

A RENDŐR LELKI BIZTONSÁGA – AVAGY A BIZTONSÁG MEGŐRZÉSNEK EGYIK ALAPPILLÉRE A RENDŐR LELKI BIZTONSÁGA

I. Bevezető gondolatok

A bűncselekmények megakadályozása, felderítése, a közrend, a közbiztonság és az államhatár rendjének védelme a rendőrség alapvető feladata. Nem szabad azonban megfeledkezni arról, hogy mindennek a biztosításához az is szükséges, hogy a rendőrök is biztonságban érezhessék magukat. Elengedhetetlen, hogy képes legyen önmaga számára megteremteni a minimális szociális (legyen hol laknia, stb.) és anyagi biztonságot (legyen miből önmagát és a családját eltartania), valamint nagyon fontos, hogy megélhesse az érzelmi biztonságot (legyen, aki szereti őt) is. Az is elengedhetetlen, hogy a mindennapi munkavégzéséhez megfelelő munkafeltételek legyenek biztosítva, mint például megfelelő védőeszközök. A biztonságos munkafeltételek megteremtésében a modern megközelítések szerint egyre inkább beletartozik a munkáltató azon kötelessége is, hogy lehetőség szerint biztosítsa a dolgozók számára a munkahelyen az egészségük védelmét, beleértve ebbe a testi és lelki egészségüket, azaz a biztonság terminológiájával élve a testi-lelki biztonságot.

A rendőrségen már több mint egy évtizede ez utóbbit szolgálja a komplex alapellátó egészségügyi és pszichológiai szakszolgálat. Tanulmányunkban azt mutatjuk be röviden, hogy az 57/2009. (X.30.) IRM-ÖM-PTNM együttes rendelet által kötelezővé tett alkalmassági vizsgálatokon túl, illetve mellett a rendőrségi pszichológiai alapellátó tevékenység milyen módokon képes elősegíteni a rendőrök mentális egészségének a megőrzését. Kiemelt hangsúlyt helyeztünk a jelenlegi igen rossz társadalmi-gazdasági viszonyok között egyre gyakoribbá váló ún. rendkívüli események kapcsán nyújtandó pszichológiai támogatás, biztosítás szerepének fontosságára, mely egyrészt képes szolgálni az aktuálisan átélt élmény, trauma kezelését (intervenció), másrészt pedig a jövőbeni esetlegesen kialakuló káros következmények megelőzését (prevenció). Mindezt a Fejér Megyei Rendőr-főkapitányság állományát érintő, 2012. I. félévében történt néhány rendkívüli esemény – mint intézkedés közbeni ember ellen irányuló löfgyverhasználat, különösen brutális bűncselekménnyel kapcsolatos helyszíni munka, öngyilkosság –, illetve az azok során nyújtott pszichológiai támogatás példaként történő bemutatásával is illusztráljuk. Tapasztalatainkat összegezve végül javaslatot is megfogalmazunk az állományt érintő ún. rendkívüli események pszichológiai kezelésére vonatkozóan.

II. A biztonsági szükséglet

II.1. A biztonsági szükséglet Maslow szerint

A biztonság témáját a pszichológia szempontjából megközelítve mindenképpen meg kell említeni Maslow motivációelméletét (1954), mely szerint a szükségleteknek létezik egy ötszintű hierarchikus szerveződése, amely az alapvető élettani szükségletektől a

komplexebb, pszichológiai szükségletekig terjed (1. ábra). Az egymásra épülő motívumok akkor realizálódnak, ha az alattuk lévő szükségletek legalább részben kielégülést nyertek, vagyis a biológiai szükségletekről – mint a fiziológiai és biztonsági szükséglet – folyamatában tevődik át a hangsúly a hierarchikusan felettük álló ún. szociális szükségletekre, mint a szeretet-szükséglete, az önbecsülés, végül pedig az önmegvalósítás.

Tanulmányunk szempontjából kiemelten fontos Maslow szükségletpiramisának a második szintje, amely a biztonsági szükségleteket foglalja magában, mely elsősorban a veszélyektől való mentesség iránti vágyunkat jelenti, mint biztonság, stabilitás és védekezés, félelem-, szorongás- és zűrzavarmentesség, struktúra -, rend -, törvény - és korlátok iránti igény, stb. Ennek a szintnek a motivációs dinamikája abban az esetben érvényesül, ha a biológiai szükségletek legalább részben kielégítetté válnak. A biztonság és a stabilitás tekintetében nagyon gyakori, hogy az ismerős dolgokat preferáljuk az ismeretlenekkel szemben. A biztonság iránti igényünk motiválja azt a tendenciát is, hogy legyenek vallásaink, filozófiáink, amelyek megszervezik a világegyetemet, és amely koherenciának, egységnek része az ember maga is. Ugyanilyen rendszernek tekinthető a Rendőrség működését meghatározó normarendszer is, mely igen erős szervező erő a rendőrök napi tevékenysége vonatkozásában.



