

Auch junge, unerfahrene Polizeibeschäftigte, die bisher wenig mit kraftzehrenden herausfordernden Situationen des polizeilichen Alltags konfrontiert wurden, können hier eine primärpräventive Stärkung erfahren.



Aus polizeiseelsorgerischer Sicht geht es dabei darum, die Verletzlichkeit der Seele anzunehmen und nach Möglichkeiten zu suchen, sie wirkungsvoll zu schützen.



Abschlussmotto des Kraftraumbesuches:

**„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.“** (Aristoteles 384-322 v.Chr.)



**„Besuchen Sie unseren Kraftraum!“**



### Abteilung 3

Dezernat 34 - Teildezernat 34.4

Zentrum für ethische Bildung und Seelsorge  
 in der Polizei NRW (ZeBuS)

Im Sundern 1 - 59379 Selm

Telefon: 02592 68-3442/3443 / CN-POL: 07 481-3442/3443

td34.4zebus.lafp@polizei.nrw.de

**Ihre Ansprechpersonen „Kraftraum“**

PHK Detlev Schrör

PHKin Lil Herholz

POK Nils Kramer



## Kraftraum

Wer dem Bösen begegnet, läuft Gefahr,  
 den Blick für das Gute zu verlieren!

## “Wer dem Bösen begegnet, läuft Gefahr, den Blick für das Gute zu verlieren!”

Das LAFP NRW hat mit dem „Grenzgang“ und dem „Kraftraum“ eine Plattform für die Bereiche werteorientierte Polizeiarbeit und polizeiliche Seelsorge geschaffen. Dabei geht es primär um die Förderung der moralischen Integrität und Stabilität, sowie die mentale und seelische Stärkung der Polizeibeschäftigten.

Der gelenkte Reflexionsprozess im „Grenzgang“ erzeugt bei vielen Polizeibeschäftigten eine starke emotionale Beteiligung. Häufig wird bei ihnen ein ausgeprägtes Maß an Betroffenheit bis hin zur Bedrücktheit sichtbar. Viele verlassen die Räumlichkeiten gedankenversunken mit „gesenktem Haupt“ und dem subjektiven Gefühl, sehr viel aushalten zu müssen.

Polizeibeschäftigte - wie auch Regierungsbeschäftigte der Polizei - sollten gerade bei der Ausübung ihres erlebten „Polizeialltags“ eine weitere notwendige, persönliche Stärkung erfahren. Diesen Gedanken der **individuellen Stärkung** verfolgt der moderierte Gedankenaustausch im „Kraftraum“.



Hier soll ein Perspektivwechsel von den kraftzehrenden, belastenden Situationen zu den kraftspendenden, entlastenden Aspekten des polizeilichen Alltags und darüber hinaus durchgeführt werden.

Dies kann vor dem Hintergrund eines Grenzgangbesuchs, aber auch losgelöst davon mit z. B. Gruppen erfolgen, die in besonders belasteten Arbeitsbereichen eingesetzt sind.

### Ressourcenaktivierung heißt das Ziel!

Der „Kraftraum“ ist keine „Muckibude“ im herkömmlichen Sinne mit Hanteln und Geräten. **Es handelt sich hierbei eher um eine „Muckibude für den Kopf und die Seele.“**

Kraft schöpfen und „seelische Eigensicherung“ stehen im Zentrum des gelenkten Gruppenprozesses.



Durch den moderierten Austausch werden positive Haltungen und Einstellungen auf der Suche nach neuen Kraftquellen ausgetauscht.

„**Stärken durch (mit-) teilen,**“ lautet die Maxime.

Folgende Durchführungsvarianten bieten wir an:

- Tagesveranstaltung:  
„Grenzgang“/Mittagspause/„Kraftraum“
- Halbtagesveranstaltung:  
Separater „Kraftraum“-Besuch
- Veranstaltungsformat nach Absprache



Die Tagesveranstaltungen werden vom ZeBuS als eintägige Maßnahmen angeboten und durchgeführt. Halbtagesveranstaltungen können vom ZeBuS separat angeboten und durchgeführt, aber auch in vorhandene Fortbildungsangebote integriert werden.

Hierbei können verschiedene inhaltliche Schwerpunkte gesetzt werden, z. B.:

- Wertediskussionen
- Reflexion des beruflichen Ethos/  
Berufsrollenreflexion
- Motivation/Motivierung
- Selbstfürsorge/Fürsorge für  
Mitarbeitende
- Umgang mit belastenden Situationen/Stress