

JS MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITUNG FÜR JUNGE SOLDATEN // JANUAR 2017

Überstunden

Wann gibt's Geld?

Verharmlost

Krieg und
Prostitution

GANZ OBEN

Und was kommt dann?
Wie Fußballprofis den
Absprung in einen
anderen Beruf schaffen



ZU GEWINNEN!
1 Outdoor-
Smartphone

Keine Hexerei

...aber hilfreich:
Therapien
für Männer



PATSCHKE MACHT MUT

Nein, nicht jeder Fußball-Profi verdient in seiner Zeit als Spieler genug, um nie mehr arbeiten zu müssen. Und nicht jeder möchte danach Trainer oder Sportchef werden. Für viele stellt sich mit Anfang 30 die Frage: Was mache ich jetzt beruflich? Gar nicht so anders als bei vielen Zeitsoldaten. Daher haben wir in dieser Ausgabe vier Profis portraitiert und deren Weg in ein neues Berufsleben (S. 22).

Nico „Patsche“ Patschinski hat in der ersten und zweiten Liga gekickt und für St. Pauli gegen Bayern München ein Tor zum 2:1-Sieg geschossen („Welpokalsiegerbesieger“). In JS erzählt Patschinski, wie er nach der Fußball-Karriere Bestatter geworden ist. Er sagt: „Hätte ich gewusst, dass das so erfüllend ist, dann hätte ich das schon fünf Jahre eher gemacht.“

Das macht doch Mut! Nach einem Beruf, den man geliebt hat, kann man wieder einen finden, der einen erfüllt. Da draußen warten gute Dinge.

Euch allen ein frohes neues Jahr!

Dorothea Siegle, Leitende Redakteurin

AUS DER REDAKTION



” ZUM JUBILÄUM SAGE ICH NICHT: BLEIBEN SIE, WIE SIE SIND! SONDERN ICH WÜNSCHE MIR VON IHNEN: MAGHEN SIE WEITER SO! “

Der Evangelische Militärbischof **SIGURD RINK** bei der Feier zum 30-jährigen Jubiläum des JS-Magazins im November

Journalist **MICHAEL GÜTHLEIN** schreibt über das Thema Prostitution im Krieg (S. 8):



” Dürfen Soldaten zu Prostituierten gehen? Die Vorschriftenlage bei der Bundeswehr ist nicht leicht zu durchschauen. Vor allem ist es aber eine moralische Frage. Fest steht: Gerade in Kriegen erleben viele Frauen sexuelle Gewalt, und noch immer wird wenig dagegen getan. **“**

FOTOS: TORSTEN SEIDEL / SEBASTIAN DRESCHER / ARCHIV COVER: IMAGO, SVEN SIMON



8
Verharmlost: Krieg und Prostitution



22
Ganz oben - und dann? Wie Fußballprofis den Absprung in einen anderen Beruf schaffen

28
Keine Hexerei, aber hilfreich: Therapien für Männer



FOTOS: GETTY IMAGES, FONDATION GILLES CARON, GAMMA-RAPHO / GETTY IMAGES, ANDREAS RENTZ, BONGARTS / GETTY IMAGES, MICHAEL HAEGELE

4 EINBLICK

DIENTST

6 MAGAZIN

8 VERROHT Kriege, Prostitution und das Leid der Frauen

12 MEINE WELT Die JS-Fotostory

14 GEGEN DIE MAFIA Italiens Streitkräfte

17 FREIZEIT GEHT VOR Wann der Dienstherr Überstunden auszahlt

INFOGRAFIK

18 SCHWEISS, BLUT, SPERMA

Körperflüssigkeiten – nach Menge sortiert

LEBEN

20 MAGAZIN

22 DER KICK INS ZWEITE LEBEN

Exfußballprofis, die den Berufswechsel geschafft haben

26 ANGEDOCKT In der Hamburger Seemannsmission können Seeleute durchatmen

28 PROBLEME LÖSEN Ein Experte erklärt, wie eine Therapie Männern hilft

30 RATSEL Outdoor-Smartphone zu gewinnen! Plus Sudoku

SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

31 TERMINE Rüstzeiten für Familien, Biker, Frauen – und eine Segelausbildung

32 ERSTKONTAKT In der Grundausbildung lernen die Rekruten den Militärpfarrer kennen

34 DAS LETZTE WORT HABT IHR Die JS-Liebblingsliste, diesmal aus Eutin

35 TASCHENKARTE, VORSCHAU, IMPRESSUM

36 TASCHENKARTE, CARTOON



**EINBLICK
FAHRRADWEG**

...hinter einem
gefrorenen Wasserfall

FOTO: GETTY IMAGES,
PER BREIEHAGEN

DIENST

WIR BLEIBEN DRAN!



IN DER DEZEMBERAUSGABE hat JS berichtet, wie Friedensarbeit helfen kann, gewalttätige Konflikte zu vermeiden oder beizulegen. Nun hat ein Wissenschaftler erklärt, weshalb Friedensarbeit in der deutschen Politik bisher nur eine kleine Rolle spielt und Politiker zu wenig auf das Wissen dieser Experten zurückgreifen: Die Frie-

densforschung werde zu wenig in die Planung und Umsetzung friedensfördernder Maßnahmen eingebunden. Und wenn sich die Politik beraten lasse, dann am ehesten mit Ansichten, die ihren eigenen entsprächen. Fachwissen, das die Ansichten der Politik infrage stelle, werde **ausgeblendet**. Weitere Probleme: tinyurl.com/peacelab-brozus

FÖRMLICHE ANERKENNUNG



Es gibt viele lange Lono-Adressen innerhalb der Bundeswehr. Aber **wer hat die längste?** Die JS-Redaktion schrieb neulich eine unpersonalisierte Stelle im Presseinfostab an. Das Eingeben der Adresse war eine Herausforderung, denn sie hat 55 Stellen. Wer eine noch längere Bundeswehr-Lono-Adresse verwendet, erhält von JS eine förmliche Anerkennung.



FRAG DEN PFARRER! GESCHICKLICHKEIT

MARTIN JÜRGENS,
Munster,
antwortet



Ich war nie der große Handwerker oder Tüftler, handwerkliches Geschick ist aber in unserer Kompanie öfters gefragt. Mittlerweile bin ich als der mit den zwei linken Händen bekannt, dem gerne mal etwas runterfällt (z. B. das Magazin). Mich nervt das und es stört mich, damit aufgezogen zu

werden. Wie gehe ich damit um?
Als selbst Betroffener kann ich Ihnen sagen: Echte Geschicklichkeit kann man nicht lernen. Und ein echter Handwerker wird aus Ihnen vielleicht nicht mehr werden. Man kann sich aber bemühen, notwendige Vorgänge einzuüben, so dass sie

einigermaßen gelingen. Und natürlich sollte man sich auf das, was man tut, besonders konzentrieren, damit möglichst wenig Fehler passieren. Beides würde ich Ihnen aus Erfahrung raten. Viel wichtiger aber ist noch – wie immer bei kleinen Fehlern –, mit Humor dazu zu stehen. Geben Sie Ihre Ungeschicklichkeit offen zu

und machen Sie einen Spruch darüber, bevor er von anderen kommt. Glauben Sie mir: Wenn Sie das tun und dabei spürbar ist, dass Sie sich bemühen, wird man Sie zwar immer noch als den „Mann mit den beiden linken Händen“ ansehen, aber man wird es „liebvoll“ tun. Und damit kann man doch leben, oder?



KÜNSTLICH INTELLIGENT

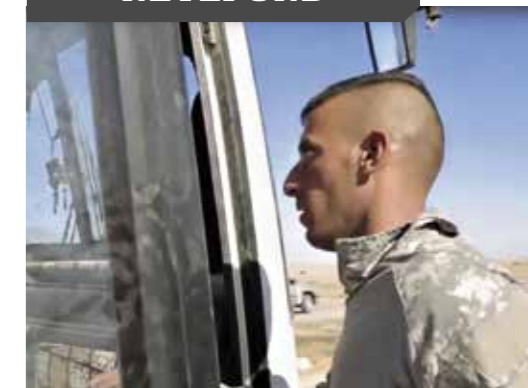
Kampfroboter wie in „Terminator“ werden wahrscheinlicher

Die USA und andere Staaten entwickeln autonome Waffensysteme. Roboter, Kampfflugzeuge und Schiffe könnten künftig in Kriege ziehen und Ziele attackieren, ohne dass noch irgendwo ein Mensch vorher entscheiden würde. Wie die New York Times berichtet, entwickeln Wissenschaftler im Auftrag des US-Verteidigungsministeriums kontinuierlich Programme weiter, die man unter dem Begriff „künstliche Intelligenz“ zusammenfasst. Solche Programme lernen eigenständig dazu. Sie können nicht nur Bekanntes

Ein Roboter, entwickelt von einer Universität, nimmt an einem Wettbewerb für Robotik teil. Ausrichter ist das US-Verteidigungsministerium

wieder abrufen, sondern sie leiten von bisherigem Wissen neue Entscheidungen ab und entwickeln für neue Aufgaben selbst Lösungswege.
In Versuchen funktioniert das bisher nur teilweise. Eine Drohne, ausgestattet mit künstlicher Intelligenz, hielt auf einem Testgelände ein Minarett für einen Gegner. Bei einem anderen Versuch stuft die Drohne einen Fotografen zu Recht als ungefährlich ein, der sein Objektiv – ähnlich einer Waffe – Richtung Drohne hielt.
Das US-Verteidigungsministerium investiert innerhalb von drei Jahren 18 Milliarden US-Dollar in die Entwicklung. Das Argument: Andere Staaten wie Russland und China arbeiten ebenso intensiv an künstlicher Intelligenz. Es findet also ein Wettrennen statt. **Mehr:** tinyurl.com/ai-times

NETZFUND



HUNDERTTAUSENDE SIND IN DEN VERGANGENEN MONATEN vor dem „Islamischen Staat“ aus der irakischen Stadt Mossul geflohen. Der Krieg hat viele Familien auseinandergerissen. Ein irakischer Soldat, **der zufällig davon gehört hat, dass seine Familie in einem Bus mit Flüchtlingen sitzt, begegnet seiner Mutter nach zwei Jahren wieder.** Die BBC hat den bewegenden Moment gefilmt: tinyurl.com/irakischer Soldat, bbc-mossul

ZAHL DES MONATS



Prozent und somit 1576 Rekruten der Bundeswehr waren im letzten Anfängerjahrgang minderjährig. Die Linkspartei hat die Zahl erfragt. Sie kritisiert das Anwerben Minderjähriger.

FOTOS: REUTERS, TIM WIMBORNE / CINDI JACOBS, WWW.CINDIJACOBS.DE / ARCHIV / GETTY IMAGES, CHIP SOMDEVILLA / JS-SCREENSHOT

VERRÖHT

Wo Krieg herrscht, nimmt oft die Prostitution zu. Früher gab es Feldbordelle, heute stehen Blauhelme in der Kritik. Wie sehr die Frauen leiden, haben viele Streitkräfte lange ignoriert



Die „zulässige Benützungsdauer“ beträgt 15 bis 120 Minuten. So ist es auf einer Vorschrift unter Punkt 6 „Betrieb“ vermerkt. 15 Minuten für „Mannschaftspersonen“, 60 für Stabs-offiziere und 120 für Generäle. Was sich wie die Regeln für den Internetzugang einer Kaserne liest, waren die Bestimmungen für den Umgang mit Prostituierten in der österreichisch-ungarischen Armee im Ersten Weltkrieg.

Jeder Dienstgradgruppe wurde damals eine Kategorie zugeteilt. Wenn sich die sogenannten Offiziersmädchen, „infolge Abnutzung“ nicht mehr eigneten, wurden sie zu „Mannschaftshuren“ erster oder zweiter Klasse herabgestuft. Reichte es aufgrund von Geschlechtskrankheiten auch nicht mehr dafür, waren die Frauen laut Vorschrift mit einem Brandmal „auf der linken Hinterbacke zu versehen, auszumustern und bei nächster sich bietender Gelegenheit ausgiebig angesteckt dem Feinde zu übergeben“.

Wo in der Vergangenheit Krieg herrschte, nahm auch die Prostitution zu. Wenn der deutsche Mann als Soldat bereit sein sollte, bedingungslos zu sterben, dann müsse er auch die Freiheit haben, bedingungslos zu lieben, sagte Adolf Hitler 1942 einer Überlieferung zufolge. Kampf und Liebe gehörten nun einmal zusammen, so der Diktator. Die Botschaft: Ein Mann wird nur zum echten Krieger, wenn er überall und jederzeit seinen Sexualtrieb ausleben kann. Also stellte man Soldaten Prostituierte zur Verfügung – und das seit Jahrhunderten.