1. ábra: Maslow szükséglet-hierarchia modellje

Társadalmunkban az egészséges, normál működésű és nem kihagyhatóan szerencsés felnőttek nagymértékben elégedettek a biztonsági szükségletek tekintetében, nem érzik, hogy veszélyben lennének. A békés és jól működő társadalom tagjai biztonságban érzik magukat a veszélyhelyzetekkel, a szélsőséges hőmérséklettel, a bűnözőkkel, a fizikai sérülésekkel, a bűncselekményekkel, stb. szemben. A jelenlegi sok esetben igen válságos és folyton változó társadalmi-gazdasági-időjárási helyzetben azonban már egyre gyakrabban

előfordul, hogy az egyének ezen biztonságérzete sérül mind az anyagiak szűkös volta, mind a szélsőséges időjárás, mind pedig az egyre fokozódó mértékű és brutalitású bűncselekmények következtében.

Összességében elmondható tehát, hogy a biztonsági szükséglet egy aktív és meghatározó mobilizátor, amely vészhelyzetekben (mint háború, betegség, természeti katasztrófa, bűnözési hullám, társadalmi dezorganizáció, neurózis, agysérülés, krónikusan rossz szituáció, stb.) aktivizálódik. Ha közvetlenül szeretnénk szemlélni ezt a fajta szükségletet, mindenképpen meg kell vizsgálnunk az adaptív személyiségműködést, a megfelelő egzisztenciát fenntartó intézkedéseket (biztosítás, megtakarítás), valamint magát a biztonságot és védettséget nyújtó munkaválasztást is.

A biztonsági szükségleten belül a biztonság három különböző fajtáját lehet elkülöníteni: a fizikai biztonságot, a szociális biztonságot és a kiszámíthatóságot. A fizikai biztonság körébe tartozik a bűnözéssel, a szélsőséges időjárással, a járványokkal, a támadásokkal szembeni védettség, azaz az egészség védelme és a lakóhely biztonsága. A szociális biztonság a megszerzett javak védelmét foglalja magában, azt a hitet, hogy az egyén képes önmaga számára a jövőben is biztosítani az alapvető szükségleteit, a biztos munkahelyet és az anyagi biztonságot. A kiszámíthatóság pedig arra utal, hogy az emberek általában előnyben részesítik a megszokott, ismert dolgokat az idegennel és az ismeretlennel szemben.

II.2. A rendőr lelki biztonsága

A Maslow-féle biztonsági szükségleteket a rendőri munka szempontjából tekintve a következőket láthatjuk:

- A rendőr fizikai biztonsága érdekében számos védőeszközt és kényszerítő eszközt kell a számára biztosítani, meg kell tanítani azok biztonságos és egyben hatékony használatára, illetve olyan vezetést-irányítást kell biztosítani, mely lehetővé teszi a szakszerű és hatékony, ezen keresztül pedig biztonságos feladat-végrehajtást.
- A rendőr számára a szociális biztonsága megteremtéséhez járul hozzá közvetlenül a fizetése, annak megfelelő mértéke, illetve a stabil szervezeti struktúra megteremtése révén megbízható rendszeressége és állandósága.
- Végül pedig a kiszámíthatóságot segíti elő, ha a rendőrök számára megfelelő ismeret- és tudásanyag megszerzését teszik lehetővé, segítik elő a különböző rendészeti iskolai képzések, valamint a későbbi elméleti és gyakorlati továbbképzések során.

Összességében tehát elmondható, hogy a rendőr által megélt biztonságot a rendőri munka számos területen képes befolyásolni, így nagyon fontos, hogy maga a munkáltató is fokozott figyelemmel legyen minderre. Ahogy Maslow elmélete is jelzi, amíg ugyanis a biztonság szükséglete legalább részben nem elégül ki, addig az egyén nehezen tudja energiáit a munkájára, az önbecsülés megszerzésére és az önmegvalósításra összpontosítani. Amíg a munkája közben azon járnak a gondolatai, hogyan teremtsen elő a családja számára a megélhetésükhöz szükséges anyagiakat (pl. fizetni a folyamatosan emelkedő havi hiteltörlesztő részleteket), addig nehezen várható el tőle, hogy teljes érzelmi és intellektuális kapacitásával a munkájára legyen képes koncentrálni. Ugyan ez igaz akkor is, ha úgy érzi, nem megfelelőek a számára biztosított védőeszközök, vagy épp nem tudta elsajátítani azok hatékony használatát, azaz veszélyben érzi fizikai biztonságát.

