

C. Lorei, F. Hallenberger (Hrsg.):

GRUNDWISSEN STRESS

Verlag für Polizeiwissenschaft, Frankfurt 2014. 413 S., € 14,90

ISBN 978-3-86676-251-0

Stress, wer hat nicht schon Stress gehabt. Einer der am meisten gebrauchten Begriffe, vier Jahrzehnte alt und von seinem Begründer H. Selye in damals nicht eigener Sprachumgebung nicht so ganz sinnvoll eingeführt (sprich: Terminus aus der Physik entlehnt, besser hätte es „strain“ geheißen). Gleichwohl: kein ursprünglicher Fach- und später populärmedizinischer, schließlich Allgemein-Begriff hat eine solche Karriere gemacht. Der Grund: Ursachen, Auslöser, Belastungs-Faktoren und Folgen auf allen Ebenen werden immer bedrängender. Kein Wunder, dass die Literatur, vom spezifischen Fachwissen bis zur Alltagssprache, nicht mehr überschaubar ist. Stress ist ein medialer „Renner“, aber eben auch eine ernste psychosoziale Belastung.

Und deshalb würde man sich gerne umfassend, vor allem allgemeinverständlich informieren. Nun gibt es auch dazu ein nicht mehr überschaubares Angebot. Nicht alles aber vereint fundiertes Fachwissen mit verständlicher Darbietung. In diesem Zusammenhang und zusätzlich zu ganz verschiedenen Themen hat sich der Verlag für Polizeiwissenschaft, Prof. Dr. Clemens Lorei, Frankfurt, einen guten Namen gemacht. Seine wichtigste Klientel ist, wie der Name sagt, die Polizei. Und hier kann man sich gut vorstellen, dass das, was man ihnen an entsprechenden Fachkenntnissen anbietet, nicht nur verständlich, sondern auch „erd-verbunden“ bleiben muss, so wie der Alltag polizeilicher Aufgaben es vorsieht.

Und so kann man den vorliegenden Übersichtsband über den Stress als Basiswissen Stress empfehlen, und zwar nicht nur für die Polizei in der Aus- und Fortbildung, sondern auch für Interessenten aller Bereiche, die auf praktische Empfehlungen angewiesen sind.

Deshalb werden neben den wichtigsten Theorien vor allem die auslösenden Bedingungen, deren kognitive Verarbeitung und ihre Folgen dargestellt. Und deshalb dürfen auch Hinweise zur konkreten Bewältigung von Stress nicht fehlen, von den Stress-

Reaktionen über das Stress-Management bis zum Stress und seinen gesundheitlichen Konsequenzen. Das ist der erste Teil, rund 150 Seiten, der jeden interessieren dürfte.

Nicht uninteressant, aber natürlich spezifischer sind die Sonderkapitel über Polizei und Stress, von den Empfehlungen über gesichertes Gesundheitsverhalten und die berühmte Work-Life-Balance im Polizeiberuf, bis zu Burnout oder schließlich Traumatisierungen und ihren Folge-Störungen in einem Beruf, auf dessen Leistung wir alle angewiesen sind, wobei wir uns aber zumeist keine Vorstellung von den mitunter begrenzten Verarbeitungsmöglichkeiten schwerer Beeinträchtigungen machen.

Die Autoren sind einerseits renommierte polizei-interne Experten, andererseits Fachleute weiterer Bereiche, die sich mit der Polizei und ihren Aufgaben wissenschaftlich und praktisch beschäftigen. Herausgekommen ist dabei nicht nur ein spezifisches Fach-, sondern allgemeines Lehrbuch für Interessierte jeglicher Berufszweige mit entsprechenden Aufgaben und insbesondere Stress-Gefährdung. Und da sich hier noch einiges tun wird, vor allem was die Breite und Tiefenwirkung zukünftiger Stress-Auslöser angeht, versprechen die Herausgeber und Autoren auch weiterhin neue wissenschaftliche Theorien und praktische Anwendungsbereiche zu berücksichtigen, d. h. zu ergänzen, zu aktualisieren – und damit einem möglichst breiten Interessenkreis hilfreich verfügbar zu machen. Man darf gespannt sein (VF).