



#36 Coming-out Alex

„Schmerzensgeld statt Sinn – darum hänge ich die Uniform an den Nagel.“

Warum wollte ich nicht mehr Polizist sein?

SINNFRAGE

Mit kurzer Unterbrechung bin ich seit 2008 im Polizeidienst. Erst nach meinem Abitur habe ich mich überhaupt (durch Zufall) mit dem Beruf beschäftigt. Ich wollte etwas Sinnvolles für die Gesellschaft tun, **einzelnen Menschen durch direkten Kontakt in schwierigen Lebenssituationen beistehen und helfen und natürlich die Straßen sicherer machen**. Dafür war ich auch bereit Opfer zu erbringen. Bis vor ein, zwei Jahren habe ich auch wirklich für diesen Beruf gelebt. Und das ist auch wortwörtlich so.

Als Polizist lässt man gerade im privaten Leben einiges liegen. Ob es die Wochenenden sind, an de-



nen sich die Freunde treffen. Die Feiertage, an denen sich die Familie trifft oder sonstige besondere Momente (Hochzeiten, Geburtstagen, Taufen, etc.). Oder dass man kurzfristig Verabredungen absagen musste, weil man länger machen musste. Nicht selten musste ich aufgrund des Dienstes mein Privatleben opfern. Früher konnte ich das noch relativ gut kompensieren, da ich einen wirklichen Sinn hinter meiner Arbeit gesehen habe.

Mit den Jahren verblasste dieser Sinn aber immer mehr. Insbesondere in den letzten zwei Jahren wurde mir das immer bewusster. Die inneren Sicherheitsorgane (Polizei, Zoll, Steuerfahndung, JVAen, die Justiz, usw) können auf Grund steigender Arbeitsbelastung (hier auch ein großes Dankeschön an unsere politischen Entscheidungsträger) ihrer Arbeit nicht mehr in dem Maße gerecht werden, wie ich das für mich als Polizist, aber auch für mich als deutscher Staatsbürger erwarte.



Die Arbeit fühlt sich für mich oft wie eine Art Arbeitsbeschaffungsmaßnahme an. Da kann ich noch so viele Überstunden machen und mein Herz und Blut reinstecken. Denn ändern tut sich ja eh nichts. Und das wurde mir immer bewusster.

MENTALE UND KÖRPERLICHE GESUNDHEIT

Wie bereits erwähnt, muss ein Polizist im Schichtdienst einiges opfern. Insbesondere was das Privatleben angeht. Dazu kommt auch noch die Gesundheit, denn Schichtdienst ist einfach nicht gesund für unseren Organismus. **Nicht nur der Schlafrhythmus wird durcheinandergebracht, auch die Ernährungsweise kann mitunter leiden.**

Je nachdem wie die Schichten getaktet sind, bleibt keine Zeit frisch zu kochen und sich gesund zu ernähren. Oft wird dann mal schnell was auf die Hand geholt. Ausgewogen ist natürlich anders. Aber auch wie die Nahrung aufgenommen wird. Feste Pausen hat man nicht. Man isst dann, wenn man kann. Und deswegen essen Polizisten tenden-



ziell eher hastig und schnell. Weil man eben nicht weiß, ob man in Ruhe zu Ende essen kann. Oder ob man überhaupt heute noch was essen kann.

Dazu kommt dann natürlich auch noch die Belastung während der Arbeit an sich: Polizisten geraten schnell in Situationen, welche von starken Emotionen geprägt sind. **Sei es, dass man starken Emotionen wie Wut, Trauer und Angst des polizeilichen Gegenübers ausgesetzt ist.** Oder man diese Emotionen selbst verspürt. Obendrauf kommt auch noch die körperliche Belastung. Die Ausrüstung (die zumindest in NRW immer besser wird) wiegt einiges, dazu kann es auch zu körperlichen Auseinandersetzungen kommen und wenn im Hochsommer teilweise 35 Grad sind, kann man sich vorstellen, wie schwitzig es wird. Sprich, der Dienst als Polizist im operativen Dienst (auf der Straße) ist körperlich und mental eine Herausforderung. Dazu benötigt man natürlich Zeit, um zu regenerieren. Aber insbesondere in den warmen Monaten sind 50-Stunden-Wochen keine Seltenheit. Wo bitte soll



man denn anständig regenerieren und vor allem auch mal die Eindrücke verarbeiten?