A rendőrség szervezete – a fentiek alapján – számos módon képes hozzájárulni az egyén biztonságához, melynek egy jó része, mint munkáltatónak a kötelessége is. Mindezek mellett kijelenthetjük, hogy a biztonsági szükségletének a kielégítéséért – mindhárom biztonságfajta esetében – elsősorban maga az egyén a felelős. Az alábbi táblázatban azt foglaltuk össze, hogy mit tehet, illetve mit kell tennie – azaz milyen feladatai illetve felelősségei vannak – az egyes biztonsági területeket illetően az egyénnek, a rendőrség szervezetének, valamint az állomány mentálhigiénés ellátásáért felelős rendőrségi pszichológusnak, avagy a Rendőrség Pszichológiai Szakszolgálatának (1. táblázat).

A fizikai biztonság vonatkozásában elmondható, hogy míg a rendőrség dolga a megfelelő védő- és kényszerítőeszközök, valamint az azok hatékony használatára vonatkozó képzések biztosítása, addig magának az egyénnek a felelőssége, feladata ezen eszközök ellenőrzése és hatékony használata, épp úgy, ahogy a rendőrség által biztosított hatékony vezetés által kiadott feladatok végrehajtása is. Mindebbe a rendőrségi pszichológus több ponton is bekapcsolódhat, már az egyes eszközök megtervezésénél is jelen lehet akár (hasznosítva az ergonómia illetve a munkabiztonság szakmai ismereteit). Mindezen túl pedig az intézkedés-lélektan, valamint a személyiségpatológiai ismeretek átadása, közvetítése révén közvetlenül is elősegítheti a rendőrségi beavatkozások, intézkedések hatékonyságát.

Biztonság	Mit jelent?	A Rendőrség feladata	A rendőr feladata	A pszichológus feladata
Fizikai biztonság	- megfelelő védőruházat és kényszerítő eszközök - megfelelő vezetés és feladat-végrehajtás	- eszközök biztosítása - szakszerű irányítás	- felvesz - ellenőriz - végrehajt	- ergonómia, munkabiztonság - intézkedés-lélektan - személyiségpatológia
Szociális biztonság	- megfelelő fizetés - állandó szervezet	- biztosítja - megőrzi	- dolgozik - beosztja	- szervezetfejlesztés
Kiszámít-hatóság	- ismeret- és tudásanyag - készségek elsajátítása	- összegyűjti - képzéseket tart	- tanul - gyakorol	- képzés - alkalmassági vizsgálatok és gondozás

1. táblázat: A biztonsági szükséglet feladatmegosztása

A szociális biztonság vonatkozásában ahhoz, hogy az egyén képes legyen megőrizni a reményei szerint állandó rendőrségi szervezetben meglévő állását, dolgoznia kell a tőle elvárható módon. Mindebben a rendőrségi pszichológus úgy tud közreműködni, ha szaktudásával elősegítheti, illetve folyamatosan hozzájárulhat egy valóban hatékony szervezet kialakításához a szervezetfejlesztéssel kapcsolatos speciális szakismerete segítségével.

A rendőrségi pszichológus – a jelenlegi rendszerben – talán a kiszámíthatóság vonatkozásában képes a legtöbbet tenni. A kötelező jelleggel végzett különböző pszichikai alkalmassági vizsgálatok során ugyanis képes folyamatosan monitorozni az egyének aktuális lelki állapotát, készség- és képességi szintjét, melynek révén visszajelzést tud adni mind az egyénnek, mind pedig magának a szervezetnek, a szervezeti vezetésnek arra vonatkozóan, hogy vajon mennyire van az adott egyén, illetve a teljes állomány birtokában a szükséges készségeknek és ismereteknek, illetve, hogy az aktuális lelki állapota lehetővé teszi-e a számára a megfelelően konzisztens, kiszámítható viselkedést. Emellett

természetesen részt vesz a szervezet által szervezett képzésekben, melyeken az egyénnek a feladata a valódi részvétel és aktív közreműködés.

III. A rendőrségi pszichológia tevékenységi rendszere

Ahogy a fentiekből is látszik a rendőrségi pszichológus számos módon képes hozzájárulni a rendőrségen dolgozó egyén (rendőr) biztonsági szükségletének a kielégüléséhez, azaz az általa megélni vágyott biztonságérzet kialakulásához. Ahhoz, hogy mindezt jobban át lehessen látni, fontos kissé részletesebben is bemutatni a rendőrség Pszichológiai Szakszolgálatának – mely a szervezetét és tevékenységét tekintve megalakulásától számítva számtalanszor átalakult (Szabó, 2010) – jelenlegi tevékenységi rendszerét. Természetesen mindez pusztán egy vázlat, melynek gyakorlati megnyilvánulása nagy változatosságot mutat az egyes területi szervek vonatkozásában – részben a vezetés elvárásainak, részben pedig az alkalmazott pszichológusok szakképzettségének, illetve gyakorlati elkötelezettségének a függvényében.

