

BLOCKSEMINAR

Mentale Vorbereitung auf (polizeiliche) Extremsituationen

Dr. Hans Peter Schmalzl

Hintergrund

Spätestens seit den Terrorattacken von Paris 2015 und nachfolgenden Anschlags- und Amoktaten in verschiedenen europäischen Städten und nicht zuletzt auch in Deutschland stellt sich für die Polizeipsychologie die Frage, welchen Beitrag sie zur erfolgreichen polizeilichen Bewältigung derart extremer, sprich lebensbedrohlicher Einsatzlagen leisten kann. Da Psychologie am Verhalten und Erleben des einzelnen ansetzt, liegt auch der psychologische Fokus auf der Optimierung des Einsatzhandelns jeden/er einzelnen Polizeibeamt/in.

Eine Möglichkeit der Verhaltensoptimierung ist die mentale Vorbereitung.

Hier stellen sich Fragen wie diese: Wie kann sich ein Polizeibeamter mental auf mögliche lebensbedrohliche Einsatzlagen vorbereiten? Wie schafft er es, sich *auch mental* so zu präparieren, dass er den Einsatz dann tatsächlich erfolgreich bewältigt? Wie wird er psychologisch mit unmittelbarer Bedrohung fertig und wie kann er gerüstet sein, um die Verarbeitung eines Extremeinsatzes erfolgreich in Angriff zu nehmen?

Seminarziele

Das Seminar gibt Einblicke in die Psychologie komplexen menschlichen Verhaltens in Extremsituationen am Beispiel der polizeilichen Einsatzbewältigung. (Das Seminar gibt keine Einblicke in die taktischen Aspekte polizeilichen Handelns!) Ausgehend vom polizeilichen Kontext soll der Frage nachgegangen werden, was die mentale Beschäftigung mit zukünftigen Herausforderungen grundsätzlich zu leisten imstande ist.

Theoretische und praktische Seminarinhalte

- Theoretisches Grundverständnis der Bedeutung mentaler Prozesse, vor allem für die Bewältigung von Extremsituationen
- Theoretisches Grundverständnis für (unwillkürliche) physiologische und psychologische Reaktionen vor und während einer Extremsituation
- Techniken der (mental)en Selbststeuerung zur Regulation von emotionaler Erregung, Stressbelastung oder hinderlicher Gedanken
- Möglichkeiten der mentalen Vorwegnahme (Antizipation) von (Einsatz-)szenarien und Einstimmung auf Handlungsoptionen
- Techniken zur (mental)en Fokussierung auf die Erfordernisse der (Einsatz-)situation einschließlich der Beachtung von Aufmerksamkeitssteuerung und Wahrnehmung
- Wege der Selbstfürsorge nach einem lebensbedrohlichen Ereignis zum Abbau von Belastung bzw. zur Verhinderung von Trauma-Folgen mit Hinweisen auf Möglichkeiten institutionalisierter psychosozialer Unterstützung

Maximal 16 Teilnehmer

Vorerfahrungen mit der Thematik „mentales Training“ wären wünschenswert. Erfreulich wäre auch Interesse an Kognitionspsychologie allgemein, an Entscheidungsprozessen, Heuristiken, der Bedeutung mentaler Antizipation etc.

Freitag, 24. 05. 2019, 14:30 – 20:30 Uhr, Raum FL 216b

Samstag, 25. 05. 2019, 09:30 – 15:30 Uhr, Raum FL 216b

Anmeldeformulare finden im Internet <http://www.uni-muenster.de/Psychologie/> oder im Dekanat FB 7 (R.1 b/c)