WERTSCHÄTZUNG

Dazu wird dann auch noch erwartet, dass Polizisten gefälligst sportlich sein sollen. Dass sie perfekt mit der Schusswaffe umgehen können. Dass sie perfekt Autofahren können. **Dass sie immer wie eine Maschine ohne eigene Emotionen reagieren und handeln müssen.** Aber wenn Polizisten nicht auch die Zeit und die Möglichkeiten gegeben werden, um diesen (auch von Medien und Politik geschürten) Erwartungen gerecht zu werden, dann ist das schlichtweg einfach unfair. Und selbstverständlich dürfen Polizisten bei all diesen Dingen niemals einen Fehler machen. Selbst wenn man provoziert, angepöbelt, angefasst und angespuckt wird: man MUSS cool bleiben. Denn sonst landet die Reaktion in den sozialen Medien und man muss mit entsprechenden Konsequenzen rechnen. Als kleines Bonbon darf man sich dann öffentlich auch noch von Politikern wie Fr. Nietzard denunzie-



ren lassen. Und das nur wenige Wochen nachdem ein Mensch während der Ausführung seines Dienstes vor aller Augen abgestochen wird. (An dieser Stelle: wie war das noch mit der Aufrechterhaltung der Demokratie? Die muss doch mit allen Mitteln geschützt werden, oder? Ist die Polizei nicht ein Pfeiler der Demokratie? Muss diese nicht auch geschützt werden?)

Anstatt dass Menschlichkeit und Schwächen einem Polizisten zugestanden wird, wird nochmal draufgehauen: „du hast dir den Beruf ja selbst ausgewählt“, „Berufsrisiko“ oder halt „NIEMAND MUSS BULLE SEIN“. Ja stimmt. Und genau das nehme ich mir jetzt zu Herzen. Aber genau diesen Menschen, die immer nur „kritisieren“, möchte ich eins ans Herz legen: wenn Ihr eine bessere Polizei wollt, dann solltet ihr auch durch Euren Handeln und Tun (bei Wahlen aber auch im täglichen Umgang) dafür sorgen, dass der Polizeiberuf wieder mehr geschätzt und dadurch attraktiver wird. Denn sonst, und das ist die logische Konsequenz, wer-



den sich immer weniger gute und fähige Menschen in den Polizeiberuf verirren. **Ich jedenfalls werde meine körperliche und mentale Gesundheit nicht mehr für ein System hergeben, das es nicht zu schätzen weiß.**

ZUKUNFTSMUSIK

Der Punkt, der letztendlich ausschlaggebend dafür war, dass ich mich bereits vor 1 ½ Jahren auf die Suche nach einem anderen Berufsfeld gemacht habe: die quantitativ und qualitativ ansteigende Kriminalität, der wir nicht mehr Herr sind und in meinen Augen auch nicht mehr Herr werden können. Das Kind ist aus meiner Sicht bereits in den Brunnen gefallen. **Dafür haben bestimmte kriminelle Strukturen jetzt schon zu viel Macht, Einfluss und finanzielle Mittel.** Und anstatt das wir uns jetzt mal auf das Wesentliche konzentrieren, wird viel zu viel Zeit und Energie mit der Verwaltung der Verwaltung verschwendet. **Insbesondere die Flüchtlingskrise und in den letzten Jahren die Neuorientierung des BtM-Gesetzes haben die Si-**



Sicherheitsorgane überfordert und werden das Fass noch weiter überlaufen lassen.

ABER: das ist auch nur meine Sicht der Dinge. Jeder darf die Augen aufmachen, sich bewusst umschauen und sich eine eigene Meinung bilden.

Kurzes Gedankenexperiment: wie hat sich die Situation Deutschlands in den letzten 10 Jahren verändert? Glaubst du es wird jetzt besser, wo die Kassen leer sind und unsere nächsten Generationen mit mehreren Milliarden verschuldet wurden? Und das sind nur Probleme IN Deutschland.

Schau dich mal im europäischen Umland um. Auch das werden (diplomatisch ausgedrückt) Herausforderungen für Deutschland. Es gibt sicherlich Personen innerhalb der Sicherheitsorgane, die das anders einschätzen. Aber das ist ja das Tolle an unserem Leben: wir können selbst entscheiden, was wir denken. Und mit denken meine ich sich eine eigene Meinung bilden. Und zwar dadurch, dass man mit offenen Augen durch das Leben



geht. Dass man auch die letzten Jahre reflektieren und sich eine Meinung nicht durch digitale Bilder in einer Röhre oder auf Grund von Wörtern in Printmedien ausdrücken lässt.