A rendőrségi pszichológus tevékenységében négy fő terület különíthető el: az alapellátói, a szervezettefejlesztési, a rendészeti, illetve a bűnügyi feladatok köre. Ezek közül jelenleg a rendőrségi pszichológus alapellátó tevékenysége a leghangsúlyosabb, mely a rendőrség állományának mentálhigiénés ellátását jelenti. Ezen a tevékenységi körön belül az egyik legfontosabb feladat a különböző kötelezően előírt alkalmassági vizsgálatok végzése, melyhez szorosan kapcsolódik – az állomány pszichés egészségének megőrzését, illetve visszaállítását célzó – mentálhigiénés gondozási és tanácsadási tevékenység, ami esetenként a pszichoterápiát is magában foglalja. Az alapellátó tevékenységnek további fontos része a különböző képzésekben és oktatásokban való részvétel előadások, kiscsoportos gyakorlati foglalkozások, esetenként tréningek tartása révén. Mostanában kerül mindezek mellett egyre inkább előtérbe az ún. rendkívüli – a mindennapi rendőri tevékenységen túlmutató, különösen traumatizáló jelleggel bíró – események pszichés támogatása, mely elsősorban egyéni illetve szükség esetén csoportos krízisintervenciót jelent.

A szervezettefejlesztési feladatok, melyek során különböző kutatásokat, felméréseket végez a pszichológus, melyek eredményei alapján próbál javaslatokat tenni egyes vezetői döntések meghozatalához, általában kampányszerűen, időnyelleggel jelentkeznek elsősorban központi utasításra, ritkább esetben azonban a területi, illetve helyi szervek vezetőinek kérésére, utasítására.

A rendőrségi pszichológus az állománnyal való foglalkozás, valamint a szervezeti kutatások mellett szaktudásával közvetlenül is képes elősegíteni a rendőrség szakmai munkáját mind a rendészeti, mind pedig a bűnügyi munka területén. A rendészet vonatkozásában ez elsősorban a különböző csapaterős tevékenységek pszichológiai biztosítását, az ún. (tűz)tárgyalási szituációkban való tárgyalói, illetve szakértői részvételt, valamint a hatékony intézkedést elősegíteni hivatott különböző oktatásokban való közreműködést jelenti. A bűnügyi munka vonatkozásában pedig a pszichológus és poligráfos szaktanácsadói tevékenységet, valamint a bűnmegelőzési és áldozatvédelmi tevékenységet foglalja magában.

III.1. A pszichikai alkalmassági vizsgálatok a rendőr lelki biztonsága szolgálatában

A rendőr biztonsága, ezen belül is a lelki biztonsága szempontjából kiemelt szerepe van a rendőrségi pszichológus által végzett tevékenységek közül az alapellátói feladatoknak,

ezen belül is az alkalmassági vizsgálati rendszernek, valamint a rendkívüli események kezelésének. A rendőrség állományába való felvételt megelőző alkalmasság-vizsgálatokon keresztül a pszichológus képes a rendőrség szervezetébe való bekerülést megelőzően kiszűrni, hogy kik azok a jelentkezők, akik megfelelő készségekkel és tulajdonságokkal rendelkeznek ahhoz, hogy hatékonyan legyenek képesek rendőrként dolgozni. Ezt követően pedig a rendszeres időközönként végzett időszakos vizsgálatok során folyamatosan ellenőrizni tudja, hogy a rendőrök aktuális lelki állapota lehetővé teszi-e a számukra, hogy készségeiknek és képességeiknek megfelelően tudjanak teljesíteni, avagy támogatásra, gondozásra van szükségük mindennek az eléréséhez. (Szabó, 2010)

Az alkalmassági vizsgálati rendszert az 57/2009. (X.30.) IRM-ÖM-PTNM együttes rendelet írja elő és szabályozza, vizsgálati módszertanát egy az ORFK vezető pszichológusai által kidolgozott és a Belügyminisztérium vezető orvosa által jóváhagyott módszertan határozza meg. A rendelet értelmében az alábbi esetekben kell pszichológiai alkalmassági vizsgálatot végezni, ami – a két utolsó kivételével – első fokon az állományilletékes alapellátó pszichológus illetékességi körébe tartozik:

- a rendészeti oktatási intézménybe jelentkezéskor,
- a hivatásos állományba kinevezés, visszavétel előtt,
- a rendőrség különleges foglalkoztatási állományába (senior) történő felvétel előtt,
- más fegyveres szervtől és a Magyar Honvédségtől való áthelyezés előtt,
- hivatásos állományba véglegesítés előtt,
- időszakosan a hivatásos jogviszony fennállása alatt (kétévente),
- beosztás változását megelőzően,
- speciális szolgálati beosztásba helyezés előtt, külföldi szolgálatra vezénylést megelőzően és azt követően,
- a rendeletben meghatározott esetekben soron kívül,
- állományilletékes parancsnoki beosztásba kinevezést megelőzően (ORFK végzi),
- megkülönböztető jelzést használó, valamint speciális gépjármű vezetésére jogosító engedély kiadása előtt, illetve azt követően ötévente (RSZKK végzi).

