

Psychologisches
Knowhow
für Einsatzkräfte

SELBST

**KOMPENSATION
TÄUSCHUNG**

www.profile4u.de

Leitfragen zum Text „Selbsttäuschung und Kompensation“ (Kap. 7.2.3)

Quelle: Eckert, M. (2025). Psychologisches Knowhow für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienste. Springer.

Leitfragen



INSTRUKTION

Die folgenden Leitfragen sind eine Mischung aus Wissensabfrage, Bewertung, Anwendung und Weiterdenken. Scheuen Sie sich nicht, das aufzuschreiben, was Sie in Ihrem Kopf abgespeichert oder verstanden haben. Es geht nicht darum, eine Abschrift aus dem Text zu erstellen. In Ihrem Gedächtnis soll vielmehr eine Spur gelegt werden, durch die Sie Ihr Wissen in der späteren Praxis abrufen können.

- Die besten Ergebnisse erzielen Sie, wenn Sie den Text (evtl. in Etappen) lesen und sich danach erst einmal **spontan** an die Beantwortung der Fragen machen. Dafür stehen Ihnen Textfelder zur Verfügung, die **linksbündig angeordnet** sind (Textfeld links).
- Nach der spontanen Beantwortung sollten Sie **den Text noch einmal lesen** und diesmal die nach rechts verschobenen Textfelder (Textfeld rechts) für Ergänzungen nutzen.
- Für **Beispiele**, die Sie selbst entwickeln, steht immer nur ein Textfeld in der Mitte zur Verfügung.

WIESO MACHT DAS SINN?

Das **Arbeitsgedächtnis** bereitet Sie darauf vor, dass Sie Wissens Elemente an der richtigen Position im **Langzeitgedächtnis** ablegen. Das Gedächtnis profitiert von Wiederholung und Zuordnung. Wenn Sie sich gleich vornehmen, einen Text mit voller Konzentration zu lesen, arbeitet es schon optimiert. Sensibilisieren Sie sich von Anfang an für die Kernaussagen und fragen Sie sich nach jedem Absatz, ob Sie das Gelesene verstanden haben und einordnen können. Markieren Sie nicht. Schreiben Sie lieber ein Stichwort oder eine kurze Aussage (3-4 Wörter) an den Rand.

Beim spontanen Abruf von Informationen wird sofort klar, was Sie bereits verstanden haben und was noch nicht. Wenn Sie die Lücken dann durch nochmaliges Lesen schließen oder sich aktiv korrigieren, haben Sie bereits eine Wiederholung gestemmt. Außerdem ordnen Sie alles noch einmal neu ein, d. h. Sie nutzen bestehende oder entstehende neuronale Netzwerke. Die Gedächtnisspur stabilisiert sich.

Machen Sie bitte Fehler, denn Fehler aktivieren Ihre Aufmerksamkeit im zweiten Durchgang

Leitfragen zum Text „Selbsttäuschung und Kompensation“ (Kap. 7.2.3)

Quelle: Eckert, M. (2025). Psychologisches Knowhow für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienste. Springer.

Bearbeitet von (Name,
Vorname, Kurs)

1. Warum ist es funktional, dass wir durch Symbole kompensieren können, wenn etwas bezogen auf unsere Identität bzw. unser Selbst punktuell beschädigt wurde (z. B. durch Feedback)?

2. Was versteht man darunter, dass Symbole, die unser Selbst ergänzen, zu uns und unserer Umgebung passen müssen, um zu wirken?

3. Man könnte meinen, dass wir uns gegenüber anderen nur ins positive Licht setzen wollen (Image). Inwiefern geht es bei Symbolischer Selbstergänzung um etwas anderes? Worum geht es genau? Skizzieren Sie den Mechanismus.

4. Geben Sie ein Beispiel, bei dem Sie Symbolische Selbstergänzung bei anderen oder bei sich selbst beobachtet haben.

5. Inwiefern handelt es sich bei Kompensation um einen Mechanismus, der innerlich **schnell** wieder eine Balance herstellt? Wieso ist Kompensation für Motivation wichtig?

6. Wieso sollte man im Einsatz nicht unbedingt auf jeden Kompensationsversuch eingehen? Begründen Sie das psychologisch in Anlehnung an die Theorie. Was könnte man stattdessen tun?

7. Warum ist es hilfreich, wenn man Probleme oder Hindernisse mit einem Lesson Learned begegnet? Welchen "Trick" aus der Attribution wendet man dabei im Grunde an?

8. Bei einer massiven Bedrohung des Selbst kann es zu einem kurzfristigen Zusammenbruch von Kontrolle oder Handlungsfähigkeit kommen. Welche Phänomene können sich zeigen? Wie können sich Selbstwertverluste auswirken und was können Sie als Einsatzkraft tun?

9. Welche empfohlenen Strategien im Umgang mit Attribution, Kompensation oder Selbstergänzung überzeugen Sie persönlich, bei welchen haben Sie Zweifel?

10. Welche selbstwertdienlichen Kompensationsversuche oder -formen von Einsatzkräften sind in Zusammenhang mit dem Einsatzhandeln eher schädlich und (z. B. im Kolleg*innenkreis) zu vermeiden/ zu bearbeiten?

11. In welchem Kontext können sich die beschriebenen Phänomene in ihrer beruflichen Praxis zeigen? Achten Sie besonders auf die Risiken für eine Selbstwertbedrohung oder Täuschung im Kolleg*innenkreis oder im Umgang mit Vorgesetzten. Was würden Sie empfehlen, um Risiken abzuwenden.