RÜCKBLICK

Was mir der Polizeiberuf allerdings gebracht und ermöglicht hat, möchte ich auch nicht verschweigen. Grundsätzlich möchte ich an dieser Stelle auch nochmal eine Lanze für meine (ehemaligen) Kollegen brechen: **Ich durfte in diesem Beruf sehr viele gute Menschen kennenlernen.** Auch wenn das für Außenstehende auf Grund medialer Berichterstattung zumindest bezweifelt wird. Der allergrößte Teil der Menschen mit denen ich zusammengearbeitet habe, hat sein Herz am rechten Fleck. Ich bin froh darüber, was ich die letzten 17 Jahre (mit kurzer Unterbrechung) in diesem Berufskosmos lernen und erleben durfte. Mir wurden eigene Gefühle klar, die ich sonst wohl nicht erlebt hätte. Ich durfte mit Menschen unterschiedlichster Herkunft, Kultur und sozialer Schichten in Kontakt



treten. Das war oft sehr spannend, manchmal un-
schön, aber dennoch hilfreich.

**Mir hat es unheimlich Spaß gemacht, Menschen
anderen Herkunft, verschiedenster Kulturen und
sozialen Schichten und die damit verbundenen
(Werte)Vorstellungen kennenzulernen.** Dies möch-
te ich auch in mein zukünftiges Leben integrieren.
Ich möchte Menschen kennenlernen, die einfach
komplett anderes ticken als ich, weil ich es ein-
fach spannend finde zuzuhören, wie sie das Leben
betrachten. Und deswegen nehme ich jetzt mein
Leben in die Hand und wandere aus. Ob und wann
ich nochmal zurück nach Deutschland komme, das
weiß ich nicht. Ich habe mir aber eh vorgenommen,
keine großen Pläne und Ziele mehr für mein Leben
zu machen.

EIGENE STÄRKEN

Beim Philosophieren über einen anderen Be-
ruf wurde mir nochmal vor Augen geführt wel-
che Grundcharaktereigenschaften, Stärken und



auch Interessen ich mitbringe. U.a. besitze ich die Grundcharaktereigenschaften der Kreativität und der Empathie. Beide Stärken konnte ich im Polizeiberuf nur bedingt einbringen. **Empathie hat mir zwar im Umgang mit emotional belasteten Personen und auch im Umgang mit Kollegen geholfen.** Allerdings habe ich auch gemerkt, dass mir diese Eigenschaft zu oft im Weg stand. Wenn ich mir Schicksale zu sehr zu Herzen genommen habe. Gar nicht in der Hinsicht, dass ich mich im Schmerz anderer Menschen gewühlt habe.

Sondern viel mehr, dass ich die Situation zu analytisch betrachtet und ich mich mehr als nötig in Personen hinein gefühlt habe. Einfach weil es für mich von meiner Natur her menschlich ist zu versuchen, die Situation solcher Personen nachzufühlen um entsprechend darauf zu reagieren. Dafür bleibt im Polizeialltag aber nicht genügend Zeit und so stand ich mir manchmal selbst im Weg. Ich würde gerne in Zukunft einen Beruf ausführen, wo ich diese Seite meines Ichs aber nicht nur zügeln muss,



sondern vielmehr, wo ich diese Eigenschaft voll ausleben und einbringen kann, um den Menschen zu helfen.

Und auch mit kreativen Vorschlägen, wie man z.B. Verwaltungsvorgänge vereinfachen könnte, bin ich letztendlich nicht ernst genommen worden.

„Cool dass du dich damit beschäftigt, aber wir haben das schon immer so gemacht und so machen wir es auch weiterhin“. Nicht dass ich mich grundsätzlich durch solche Floskeln aufhalten lasse. Im Gegenteil. Wenn ich etwas als wichtig und wertvoll betrachte, dann gehe ich da gerne als eine Art Pioniere voran. Aber im Polizeialltag fehlt einfach die nötige Zeit und Energie gegen diese Mühlen anzukämpfen.