A rendőr lelki biztonsága szempontjából a szervezetbe való bekerülést megelőző különböző alkalmassági vizsgálatokon túl különösen fontos szerepe van a véglegesítés előtti alkalmassági vizsgálatnak. Ez a vizsgálat először és egyben utoljára ad lehetőséget arra, hogy az iskolai elméleti képzés utáni egy év próbaidős munkavégzést követően megvizsgálhassa a pszichológus, hogy a konkrét gyakorlati rendőri munka milyen hatással van az egyén pszichés állapotára, s csak azokat a jelölteket javasolja véglegesíteni, akik továbbra is motiváltak és képesek a fokozott stresszterheléssel járó rendőri munkát úgy végezni, hogy az ne legyen káros hatással személyiségükre, de mégis hatékony legyen. Szintén kiemelendő az ún. speciális szolgálati beosztásba kinevezést megelőző alkalmassági vizsgálat, mely egyfajta garancia arra, hogy a rendőr lelkileg képes az átlagos rendőri munkavégzés követelményein túlmutató speciális beosztás okozta lelki megterhelés elviselésére, kezelésére, azaz új beosztásában is képességei alapján lelkileg biztonságban lehet. Végül pedig szintén kiemelendő a már említett időszakos pszichikai alkalmassági vizsgálatok rendszere, mely egyfajta folyamatos szűrőrendszerként, a gondozási-tanácsadási tevékenységgel szoros együttműködésben folyamatosan a rendőrök lelki biztonságának fenntartásáért küzd.

IV. A rendkívüli események

IV.1. Rendkívüli események a rendőri munkában

A munkával kapcsolatos stressz speciális megjelenési formája a magyar rendőrség tekintetében igen szembevető. A Cooper-féle Foglalkozási Stressz Skála (1988) eredményei alapján az átlagosnál magasabb stressz-értéket képviselő munkaterületek listáján szinte minden rendvédelmi szerv előkelő helyen szerepel. A rendőrség ezek közül is kiemelkedik a listán elfoglalt második helyével. A rendőrt a mindennapi munkavégzése során mind az általa végzett feladat speciális volta, mind a bűncselekmények és a bűnüldözés, valamint a közrend- és a közlekedésbiztonság fenntartásának speciális személyi, tárgyi és természeti körülményei, mind pedig a rendőri szerep magas fokú összetettsége miatt egyaránt fokozott mértékű stresszhatás éri (Szabó, 2010). A jelenlegi magyar társadalmi és jogi környezet elvárásai ráadásul egyre fokozódó nyomást gyakorolnak a rendészeti szervekre a szakszerű, jogszerű, eredményes és nem utolsósorban kulturált feladatellátás tekintetében. A szolgálati személyek és csoportok munkavégzésében a tudásalapú szakszerűsége túl az emberi-pszichés tényező, a testi-lelki jóllét, a pszichés kiegyensúlyozottság állapota is hangsúlyos szerepet kap. Különösen fontos ez a fokozott stresszt jelentő szolgálati feladatok végzése során is. A rendvédelemben szolgálati feladatokat ellátó személyekre, csoportokra a civil szférában dolgozókhöz képest más jellegű szervezeti-munka-emberi terhelés hárul: szigorúan hierarchikus szerveződésű rendszerben dolgoznak; szolgálati feladataikat nagyrészt az állampolgárokkal kapcsolatos intézkedések keretében végzik; jogszabályok, szervezeti és szakmai szabályzók alapján kötelesek tevékenykedni; ráadásul esetenként akár szélsőséges stresszhelyzeteket is átélhetnek (Futóné és mtsai, 2009).

