



SoldatInnen im Auslandseinsatz sind zahlreichen Stressoren ausgesetzt. Überlegen Sie, welche Leistungsstressoren, physikalische Stressoren, soziale und körperliche Stressoren bei einem Auslandseinsatz auftreten können!

Interview mit Mag. phil. Helmut SLOP:

Der Heerespsychologe beschreibt in einem Interview, welche psychischen Voraussetzungen eine KandidatIn für den Einsatz mitbringen sollte, welche Probleme während des Einsatzes auftreten können und warum bei der Rückkehr psychologische Unterstützung notwendig ist.



Hören Sie das Interview an. Fassen Sie die wichtigsten Tipps des Fachexperten zusammen und notieren Sie in Stichworten die Antworten auf folgende Fragen:

- ◆ Wie sieht die ideale Persönlichkeitsstruktur für den Auslandseinsatz aus?

- ◆ Welchen besonderen Anforderungen und Stressoren sind die SoldatInnen bei den Friedensmissionen ausgesetzt?

- ◆ Warum können nach der Heimkehr Probleme auftreten?

- ◆ Wie kann man Stressreaktionen bewältigen?



Sie kennen nun einige der besonderen Stressoren, die bei einem Auslandseinsatz auftreten. Könnten Sie persönlich sich vorstellen, eine derartige Belastungssituation zu bewältigen? Welche Herausforderung und Motivation mag dahinter stecken, wenn man sich für einen Auslandsaufenthalt bewirbt?