

# EDITORIAL

## SUIZID – NICHT NUR IM POLIZEIDIENST

VON ECKHARD NIEBERGALL

(I. Vorsitzender Polizeitrainer in Deutschland e.V.)



### LIEBE LESER,

Das Editorial zum Thema Suizid schreibe ich nach einem langen, inneren Dialog. Als Ergebnis des Für und Wider bin ich zu dem Schluss gekommen, dass ich nach 42 Dienst- und 67 Lebensjahren die Pflicht habe, meine Erfahrungen zu teilen, um damit vielleicht Andere vor Schaden zu bewahren oder zu helfen, Krisen besser zu überstehen.

### PID-MAGAZIN UND POLIZEITRAINER KONFERENZ

Bereits im Jahr 2019 haben wir im Rahmen des Beitrags „Policiers en Colère – Polizisten in Wut“ im Polizeitrainer Magazin Nr. 23 Suizide von Polizistinnen und Polizisten in Frankreich als beunruhigendes Phänomen beschrieben. Nicht nur deshalb stand das Thema auf der Agenda der EUROPÄISCHEN POLIZEITRAINER KONFERENZ 2022 und ist in dieser Ausgabe mit einem Beitrag unseres französischen Kollegen Harald Wilmin vertreten. Wenn Menschen – nicht nur Polizistinnen und Polizisten – den Freitod wählen, ist das meist keine spontane Entscheidung, sondern das Ende eines Weges, verbunden mit dem Gefühl der Ausweglosigkeit. Mit dem Suizid des Menschen beginnt das Leiden von Partnerinnen und Partnern, Kindern, Familien, Freunden und Kollegen.

### AUS EIGENER ERFAHRUNG

Ich war etwa acht Jahre alt und arbeitete in unserem Garten als Hugo, ein Nachbar und guter Freund der Familie auf seinem Weg zum Wald kurz bei mir anhielt. Hugo, der nach einem Chemieunfall über starke Schmerzen

klagte, die jedoch kein Arzt erklären konnte, zeigte mir einen Strick und sagte, er halte es nicht mehr aus und würde sich im Wald erhängen. Am Abend fand man ihn tot an einem Hochsitz. Danach gab es eine anhaltende Diskussion in unserem (katholisch geprägten) Dorf, ob es eine kirchliche Bestattung geben dürfe, da Selbstmord eine Sünde und Frevel an Gottes Wille sei.

1976 war ich im zweiten Ausbildungsjahr bei der Bereitschaftspolizei und besuchte meine Eltern sporadisch an Wochenenden. An einem Samstag saß ich in der Küche, hörte ein lautes Geräusch aus dem Schlafzimmer und fand meinen Vater sterbend in seinem Bett. Er hatte sich mit dem Gewehr in die Schläfe geschossen.

Zwei Wochen nach einer ausgelassenen Feier, an der auch mein Schulkamerad Hubertus teilnahm, tötete dieser seine Freundin und anschließend sich selbst mit einem Revolver, den er als Jäger legal besaß.

Einige Zeit, nachdem ich eine Dienststelle in der Frankfurter Innenstadt verlassen hatte, erhielt ich die Nachricht von Kollegen, dass sich mein Streifenpartner erschossen hatte. Mehrere Kollegen von anderen Einheiten, bei denen ich es ebenso wenig erwartet hätte, beendeten in den folgenden Jahren ihr Leben – die meisten mit ihren Dienstwaffen.

Nachdem ich den besorgten Anruf seiner Tochter erhielt, in dem sie mich darum bat, ihren Vater zu suchen, fand ich ihn – einen meiner besten Freunde – tot im Kellerraum. Er hatte sich mit einem Holzkohलगrill das Leben genommen und vorher noch ein Hinweisschild an der Tür angebracht.