In früheren Zeiten zogen Frauen als Händlerinnen („Marketenderinnen“) den Heeren hinterher und verkauften Lebensmittel, Ausrüstung sowie, je nach finanzieller Lage, ihre Körper. Der Militärschriftsteller Johann Jaco-

bi von Wallhausen schrieb 1615 in seinem Werk „Kriegskunst zu Fuß“, dass ein Regiment „Teutsches Kriegsvolk“ mit dreitausend Soldaten „gewiss vier tausend Huren“ mit sich brächte. Ob Sexsklavinnen im alten Ägypten und in Rom, Marketenderinnen im Mittelalter oder „Trostfrauen“ im Zweiten Weltkrieg: Käuflichen Sex gab es immer, und oft war Zwang im Spiel.

FRAUEN FÜR DIE FRONT

Die Soziologin Ruth Seifert untersuchte Anfang der 1990er in einer Studie, wie das Militär Männlichkeitsvorstellungen prägt. Sie schlussfolgert, dass in der Vergangenheit der Ausschluss von Frauen in vielen Armeen nicht nur eine Sprache mit vielen sexuellen Anspielungen förderte, sondern auch aggressives Sexualverhalten in Verbindung mit Gruppenzwang. Das führte in Kriegen häufig zu Massenvergewaltigungen, so Seifert.

Prostitution im Krieg wurde in der Vergangenheit oft von Regierungen oder der militärischen Führung selbst

Frauen als Gebrauchsgegenstand: ein österreichisches Feldbordell während des Ersten Weltkriegs



organisiert. Sie rekrutierten Prostituierte oder zwangen Frauen in die Prostitution und eröffneten Bordelle für die Soldaten. Im Ersten Weltkrieg beispielsweise stellte die österreichisch-ungarische Militärführung fest: Feldbordelle bezweckten „die sexuelle Erleichterung der Offiziere und Mannschaft“ sowie die „tunlichste Einschränkung homosexueller Ausschreitungen und onanistischer Umtriebe“. Prostitution war akzeptierter als Masturbieren oder gar Kontakte zwischen Männern.

Aus ähnlichen Gründen ließ die Wehrmacht im Zweiten Weltkrieg „Freudenhäuser“ in den besetzten Gebieten einrichten. Sie wollte Homosexualität einschränken, Geschlechtskrankheiten durch strikte Gesundheitskontrollen verhindern sowie die Moral der Truppen verbessern. Selbst in den Konzentrationslagern richteten die Nazis sogenannte Lagerbordelle ein. Als „asozial“ eingestufte weibliche Häftlinge aus dem Frauen-KZ Ravensbrück kamen dafür ins KZ Mauthausen nach Österreich. Dort wurde käuflicher Sex als Machtinstrument eingesetzt. Die Prostituierten sollten Zwangsarbeiter anspornen.

Ende der 1960er Jahre in Vietnam: Ein US-Soldat betastet eine vietnamesische Frau, die als Prostituierte arbeitet

Doch auch wenn Armeen nicht ihre eigenen Prostituierten in den Krieg „mitbringen“, können Militäreinsätze systematische Prostitution fördern. Während der UNTAC-Mission in den Jahren 1992 und 1993 in Kambodscha besuchten Blauhelmsoldaten massenhaft Bordelle. Die Zahl der Prostituierten im Land, darunter viele Minderjährige, stieg von 6000 auf über 25000 an, wie Frauenrechtsgruppen berichteten. Die Soldaten trugen maßgeblich dazu bei, dass sich HIV in dem südostasiatischen Land ausbreitete. Der damalige UN-Sonderbeauftragte Yasushi Akashi kommentierte die Vorfälle schlicht mit: „Jungs sind eben Jungs.“

Gerade Blauhelmsoldaten sind während der UN-Peacekeeping-Einsätze häufig in Fälle von Zwangsprostitution verwickelt. So auch in der UNMIBH-Mission nach dem Ende des Bosnienkriegs. Von Mitte der 1990er

bis Anfang der 2000er Jahre wurden Frauen aus Ländern wie Rumänien mit Versprechen auf Jobs in der Gastronomie in Westeuropa auf den Balkan gelockt. Dort nahmen ihnen Zuhälter die Pässe ab und zwangen sie, sich zu verkaufen. „Ich bin nicht so naiv zu glauben, dass meine Untergebenen nicht in Bordelle gehen, in denen Frauen in Sklaverei gehalten werden“, sagte Elisabeth Rehn, die damalige UN-Sonderbeauftragte für Bosnien im März 1999.

VORWÜRFE GEGEN KFOR

Etwa zur gleichen Zeit deckte die US-Polizeiausbilderin Kathryn Bolkovac auf, dass Mitarbeiter ihres Auftraggebers, der privaten Sicherheitsfirma DynCorp, sowie UN-Personal an Zuhälterei und Menschenhandel in Bosnien beteiligt waren. DynCorp arbeitete damals im Auftrag der Vereinten Nationen. Der Thriller „Whistleblower“ aus dem Jahr 2010 erzählt die Geschichte von Kathryn Bolkovac.

Menschenrechtsorganisationen und Medien warfen auch deutschen KFOR-Soldaten zwischen 2000 und 2004 wiederholt vor, im Kosovo Bordelle mit Zwangsprostituierten und Min-

derjährigen besucht zu haben. Die Vorwürfe stützten sich vor allem auf anonyme Zeugenaussagen und ließen sich nie konkret erhärten. Die Bundeswehr dementierte. Das Verteidigungsministerium teilte damals mit, dass die Soldaten umfassend aufgeklärt würden, im Einsatz nie ohne Begleitung das Lager verlassen und es außerhalb der Dienstzeiten auch nicht verlassen dürften.

Ähnlich beantwortete die Bundesregierung 2008 eine parlamentarische Anfrage zur deutschen Beteiligung am ISAF-Einsatz in Afghanistan: „Während des Dienstes außerhalb der Feldlager ist ein Besuch von Bordellen und Prostituierten aufgrund der Auftrags- und Bedrohungslage auszuschließen.“

Dass Zwangsprostitution gerade in Konfliktgebieten so grassiert, hat auch mit der gesellschaftlichen Stellung der Frau zu tun. „Auch vorher war in vielen dieser Gesellschaften das Verhältnis zwischen Männern und Frauen ungleich“, sagt Ara Stielau von der Frauenrechtsorganisation Medica Mondiale. „Während des Konflikts nimmt das Extremformen an, aggressive Männlichkeit erfährt eine Aufwertung, Weiblichkeit eine Abwertung.“ Das allge-

FOTOS: GETTY IMAGES, IMAGNO, AUSTRIAN ARCHIVES / GETTY IMAGES, CORBIS, NIK WHEELER / GETTY IMAGES, AFP, ISSOUF SANOGO / GETTY IMAGES, CORBIS

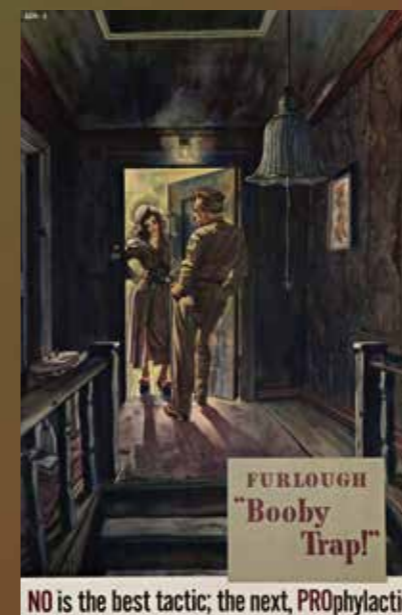
Eine 21-jährige Mutter mit ihrer Tochter in Côte d'Ivoire (2007). Der Vater, ein Blauhelm aus Marokko, hat das Land verlassen. Eine Studie warf den UN-Soldaten sexuellen Missbrauch und das Ausnutzen von Frauen in Not vor



BUNDESWEHR UND INTERNATIONALE EINSÄTZE

- Das Intim- und Sexualleben deutscher Soldaten zählt zur Privatsphäre. Sie ist durch das Grundgesetz geschützt. Das heißt: Jeder hat das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung.
- Der Umgang mit Prostituierten ist nicht klar geregelt, auch nicht in den Dienstvorschriften für den Einsatz. Somit ist es Soldaten der Bundeswehr nicht verboten, Prostituierte aufzusuchen, wenn es die Umstände des Einsatzes zulassen. Geahndet werden mögliche Folgen eines Bordellbesuchs, wenn z. B. der kameradschaftliche Zusammenhalt beeinträchtigt, der Dienstbetrieb behindert oder die dienstliche Ordnung nachhaltig gestört wird.
- Vor Auslandseinsätzen klärt der Zentrale Sanitätsdienst über gesundheitliche Gefahren von Bordellbesuchen auf. Auch Frauenrechte, erzwungene Prostitution, ungewollte Schwangerschaften und Minderjährigenprostitution werden angesprochen. Das Zentrum Innere Führung warnt in der Ausbildungshilfe „I/2005 Menschenführung – Belastungsmanagement“ davor, dem Ansehen der Bundeswehr zu schaden oder sich erpressbar zu machen.
- Bei Einsätzen mit UN-Mandat sind die Regeln mittlerweile strikter: Die Vereinten Nationen verfolgen in ihrem „Code of Conduct“ eine Null-Toleranz-Politik gegenüber sexueller Ausbeutung und Missbrauch. Die Regeln verbieten den sexuellen Umgang mit Prostituierten oder Personen unter 18 Jahren und raten dringend von Beziehungen mit Hilfsbedürftigen ab.

Prostitution kann über Generationen hinweg zu Traumata führen



Ein Nein sei die beste Strategie, die nächstbeste sei ein Kondom, mahnt diese Werbung für Präservative aus den 1940er Jahren. Die Not der Frauen bei Prostitution in Kriegsgebieten war damals noch kein Thema

meine Gewaltlevel steige an. Zudem funktionierten Justiz und Strafverfolgung in Nachkriegsgesellschaften oft nicht ausreichend, weshalb Zwangsprostitution selten mit dem bewaffneten Konflikt ende. Männern werde in ihrem Umfeld vermittelt, dass sie sich nehmen dürften, was sie wollten, sagt Stielau. Außerdem werde das Verhalten von militärischen Vorgesetzten häufig geduldet.

Dennoch nehmen die Berichte über Zwangsprostitution in Kriegsgebieten in den vergangenen Jahren deutlich ab. Im Jahr 2007 schickten die UN über 100 sri-lankische Peacekeeper nach Hause, die in Haiti mit Prostituierten verkehrt hatten. Über Soldaten, die in Afghanistan oder dem Irak Prostituierte aufgesucht hätten, ist wenig bekannt. Das kann an mangelnder Gelegenheit liegen: Wegen der hohen Anschlagsgefahr haben die Soldaten wenig Kontakt zur Bevölkerung und halten sich vor allem in sicheren Zonen und Camps auf. Zudem ist die Prostitution in vielen muslimischen Ländern verboten, findet also hauptsächlich im Geheimen statt.

Erst im März 2016 hat der UN-Sicherheitsrat die Strafen für sexuellen Missbrauch verschärft. Nun können auch ganze Blauhelmeinheiten nach Hause geschickt oder versetzt werden. Das geschieht, wenn Vorwürfen nicht angemessen nachgegangen wird, Täter nicht zur Rechenschaft gezogen werden oder der UN-Generalsekretär nicht

über den Stand der Ermittlungen informiert wird. Außerdem veröffentlichen die UN die Herkunftsländer mutmaßlicher Täter. Das soll den Druck erhöhen, Untersuchungen einzuleiten.

FRÜHER KRIEG, HEUTE SEXTOURISMUS

Die Auswirkungen von Zwangsprostitution und sexueller Gewalt machen sich noch jahrelang bemerkbar: In ehemaligen Konfliktländern wie Kambodscha und Timor-Leste kommen nun Sextouristen an die Orte, wo früher Soldaten in die Bordelle gegangen sind, berichtet Ara Stielau. Für die Frauen bedeutet die Sexarbeit gesellschaftliche Ausgrenzung. Auch nach Ende des Konflikts bleibt für sie die Prostitution oft die einzige Möglichkeit, um an Geld zu kommen. „Die Mütter und ihr Umfeld haben zudem Probleme, ihre Kinder zu akzeptieren, wenn der Vater ein Freier war“, sagt Stielau. Das könne über Generationen hinweg zu Traumata führen.