Ilyen szélsőséges stresszhelyzeteknek tekinthetők a rendőri munka során a rendőr lelki biztonsága szempontjából kiemelt jelentőségű ún. rendkívüli események, melyek napjainkban egyre gyakoribban fordulnak elő. Éppen ezért a rendőrségi pszichológus mindennapi tevékenységében is egyre jelentősebbé válik a kezelésük, illetve a megelőzésük. Rendkívüli eseményről olyan esetben beszélhetünk, melynek során a rendőr a mindennapi rendőri munkáján túlmutató, kiemelten fokozott stresszmegterhelést jelentő eseménnyel találkozhat, annak lesz a részese, vagy a tanúja. Ezen eseményeket a mindennapi életben a pszichológia traumatikus eseményeknek nevezi, melyek során az egyén az emberi tapasztalat szokásos terjedelmén kívüli veszélyes helyzettel szembesül. Ilyen veszélyes helyzetek például a természeti katasztrófák (pl. árvíz), a végzetes balesetek (pl. autóbaleset), a fizikai támadások (pl. nemi erőszak, merénylet), de a házastárs, élettárs halála is. Mindezen traumatikus eseményekkel a rendőr kétféle szerepben is találkozhat, egyrészt mint egyén a saját magánélete során, másrészt mint rendőr, miközben elsősorban más személyek által megélt traumatikus események tanújává válik, illetve bizonyos rendőri intézkedések során kialakult helyzetek révén maga is alanya lesz annak. Mindezt az alábbi táblázatban (2. táblázat) foglaltuk össze, melyben jól látható, hogy az egyént érintő szinte összes traumatikus eseménnyel találkozhat és találkozhat is a rendőr a munkája során.

<i>Mint egyén</i>	<i>Mint rendőr</i>	
Magánéleti probléma	Családon belüli erőszak kezelése	Gyilkosság, Öngyilkosság, Ismerős (rokon, kolléga), Hasonlóság
Közlekedési baleset	Helyszínelés, kivizsgálás (meghallgatás)	
Bűncselekmény, támadás	Helyszínelés, nyomozás (kihallgatás), elfogás	
Természeti katasztrófa (árvíz)	Mentés	
Tömegrendezvény	Biztosítás, csapaterős tevékenység	
Betegség (pszichiátriai)	Intézkedés, előállítás	

2. táblázat: Rendkívüli események a rendőr szakmai- és magánéletében

Az egyén életében megjelenő magánéleti problémák egy részével a rendőr a családon belüli erőszak különböző formáinak kezelése során találkozhat. A közlekedési baleset és a különböző bűncselekmények – melyek az áldozat számára szinte kivétel nélkül traumatikus események – kezelésük, vizsgálatuk, az elkövetők, az okozók felderítése és elfogása a rendőrség alapfeladatai közé tartozik. Az esetek többségében mindez a rendőr hétköznapi munkafeladatának tekinthető, mégis előfordulhatnak olyan, különösen sok áldozatot követelő közlekedési balesetek, avagy különösen brutális bűncselekmények, melyek helyszínelése, illetve az áldozatokkal, valamint azok hozzátartozóival való találkozás már önmagában is traumatikus – azaz a rendőr számára a munkája során ún. rendkívüli – eseménynek számít. Erre példa a későbbiekben kicsit részletesebben is tárgyalt „Kulcsi mészárlás” néven elhíresült bűncselekmény helyszínére először kiérkező kollégák által megélték.

A természeti katasztrófák kezelése elsősorban nem a rendőrség feladata, mégis a mentésben általában részt vesznek a rendőrök, melyek során igen sok emberi tragédiával találkozhatnak, ami a mentések elhúzódása esetén a fokozott fáradtsággal együtt igen megterhelő lehet a rendőr számára. A tömegrendezvények biztosítása szintén a mindennapi rendőri tevékenység részének tekinthető, melyek általában csak különösen, illetve kifejezetten provokatív, az agresszivitást és az összeütközést kereső résztvevők, valamint – a létszám, avagy az irányítás hiányossága miatt – nem megfelelő rendőri biztosítás esetén alakulhatnak olyanná, mely már a rendőr számára is rendkívüli eseménynek minősül, mint pl. a 2006. évi budapesti tüntetések biztosítása (MTV Székház megtámadása).

Az egyén számára a családon belül kialakuló bármilyen betegség lehet traumatizáló hatású. Mindezzel a rendőr viszonylag gyakran pszichiátriai betegek esetén találkozhat, akikkel szemben általában a kórházba való elszállításuk, illetve öngyilkossági szándékuk, kísérletük megakadályozása során intézkednek. Ezen intézkedések túlnyomó többségben eseménytelenek, a kollégák jól kezelik őket. Esetenként azonban előfordul, hogy a pszichiátriai betegek által jellemző kiszámíthatatlanság, a hetero- illetve autoagresszió váratlan megjelenése olyan esemény elé állítja a rendőröket, melyek már rendkívülinek tekinthető. Erre példa a későbbiekben szintén részletesebben is tárgyalt löfegyverhasználat (személyre leadott szándékos lövés), valamint egy pszichiátriai beteg asszony nyilvános öngyilkossága (a helyszínen lévő rendőrök előtt zuhant le egy ház 10. emeletéről).

Összességében megjegyzendő, hogy ha a rendőr bármilyen esemény kapcsán gyilkossággal, avagy öngyilkossággal szembesül, különösen ha gyermek az áldozat vagy ismerős (rokon, kolléga), illetve a megtapasztalt élethelyzet nagyon hasonlít a rendőr egyéni élethelyzetéhez, úgy az a rendőr által megélt stresszhatást erőteljesen fokozhatja, rendkívüli

eseménnyé téve számára az egyébként a mindennapi munkája körébe sorolható tevékenységet.

