

DIE WARTEN AUF DICH



Mission completed: Frauen begrüßen in Wilhelmshaven die Besatzung einer Fregatte nach 157 Tagen im Einsatz.

ternehmen und Organisationen die Familien einbeziehen und auf die Zeit der Trennung vorbereiten, werden Soldatenfamilien häufig allein gelassen.

Klar, es gibt die Familienbetreuung der Bundeswehr, die mit Betreuungszentren und -stellen für die Familien da sein soll. Die Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung

Was man tun kann

- * Vor dem Einsatz: Besprechen, wie der Kontakt während des Einsatzes aussehen soll. Gegenseitige Ängste ernst nehmen und besprechen, wie man damit umgehen möchte.
- * Während des Einsatzes: Feingefühl ist wichtig – trotz Müdigkeit. Und Vorsicht mit SMS: Nicht versuchen, mit 160 Zeichen Probleme zu lösen. Stattdessen klare Botschaften senden.
- * Nach dem Einsatz: Zeit nehmen, um sich wieder aneinander zu gewöhnen. Das kann ein bis zwei Monate dauern. Was hilft: über die vergangene Zeit sprechen, Verständnis zeigen und sich erkundigen, wie es dem anderen geht.
- * Sich helfen lassen: Der Standortpfarrer kennt die Probleme der Soldaten. Er hört zu, kann Tipps geben und Experten vermitteln. Das Buch „Soldat im Einsatz – Partnerschaft im Einsatz“ erklärt, was auf einen zukommt (Verlag Herder). Auf www.frauzufrau.de tauschen sich Angehörige von Soldaten aus.

* Name geändert

Auslandseinsatz – keine leichte Zeit für Paare. Eine Expertin erklärt, weshalb nicht nur die Soldaten Probleme haben. Und warum Schweigen keinesfalls Gold ist

Sebastian* sollte nur die Windeln für die Tochter umtauschen. Seine Frau Christiane* hatte die falsche Größe gekauft. Aber seine Antwort war kurz und harsch: „Darum kann ich mich nicht kümmern, ich war im Krieg!“ Zwei Wochen zuvor war Sebastian aus dem Kosovo zurückgekommen. „Mit diesem Satz begann das Unglück“, wird seine Frau später sagen. Es war der Anfang vom Ende der Beziehung.

Als Sebastian 2006 in den Einsatz geht, sind beide Mitte zwanzig, frisch verheiratet. Ein Jahr nach seiner Rückkehr trennen sie sich, er will die Scheidung. Weil sie sich nicht über das Sorgerecht für die Tochter einigen können, schaltet ein Familiengericht das Jugendamt ein, das beide zur Familientherapeutin schickt.

Anja Ulrich (33) ist Psychologin in Berlin. Vor ihrer Zeit als Familientherapeutin arbeitete sie in einem Kranken-

haus, hatte dort mit traumatisierten Soldaten zu tun. Die Beziehung von Sebastian und Christiane konnte sie nicht mehr retten. Ihre Aufgabe: einen Kompromiss finden, wer sich wann um die gemeinsame Tochter kümmert. Zweieinhalb Jahre dauert die Beratung. In den Gesprächen erfährt Ulrich, dass Sebastian nach dem Einsatz ein anderer ist: „Als er wiederkam, war er wie ein Fremder für mich“, sagt Christiane. Auch sie hatte eine schwere Zeit, als er

nicht da war: Kind, Haushalt, Sorge um ihren Mann. Er sagt: „Was ich im Einsatz erlebt habe, kann meine Frau gar nicht verstehen.“

Anja Ulrich geht der Frage nach: Was passiert mit Familien, wenn ein Partner oder die ganze Familie ins Ausland gehen? Sie berät Mitarbeiter des Auswärtigen Amtes und Unternehmen. Studien belegen: Für Arbeitnehmer ist die Familie eine Ressource, die man stärken muss. Doch während große Un-

(EAS) bietet zusammen mit Militärpfarrern Familienrüstzeiten an, bei denen Psychologen und Familientherapeuten in Workshops Tipps für die Trennungszeit geben. Doch nur wenige Soldaten nutzen das Angebot. „Da die Einsatzvorbereitung so intensiv und eng geplant ist, bleibt für die Familie kaum Zeit“, sagt Volker Specht von der EAS. Auch der Bundeswehr-Sozialdienst

FOTO: DDP, DAVID HECKER

könnte helfen. Deren Mitarbeiter besuchen Soldaten und ihre Familien auch zuhause. Das Problem: Es gibt viel zu wenig Sozialdienstmitarbeiter in der Bundeswehr, manche müssen in ihrem Zuständigkeitsbereich hunderte Kilometer weit fahren.