Eine Lösung sieht Stielau darin, mehr weibliches Personal in die Armeen einzubinden und sexuelle Kontakte gegen Geld, Lebensmittel oder Passierscheine zu bestrafen. Nach dem Ende der Konflikte müssten Frauen in Friedensprozesse integriert werden. „Es braucht eine kritische Masse an Frauen oder Andersdenkenden in den Truppen“, sagt Stielau. „Eine Duldung von sexualisierter Gewalt darf es nicht mehr geben.“ Michael Güthlein

AN DECK

Der Hauptgefreite Sandro Rachow (38) dient auf der Korvette Braunschweig. Als Deckgast hat er vielfältige Aufgaben. Rachow gehört unter anderem zum Flugbetriebsteam für den Bordhubschrauber und zum Rettungsteam. Falls ein Kamerad über Bord geht, steht das Speedboot zur Verfügung. Von der Brücke der Korvette aus hält er mit dem Fernglas Ausschau oder steuert das Schiff nach den Vorgaben des Offiziers. Ausbesserungsarbeiten an Bord sind für Rachow kein Problem, der Mecklenburger ist gelernter Maler und Lackierer.

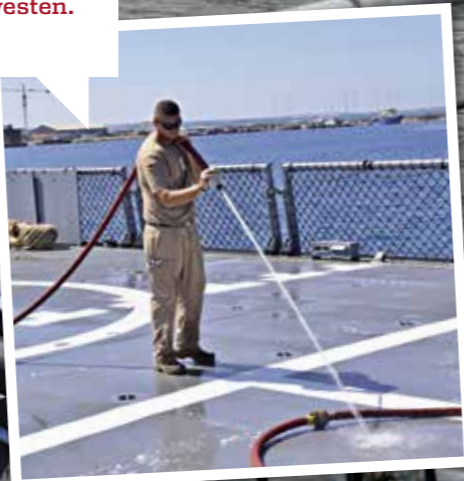
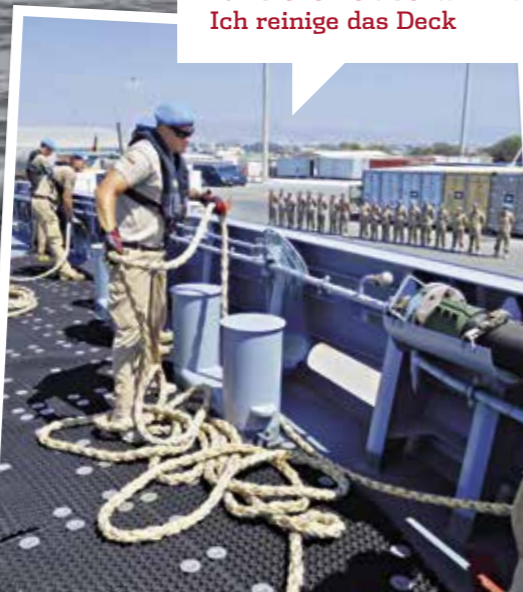
Erst seit April 2015 ist Rachow Soldat, hat aber im vergangenen Jahr bereits seinen ersten Einsatz absolviert, knapp fünf Monate kontrollierte die „Braunschweig“ die Seewege vor der Küste des Libanon (UNIFIL).



Oben: die Deckbesatzung im Einsatz
Mitte: „unser“ Schiff
Unten: am Ruder



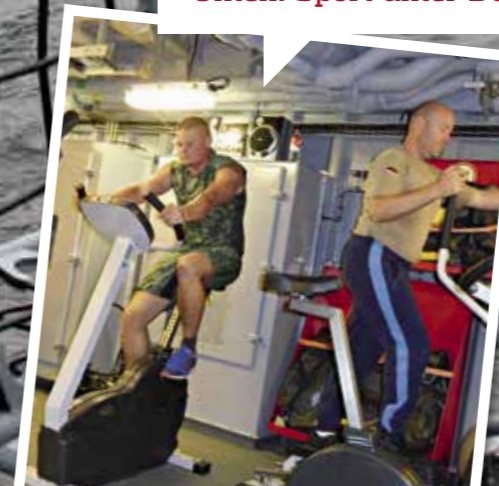
Beim An- und Ablegen tragen wir zur Sicherheit Schwimmwesten. Ich reinige das Deck



Vor einem Sea King auf unserer Korvette // Auf der Brücke // Unten: Zurzeit mache ich den Speedbootführerschein. Die „Eintauchanzüge“ schützen vor Unterkühlung, falls man über Bord geht



Oben: Feuerübung - ich gehöre zum Brandabwehrtrupp.
Unten: Sport unter Deck



KAMERA ZU GEWINNEN!

Wir wollen wissen, was ihr macht! Immer an dieser Stelle zeigen wir Fotos aus eurem Bundeswehralltag. Bewerbt euch unter info@js-magazin.de. Ihr bekommt dafür eine Nikon Coolpix S7000 schwarz (16 Megapixel, 20-fach-Zoom), Wert: rund 170 Euro. Damit könnt ihr euren Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Als Dankeschön dürft ihr die Kamera behalten. Viel Glück! (Rechtsweg ausgeschlossen.)



GEGEN MAFIA UND TERROR

Italiens Streitkräfte sind in vielen gefährlichen Staaten im Einsatz. In der Bevölkerung haben die „Forze Armate“ einen guten Ruf, weil die Soldaten den Kampf gegen das organisierte Verbrechen unterstützen

FORZE ARMATE

Zu den italienischen Streitkräften, den Forze Armate, gehören die Teilstreitkräfte Heer, Marine, Luftwaffe sowie die Carabinieri. Laut Verteidigungsministerium dienen insgesamt aktuell rund 170 000 Soldaten sowie rund 100 000 Carabinieri. Die Carabinieri bilden eine von zwei Polizeieinheiten und sind sowohl im Inland als auch im Ausland tätig (siehe unten).

BERUFSARMEE

Im Jahr 2004 wurde die Wehrpflicht wegen sinkender Zustimmung in der Bevölkerung aufgehoben. Vorher trug sie zum Austausch zwischen den kulturell und wirtschaftlich sehr unterschiedlichen Regionen Nord- und Süditaliens bei. Junge Männer mussten grundsätzlich fernab ihrer Heimat dienen und lernten dabei ihnen unbekannt Landesteile kennen. Über niedrige Bewerberzahlen können sich die Streitkräfte nicht beklagen. We-

gen der hohen Arbeitslosigkeit ist der Zulauf zur Berufsarmee groß, acht bis zehn Personen bewerben sich auf jede offene Stelle bei den Streitkräften, die mit einer Ausbildung oder einem Studium verbunden ist.

Wer sich mehrere Jahre verpflichtet, kann auf der Grundlage von Übereinkünften zwischen dem Militär und dem Unternehmerverband Confindustria eine berufsqualifizierende Fortbildung erhalten. Rekruten, die sich nur für ein Jahr verpflichten (eine Art freiwilliger Wehrdienst), erhalten keine Berufsausbildung.

SONDERFALL CARABINIERI

Die Carabinieri übernehmen bei Auslandseinsätzen die Aufgabe einer stabilisierenden Polizeieinheit, um beispielsweise gewalttätige Proteste einzudämmen. Auf das italienische Militär geht die Entwicklung sogenannter Multinational Specialized Units (MSU) zurück, die im Rahmen von Nato-Missionen in Bosnien und im Kosovo

Bei erhöhter Terrorgefahr sollen Soldaten an bedeutenden öffentlichen Plätzen wie hier am Kolosseum in Rom helfen, Anschläge zu vereiteln (2015)

zusammen mit der lokalen Polizei Zusammenstöße gegnerischer Volksgruppen verhindert haben.

Carabinieri, die an Auslandseinsätzen beteiligt sind, unterstehen dem Verteidigungsministerium. Sollte Italien angegriffen werden, wären sie für Verteidigungszwecke und als Militärpolizei im Einsatz. 90 Prozent der Carabinieri unterstehen allerdings dem Innenministerium und üben im Inland die gleichen Polizeiaufgaben aus wie die „normale“ Polizei, die Polizia di Stato.

FRAUEN

Seit 1999 können auch Frauen in Italien dienen. Ende 2015 lag ihr Anteil bei sechs Prozent. Wegen überdurchschnittlicher Fremdsprachenkenntnisse und ihrem kulturellen Wissen nehmen Soldatinnen bei Auslandseinsätzen oft wichtige Dienstposten ein. Vor allem Soldatinnen hätten in Afghanistan den Zugang zur Bevölkerung verbessert, sagt Vincenzo Camporini, bis 2011 Generalstabschef der Streitkräfte. „Die Beziehungen zur weiblichen Bevölkerung in Afghanistan konnten ausschließlich Soldatinnen unterhalten“, sagt Camporini, da sich Afghaninnen männlichen Soldaten gegenüber nicht äußerten. Für Verteidigungsministerin Roberta Pinotti wären Auslandseinsätze ohne Soldatinnen daher in vielen Fällen „undenkbar“.

Von Kameraden und in der Gesellschaft werden Soldatinnen dennoch als Ausnahme wahrgenommen. Militärberufe gelten in Italien nach wie vor als männlich. So heißt es im Bericht des italienischen Verteidigungsministeriums für das Jahr 2015, die Integration und Wertschätzung der Soldatinnen sei noch verbesserungswürdig.

Im Jahr 2014 hatten dem Bericht zufolge 49 Soldatinnen Anzeige wegen verbaler Übergriffe und sieben we-

gen sexueller Belästigung erstattet. Nicht alle betroffenen Frauen zeigen Übergriffe an, da das Thema weitgehend ein Tabu ist und es in Italien keine Debatte darüber gibt.

SCHRUMPFUNGSPROZESS

Während sich die Streitkräfte für die zunehmend komplexen Aufgaben immer mehr professionalisieren, wird seit 2002 das Personal reduziert. Anfang der 1990er Jahre waren 350 000 Italiener in den Streitkräften tätig, bis 2024 soll die Zahl auf 150 000 sinken, nicht eingerechnet sind bei alledem die Carabinieri.

Wegen der seit 2008 anhaltenden Wirtschaftskrise schrumpfte der Verteidigungshaushalt in den vergangenen Krisenjahren kontinuierlich, sodass die italienischen Militärausgaben derzeit ein Prozent des Bruttoinlandsprodukts betragen (Deutschland: 1,17 Prozent). Damit liegt Italien ebenso wie Deutschland weit unter dem 2014 von den Nato-Mitgliedern beschlossenen Ziel, die Ausgaben innerhalb von zehn Jahren auf zwei Prozent zu erhöhen.

NEUAUSRICHTUNG DER EINSÄTZE

Aus vielen Einsätzen möchte Italien sich schrittweise zurückziehen, um sich künftig auf Europa und den Mittelmeerraum zu konzentrieren. So sieht es ein Weißbuch des Verteidigungsministeriums von 2015 vor. In Afghanistan sollen die Forze Armate präsent bleiben, denn Islamisten und die hohen Flüchtlingszahlen werden als Bedrohung auch für Italien betrachtet. 53 italienische Soldaten starben in Afghanistan, 33 während des Einsatzes im Irak (2003 bis 2006). Darüber hinaus sind italienische Soldaten derzeit im Kosovo, im Libanon, im Irak, in Libyen, Mali und Somalia im Einsatz.

Italiens Soldaten stemmen viele Auslandseinsätze: Im Kosovo beschützen sie serbisch-orthodoxe Geistliche (Foto: 2004)...



... in Somalia versucht ein Soldat der EUT-Mission im Jahr 2010 verzweifelt, hungernde Menschen bei einer Ausgabe von Nahrungsmitteln zurückzuhalten



Zu den neuen Aufgaben der Soldaten gehört die Sicherung möglicher Anschlagziele im Innern sowie der Marineinsatz zur Kontrolle der EU-Außengrenzen und zur Rettung von Flüchtlingen (Eunavfor-Med). Gemeinsam mit Einsatzkräften aus anderen Ländern rettete die Marine in den vergangenen Monaten vor der libyschen Küste Tausende Flüchtlinge aus Seenot und musste Dutzende Tote bergen. Festgenommene Schleuser werden an die italienische Justiz übergeben.

Im Rahmen der „Operation sichere Straßen“ zeigen rund 6000 Armeeeingeborene in Uniform mit Militärfahrzeugen in Großstädten Präsenz, um der Bevölkerung trotz Terrorgefahr ein Gefühl von Sicherheit zu geben. Der Einsatz im Innern ist in Italien nicht umstritten.

WAS PARTEIEN FORDERN

In Italien wird vielseitig über Ausrichtung und Aufgaben der Streitkräfte diskutiert: Die Protestpartei Fünf-Sterne-Bewegung, die in Umfragen bei 20 Prozent liegt, diskutiert den Vorschlag, die Streitkräfte abzuschaffen, um Mittel für ein von der Partei angestrebtes Grundeinkommen freizusetzen. Die rechtspopulistische Lega Nord wiederum erwägt eine Wiedereinführung der Wehrpflicht.

