

Achtsamkeit in der Polizei: Reinhard Renters Plädoyer für mehr Gelassenheit!

Reinhard Renter fördert Achtsamkeit in der Polizei, um Stress zu bewältigen und emotionale Intelligenz zu stärken. Ein Schlüsselkonzept für Führungskräfte!



Villingen-Schwenningen, Deutschland - In den letzten Tagen hat das Thema Achtsamkeit in der Polizei an Bedeutung gewonnen. Reinhard Renter, der ehemalige Polizeipräsident von Offenburg, stellte kürzlich sein neues Buch „Achtsamkeit in der Polizei“ vor, das im Springer Gabler Verlag erschienen ist. Renter, der selbst in Krisensituationen die Techniken der Achtsamkeit entdeckte, beschreibt, wie diese Praktiken es Polizisten ermöglichen, ihre eigenen Emotionen besser zu regulieren und im hektischen Arbeitsalltag fokussierter zu bleiben. Die Herausforderungen im Polizeidienst sind enorm und erfordern schnelle, oft stressige Entscheidungen. „Atemübungen und kurze Achtsamkeitspausen helfen dabei, gelassener zu agieren“, sagt Renter, und fügt hinzu, dass Achtsamkeit nicht

nur für das persönliche Wohl, sondern auch für eine empathische Führung innerhalb des Polizeidienstes entscheidend ist, wie stadtanzeiger-ortenau.de berichtete.

Achtsamkeit als Schlüsselkompetenz

Renter betont die Wichtigkeit von Achtsamkeit als Schlüsselkompetenz für Führungskräfte in der Polizei. „Führungskräfte müssen nicht nur für ihre Entscheidungen Verantwortung übernehmen, sondern auch für ihre Mitarbeiter“, erklärt er. Das Buch soll als praktischer Leitfaden dienen, nicht nur für Beamte der Polizei, sondern auch für andere Berufsgruppen, die in hochbelasteten Umgebungen arbeiten. Es bietet wissenschaftliche Hintergründe, persönliche Erfahrungsberichte und konkrete Übungen, die leicht in den Alltag integriert werden können, wie springer.com erklärt.

Zusammengefasst fordert Renter dazu auf, Achtsamkeit als Ressource nicht nur für das individuelle Wohl, sondern auch für effektive Teamarbeit zu nutzen. #Vergebung spielt ebenfalls eine zentrale Rolle in seinem Ansatz, um negative Emotionen loszulassen und stressigen Situationen besser zu begegnen. Diese Philosophie soll dazu beitragen, das emotionale Wohlbefinden von Polizisten zu fördern und das Risiko eines emotionalen Ausbruchs zu verringern.

Details	
Ort	Villingen-Schwenningen, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• nag-news.de• www.stadtanzeiger-ortenau.de• link.springer.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at