

Inhaltsverzeichnis

1 Kleine Stresskunde: Das Adrenalinzeitalter	1
Peter Buchenau	
1.1 Was sind die Ursachen?	4
1.2 Überlastet oder gar schon gestresst?	6
1.3 Alles Stress oder was?	8
1.4 Burnout – Die letzte Stressstufe	10
Literatur	12
2 Einleitung	13
3 Berufsanfänger – Ausbildungsoffensive	19
3.1 Ausbildung im mittleren Polizeivollzugsdienst	25
3.2 Duale Karriere – Beispiel „Endorfer Modell“ der Bundespolizei	26
3.3 Ausbildung (Studium) im gehobenen Polizeivollzugsdienst	27
3.4 Ausbildung (Studium) im höheren Polizeivollzugsdienst	29
Literatur	30

4 Laufbahnwechsel – dienstliche Weiterentwicklung	31
4.1 Aufstiegschancen für Berufserfahrene	31
4.2 Eignungsauswahlverfahren	32
5 Auswirkungen des Berufs auf private Aktivitäten und umgekehrt	37
5.1 Soziale Netzwerke	37
5.2 Private Kenntnisnahme von Straftaten	52
Literatur	54
6 Dienstliche Stressoren	55
6.1 Persönliches Informationsmanagement	56
6.2 Persönliche Fortbildung	59
6.3 Auswirkungen des Arbeitsumfeldes	61
6.4 Arbeitsbedingungen	62
6.5 Zustand des Arbeitsplatzes	64
6.6 Großeinsätze	65
6.7 Überstunden	72
6.8 Wochenenden mit Dienst	73
6.9 Sonder- und Wegerechtsfahrten	74
6.10 Ermittlungen	78
6.11 Widerrechtliche Datenabfragen	83
6.12 Durchstechen von als Verschlusssache eingestuften dienstlichen Informationen	84
6.13 Beurteilungen	85
6.14 Beförderungen	89
6.15 Unterschiedliche Bezahlung	92
6.16 Karriereplanung	93
6.17 Unzufriedenheit – Flucht in die Öffentlichkeit	94
6.18 Erreichbarkeit	95

6.19	Video-/Bildaufnahmen von Einsatzsituationen und deren Veröffentlichung im Internet	96
6.20	Ausspähung und Bedrohung von Polizisten/Polizistinnen	100
	Literatur	102
7	Persönliche Stressoren	103
7.1	Vereinbarkeit von Familie und Beruf	103
7.2	Entfernung Wohnort/Dienstort	106
7.3	Trennung von Familie/Freunden/Freundinnen	112
7.4	Schichtdienst	114
7.5	Längerfristige Erkrankung	114
7.6	Schwerbehinderung	115
7.7	Nebentätigkeiten	116
7.8	Personalführung	117
8	Unzufriedenheit mit Entscheidungen der Justiz	121
	Literatur	124
9	Umgang mit vermehrter Gewalt gegen Polizisten/Polizistinnen	125
9.1	Nutzung von Führungs- und Einsatzmitteln	128
9.2	Zusammenarbeit mit Kollegen/Kolleginnen	130
	Literatur	131
10	Auslandsverwendungen	133
	Literatur	136

XVI Inhaltsverzeichnis

11 Lebensbedrohliche Einsatzlagen (LebEL)	137
11.1 Amokläufe	138
11.2 Weitere lebensbedrohliche Einsatzlagen	139
Literatur	151
12 Umgang mit dem Tod	153
12.1 Überbringen einer Todesnachricht	154
12.2 Suizid	156
12.3 Suicide by Cop	158
12.4 Suizid von Kollegen/Kolleginnen	159
12.5 Tötungsdelikte	175
Literatur	178
13 Unfälle	181
13.1 Dienstunfälle	181
13.2 Unfälle mit dienstlichen Schusswaffen	184
14 Der wohlverdiente Ruhestand	189
Literatur	191
15 Polizeibeauftragte(r)	193
Literatur	196