TRAUMABEHANDLUNG

Das Militärkrankenhaus in Rom bietet auch Traumabehandlungen an. Laut Antwort auf eine parlamentarische Anfrage wurden zwischen 2007 und 2013 nur 32 Soldaten behandelt. Das Verteidigungsministerium erklärt die niedrige Zahl mit eingehenden Untersuchungen bei Bewerbern und vergleichsweise geringen Belastungen der italienischen Soldaten bei Auslandseinsätzen. Nachfragen von JS dazu und zu aktuellen Zahlen hat das Minis-

terium nicht beantwortet. Selbst der ehemalige Verteidigungsminister geht allerdings von einer Dunkelziffer aus, da Betroffene die Symptome zu verbergen suchten, um Behandlungen und dienstlichen Konsequenzen zu entgehen. Ein weiterer Grund könnte sein, dass psychische Erkrankungen vielen Italienern als Stigma gelten.

MILITARSEELSORGE

Soldaten können sich bei Glaubensfragen, Sorgen und ethischen Fragen an die 110 katholischen Militärseelsorger wenden. Die sind von den Kirchen entsandt und stehen außerhalb der Kommandogewalt. Eine evangelische Militärseelsorge gibt es in Italien nicht, da nur wenige Italiener Protestanten sind.

DON'T ASK, DON'T TELL

Es gilt das gleiche Motto wie früher in den US-Streitkräften: „Don't ask, don't tell“ (Frag nicht, sag nichts). Soldaten sind gehalten, gleichgeschlechtliche Neigungen nicht offen zu zeigen, Vorgesetzte dürfen nicht nach der sexuellen Orientierung fragen. Schwule und Lesben kritisieren in der Presse, Homosexualität werde in Kasernen weiterhin als „il vizio“, also als Laster, diskriminiert.

GUTER RUF

Bis in die 1970er Jahre hinein galt das italienische Militär als antidemokratisch. Heute gehört es einer jährlichen Umfrage zufolge mit rund 70 Prozent Zustimmung zu den angesehenen Institutionen im Land. Im Unterschied zu Politikern, Parteien, Universitäten und Unternehmen waren die Streitkräfte in den 1980er Jahren nicht in Korruptionsskandalen verwickelt. So gelten sie als eine der wenigen stabilen Einrichtungen des Landes. Bettina Gabbe

Gegen das organisierte Verbrechen: Ein Soldat bewacht eine Landmaschinenfirma in Kalabrien (Süditalien), deren Besitzer von der Mafia bedroht wird

Italiens Marine hat viele Geflüchtete aus dem Mittelmeer gerettet. Hier trauert ein Soldat um Afrikaner, die ertrunken sind



FOTOS: GETTY IMAGES, ANTONIO MASIELLO, NURPHOTO / GETTY IMAGES, ARCHIVIO PIGI CIPELLI / LAIF, ROBERT CAFUTO, AURORA / LAIF, ALESSIO MAMO, REDUX / IMAGO, ZUMA PRESS

FREIZEIT GEHT VOR

Mit dem kleinen und großen Anrechnungsfall kann der Dienstherr Überstunden auszahlen, wenn die SAZV nicht gilt. Doch dafür gibt es viele Voraussetzungen

Überstunden sollen im Grundbetrieb möglichst nicht mehr bezahlt werden, sondern „abgebummelt“, also mit Freizeit ausgeglichen. Das besagt die Soldatenarbeitszeitverordnung (SAZV), die darauf abzielt, Überlastungen zu verhindern. Dennoch gibt es sowohl im Grundbetrieb als auch bei den sogenannten „Ausnahmen“ der SAZV Fälle, in denen Überstunden ausgezahlt werden – weil Freizeitausgleich nicht möglich ist.

Dieser Text erklärt, wie das bei den Ausnahmen der SAZV abläuft. Zu denen gehören einsatzgleiche Übungen, mehrtägige Seefahrten und die Amtshilfe im Katastrophenfall. In diesen Fällen regelt die Soldatenvergütungsverordnung (SVergV), inwiefern Überstunden durch Freizeit oder Geld ausgeglichen werden. Beides nennt man Anrechnungsfall.

KLEIN UND GROSS

Es gibt den kleinen Anrechnungsfall bei über zwölf Stunden Dienst am Stück und den großen Anrechnungsfall bei über 16 Stunden Dienst am Stück. Geld gibt es nur, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- Der Disziplinarvorgesetzte muss die Überstunden vorab oder nachträglich genehmigen oder festlegen.
- Soldaten müssen im Kalendermonat mehr als einen Dienst von mindestens 16 Stunden oder mehr als zwei

Dienste mit mindestens je zwölf Stunden geleistet haben. Wer das nicht erreicht, hat keinen Anspruch auf einen finanziellen Ausgleich.

- Soldaten müssen die festgelegte wöchentliche Rahmendienstzeit oder die normale Schichtdienstzeit überschreiten. Bekommen sie für diese Woche zeitlichen Ausgleich, ist die Sache damit erledigt.
- Soldaten müssen im gleichen Monat bereits einen Tag infolge eines An-

ZUM NACHLESEN

- Soldatenarbeitszeitverordnung (SAZV), § 15: Mehrarbeit und finanzieller Ausgleich; § 23: Freistellung als Ausgleich von Belastungen
- Soldatenvergütungsverordnung (SVergV): Freizeit und Auszahlung in Sonderfällen

rechnungsfalls frei bekommen haben. Erst ab dem zweiten Anrechnungsfall kann es Geld geben.

- Eine einzelne Pause darf während des entsprechenden Dienstes nicht länger als eine Stunde gewesen sein. Außerdem dürfen mehrere Pausen zusammen nicht mehr als ein Sechstel der Dienstzeit gedauert haben. Für Anrechnungsfälle gibt es einen Antrag, den sogenannten Forderungs-

nachweis (Vordruck). Im Geschäftszimmer der Einheit erfährt man, was der Vorgesetzte dort einträgt und was man selbst eintragen muss.

NICHT FÜR REKRUTEN

Wer weniger als sechs Monate bei der Bundeswehr dient, erhält pro Anrechnungsfall 23,40 Euro beziehungsweise 46,80 Euro (kleiner/großer Anrechnungsfall). Nach einem halben Jahr bekommt man für dann geleistete Dienste eine höhere Vergütung: pro Anrechnungsfall 32,75/65,50 Euro. Davon zieht der Dienstherr den persönlichen Lohnsteuersatz ab.

Der Disziplinarvorgesetzte muss spätestens innerhalb eines Kalenderjahres entscheiden, ob Geld gezahlt oder Freizeit gewährt wird. Ansprüche auf finanzielle Vergütung verfallen drei Jahre nach dem Kalenderjahr, in dem der Soldat die Überstunden geleistet hat.

Eine Gruppe ist vom Anrechnungsfall komplett ausgeschlossen: die Rekruten. Erst ab dem vierten Dienstmonat kann man einen Anrechnungsfall beantragen. Auch wer aufgrund erzieherischer oder disziplinarer Maßnahmen zu zusätzlichen Diensten eingeteilt wird, erhält dafür nichts. Im Spannungs- und Verteidigungsfall oder einer allgemein erhöhten Bereitschaft gibt es ebenfalls kein Geld für Überstunden. Christian Peter

SCHWEISS, BLUT, SPERMA

Der Körper produziert täglich eine Menge Flüssiges. Und sogar Fett



Der Mensch als Behälter

Flüssigkeiten und Sekrete – wofür ist was gut?

1 Blut
5–6 Liter ...

... fließen durch einen Menschen von 70 Kilogramm Gewicht. Blut transportiert Sauerstoff mithilfe der roten Blutkörperchen. Deren Oberfläche ist addiert so groß wie ein halbes Fußballfeld



2 Lymphe
2–3 Liter ...

... sammeln sich jeden Tag in den Lymphbahnen eines Erwachsenen – sie sind die Abwasserkanäle des Körpers. In ihnen werden Fremdkörper, Zelltrümmer oder Fette abtransportiert



3 Urin
1–1,5 Liter ...

... produziert ein Erwachsener täglich. Er entsteht als Abfallprodukt bei der Reinigung des Bluts in den Nieren. Beeindruckend: Durch sie fließen in jeder Minute 1,2 Liter Blut hindurch



4 Nasenschleim
1 Liter ...

... bildet sich täglich in der Nase, also sehr viel. Das liegt daran, dass sich die Nasenschleimhaut alle 20 Minuten erneuert. Einen Großteil des Schleims verschlucken wir



5 Galle
0,7 Liter ...

... bringen die Leberzellen eines Erwachsenen täglich hervor. Bis zu 70 Milliliter davon werden in der Gallenblase gespeichert. Viel gelangt aber direkt in den Darm und hilft bei der Verdauung



6 Speichel
0,5 Liter ...

... erzeugen die Speicheldrüsen eines Erwachsenen täglich. Und das ist nur die Grundmenge – nach einer ausgiebigen Mahlzeit kann die Produktionsrate bis auf das Zehnfache steigen



7 Schweiß
0,2 Liter ...

... düstert ein Mensch am Tag aus – im Ruhemodus. Bei Hitze oder Belastung ist es mehr: Bis zu 14 Liter können die rund zwei Millionen Schweißdrüsen produzieren



8 Vaginalsekret
0,005 Liter ...

... bildet eine Frau täglich. Im Sekret spalten Bakterien Zuckermoleküle in kleinere Teile auf, die zu Milchsäure vergoren werden. So entsteht ein saures Milieu, das vor Krankheitserregern schützt



9 Sperma
0,003 Liter ...

... gibt ein Mann durchschnittlich bei einem Samenerguss ab, also 3 Milliliter. Darin tummeln sich etwa 300 000 000 Spermien, die von der Samenflüssigkeit mit Energie versorgt werden



10 Hauttalg
1–2 Gramm ...

... sondern spezielle Drüsen täglich an die Haut ab – danach gehen sie sofort zugrunde. Bei Talg handelt es sich um körpereigenes Fett, das Haut und Haare geschmeidig macht und Wasser fernhält



LEBEN

BERUF DES MONATS

Er bringt Leute wieder auf die Beine: Marco Brück arbeitet als Physiotherapeut in einer Praxis in Frankfurt/Main. Er trainiert mit Menschen, die nach Kreuzbandrissen oder anderen schweren Sportunfällen Muskulatur aufbauen müssen. Er behandelt Menschen jeden Alters mit Rückenproblemen und hilft älteren Patienten auf die Beine, die nach einer Operation bestimmte Bewegungsabläufe nicht mehr sicher beherrschen.

Für seine Arbeit nutzt Brück Reha-Geräte, die man so oder ähnlich auch im Fitnessstudio findet. Seine Patienten motiviert und fordert er zugleich. „Eine positive Ausstrahlung ist da viel wert.“ Besonders spannend findet Brück Neurologiepatienten, die beispielsweise einen Schlaganfall



hatten. Auf dieses Gebiet will er sich spezialisieren. „Da ist jeder Fall anders.“

Eigentlich dauert die Ausbildung zum Physiotherapeuten mindestens drei Jahre, doch der 25-Jährige konnte sie verkürzen, da er bereits ausgebildeter Masseur ist. Physiotherapeuten arbeiten in Praxen und Kliniken. Brück sagt: „Wer sich spezialisiert, hat gute berufliche Chancen. Physiotherapeuten sind sehr gesucht.“

PHYSIO-THERAPEUT Andere fit machen

- **Für wen?** Leute mit Motivations-talent und medizinischem Interesse
- **Für wen nicht?** Leute, die nicht gerne fremde Körper berühren
- **Für was?** 1600 bis 2600 brutto (Einstiegsgehalt)

? FRAG DEN PFARRER! SEINE NEUE FREUNDIN

ANDREAS KÖLLING,
Burg,
antwortet



Mein bester Freund hat eine neue Freundin, die ich leider überhaupt nicht ausstehen kann. Jetzt ist sie immer, wenn wir uns treffen, dabei. Ich gönne ihm, dass er glücklich ist, aber sie nervt mich, und ich kann mich nicht an sie gewöhnen. Was mache ich jetzt am besten?

Kein Problem, schenk ihr doch ein One-Way-Ticket in die Arktis! Aber im Ernst: Da gibt es mehrere Wege. Erstens den psychologischen: Frage dich mal selbst, warum dich das eigentlich so nervt. Oft stört uns an anderen, was wir insgeheim bewundern. Gibt es da was an ihr? Oder ist sie vielleicht einfach eine

unwillkommene Konkurrenz für dich, weil sie viel Zeit mit deinem besten Freund verbringt? Zweitens ist da der christliche Weg: Nimm die Situation als persönliche Herausforderung. Kannst du dadurch lernen, als Mensch reifer zu werden? Kannst du hier Demut lernen? Das kann dich durchaus weiterbringen. Drittens ist

da der radikale Weg: Sag deinem Freund offen, was du von seiner Flamme denkst. Und mache ihm klar: Du willst ihn nicht treffen, wenn sie dabei ist. Und viertens kannst du schließlich den weisen Weg wählen: Lerne die Freundin besser kennen. Denn in jedem Menschen findet sich etwas, was einen erstaunt.

