPHOTO, FIZIKES

BUNDESWEHRABKÜRZUNGEN

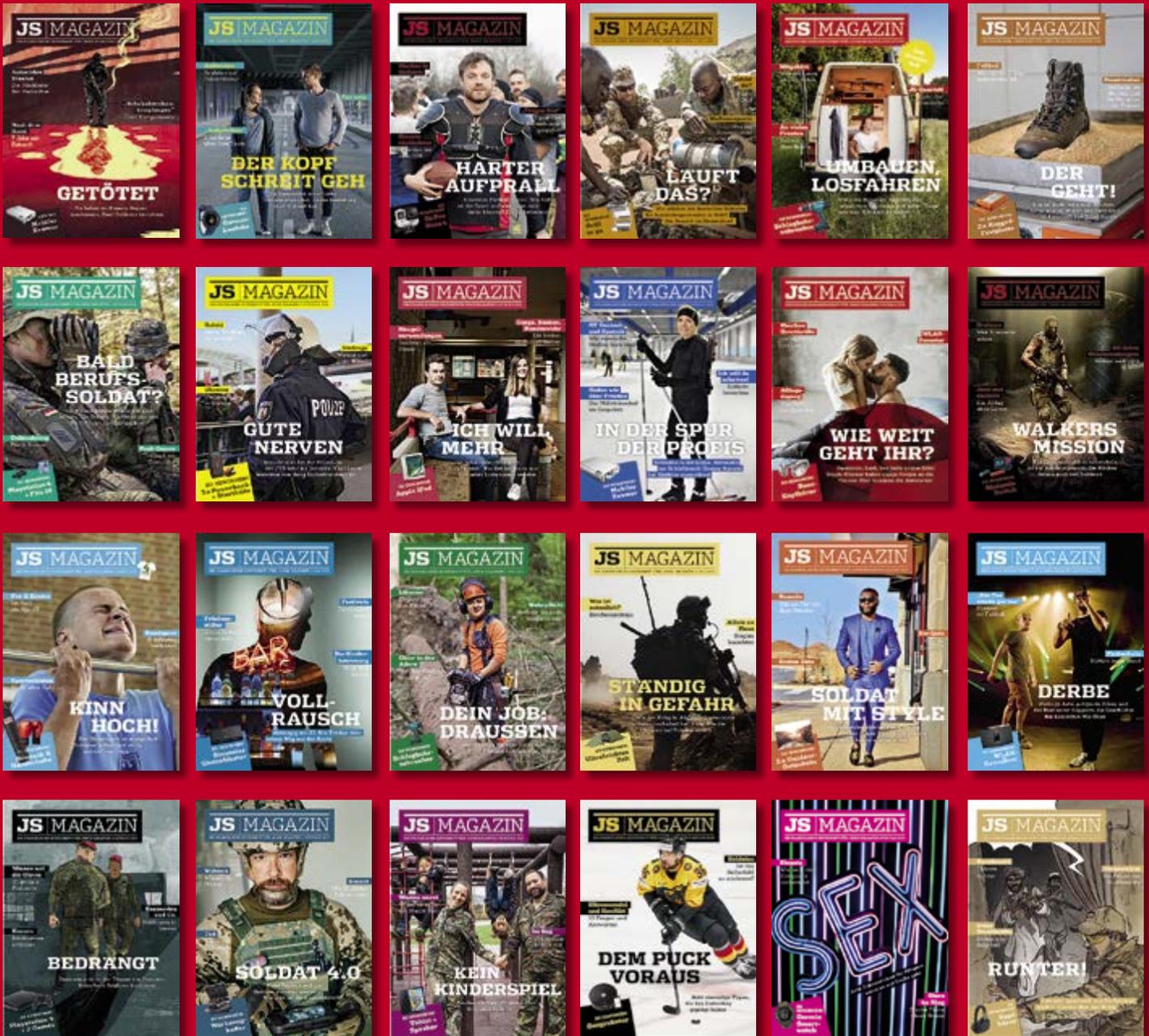
Kgf Kriegsgefangener
Kgfl Kriegsgefallener
KK Krankenkarte
KL (nur in Listen); **KptLt** Kapitänleutnant
KOM Omnibus (Kraftomnibus)
Korps Korps
KOV Kriegsoferversorgung
Kp Kompanie
KpfSchw Kampfschwimmer
KpFw Kompaniefeldwebel
Kpt zS; KZS (nur in Listen) Kapitän zur See
KpTrp Kompanietrupp
krk krank
KTF Kompanietruppführer
Ktr Kontrolle; Kontrolleur
KuO Kinder- und Ortszuschlag
KVK Kreisverbindungskommando
KVR Kriegsvölkerrecht
kzH krank zu Hause
L (nur in Listen); **Lt** Leutnant
Laz Lazarett
Lde Lande...
LdI Leiter der Informationsarbeit
Lehrg Lehrgang
Lfb Laufbahn
lgd längerdienend
LL Luftlande...
Log Logistik
Lohngr Lohngruppe
LSchtz Ladeschütze
LSK Leuchtspurkörper
Lt zS; LZS (nur in Listen) Leutnant zur See
Ltg Leitung
LTrsp Lufttransport (wenn allein stehend)
LÜstg Luftunterstützung
Lw Luftwaffe
M (nur in Listen); **Maj** Major
MT (nur in Listen) Maat
MAD Militärischer Abschirmdienst
Man Manöver
Mar Marine
Mat Material
Matr Matrose
MBF Materialbeschaffungsfeldwebel; Militärische Bedarfsforderung
MdW Maat der Wache
MEZ Mitteleuropäische Zeit
MFlg Marineflieger
MG Maschinengewehr