### TRAUER, WUT, SCHULD, FRAGEN

Diese Ereignisse haben mich massiv getroffen und Verletzungen in Geist und Seele verursacht. Nach dem Gefühl, wie paralysiert zu sein, folgten Fassungslosigkeit, tiefe Trauer und das Empfinden einer latenten – nicht juristischen, aber doch moralischen Schuld – verbunden mit der Frage, was man hätte tun können, um das Leben des Menschen zu retten. In einem anderen Zusammenhang habe ich einmal gelesen, dass es nicht darauf ankomme, wie ein Mensch stirbt, sondern wie er sein Leben gelebt habe. Das mag für die Person selbst gelten – für Kinder, Partner, Familie, Freunde, diejenigen, die zurück bleiben, kann es einen erheblichen Unterschied bedeuten, wie ein Mensch aus dem Leiben scheidet. Das gilt insbesondere, wenn man als Polizeibeamter einem Angreifer in Notwehr oder Nothilfe das Leben nehmen musste. Wenn dies durch sogenannten „Suicide by Cop“ stattfindet, das heißt, dass die Person den Schusswaffengebrauch provozierte, um getötet zu werden und es strafrechtlich keinen Vorwurf gibt, bleibt unter Umständen trotzdem ein Gefühl der moralischen Schuld. Mir wurde das bei der Schilderung eines Falls aus den USA bewusst: Nachdem ein älterer Polizeibeamter einen jungen Mann töten musste, der ihn in Suizid-Absicht angegriffen hatte, hörten Kollegen ihn sagen: „Son why did you make me to shoot you?“

### WEGE AUS TIEFEN TÄLERN

Wenn man als Kind und Jugendlicher in einer Umgebung aufwächst, in der

Weinen als Zeichen von Schwäche gesehen wird und männliche Stärke das Maß der Dinge ist, besteht das Verarbeiten von traumatischen Erlebnissen oft im Verdrängen.

Das war auch bei mir so. Ich war lange Zeit nicht in der Lage mit anderen über meine Gefühle zu sprechen. Selbst mit denen, die mir am nächsten waren. Dazu trug sicher nicht unerheblich bei, dass der damalige Polizeidienst eine „Men's World“ war, in der „harte Typen“ gefragt waren. Und als solche sahen und verhielten wir uns. Verdrängen – als Teil einer Gesamtstrategie- kann ein probates Mittel sein. Es funktionierte bei mir aber leider nur für eine gewisse Zeit. Um gestärkt aus dem gefühlten „tiefen Tal“ zu kommen, half mir vor allem das Gespräch mit Menschen, denen ich vertraute und zu denen ich eine enge Bindung hatte. Und: Ja, die Narben bleiben, aber sie schmerzen nicht mehr so wie früher.

### RESILIENZ

Ich habe mir in meinem Leben immer wieder die Frage gestellt, was ich aushalten könnte, ohne zu zerbrechen. Körperlich. Geistig. Seelisch. Die glaubwürdige Antwort musste ich mir schuldig bleiben. Darum versuche ich es positiv zu formulieren. Außer einer angeborenen Resilienz helfen sicher einige Dinge, auf die man selbst Einfluss hat. Dazu gehören – unter anderem- gesunde Ernährung, guter Schlaf, körperliche und geistige Beweglichkeit. Stabile, familiäre Beziehungen.

Gute Freunde. Aufmerksamkeit für Entwicklungen im Umfeld und eine dialektische Analyse. Der Glaube an positive Werte, Liebe und Hoffnung für sich selbst und die Menschen, die einem wichtig sind. Und nicht zu vergessen: Selbstvertrauen.

### PRÄVENTION

Es beginnt mit starken Kindern. Wir, Eltern und Großeltern, sind diejenigen, die dazu beitragen können, dass aus

starken Kindern starke Erwachsene werden. Dabei hat uns niemand versprochen, dass diese Aufgabe einfach wird. Sie ist aber lösbar. Wie? Vor allem durch das Vorleben eines positiven Beispiels. Dabei gilt: Das Beste geben und bei Misserfolgen weitermachen, denn: Es zahlt sich aus. Kindern Werte wie gutes Sozialverhalten, Mitgefühl, Disziplin (im positiven Sinn) und Durchhaltevermögen vorzuleben, erhöht die Chance, dass aus diesen Kindern Erwachsene werden, die bei Tiefschlägen zu Boden gehen, aber stärker wieder aufstehen.