ICH GEHE IN FRIEDEN

Von daher bleibt abschließend zu sagen: Natürlich habe ich jetzt viel kritisiert (und damit meine ich nicht die Kollegen, sondern viel mehr das System und die Umwelt in welcher meine Kollegen arbei-



ten), aber ich möchte auch sagen, dass ich froh darüber bin, diesen Job ausgeführt zu haben. Ich habe tolle Menschen kennengelernt, sowohl innerhalb als auch außerhalb der Polizei. Ich habe prägende Erfahrungen gemacht und mich und mein Leben nochmal neu definiert. Aber jetzt ist für mich Schluss. **Ich möchte im Frieden gehen und den Job mehr in einer guten, als dunklen Erinnerung behalten.** Und bevor ich resigniere und / oder komplett abstumpfe (denn so möchte ich mein Leben nicht leben) habe ich beschlossen, diesen Job an den Nagel zu hängen.

Aus Gesprächen mit Kollegen weiß ich: es gibt einige Kollegen die so oder so ähnlich denken wie ich. Auf Grund von versprochenen „Sicherheiten“ wie z.B. die Pension, ein sicherer Arbeitsplatz, gutes Geld, usw. schrecken viel vor dem Schritt in Richtung Selbstverwirklichung und raus aus dem Beamtentum ab. Diesen Menschen möchte ich zeigen: Schaut her. Es geht! Wir haben die Möglichkeiten auch mal andere Teile der Welt kennen-



zulernen. **Man muss sich nur überwinden und den Sprung aus dem Hamsterrad wagen. Dann eröffnen sich Wege und Möglichkeiten, die man vorher nicht gesehen hat.** Ich habe für mich auch diese o.g. Sicherheiten neu definiert. Das wurde mir auch nochmal sehr klar gespiegelt, als ich offiziell meine Kündigung eingereicht habe „Sie wissen aber schon, dass sie dann so gut wie nichts von Ihrer Pension haben werden?“. Es wird mir der Angst gespielt. Diese Angst wird als Sicherheit verkauft.

Und jetzt sind wir mal ehrlich: unsere Kassen waren auch schon vor dem „Sondervermögen“ aka Kreditschulden leer. Wer soll denn das alles bezahlen? Wer soll denn die Pensionen zahlen, wenn nichts da ist? Wenn selbst die nachkommenden Generationen so hoch auf Grund heutiger Entscheidungen verschuldet sind? Woher sollen jetzt Gelder kommen, um die innere und auch äußere Sicherheit (danke Nato aka verlängerter Arm Amerikas) zu gewährleisten? Für mich gibt es darauf keine zufriedenstellende Antwort. Und bezogen auf die



Gegenwart. Ich bekomme Geld dafür meine Lebenszeit und -Energie mit etwas zu verbringen, an das ich nicht mehr glaube. Wo ich einfach keinen Sinn mehr hinter sehe.

Um es krass auszudrücken: es ist nicht mehr Lohn(enswert). **Es geht immer mehr Richtung Schmerzensgeld, denn auf der Arbeit tauschen wir Zeit und Energie gegen Geld.** Wenn dies aber nicht (mehr) mit unserem Denken und Fühlen resoniert, dann wird es irgendwann zu Unstimmigkeiten im Inneren führen. Und daraus können Krankheiten entstehen. Ich musste das leider am eigenen Leib schmerzhaft (mental und körperlich) erfahren. Deswegen: Schmerzensgeld. Das war der Zeitpunkt, als ich eine Entscheidung getroffen habe.

ABFLUG

Aus diesem Mix aus Selbstverwirklichung, Entfaltung eigener Stärken und Interessen und einer nicht allzu rosigen Zukunft für Deutschland (aus meiner Sicht, aber das darf jeder für sich selber



entscheiden) habe ich die Entscheidung getroffen, mal etwas anderes von der Welt zu sehen und werde auswandern. Danke an dieser Stelle an das Team von Staatenlos für ihrer Unterstützung.

InstagramAccount: [vagabund_de_colonia / L E B. DEINEN.TRAUM](#)

Du möchtest Deine Geschichte mit uns und der Community teilen?

Dann schreibe eine E-Mail an info@staatenlos.ch

Als Dankeschön sponsern wir Dir eine US LLC für ein Jahr, damit Du einen optimalen Start in Dein neues, freies Leben erhältst.