FOTOS: FELIX EHRLING / PRIVAT / ARCHIV / FAIRPHONE.DE / DESIGNYOU TRUST.COM

STADIONFIEBER

LOST IN WINTERPAUSE

Sportjournalist **DIRK BRICHZI** hat's probiert, echt



Oh, du böse Winterpause! Einen Monat lang kein Fußball! Wenn man samstags die ARD einschaltet, läuft irgendeine billige Ersatzsportart. Hilft die einem über den Entzug hinweg? Ich check's mal grad: Skispringen: Funktioniert zumindest immer, wenn man an Neujahr mit schwerem Kater den Fernseher anschaltet. Das Dumme nur: Früher gewann der, der am weitesten sprang. Jetzt ist der vorne, der elegant in der Luft steht, trotz schlechten Windes, ungünstiger Anfahr-luke – ach, viel zu kompliziert... Handball: Wenn die Deutschen bei EM oder WM auftrumpfen, dann besteht das ganze Land natürlich aus Handball-Fans, was sonst? Aber mal ehrlich, der Sport an sich ist eher so etwas ist wie „Freistilringen mit Ball“ und doch ziemlich uninteressant, wenn's nicht gerade um große Pokale geht. Oder schaut sich irgendwer HC Erlangen gegen HBW Balingen-Wahlstetten an? Eben.

Hallenfußball: Ältere Fußballfans erinnern sich: Das gab's auch mal, inklusive DFB-Hallenmasters, seltsamem Punktesystem bei der Qualifikation (!) und dem vergeblichen Versuch, diesen Quatsch als „Budenzauber“ zu etablieren. Geht nur bei der lokalen Meisterschaft umme Ecke, und auch nur, weil man sich mit den anderen Zuschauern darüber unterhalten kann, wann die Bundesliga wieder losgeht...

Biathlon: Eine Stunde lang vorneweg laufen. Mit Puls 150 eine winzige Scheibe nach der anderen treffen. Und dann mit dem letzten Fehlschuss alles verlieren – Biathlon ist die klare Nummer eins der TV-Wintersportarten. Ja, doch, das hat schon was: Auf der Couch abhängen, am heißen Getränk nippen, und die Sportler jagen durch die norwegischen Schneelandschaften... Geprankt! Hallo!? Biathlon? Klingt wie Methadon. Wir schaffen es auch ohne. Bald gibt's wieder das echte gute Zeug: 20. Januar, Freiburg – Bayern-München.

NETZFUND



TUFF TUFF

Die Welt ist ein fröhlicher, kuscheliger Ort, wenn unsere Lokomotive vorbeizieht, yeah! Wundert euch nicht: **Achtziger-Jahre-Pullis** sind im Kommen, Typ Strickmaschine und „Wir kön-

nen auch ohne Alkohol lustig sein“. Besser, man schaut dem Grauen schon einmal ins Gesicht. Schneemänner, Papageien, Bären – und darüber sehr fröhliche Grinsebacken: <http://tinyurl.com/Retro-Pullover>

ZAHL DES MONATS

20

mal pro Sekunde haut der Specht mit dem Schnabel gegen den Stamm. **Ohne Kopfschmerzen.** Weil sein Gehirn nur wenig Flüssigkeit umgibt und starke Muskeln als Stoßdämpfer dienen.

WELTVERBESSERER

FAIRPHONE STATT BLUTHANDY

Der Begriff „Bluthandy“ geistert durch die Medien. Gemeint ist damit, dass in allen Handys Rohstoffe wie Coltan stecken, die

Zwangs- und Kinderarbeiter unter brutalen Verhältnissen rauskloppen und mit denen Kriege finanziert werden. Auch im „Fairphone“ ist Coltan, aber zumindest von zertifizierten Minen, in denen die Leute nicht ausgebeutet werden. Das geht in die richtige Richtung. www.fairphone.com/de/



2003: Tobias Rau im Benefizspiel
St. Pauli - Bayern München

Fußballern geht es so wie vielen Soldaten: Sie müssen sich mit Anfang 30 einen neuen Job suchen. Vier Exprofis erzählen, wie ihnen das gelungen ist

DER KICK INS ZWEITE LEBEN



FOTO: GETTY IMAGES, BONGARTS, ANDREAS RENTZ / JANNIS JOHANNMEIER, WESTALEN-BLATT / MEHDI BENHADJ-DJILALI / IMAGO, JAN HUEBNER / IMAGO, WEREK / IMAGO, CHRISTOPH REICHWEIN / IMAGO, CONTRAST / SEEMANN, MAGAZIN NORDHANDWERK

Mit 27 Jahren bin ich freiwillig aus dem Profifußball raus und habe diese Entscheidung zu keiner Zeit bereut. Ich hätte noch länger spielen können, es gab auch einige Angebote, aber ich wollte nicht mehr. Ich war zu oft verletzt, und bei mir war einfach die Luft raus. Ich habe lange Leistungssport betrieben, das ging schon in der U15-Nationalmannschaft los. Zehn Jahre lang war ich Profifußballer. Da steht man ständig unter Strom. Morgens nach dem Aufstehen habe ich schon den Druck gespürt, nicht nur beim FC Bayern. Täglich kämpft man um seinen Stammplatz, alle beurteilen einen, ob im Verein oder in den Medien.

Ich habe meine Laufbahn aber nicht deswegen beendet. Lehrer war schon immer mein Traumberuf. Ich war selbst an einer guten Schule und hatte gute Lehrer. Eigentlich wollte ich direkt nach dem Abitur auf Lehramt studieren, doch dann ist der Fußball dazwischengekommen. Mit 27 Jahren war der richtige Zeitpunkt. Ein paar

„Lehrer war immer mein Traumberuf“



Tobias Rau, geboren 1981 in Braunschweig, 93 Erstligaspiele für den VfL Wolfsburg, FC Bayern München und Arminia Bielefeld. 2009 beendete er seine Profikarriere, studierte auf Lehramt und begann im Mai 2016 ein Referendariat als Lehrer.

„Feuerwehrmann. Was Besseres hätte mir nicht passieren können“

Christian Mikolajczak, geboren 1981 in Essen, spielte 13 Mal in der 1. und 152 Mal in der 2. Bundesliga, für Schalke 04, Hannover 96, LR Ahlen (heute Rot Weiß Ahlen), Erzgebirge Aue und den FSV Frankfurt. Seit 2014 arbeitet er bei der Berufsfeuerwehr in Oberhausen.



Ich war als Profispieler am Ende ohne Verein. Zweimal war ich im Camp für arbeitslose Fußballprofis, das die Fußballergewerkschaft jeden Sommer in Duisburg ausrichtet. Dort kann man zusammen trainieren, Testspiele bestreiten und sich für neue Vereine empfehlen. Beim ersten Mal bin ich noch beim SV Elversberg in der vierten Liga untergekommen, beim zwei-

Jahre später wäre ich wohl nicht mehr an die Uni gegangen. Die Disziplin, die ich aus dem Profifußball gewohnt war, hat mir beim intensiven Lernen geholfen. Aus Geldgründen musste ich zwar nicht mehr arbeiten, aber ums Geld allein geht es auch nicht. Man braucht eine Beschäftigung, etwas, das man gerne macht.

Seit Mai 2016 bin ich Referendar an einer Bielefelder Gesamtschule für die Fächer Sport und Biologie. Der Lehrerberuf kann auch sehr belastend sein. Man muss ein Vorbild sein und hat eine große Verantwortung gegenüber den Schülern. Oft bin ich noch bis spät abends mit der Unterrichtsvorbereitung beschäftigt. Aber im Profifußball habe ich gelernt, mit Druck umzugehen. Und dass ich mal Profi war, hilft mir auch im Umgang mit den Schülern. Denn auch wenn sie mich nicht mehr live haben spielen sehen, wissen sie, dass ich Nationalspieler war, und das scheint sie auch im Unterricht zu motivieren.

ten Mal war es schwieriger. Immer wieder versprochen mir Berater einen neuen Club, am Ende wurde nie etwas daraus. „Was machst du jetzt?“, habe ich mich gefragt. Freunde von mir waren bei der Feuerwehr. Was sie erzählten, gefiel mir, das konnte ich mir vorstellen. Aber die Zeit drängte: Ich war 32, die Feuerwehr stellt nur bis 37 ein, und die Ausbildung dauert drei Jahre.

weiter auf S. 24

Erstmal musste ich ja auch zugelassen werden. Bei der Berufsfeuerwehr der Stadt Oberhausen gab es 500 Bewerber, 80 wurden zum Sporttest zugelassen, 25 zum Vorstellungsgespräch eingeladen und nur 16 vom Amtsarzt durchgecheckt. Ich wurde genommen. Mir ist ein Stein vom Herzen gefallen. Während der Ausbildung musste ich mich erst wieder an einen normalen Schulalltag gewöhnen und daran, nach vielen Jahren überhaupt wieder zu lernen. Mittlerweile habe ich die Ausbildung abgeschlossen. Ich werde verbeamtet, bin quasi unkündbar. Etwas Besseres als Feuerwehrmann zu werden, hätte

mir nicht passieren können. In vielem ähneln sich die beiden Berufe ja auch: Wie beim Fußball arbeiten wir bei der Feuerwehr im Team, machen unter der Woche Rettungsübungen, wir sitzen auch mal zusammen und scherzen einfach herum – wie früher in der Kabine. Und wenn der Gong geht, ist das wie beim Anpfiff. Dann muss sich jeder auf den anderen verlassen können. Der einzige Unterschied ist, dass es früher nur um drei Punkte ging. Heute geht es um Menschenleben. Im Fußball hieß es zwar immer: Wir müssen gewinnen. Im Endeffekt aber mussten wir gar nichts, wir wollten nur.

„Ohne die Fans wäre ich nicht mehr am Leben“

Michael Tönnies, geboren 1959 in Essen, bestritt 40 Erst- und 140 Zweitligaspiele für Schalke 04, die SpVgg Bayreuth, Rot-Weiss Essen, den MSV Duisburg und den Wuppertaler SV. Heute ist er Stadionsprecher beim Drittligisten MSV Duisburg. Über sein Leben erschien ein Buch (siehe Kasten rechts).



Ich habe nie wirklich für die Karriere gelebt. Während die anderen auf dem Platz noch Freistöße übten, war ich längst auf dem Weg in die nächste Kneipe oder Spielhalle. Über die Zeit danach habe ich mir erst recht keine Gedanken gemacht. Ich hatte zwar eine Ausbildung zum Sportartikelverkäufer, doch das Verkaufen lag mir nicht. Vereinslose Zeiten habe ich in der Gebäudereinigungsfirma meines Vaters überbrückt. Aber wegen meiner Höhenangst war das nichts auf Dauer.

Gegen Ende meiner Karriere musste ich was Neues finden. Als Profi hatte ich gut gelebt und verdient, aber nichts angelegt. Von meinem Geld war bald nichts mehr übrig. Ich habe vieles verspielt, und meine damalige Frau war auch nicht gerade sparsam. Ich übernahm eine Kneipe, war nach einem halben Jahr pleite. Dann wurde bei



2009: Christian Mikolajczak für den FSV Frankfurt im Torjubel beim 1:0 gegen den FC Augsburg

mir ein Lungenemphysem festgestellt – eine chronische Erweiterung der Lungenbläschen, bei der die Atemluft hinein-, aber kaum noch hinausgeht. Immer wieder hatte ich Angst zu ersticken. Bald darauf hat mich meine Frau verlassen. Ich war am Boden zerstört. Mir war nun alles scheißegal, ich rauchte meine Lunge weiter kaputt, kümmerte mich um nichts mehr. Mit Ende vierzig bin ich zu meinen Eltern gezogen, sonst wäre ich verhungert. Gerade noch gefeierter Torjäger, jetzt ein Pflegefall – mein Selbstvertrauen war weg. Mein Zustand verschlimmerte sich weiter. Eine Lungentransplantation hätte mich retten können, doch ich hatte zu viel Angst vor der Operation.

Als die Fans des MSV Duisburg von meiner Lage erfuhren, haben sie ein Album gestaltet. Darin schrieben sie, wie viel Freude ich ihnen bereitet hatte und machten mir Mut zur Transplantation. Das hat mich zum Umdenken gebracht. Im April 2013 bekam ich eine neue Lunge. Heute bin ich Frührentner und einer von zwei Stadionsprechern beim MSV Duisburg. Mir geht's den Umständen entsprechend wieder gut. Aber ohne die Fans wäre ich nicht mehr am Leben.

ZAHLEN

Einer Tendenzstudie des Instituts für Sportmanagement der Hochschule Koblenz und der Vereinigung der Vertragsfußballer (VdV) aus dem Jahre 2015 zufolge haben lediglich 15 Prozent der aktiven Fußballprofis eine Ausbildung oder ein Studium abgeschlossen. Nach der Karriere wollen die meisten im Fußball bleiben – als Trainer, Manager oder Spielervermittler. 70 Prozent glauben, sich vorbereitet zu sein. Nur die Topspieler – etwa 10 Prozent – haben laut VdV während ihrer Karriere so viel verdient, dass sie später ausgesorgt haben.