Es reduziert die Gefahr, dass sie in ausweglos erscheinenden Situationen aufgeben und den Freitod wählen. Wenn Kindergärten, Schulen und Vereine junge Menschen in diesem Kontext begleiten und ihre Stärken fördern, beeinflusst das einen positiven Lebensweg in erheblichem Maße. Ja, die aktuellen Entwicklungen sind weit von diesem Idealzustand entfernt. Aber Aufgeben ist auch hier keine Alternative. Während des polizeilichen Studiums sollte eine intensive Auseinandersetzung mit den Themen Gewalt und Tod nicht nur im juristischen Kontext, sondern auch unter ethisch-moralischen Aspekten stattfinden. Obwohl in Deutschland bei Psychologischen Diensten schon beachtliche Verbesserungen festzustellen sind, gibt es hier noch erheblichen Handlungsbedarf. Auch in diesem Zusammenhang gilt der Grundsatz: Der Kluge lernt von den Erfahrungen anderer. Daher empfiehlt sich der Blick über den (nationalen) Tellerrand – vor allem bei der praktischen Umsetzung. In den USA gibt es – außer den staatlichen Institutionen – private Organisationen zur Suizidprävention und Hilfe für Angehörige, die mit guten Ideen und hohem Engagement landesweit Betroffene unterstützen. Dazu gehören Initiativen und Aktionen, die sowohl einzelne Personen als auch Behörden ansprechen und damit das kollektive Bewusstsein fördern. Daraus entsteht

eine höhere Aufmerksamkeit für Alarmsignale.

### DIE ROLLE VON FÜHRUNGSKRÄFTEN

„Der Fisch stinkt am Kopf zuerst“, lautet ein Sprichwort, das sich während meiner Dienstzeit leider in einigen Fällen als zutreffend erwiesen hat. Insbesondere der emotionale Schaden, den sogenannte Führungskräfte anrichten, ist mit keiner Gehaltserhöhung oder verordneten Teamentwicklungsmaßnahmen zu kompensieren.

Die wichtigste Führungsaufgabe (auf allen Ebenen) ist, für ein gutes Betriebsklima zu sorgen und Menschen das Gefühl zu vermitteln, dass sie respektiert, beachtet und geachtet werden. Daraus entsteht Vertrauen und Stärke. Es ist die Grundlage für einen positiven Teamgeist und gibt Menschen Halt, wenn sie in eine Krise geraten. Es motiviert Kolleginnen und Kollegen über Probleme zu sprechen, die sie bewegen oder die ihnen auf der Seele brennen. Ich denke immer wieder an meinen ersten Dienstgruppenleiter in Frankfurt. Heinrich – alle nannten ihn Henner – hatte schrohweißes Haar und ein polizeiliches Fachwissen, das beeindruckend war. Viel beeindruckender war jedoch für mich, wie er mit allen Kollegen umging. Auch in schwierigen Situationen blieb er ruhig, respektvoll und höflich. Er hatte immer ein „offenes Ohr“ und einen Rat, wenn man darum bat. Ich hätte mir Leute wie ihn als Dozent für angehende Führungskräfte gewünscht, um das zu lehren, was man nur im wahren Leben lernt: Mitgefühl, Verständnis – Humanismus. Wenn ich jemanden als den menschlichsten Polizisten nominieren sollte, den ich in 42 Dienstjahren kennengelernt habe, dann wäre er es.

Chapeau Henner – Du warst mein bester Lehrer! ■

*IHR ECKHARD NIEBERGALL*