Was die Bundeswehr tun könnte

- * Familien mehr einbeziehen: Sie wünschen sich von den Familienbetreuungsorganisationen ehrliche Aussagen, was im Einsatz passiert. Standardvorträge und Zoobesuche reichen nicht aus.
- * Stärker individuelle Angebote für Angehörige: Der Ehemann einer San-Soldatin will was anderes als die Eltern eines Infanteristen.
- * Gemeinsame Vorbereitungsworkshops, nach der Rückkehr Paargespräche anbieten.
- * In der Einsatzvorbereitung muss klar sein: Die Vorbereitung der Familie ist genauso wichtig wie die Gefechtsausbildung!
- * Kommunikation muss kostenlos sein, Internet, Brief- und Paketversand. 30 Freiminuten pro Woche sind zu wenig.
- * Danke sagen: Eine Medaille für Familien nach dem Einsatz.

Einsatz ist so, als müssten sich Paare anschließend neu kennenlernen, sagt Psychologin Ulrich. „Gerade junge Paare gehen häufig zu naiv an die Sache heran. Sie glauben, an das anknüpfen zu können, was sie vor dem Einsatz hatten.“ Das funktioniert aber nicht. Deshalb sollte man sich nicht erst kurz vor der Abreise mit dem Einsatz auseinandersetzen. Es bringt auch nichts, die Ängste der Partnerin abzutun. Wer nur sagt, mir passiert schon nichts, ver-

schärft die Situation eher. Stattdessen sollte der Soldat die Freundin oder Frau fragen, was sie wissen möchte und sich daran orientieren. Wenn sie nichts Genaues hören will, sollte überlegt werden, ob nicht ein Dritter helfen kann, ein Freund oder der Militärpfarrer.

Erfahrungsgemäß sind die ersten zwei Wochen der Trennung die schlimmsten: Beide Partner müssen sich auf die neue Situation einstellen. Schon im Vorfeld sollte besprochen werden, wie oft man telefoniert und sich schreibt. Anja Ulrich ermuntert dazu, sich auszutauschen: „Erzählen sie gegenseitig von ihrem Alltag, auch von unwichtigen Erlebnissen.“ Fotos lassen sich schnell mailen, bedeutsame Ereignisse in einem Videotagebuch festhalten. Eine Beziehung verkräftet es, dass man mal schlecht gelaunt ist. Man sollte nur nichts vorwerfen, was der andere ohnehin nicht lösen kann.

Wer einmal um sein Leben fürchten musste, sieht den Alltag nach seiner Rückkehr mit anderen Augen. Auch wenn junge Soldaten gereift aus dem Einsatz zurückkehren, kommen viele zunächst mit der Überflussesgesellschaft nicht klar, reagieren schnell gereizt. Es kommt durchaus vor, dass sich der Mann zurückzieht, obwohl sich die Frau gerade jetzt seine Nähe wünscht. Alpträume, Schlaflosigkeit und eine Eingewöhnungsphase können erstmal normal sein und sind nicht unbedingt Ausdruck einer PTBS. Eine Anpassungsphase von ein bis zwei Monaten hält Ulrich für normal. Trotzdem sollte man sich für die Bedürfnisse des Partners interessieren und immer mal wieder nachfragen.

Dass Partner sich erst wieder finden müssen, hält die Psychologin nicht für dramatisch. Gemeinsame Freunde können dabei helfen. Ein Einsatz ist für die Beziehung nicht leicht, bietet aber auch die Chance zu reifen. Paare, die die Trennung gemeinsam meistern, finden hinterher eher wieder zueinander. Gerade im Einsatz muss um die Liebe gekämpft werden. Pascal Ziehm

MÄNNER-SACHE!?

DROGE DROGERIE

Es ist heiß, ich habe Durst. Vor mir im Regal stehen die leckeren Kombinationen Rhabarber-Limette, Melone-Wasserminze und Zitrone-Buttermilch. Am liebsten würde ich eine der Flaschen hinunterstürzen. Das Problem: Es sind Duschgels. Es ist Samstag und meine Freundin hat mich in die Drogerie mitgeschleift, „nur kurz was einkaufen“. Früher gab es Zahnpasta und Seife in der Apotheke. Fertig. Heute betritt man fußballfeldgroße Pflageempel mit endlosen Regalreihen – meine Freundin ist mir vor circa 20 Minuten abhanden gekommen. Ich bin umzingelt von Probefläschchen und habe das Gefühl, meine Nasenschleimhaut löst sich auf.

Nach langem Irren durch die Gänge finde ich meine Freundin an der Duschgel-Stelle wieder. Sie hat gerade das Produkt „Sehnsucht Südsee“ in der Hand. Sauer werde ich, als sie ein „Mülleimer-Deo“ einpacken will – einen Duftstein, den man in den Eimer kleben soll. Herrje, Mülleimer muss man ausleeren. Zitrus-Gestank nützt da nichts!