„Ich war immer eher der Zeugwart-Typ“

Nico Patschinski, geboren 1976 in Berlin, spielte 28 Mal in der 1. und 153 Mal in der 2. Bundesliga, für St. Pauli, Greuther Fürth, LR Ahlen und Eintracht Trier. Seit Juli 2015 arbeitet er in Hamburg in einem Bestattungsunternehmen.



2009 kam der Absturz. Meine Ehe ging kaputt, Haus und Auto waren noch nicht abbezahlt. Auch bei meinem damaligen Verein, BFC Dynamo, lief es daraufhin nicht mehr rund. Ich bin dann nach Trier in die vierte Liga gewechselt und arbeitete nebenbei bei einem Catering-Service. Ein halbes Jahr später ging's nach Neukirchen, fünfte Liga, dort jobbte ich in einem Abbruchunternehmen. Aber so ein Bürojob ist nichts für mich, ich ging dann 2012 zurück nach Hamburg.

Ich wollte nie Trainer werden. Ich war immer eher der Zeugwart-Typ, der sich um die anderen kümmert und mal einen aufmunternden Scherz macht. Mir war klar: Ich wollte draußen unterwegs sein und mit Menschen zu tun haben. Zunächst habe ich Pakete zugestellt. Eine meiner häufigsten Lieferadressen war ein großes Hamburger Bestattungsunternehmen. Da ich da jeden Tag freundlich und pünktlich antanzte, hat mich der Besitzer irgendwann gefragt, ob ich nicht bei ihm an-

fangen möchte. Ich habe mir ein paar Tage Bedenkzeit erbeten. Dann habe ich mir alles erst einmal zeigen lassen.

Es gibt zwei Wege in die Bestattungsbranche: Um sich selbstständig zu machen, braucht man eine dreijährige Ausbildung zur Bestattungsfachkraft. Man kann aber auch so wie ich als Quereinsteiger anfangen. Offiziell bin ich als Fahrer angestellt, aber ich hole auch die Toten ab, richte den Blumenschmuck her, trage die Urne oder den Sarg und halte auch mal eine kleine Trauerrede am Grab. Es gibt harte Tage, etwa wenn Eltern ihre Kinder beerdigen. Aber oft wollen die Leute es auch nicht zu schwermütig haben. Wenn eine Neunundneunzigjährige stirbt, sag ich schon mal: „Die Hundert hätt'se ooch noch vollmachen können.“ Das kommt gut an. Man merkt schnell, ob man den Anforderungen gewachsen ist oder nicht. Für mich war es eine richtig gute Entscheidung. Hätte ich gewusst, dass das so erfüllend ist, dann hätte ich das schon fünf Jahre eher gemacht.

Protokolle: Jan Mohnhaupt



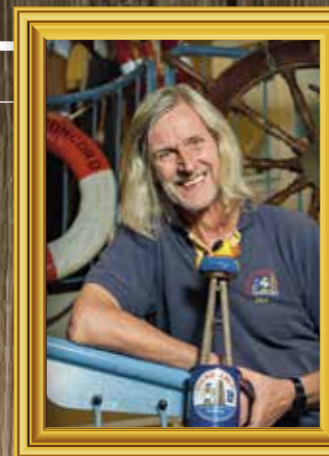
2008/2009 spielte Nico Patschinski beim Drittligisten 1. FC Union Berlin

NACHSPIELZEIT

- **Timo Heinze: Nachspielzeit.** Eine unvollendete Fußballkarriere. Mit einem Vorwort von Thomas Müller. Rowohlt, 2012.
- **Jan Mohnhaupt: Auf der Kippe.** Die zwei Leben des Michael Tönnies. Verlag Die Werkstatt, 2015.
- **Zweikämpfer. Dokumentarfilm** über vier arbeitslose deutsche Fußballer auf der Suche nach der letzten Chance, im Profifußball unterzukommen. Von Mehdi Benhadj-Djilali. Erhältlich auf DVD.

ANGEDOCKT

In der Hamburger Seemannsmission „Duckdalben“ können Seeleute für ein paar Stunden durchatmen: Karten spielen, mit der Familie skypen, beten



Von links nach rechts:
das Außengelände / im Gastraum /
Diakon Jan Oltmanns (oben) /
Matrose Kenneth Lilow (unten) /
der Raum der Stille mit Altären für
sechs Religionen

Endlich schnelles Internet. Darauf hat Kenneth Lilow seit Tagen gewartet. Der junge Philippiner mit der schwarzen Schirmmütze hat sich an der Theke eine Cola und das kostenlose Passwort für das Wi-Fi geholt. Jetzt sitzt er vor seinem Laptop: „Erst spreche ich mit meiner Familie. Dann lade ich mir noch ein paar Anime-Filme runter“, erzählt er.

Lilow ist Matrose aus Manila. In Hamburg war er schon oft, die Stadt aber hat er noch nie besucht. Wenn er mit dem Containerschiff im Hafen anlegt, ruft er jedes Mal die gleiche Telefonnummer an. Dann kommt ein Kleinbus und fährt ihn und die anderen Matrosen über Elbkanäle nach Waltershof. Dort, zwischen Autobahn, Zugschienen und dem Eurogate-Verladeterminale, liegt die Seemannsmission Duckdalben, genannt: der Duckdalben, der auch von der evangelischen Kirche gefördert wird.

Hier können Seeleute tun, was an Bord nicht geht. Billard spielen zum Beispiel oder ein paar Bälle auf den Basketballkorb vor dem Haus werfen. Drinnen im Clubraum gibt es kühles Bier und günstige Pferdewurst. An einer Ladentheke verkaufen Mitarbeiter und Ehrenamtliche Souvenirs, Shampoo, kilowise Schokolade und andere Knabberereien.

An diesem Abend hat ein 18-jähriger Dienst, der hier Bundesfreiwilligendienst macht. „Was brauchst du?“, fragt er einen Seemann. Im Duckdalben duzt man sich, egal ob Of-

fizier oder einfacher Matrose, jung oder alt. An einem der Tische sitzt eine Gruppe Philippiner mit einem Polen zusammen, einer klimpert auf der Gitarre. Daneben zocken zwei Russen mit einem Ukrainer Karten.

VIELE SEELEUTE SIND GLAUBIG

„Seeleute sind heimatverbunden und weltoffen zugleich“, meint Jan Oltmanns, evangelischer Diakon und Leiter des Duckdalbens. Der gebürtige Ostfrieser hat den Club vor 30 Jahren mit aufgebaut, seitdem sind die Besatzungen der Frachtschiffe immer internationaler und die Liegezeiten immer kürzer geworden. „Heute haben die Seeleute nur wenige Stunden an Land, um alles zu erledigen“, sagt Oltmanns. Das Wichtigste sei dann der Kontakt mit Familie und Freunden. Im Club gibt es dafür einen Computerraum, mehrere Telefonzellen und Karten fürs Handy. „Wenn jemand schlechte Nachrichten aus der Heimat erhält, sind wir da und sprechen mit ihm“, sagt Oltmanns, der mit seiner direkten und freundlichen Art auch bei Fremden Vertrauen weckt.

Die Unterstützung der Seefahrer hat in der evangelischen Kirche eine lange Tradition. 1886 gründeten Kirchenmänner in Deutschland die erste Seemannsmission. Der Begriff „Mission“ bedeutet für Oltmanns aber nicht, die Seeleute vom Glauben zu überzeugen. Er sieht seine Arbeit als christliche Aufgabe: „Wir kümmern uns um diejenigen, die Hil-

fe brauchen, und wollen gute Gastgeber sein.“ Dazu gehören auch, den Menschen ihre Religion zu lassen. „Für viele Seeleute ist ihr Glaube der letzte Halt in der Fremde.“

Der junge Philippiner Lilow hat mittlerweile mit seiner Freundin in Manila geskypet: „Im Mai sehen wir uns wieder und werden heiraten“, erzählt er. Neun Monate am Stück ist Lilow dann die Route Rotterdam, Hamburg, Petersburg gefahren, hin und zurück, zwei bis drei Schichten am Tag: schlafen – Wache schieben – schlafen – Wache schieben. Er hat eine eigene Kajüte und bekommt 1200 US-Dollar im Monat. Viel Geld für einen Philippiner. Trotzdem weiß Lilow nicht, ob er weitermachen will: „Meine Familie fehlt mir.“

Von den rund 37 000 Besuchern, die im Vorjahr in den Duckdalben kamen, stammte jeder Zweite von den Philippinen. Der Inselstaat ist die Seefahrernation Nummer eins, weit vor Indien, China oder Russland. Viele Philippiner, meint Diakon Oltmanns, opferten sich, damit es ihren Familien gut gehe. Eigentlich aber seien Seeleute für uns alle

unterwegs: „Sie sorgen dafür, dass wir konsumieren können. Sie haben einen Ort verdient, an dem sie mal keinen Druck verspüren.“

Wer sich ein paar Minuten zurückziehen will, steigt über eine Wendeltreppe in den ersten Stock und geht in den Raum der Stille. Bei geschlossener Tür ist dort vom Hafelärm nichts zu hören. In der Mitte steht eine Weltkugel, an den Wänden sind sechs kleine Altäre aufgereiht: für Christen, Muslime, Juden, Hindus, Sikhs und Anhänger des Taoismus. Viele Besucher nutzen den Raum, im Gästebuch notieren sie ihre Wünsche und Sorgen. „Viele Seeleute sind gläubig“, sagt Oltmanns. Die Gefahren und die Unberechenbarkeit des Meeres lehrten sie das Beten.

Die Gäste bleiben nicht lang im Duckdalben, aber sie hinterlassen viele Spuren: An der Decke hängen Rettungsringe von Schiffen aus aller Welt, an der Wand bunte Masken und selbst gemalte Bilder. Die Geschichten hinter den Dingen haben Mitarbeiter in einem Buch aufgeschrieben. Darin steht auch etwas über das kleine bunte Holzschiff, das in einer Ecke des Wintergartens hängt. „Don Berto“ hat es gebastelt, ein Philippiner und häufiger Gast, der im Alter von 47 Jahren an einem Hirntumor starb. Bis kurz vor seinem Tod hatte er an dem kleinen Boot gearbeitet, von dem er immer wollte, dass es einmal in den Duckdalben kommt.

Sebastian Drescher

DUCKDALBEN

Die christliche Seemannsmission Duckdalben steht auch Leuten von außerhalb offen, 364 Tage im Jahr, 10 bis 23 Uhr. Zum Service gehören ein Gesundheitscheck und Hilfe

bei internationalen Geldüberweisungen. Unter den Förderern: Evangelische Nordkirche, Hamburg Port Authority, Reedereien, private Spender.
www.duckdalben.de

FOTOS: SEBASTIAN DRESCHER / FOTOLIA (4) / PICTURE ALLIANCE, DPA, DANIEL BOCKWOLDT / EPD-BILD, STEPHAN WALLOCHA

„MÄNNER FÜHLEN NICHT...

JS-MAGAZIN: Männer machen viel seltener eine Therapie als Frauen, obwohl sie genauso oft psychische Probleme haben. Warum?

BJÖRN SÜFKE: Die Schwelle ist für Männer höher. Eine Psychotherapie bedeutet erstmal das Eingeständnis von Hilflosigkeit. Und das ist für viele Männer das schlimmste Gefühl überhaupt. Das traditionelle Männerbild verbietet es, Schwäche zu zeigen. Auch wenn wir heute gleichberechtigter leben, das sitzt noch tief. Versagen ist im Land der Männlichkeit verboten.

Wie zeigt sich das im Alltag?

Männer müssen heute mehrere Rollen erfüllen: erfolgreich im Beruf sein, im Haushalt helfen, sich liebevoll um die Kinder kümmern und der Partnerin aufmerksam zuhören. Das überfordert manche. Aber Hilfe holen kommt für viele nicht in Frage. Stattdessen werden die Probleme verdrängt.

Gibt es deshalb auch typisch männliche psychische Krankheiten?

Bei Männern beobachtet man häufiger gewalttätiges Verhalten und Süchte, die gesellschaftlich toleriert werden: Alkohol-, Arbeits-, Sex- oder Pornosucht etwa. Suchtverhalten erfüllt immer den Zweck, eigene Gefühle nicht hochkommen zu lassen. Es ist nur logisch, dass Männer, denen Gefühle wie Trauer oder Angst nicht zugestanden werden, häufiger zu Süchten neigen.

...anders als Frauen“, sagt Psychologe Björn Süfke. Aber in Krisen reagieren sie anders. Er erklärt, wie er bei Problemen helfen kann und was eine Therapie bringt

Wie können Sie als Therapeut da helfen?