IV.2. A rendkívüli események pszichológiai kezelése

A stresszel – közte a természeténél fogva fokozottan stresszkeltő traumatikus eseménnyel – való megküzdés Lazarus alapján az egyén azon tudatos, folyamatosan változó kognitív és viselkedéses erőfeszítéseinek az összessége, mely a rá ható speciális külső vagy belső fenyegetések legyőzésére irányul, melyeket úgy ítél meg, hogy meghaladják az erőforrásait (Oláh, 1992). Lazarus megküzdés-modellje szerint az egyén egy adott szituációban adott válaszát és az általa választott megküzdési módot az határozza meg, hogy kognitívan miként értékeli azt az adott helyzetet. A modell kulcsfogalma a kognitív kiértékelés, melynek két egymáshoz szorosan kapcsolódó szakasza van. Az elsődleges kiértékelés hivatott tisztázni, hogy az egyén „bajban van-e,” azaz hogy mit jelent számára az adott helyzet. Amennyiben ezen kiértékelés eredménye szerint az egyén bajban van, működésbe lép a másodlagos kiértékelés folyamata, mely annak megítéléséről szól, hogy az egyén meg tud-e küzdeni a fenyegetőnek ítélt helyzettel. A személy először eldönti, képes-e kontrollálni az adott helyzetet, majd számba veszi a forrásait, ezt követően pedig meghozza a döntését arról, hogy melyik megküzdési stratégiáját fogja alkalmazni. (Szabó, 2010) Amennyiben az egyén úgy értékeli, hogy az adott szituáció számára nem veszélyes, avagy képes a számára fenyegető helyzetet megfelelően kezelni, úgy valójában ellenáll a stresszhelyzetnek, tartós stresszreakció nem alakul ki. Amennyiben azonban az egyén úgy véli, hogy a számára veszélyes helyzetet nem tudja megfelelő módon kezelni, nem rendelkezik hozzá megfelelő megküzdési mechanizmusokkal, úgy elhúzódó stresszreakció alakul ki, mely kezeletlenség esetén igen súlyos következményekkel is járhat.

Könnyen előfordulhat, hogy csökken az egyén munkavégzési képessége (intézkedési hatékonysága), megbillen a pszichés egyensúlya, mely akár krízis kialakulását is eredményezheti. Különböző pszichopatológiai tünetek alakulhatnak ki, mint hangulatzavarok (depressziós epizód, stb.), neurotikus és stresszhez társuló és szomatiform zavarok (pl. PTSD, pánikzavar, fóbiák, patológiás gyászreakciók, stb.), avagy viselkedészavarok (pl. szenvedélybetegség, impulzuskontroll zavar, stb.) Mindenképpen megjegyzendő, hogy amennyiben nem kerül nyilvánosságra, nem tudja meg az egyén környezete, a családja, a munkatársai, a főnökei, illetve a rendőrségi pszichológus, hogy az egyén traumatikus eseményt él át, az általában megnehezíti a traumafeldolgozást.

A rendőrségi pszichológus a rendkívüli események kapcsán kétféle szinten is képes beavatkozni. Tevékenységével, mint az oktatások és képzések, az előzetes-, időszakos- és célzott alkalmassági vizsgálatok, valamint a mentálhigiénés gondozás és tanácsadás, hatékonyan képes mind az egyén, mind pedig a közösség szintjén hozzájárulni ahhoz, hogy minél ritkábban alakuljanak ki ún. rendkívüli események. Ezt, a rendkívüli események kockázatainak csökkentését célzó tevékenységét nevezzük krízisprevenciónak. Amennyiben azonban a rendkívüli esemény már kialakult, nagyon fontos, hogy a rendőrségi pszichológus minél hamarabb tudomást szerezhessen róla, és az érintettekkel a lehető leghamarabb felvehesse a kapcsolatot, beszélhessen velük akár egyéni, akár csoportos formában annak érdekében, hogy minimalizálni legyen képes az átélt rendkívüli esemény káros pszichikai hatásait. Ezt, a bekövetkezett esemény káros következményeinek mérséklését célzó tevékenységét pedig krízisintervenciónak nevezzük, melynek fontos jellegzetessége, hogy mielőbbi beavatkozást sürget, melynek során akár a közvetlen direkt gyakorlati

segítségnyújtás is megengedhető. A rendőrségi pszichológus krízisintervenciók eszköztárából nem hiányozhat az egyéni- és csoportos élményfeldolgozásban, a gyászfeldolgozásban, valamint a mentálhigiénés gondozásban való jártasság.