Mi Mine; Mittwoch
mil militärisch
MilBischof Militärbischof
MilDek Militärdekan
MilGDek Militärgeneraldekan
MilPf Militärpfarrer
MilSeels Militärseelsorge
MiTa Minentaucher
Mldg Meldung
mP mit Portepee
Mun Munition
MUS Marineunteroffizierschule
MvD Matrose vom Dienst
n. D. nach Dienst
NBdW Navigationsbootsmann der Wache
NfD Nur für den Dienstgebrauch
Nsch Nachschub
O (nur in Listen) Oberst
OA Offizieranwärter
OB (nur in Listen); **OBtsm** Oberbootsmann
Oberstlt; OTL (nur in Listen) Oberstleutnant
OF (nur in Listen); **OFw** Oberfeldwebel
Offz Offizier
OffzFü Offizier vom Führungsdienst
OFr (nur in Listen); **OFähr** Oberfähnrich
OG (nur in Listen); **OGefr** Obergefreiter
OHG Offizierheimgesellschaft
OL (nur in Listen); **OLt** Oberleutnant
OMaat; OMT (nur in Listen) Obermaat
oP ohne Portepee
OpInfo Operative Information
OSB (nur in Listen); **OStBtsm** Oberstabsbootsmann
OSF (nur in Listen); **OStFw** Oberstabsfeldwebel
OvD Offizier vom Dienst
OvWa Offizier vom Wachdienst
PersFw Personalfeldwebel
PfHlf Pfarrhelfer
Pi Pionier
PK Personenkennziffer
PrOffz Presseoffizier
PSB Personalstamtblatt
PSV Psychologische Verteidigung
Pz Panzer

PzGren Panzergrenadier
Rak Rakete
Rekr Rekrut
Res Reserve; Reservist
Rifu Richtfunk
ROA Reserveoffizieranwärter (Anwärter für die Laufbahn der Offiziere der Reserve des Truppendienstes)
RS Richtschütze
RSan Rettungssanitäter
RTW Rettungstransportwagen
RUA Reserveunteroffizieranwärter
RZ Rüstzeit (Militärseelsorge)
S (nur in Listen) Soldat (Sammelbezeichnung für alle untersten Dienstgrade)
S1 Stabsoffizier(stelle) bei Heer, Luftwaffe, Marine für Personalwesen
S2 Stabsoffizier(stelle) bei Heer, Luftwaffe, Marine für Militärisches Nachrichtenwesen
S3 Stabsoffizier(stelle) bei Heer, Luftwaffe, Marine für Führung, Organisation, Ausbildung
S4 Stabsoffizier(stelle) bei Heer, Luftwaffe, Marine für Logistik
SA (nur in Listen); **StArzt** Stabsarzt
San Sanitäts...
SaZ Soldat auf Zeit
SB (nur in Listen); **StBtsm** Stabsbootsmann
Schtz Schütze
Sdt Soldat
SF (nur in Listen); **StFw** Stabsfeldwebel
SG Soldatengesetz (Gesetz über die Rechtsstellung der Soldaten)
Sich Sicherung
Sigg Signalpistole
SKad Seekadett
St (nur als Vor- oder Mittelsilbe) Stabs...
STAN Stärke- und Ausrüstungsnachweisung
StGefr Stabsgefreiter
StHptm Stabshauptmann
StKptlt Stabskapitänleutnant
StO Standort
StOübPl Standortübungsplatz
StUffz; SU (nur in Listen) Stabsunteroffizier
Stv Stellvertreter
SUrl Sonderurlaub
Ta Taucher; Tauch...

TA Technische Anweisung
TE Teileinheit
TrÜbPl Truppenübungsplatz
Trp Trupp
Trsp Transport
TS Tagessatz
TSK Teilstreitkraft
U (nur in Listen); **Uffz** Unteroffizier
UA Unteroffizieranwärter
Üb Übung
Ukft Unterkunft
Unt Unterricht
UvD Unteroffizier vom Dienst
v. g. u. vorgelesen, genehmigt, unterschrieben
VdRBw Verband der Reservisten der Deutschen Bundeswehr e. V.
Verfg Verfügung
Verk Verkehr
Vers Versorgung
VersO Versorgungsoffizier
vertr vertraulich
Vorz Vorzimmer
Vpfl Verpflegung
VS Verschlussache
VU (nur in Listen) Versorgungsunteroffizier
Vwt Verantwortlicher
Wa (nur in Zusammensetzungen) Waffe
WaD Wachhabender an Deck
WB Wehrbereich
WBdBt Wehrbeauftragter des Bundestages
wbl weiblich
WBO Wehrbeschwerdeordnung
WDO Wehrdisziplinarordnung
WO Wachhabender Offizier (Marine)
Wtg Wartung
Wzg Werkzeug
Z Weltzeit (Westeuropäische, Greenwicher Zeit, als Zeitzonebuchstabe bei Zeitangaben im taktischen Bereich)
Zg (nur in Zusammensetzungen) Zug
ZInFü Zentrum Innere Führung
Zst Zahlstelle

DIE SIND FÜR EUCH!



Wie gut werden Soldaten im Dienstsport ausgebildet? Wie bereitet sich eine Kompanie auf den Auslandseinsatz vor? Wie hilft die Militärseelsorge, wenn Soldaten Schlimmes erlebt haben? Wie kann man das Thema Sex entspannt angehen? Und wie hart ist American Football? Diese und unzählige andere Wie's beantwortet JS Monat für Monat.

www.js-magazin.de
Instagram: [jsmagazin](https://www.instagram.com/jsmagazin)

Das JS-Magazin findet ihr jeden Monat neu bei euch in der Kaserne. Oder im Pfarrbüro des Standorts bei eurem evangelischen Militärpfarrer.

www.militaerseelsorge.de