Das geht sehr gut. Der genaue Ablauf einer Therapie ist individuell, es kommt ja auf die Persönlichkeit und die Themen an. Aber grundsätzlich versuche ich immer wieder, die Gefühle in den Blick zu nehmen, die der Mann abwehrt. Dazu finden wir gemeinsam heraus, wie er sich – in verschiedenen Lebenssituationen – verhalten will. Will, nicht soll! Er lernt so langsam zu hören, was ihm sein Gefühl gerade sagt. Ich konfrontiere ihn auch immer wieder damit, wie er unbewusst seine Bedürfnisse und Gefühle abwehrt. Selbstverständlich geschieht das auf eine freundliche, zugewandte Art.

Wie erkennen Sie, ob die Therapie erfolgreich war?

Wenn der Mann mich nicht mehr braucht. Wenn er sich zum Beispiel mal selbst unterbricht und sagt: Jetzt mache ich das schon wieder mit dem Abwehren. Dann kann ich mir ein Lächeln nicht verkneifen und sage fast immer den Satz: Wenn Sie sich jetzt schon selbst erwischen, was soll ich Ihnen dann noch beibringen?

Und dann ist alles gut?

Am Ende einer Therapie ist der Mann dichter an seinen Gefühlen dran. Das heißt nicht, dass er alle Abwehrmechanismen losgeworden ist. Psychotherapie ist ja keine Hexerei. Aber er sollte sich dieser Mechanismen bewusst sein und sich selbst hinterfragen können, auch im Gespräch mit Freunden. Viele Männer haben keinen einzigen Freund, mit dem sie reden können. Bei Frauen ist das anders, da gibt es große Unterschiede zwischen den Geschlechtern.

Fühlen Männer grundlegend anders als Frauen?

Nein, Männer und Frauen haben dieselben Gefühle. Der Unterschied liegt einfach in der Art und Weise, mit diesen umzugehen.

Sie nennen sich selbst Männertherapeut. Warum?

Ich hatte in meinen 18 Jahren als Psychotherapeut nur drei Frauen in Behandlung und bin jemand, der sich dem Männerthema mit Herz und Seele verschrieben hat. Ich bin der Überzeugung, dass es für männliche Therapeuten einen Tick leichter ist, Männer zu erreichen. Andersherum ist es für die meisten Männer leichter,

WOHIN?

Soldaten können sich bei Problemen an die Truppenpsychologen der Bundeswehr wenden. Diese bieten selbst keine Psychotherapie an, aber sie können an die Truppenärzte verweisen, die eine

Überweisung zu in der Regel zivilen Psychotherapeuten ausstellen. Man sollte sich beim Arzt beraten lassen, welches die richtige Form der Therapie für einen ist, es gibt verschiedene. In

den meisten Therapien sitzen sich Klient und Therapeut auf Stühlen gegenüber, nur bei manchen liegt der Klient auf der Couch. www.psychotherapiesuche.de

sich einem männlichen Therapeuten anzuvertrauen. Ich kann natürlich nicht jeden Mann dazu bewegen, mit mir über seine Probleme zu sprechen. Aber manchmal gelingt das schon im ersten Gespräch, und dann kann man helfen.

Kann eine Therapie auch vorzeitig abgebrochen werden?

Ja, das passiert häufig, gerade bei männlichen Klienten. Es ist aber seltener, wenn der Klient aus eigenem Antrieb kommt, also selbst etwas verändern will. In unserer Männerberatungsstelle kommen vielleicht fünfzig Prozent nur, weil sie zum Beispiel eine Gerichtsauflage haben oder von der Partnerin geschickt wurden.

Woran merkt man, ob der Therapeut der richtige ist?

Wenn man sich gut aufgehoben fühlt. Wenn man nicht nur vom Kopf her überzeugt ist, sondern auch innerlich berührt durch neue und ungewohnte Impulse. Wenn man einfach das Gefühl hat, es könnte einen weiterbringen, mit diesem Therapeuten weiter zu reden. Interview: Hanna Pütz



Diplom-Psychologe und Autor Björn Süfke arbeitet in der Beratungsstelle man-o-mann in Bielefeld. Im März 2016 erschien sein neues Buch „Männer. Erfindet. Euch. Neu. Was es heute heißt, ein Mann zu sein“ (Mosaik). Siehe auch: www.maenner-therapie.de, www.man-o-mann.de

Manchmal haut 's einen raus. Oder man sinkt immer tiefer. In jeder Phase kann man zum Therapeuten gehen

„HAB ICH AUCH GEMACHT“



Zum Psychologen zu gehen, muss einem nicht peinlich sein. Schauspieler Jürgen Vogel etwa sagt: „**Therapie hab ich schon gemacht, das find ich auch sinnvoll.**“ Er spielt oft Männer, die austicken, und sagte in einem Zeitungsinterview: „Es ist erstaunlich, wie viele Menschen Psychosen und psychische Probleme haben. Bei vielen sind das Phasen, in denen sie an Grenzsituationen kommen. (...) So etwas wie ‚irre‘ gibt es nicht: Menschen können in bestimmten Situationen einfach manchmal durchdrehen.“ tinyurl.com/Interview-Juergen-Vogel

ZU GEWINNEN

1 OUTDOOR-SMARTPHONE



Das kann ruhig runterfallen: Wir verlosen ein Outdoor-Smartphone CAT S40. Es kann Staub und Wasser vertragen und übersteht Stürze aus bis zu 1,80 Meter Höhe.



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

Teilnahmeberechtigt sind Soldaten und Zivilangestellte der Bundeswehr. Mehrfachteilnahme führt zum Ausschluss, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

* Jeweilige Providerkosten für eine SMS.

SUDOKU

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

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

O		V	K	E	K					
P	A	T	E	A	B	B	I	L	D	
A	B	E	N	D	S	E				
A	L	L	E	S		N	E	I	D	
A			L	E	G	E	N	D	E	
M	U	L	D	E	A	K	U			
S	O	F	A	R	E	S	P	E	K	T
E		E	I	N	S	F	L	A	U	
Z	W	A	R	E	T	W	A	I	N	
E		M	I	N	E	D	I	N	G	

Das Lösungswort im November lautete: Europa

Der Gewinner des Samsung Galaxy-Tablets ist: Rilana Schwaiger aus 24119 Kronshagen

FOTO: PROMO

SEELSORGE

IN DER BUNDESWEHR

TERMINE

ANFANG 2017

Rüstzeit zu Fasching, 24. 2.-1. 3. in Marienheide, EvMilPfarramt-Hammelburg@Bundeswehr.org, 09732/784-3047

Familienrüstzeit, 27. 2.-3. 3. in Berlin, EvMilPfAVEitshoechheim@Bundeswehr.org, 0931/9707-2677

Stand-Up-Comedy-Zaubershow mit Zauberkünstler Kalibo, 4. 3., 19:30 Uhr in Haus Schlichternheide, Faßberg, 15,- € pro Person (inkl. Cocktail & Snack), www.Oase-Fassberg.de

Familienrüstzeit, 17.-19. 3. in Haus Saron in Wildberg, EMil-PfAMuellheim@Bundeswehr.org, 0771/896719-5851



Eine **Soldatenrüstzeit** zum Thema **Reformation und Toleranz** veranstaltet das Evangelische Militärpfarramt Schortens vom 3.-6. April im Sunderhof in Seevetal. EvMilPfarramtSchortens@Bundeswehr.org, 04461/18-1029

EAS-Skifreizeiten, im Pitztal/Österreich, Infos und Anmeldung für 18.-25. 3. bei A.Klink@EAS-Berlin.de, 04321/9414985 oder für 25. 3.-1. 4. bei H.Prinz@EAS-Berlin.de, 0160/97930809

Frauenrüstzeit, 31. 3.-2. 4. in Wertach, EvMilPfarramtBad Reichenhall@Bundeswehr.org, 08651/79-2168

Frauenrüstzeit „Ist die Welt, wie sie mir gefällt?“, 7.-14. 4. in Steingaden, EvMilPfarramtWeiden@Bundeswehr.org, 0961/6714-154

EAS-Katamaran-Segelausbildung für Soldaten, zivile Mitarbeiter und deren Familien, 8.-12. 5. auf der Ostsee, T.Heiber@EAS-Berlin.de

Familienrüstzeit, 12.-14. 5. in Langenargen, EvMilPfarramtMuenchen@Bundeswehr.org, 089/992692-4706

Motorradrüstzeit, 15.-19. 5. in Schönau am Königssee, EvMilPfarramtMuenchen@Bundeswehr.org, 089/992692-4706

TERMINE DES MILITARBISCHOFS

• **Festrede beim Neujahrsempfang** der Evangelischen Militärseelsorge an der **Universität der Bundeswehr München** in Neubiberg zum Thema „Luther und die Frage nach Krieg und Frieden“ 18. Januar 2017, 16 Uhr im UniCasino der UniBwM. Anmeldung erbeten: ehg@unibw.de



EINE FRAGE AN: Christian Sell, Pfarrhelfer, Evang. Militärpfarramt Munster III:

WAS IST IHRE GRÖSSTE TUGEND?



In meiner aktiven Bundeswehr-Dienstzeit um 1990 herum kam bei der Bundeswehr der Slogan auf: „Ich diene gern“. Ich glaube, dieser etwas abgedroschen klingende Spruch beschreibt

das, was andere unter Einsatzwillen oder Hilfsbereitschaft verstehen. Ich selbst sehe mich als Dienst-Leister – und das auch von ganzem Herzen: Es macht mir große Freude, anderen helfen

zu können. Meine Familie sieht das auch so und nutzt das gern mal aus. Natürlich gibt es, Dinge, die nicht so leicht und locker von der Hand gehen: die Hecke schneiden oder Statistiken

befüllen zum Beispiel. Doch immer wieder überraschend und motivierend sind für mich dabei die vielen Variationen von Dankbarkeit, die ich erlebe. Deshalb: „Ich diene gern!“

Zum Kennenlernen verteilen sich die Rekruten nach ihrem Herkunftsort: Vorn ist dann Süden, hinten sitzen für einen Moment die Nordlichter

DAS ERSTE MAL

Jeder Bundeswehρανfänger begegnet mindestens einmal in der Grundausbildung einem Militärpfarrer. Hier erzählt Klaus Kaiser, Leiter des Evangelischen Militärpfarramts Frankenberg, wie so ein Erstkontakt abläuft

Ich höre einem Rekruten zu, der den anderen erklärt, warum er bei der Bundeswehr ist

Es macht immer wieder Freude, als Militärpfarrer neuen Rekruten zu begegnen. Hier in Gera ist das meistens im Unterrichtsraum, 60 Minuten stehen dafür zur Verfügung: Da muss ich gut überlegen, was ich „rüberbringen“ will.

Wenn die Gruppe nicht zu groß ist, bitte ich die Rekruten als Einstieg, sich im Raum nach ihrem Herkunftsort zu verteilen: So kommen sie besser ins Gespräch miteinander. Dazu frage ich alle: „Warum sind Sie bei der Bundeswehr?“ Ganz unterschiedliche Motive werden genannt: Geld, Ausbildung, Vaterlandsliebe, Sport, Kameradschaft, Verantwortung für den Frieden.

Bei manchen dieser Gründe frage ich mich, ob sie auf Dauer tragen werden. Aber wichtig ist mir vor allem, dass jeder für sich selbst seine persönliche Motivation klärt: Der Dienst in der Bundeswehr ist zu anspruchsvoll, um ihn „grundlos“ durchzustehen. Um das für sich zu klären, hilft es, anderen in gleicher Situation zuzuhören: Wir haben ja nie nur den einen Grund, warum wir etwas tun. Die Gründe der anderen können helfen, genauer auf die eigene Motivation zu blicken, vielleicht sogar weiterzuentwickeln. Daher setze ich dafür ein Drittel der Zeit an.

Am Ende bekommt jeder Rekrut Süßes, Saures, Salziges und Bitteres – und das JS-Sonderheft

Wenn die Rekruten dabei verstehen: „Es ging irgendwie um uns, wir waren wichtig“, dann haben sie schon einen ersten zutreffenden Eindruck von der Militärseelsorge.

ALS TEIL VOM NETZWERK

Dann rücken alle wieder zusammen und ich stelle das Psychosoziale Netzwerk (PSN) vor: Die Rekruten müssen wissen, wie viel Hilfe sie in Anspruch nehmen können. Leider kennen selbst manche dienstälteren Soldaten das Angebot von Truppenpsychologie, Sozialdienst, Familienbetreuung und Militärseelsorge nicht – nur beim Truppenarzt war jeder schon mal. Als Teil vom

Die Rekruten sollen verstehen, dass es – hier wie bei der Militärseelsorge – um sie geht.

PSN bekommt die Militärseelsorge auch für die überwiegend nichtreligiösen Rekruten einen Rahmen, der für sie greifbarer ist, sich normal und alltäglich anfühlt.