Das stille Leid der Männer in Drogerien muss endlich öffentlich gemacht werden. Und die Drogerien müssen eine Betreuung für uns Männer einrichten: einen abgetrennten Raum mit Sofas, in dem rund um die Uhr die größten Siege der Fußballnationalmannschaft gezeigt werden – ohne Nivea-Werbung mit Jogi Löw.

Felix Ehring

SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

EINE FRAGE AN: STEFANIE JURK, Pfarrhelferin, Ev. Militärpfarramt Potsdam: MIT WEM MÖCHTEN SIE MAL FÜR EINEN TAG TAUSCHEN? Jeder hat mal Tiefpunkte und überlegt sich das. Doch nun habe ich meinen Platz im Leben gefunden, mein Glück ist meine 11-jährige Tochter Caroline. Daher möchte ich mit niemandem tauschen.



Beten und feiern und diskutieren und genießen: Das alles war der Kirchentag 2011.

DER KIRCHENTAG UND AFGHANISTAN

Evangelischer Kirchentag, über Hunderttausend Besucher kamen – die Militärseelsorge war mittendrin

Passend zu dem Motto des Kirchentags „... da wird auch dein Herz sein“ soll Militärpfarrer Michael Rohde sagen, wo sein Herz war, während er im OP North in Afghanistan den Anschlag auf Bundeswehrsoldaten erlebt hat. „In dem Augenblick war das Herz schon ziemlich in der Hose“, erzählt er. Michael Rohde sitzt zum Interview in der Koje der Evangelischen Militärseelsorge in einem Kirchentagszelt in Dresden und berichtet von seinem Einsatz in diesem Jahr in Afghanistan. Und wie er sich dann „ein Herz gefasst“ und sich um die Helfer kümmert hat, die als erste bei den Verletzten und Getöteten waren.

Afghanistan war „dran“ auf diesem Kirchentag Anfang Juni in Dresden: Da ist die ehemalige EKD-Ratsvorsitzende Margot Käsmann, die bei einer Bibelarbeit sagt: Ein Gebet mit den Taliban sei eine „wesentlich bessere Idee als die Bombardierung von Tanklastwagen“. Da ist der Verteidigungsminister, Thomas de Maizière, der auf dem Kirchentag die traurige Nachricht mitteilt, dass ein 23-jähriger Oberstabsgefreiter in Afghanistan getötet worden war. Da ist der EKD-Ratsvorsitzende, Nikolaus Schneider, der sagt, Afghanistan, das sei ein „allenfalls zunehmender Krieg“. Da ist eine Podiumsveranstaltung der Militärseelsorge, die darüber diskutiert, wie man der getöteten Soldaten gedenken soll. Und da ist der Gottesdienst der Evangelischen Militärseelsorge in der Albertstadt-Kaserne, in dem der Wunsch gesungen wird, der sicherlich alle auf dem Kirchentag bewegt – egal, wie sie zu Afghanistan stehen: „Dona nobis pacem“ – gib uns Frieden!

Dorothea Siegle, Walter Linkmann

FOTOS: MARTIN MIDDENDORF/EKA, WALTER LINKMANN

TERMINE

JULI/AUGUST/SEPTEMBER

MOTORRADRÜSTZEIT, Thema „Auf den Spuren der Römer“, 4.-8.7. in Kirchberg, EvMilPfarramt Veitshoechheim@bundeswehr.org, 0931/9707-2678

KANURÜSTZEIT auf der Lahn, 25.-29.7., EvMilPfarramt KoblenzI@bundeswehr.org, 0261/896-3016

RÜSTZEIT FÜR MOTORRADFAHRENDE SOLDATEN, 25.-29.7. in der Evang. Tagungsstätte Schwanberg, EvMilPfarramtRoth@Bundeswehr.org, 09171/83-2568

FAMILIENRÜSTZEIT, 1.-5.8. in Löwenstein, EvMilPfarramtRoth@Bundeswehr.org, 09171/83-2568

EAS-TAUCHFREIZEIT, 28.8.-2.9. am Attersee im Salzkammergut/Österreich, Infos und Anmeldung unter v.specht@eas-berlin.de, 03327/50-2078

EAS-MOTORRADFREIZEIT für Biker aus dem Betreuungsbereich West, 29.8.-2.9. in und um Quedlinburg im Harz, Infos unter d.hollinde@eas-berlin.de, 0160/4759118, Fax 04261/963948

GOLFTURNIER der Bundesarbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung, 6.9. in Soltau, Infos und Anmeldung unter nord@dbwv.de, Fax 04321/44233

++++ Die Militärpfarrerinnen und -pfarrer bieten zudem zahlreiche Rüstzeiten und Aktivitäten auf Standortebene an. Infos unter www.militaerseelsorge.de > Evangelisch > Dienststellen