Dass auch jemand, der gegenüber der Kirche im Allgemeinen eher Berührungängste hat, mit gutem Grund zum Pfarrer gehen kann, erläutere ich im dritten Teil der Veranstaltung. Da stelle ich – endlich! – die Arbeitsbereiche der Militärseelsorge vor.

Zuerst vermittele ich, was **Seelsorge und Beratung** ist: Der Pfarrer hört zu, hilft, wenn nötig tröstet er. Wer ohne religiöse Frage zu ihm kommt, dem schwätzt er kein religiöses Problem ans Bein, er redet nämlich mit allen auf Augenhöhe, eben weil er als Pfarrer nicht über dem Rekruten steht – aber auch nicht unter dem General. Und weil er die Klappe hält, dem Beichtgeheimnis unterliegt. Manchmal merke ich schon gegen Ende des Ausbildungsquartals, dass davon etwas angekommen ist.

Danach geht es um **Gottesdienst und Rüstzeit**. Mir ist wichtig, dass die Soldaten verstehen: Ich kann auch in der Bundeswehr meinen Glauben leben. Und ich kann die Angebote der Militärseelsorge in Anspruch nehmen, selbst wenn ich keiner Kirche angehöre. Das gilt übrigens auch für muslimische Kameraden, die sich immer häufiger unter den Rekruten finden.

Zuletzt stelle ich LeKu vor, den **Lebenskundlichen Unterricht**. Der ist mir sehr wichtig, weil dort auch die nichtreligiösen Soldaten auf Pfarrerinnen oder Pfarrer treffen – für viele eine überraschende, wenn nicht befremdliche Aussicht. Ich mache sehr deutlich: LeKu als Pflichtunterricht kann kein Religionsunterricht sein, weil die „Freiheit der Religionsausübung in der Bundeswehr“ auch die Freiheit einschließt, gar keine Religion auszuüben.

Erst wenn das verstanden ist, kann ich etwas zur Aufgabe des LeKu sagen: Oft als ganzer Seminartag eingeplant, ist das eine Chance, mit Kameraden anders als im Dienstalltag ins Gespräch über persönliche wie dienstliche Themen zu kommen. So können sie neue Einsichten gewinnen, und Spaß machen darf das natürlich auch!

SÜSS, SAUER, SALZIG

Und dann ist die Zeit herum. Zuletzt gibt es noch etwas auf den Weg: das JS-Sonderheft „Neu beim Bund“ für Bundeswehρανfänger und vier Kostproben für das, was unser Leben so ausmacht: Süßes, Saures, Salziges und Bitteres. Als „kulinarische Lebenskunde“ überreiche ich jedem Rekruten symbolisch Schokoriegel, Brausebonbon, Chips und schwarze Schokolade.

Diesen Brauch, das ganze Leben in allen Geschmacksrichtungen noch einmal auszukosten, habe ich bei Trauerfeiern von Russlanddeutschen kennengelernt. – Doch abgesehen davon gestalte ich meine Erstbegegnung mit Rekruten durchaus etwas heiterer als eine Beerdigung. Jedenfalls ziehen die Rekruten in aller Regel fröhlich ab – oder wenigstens erleichtert: „...war gar nicht so schlimm...“

Oberstabsgefreiter **PAUL GAJOS** (33), Materialbewirtschaftungssoldat, Betriebsstoffprüfer, Luftfahrzeugbetanker, 4./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Meine Frau
- 2) Foto der Familie
- 3) Mehr Einblicke in den Dienst gewähren



Hauptgefreiter **CHRIS RIC JUST** (27), Stabsdienstsoldat beim Personalfeldweibel, 4./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Mein Kind, der kleine Fußballgott
- 2) Sein Handy
- 3) Die sehr guten Ansätze zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf weiter vorantreiben



WAS IHR WOLLT

Soldaten vom Standort Eutin sagen, was sie denken.

Die drei Fragen diesmal:

- 1) Dein Lieblingssportler?
- 2) Welchen Gegenstand sollte man für den Einsatz nicht vergessen?
- 3) Wie könnte die Bundeswehr mehr Nachwuchs gewinnen?

Stabsunteroffizier **FELIX ZOCHER** (28), Start-/Landesunteroffizier des unbemannten Aufklärungssystems LUNA, 4./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Marco Bode
- 2) Seinen Helm
- 3) Mehr Ehrlichkeit in der Nachwuchswerbung



Obergefreiter **RENÉ SCHLEMMER** (24), Stabsdienstsoldat beim Kompanietruppführer, 3./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Stefan Raab
- 2) Etwas, das einen an zu Hause erinnert
- 3) Mehr Präsenz in der Öffentlichkeit



Stabsunteroffizier **ALEXANDER KUNKEL** (29), Materialbewirtschaftungsunteroffizier, 1./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Mein Teileinheitführer ;)
- 2) Ausreichend Hygieneartikel
- 3) Die Chance, in allen Dienstgradgruppen Berufssoldat werden zu können



Oberstabsgefreiter **RENÉ PIETSCHONKA** (27), Materialbewirtschaftungssoldat, 1./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Thierry Henry
- 2) Persönliches von der Familie
- 3) Bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Stichwort „Standortsicherheit“



Hauptgefreiter **YVONNE KURDAJEW** (25), Stabsdienstsoldat im Geschäftszimmer, 2./AufklBtl 6 „Holstein“

- 1) Mein Spieß
- 2) Ein Foto von der Familie
- 3) Eine Sanierung unserer Gebäude



Oberstabsgefreiter **ANDRÉ MÜLLER** (26), Sanitätssoldat, Helfer „Pfleger und Funktionsdienst“, Sanitätsbereich in Eutin

- 1) Sergej Barbarez
- 2) Familienfoto
- 3) Heimatnaher Dienstort und mehr Verlässlichkeit in den Stehzeiten



In der Rettberg-Kaserne im schleswig-holsteinischen Eutin ist u.a. das Aufklärungsbataillon 6 „Holstein“ stationiert.

EUTIN

Obergefreiter **JOHANNA BLUNK** (21), Sanitätssoldat im Sanitätsbereich in Eutin

- 1) Ulla Salzgeber
- 2) Ein Andenken an das Zuhause
- 3) Indem man die FWDler nicht verbrät



SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN



- * beim Entsenden von Militärberatern- und Ausbildern in eher „ruhige“ Gebiete
- * bei humanitärer Hilfe und logistischer Unterstützung

WAS WÜRD DAS BEDEUTEN?

Diese Änderung würde die Möglichkeiten der Bundesregierung erweitern, Soldaten einzusetzen. Wenn ein Einsatz leichter wird, wird er vermutlich auch häufiger. Das berührt die Grundsatzfrage, ob Militär ein quasi normales Mittel sein kann, um politische Ziele zu erreichen.

WIE SIND DIE MEINUNGEN DAZU?

Vertreter der Bundesregierung betonen eine größere Flexibilität und das vereinfachte Vorgehen. In der Opposition gibt es Stimmen, die befürchten, die geplante Veränderung könne zu mehr militärischen Eskalationen führen. Die Partei „Die Linke“ warf der Regierung vor, einen „Mitmachautomatismus“ zu installieren. Der Deutsche Bundeswehrverband als größte Vertretung von Soldaten lehnt eine Einschränkung des Parlamentsvorbehalts ab.

WO GIBT ES WEITERE INFORMATIONEN?

- * Parlamentsbeteiligungsgesetz: gesetze-im-internet.de
- * Übersicht: Wie Einsätze beschlossen werden: tinyurl.com/bpb-einsatz

Seite 4

JS TASCHENKARTE

SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN! Nr. 1/2017

PARLAMENTSARMEE

WAS MEINT PARLAMENTSARMEE?

Die Bundeswehr darf im Ausland nur mit Zustimmung des Bundestags eingesetzt werden. Deshalb wird sie auch als Parlamentsarmee bezeichnet.

WIE IST DAS KONKRET GEREGLT?

Zwei rechtliche Grundlagen bestimmen, wie die Bundeswehr im Ausland eingesetzt werden darf, wenn es nicht um Einsätze zur Landesverteidigung oder zur Verteidigung im Bündnisfall geht. Die erste Grundlage ist ein Urteil des Bundesverfassungsgerichts von 1994. Es nennt drei Voraussetzungen für den Einsatz, die erfüllt sein müssen:

1. Ein Mandat des UN-Sicherheitsrats muss vorliegen
2. Ein multilateraler Handlungsrahmen ist erforderlich (Zusammenwirken mit UN, NATO, EU oder anderen)
3. Die Zustimmung des Bundestags durch Mehrheitsbeschluss („Parlamentsvorbehalt“)

Seite 1

JS im Februar 2017



SEIT 60 JAHREN
Immer an eurer Seite:
Die Militärseelsorge
feiert Jubiläum

PLUS:

Beruf: Soldaten berichten von ihren Praktika
Liebe: Da wusste ich – sie ist die Richtige

IMPRESSUM

JS MAGAZIN



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

Redaktion:
Leitende Redakteurin:
Dorothea Siegle
(V.i.S.d.P.)

Redaktionelle Mitarbeit:
Felix Ehring, Sebastian
Drescher, Hanna Lucassen

Redaktionsassistentin:
Rahel Kleinwächter
Layout:
Sebastian Spannring
Bildredaktion:
Caterina Pohl-Heuser

Marketing, Vertrieb:
Martin Amberg
Telefon: 069/580 98-223
Telefax: 069/580 98-363
E-Mail:
vertrieb@js-magazin.de

Druck:
Strube Druck & Medien
OHG
Stimmerswiesen 3
34587 Felsberg

Versand:
A & O GmbH,
63110 Rodgau-Dudenhofen

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

Sudokulösung
von S. 30

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

Die zweite rechtliche Grundlage ist das Parlamentsbeteiligungsgesetz (ParlBG). Dort steht, wie bewaffnete Streitkräfte jenseits von Bündnis- und Landesverteidigung rechtlich korrekt entsandt werden können.

WAS GILT LAUT DIESEM GESETZ?

Das ParlBG legt die Zustimmung des Bundestags zu Einsätzen fest. Es unterscheidet dabei zwischen zwei Einsätzen: solchen von „geringer Intensität und Tragweite“ einerseits und „bewaffneten Unternehmungen“ andererseits. Im ersten Fall werden nur wenige Soldaten entsandt, wenn nämlich vor Ort kein Krieg herrscht oder ein Einsatz von Waffen nur zur Selbstverteidigung zu erwarten ist. Auch die Teilnahme weniger Soldaten an Einsätzen von UN, NATO, EU oder im Auftrag der UN zählen dazu. Bewaffnete Unternehmungen hingegen sind Einsätze, bei denen der Einsatz von Waffen zu erwarten oder nicht unwahrscheinlich ist.

WIE LÄUFT DAS IN DER PRAXIS AB?

Die Bundesregierung beantragt beim Bundestag die Zustimmung zu Auslandseinsätzen. Sie nennt unter anderem die Dauer, die Anzahl der Soldaten und den Grund. Bei bewaffneten Unternehmungen stimmt der Bundestag in einer Sitzung darüber ab. Bei Einsätzen von geringer Intensität und Tragweite wird das sogenannte vereinfachte Verfahren angewendet. Alle Abgeordneten erhalten den

Seite 2

Antrag. Die Zustimmung gilt als erteilt, wenn binnen sieben Tagen weder eine Fraktion noch fünf Prozent aller Abgeordneten eine Abstimmung fordern. Ihre Zustimmung können die Abgeordneten per Mehrheitsbeschluss widerrufen. Dann ist der Einsatz abzubrechen.

UND WAS, WENN'S DRINGEND IST?

Die Bundesregierung kann bewaffnete Kommandoaktionen wegen Gefahr im Verzug (auslegbarer Begriff!) ohne Zustimmung des Bundestags anordnen, z. B. den Einsatz von Spezialkräften zur Evakuierung deutscher Staatsbürger aus einem Krisengebiet. Laut ParlBG (§ 5) muss der Bundestag dabei nur informiert werden. Spätere Auskünfte der Regierung für die Abgeordneten kritisierten diese bereits mehrmals, weil die Informationen insbesondere bei Einsätzen von Spezialkräften sehr allgemein gehalten werden. Außerdem bezweifeln einige Abgeordnete, dass Einsätze von Spezialkräften außerhalb von „Systemen kollektiver Sicherheit“ mit dem Grundgesetz vereinbar sind.

WAS TUT SICH AKTUELL?

Die Regierung will den Parlamentsvorbehalt ändern. Eine Abstimmung des Bundestags soll wegfallen:

- * bei einer Beteiligung deutscher Soldaten „in Stäben und Hauptquartieren der NATO, der EU oder einer anderen Organisation gegenseitiger kollektiver Sicherheit“

Seite 3



NICHTLUSTIG