V. Esetismertetések, tapasztalatok

A következőkben 4 rendkívüli eseménnyel kapcsolatos eset ismertetésén keresztül szeretnénk bemutatni, hogy mit tehet a rendőrségi pszichológus a rendőrök lelki biztonságának megőrzése, illetve a megbillent egyensúly visszaállítása érdekében. Ezen rendkívüli események a Fejér Megyei Rendőr-főkapitányság állományát érintették és 2012. első félévében estek meg, mely mindenképpen felhívja a figyelmet a rendkívüli események kezelésének fontosságára a jövőre vonatkozóan.

V.1. „Lőjétek le!”

Az első esetben egy pszichiátriai beteg előállítása során kialakult rendkívüli esemény kapcsán került sor a rendőrségi pszichológus által nyújtott segítség igénybevételére. Az esetről röviden szólva elmondható, hogy a küldés értelmében egy valószínűleg – de nem bizonyítottan – pszichiátriai beteget kell előállítani, mert késsel megfenyegette a szomszédját. A helyszínre kikerülő rendőrök nem tudtak kapcsolatot felvenni a személlyel, mivel bár észlelte jelenlétüket – hiszen többször is mosolyogva kinézett rájuk – nem nyitott ajtót a felszólításaik ellenére sem. A helyszínen lévő kollégák (1 szolgálatirányító parancsnok, 5 tiszthelyettes járőr és körzeti megbízott, valamint 2 próbaidős kolléga) közül négyen a parancsnokukkal együtt – a mentő helyszínre érkezését követően – behatoltak a házba, ahol nem tapasztaltak ellenállást. Ezt követően berúgták annak a szobának az ajtaját, melyben az előállítandó személy is tartózkodott. Eddig a pillanatig az előállítandó személy teljesen nyugodt volt az őt megfigyelő kolléga szerint. Erre azonban igen heves, és tőle az adott helyzetben alapvetően váratlan módon agresszíven reagált, egy nagykéssel a kezében kitört a szobából és elkezdte támadni a hozzá legközelebb eső rendőrt, aki erre hátrálni kezdett. A szűk folyosón a könnygázgránáttól homályos látási viszonyok között hátrafelé haladva azonban a kolléga megbotlott, így az előállítandó személy elérte késével a lábát, amit meg is szúrt – szerencsére csak könnyebb sérülést okozott –. Az elesett kolléga azonban megtapasztalva saját tehetetlenségét – a kezére esve, nem tudta a löfegyverét elővenni, a gázspray pedig nem állította meg támadóját, pánikba esett és kiabálni kezdett, hogy „Lőjétek le!”. Ezt hallván a szolgálatirányító parancsnok elővette löfegyverét, két célzott lövést adott le az előállítandó személy lábára, melyet egy alkalommal el is talált, aminek hatására a férfi összerogyott, támadását befejezte.

Az esetet követően az állományilletékes kapitány kérésére került a pszichológushoz az intézkedés során elesett és megsérült, valamint a célzott lövést leadó kolléga. Az első találkozásra közösen, hármásban került sor közvetlenül a történetek másnapján. Ezen alkalommal elsősorban a megsérült kolléga beszélt, aki halálfélelméről számolt be, illetve arról, hogy úgy érzi a kollégájának köszönhetően másodjára is megszületett. Tele volt dühvel, hogy miért pont neki kellett ilyen szituációba kerülnie, és alvási, valamint evési problémákat is említett. A lövést leadó kolléga sokat hallgatott, figyelte a kollégája által elmondottakat, majd csalódottságáról számolt be, mert úgy érezte nem kapott megfelelő segítséget a kialakult helyzet hatékony kezeléséhez. Emellett pedig ő is említett evési és alvási problémákat. Mindez alapján elmondható, hogy mindkettőjük

esetében az átélt traumatikus esemény következtében igen intenzív stresszreakció alakult ki, amit evési és alvási problémáik, valamint erős érzelmi bizonytalanságuk is jelzett. Mindketten elsősorban a külvilágban keresték a történetek okát és a felelősöket, s úgy érezték rajtuk kívülálló okok miatt kerültek a számukra igen traumatikussá vált helyzetbe. Érzelmileg mindketten veszélyesnek értékelték a velük történeteket, és aktuálisan úgy érezték, hogy nem képesek a kialakult helyzettel és érzelmeikkel hatékonyan megküzdni. A pszichológus miután biztosította számukra az esemény felidézése révén a ventilláció lehetőségét, elfogadta az általuk megélt érzelmeiket, valamint segítette a történeteket objektíven rekonstruálni. Összességében úgy értékelte, hogy egyikőjük sincs a munkavégzésre alkalmas lelki állapotban, így mindkettőjük esetében indokoltnak tartotta a számukra a kapitányuk által biztosított rendkívüli szabadságot.

Ezen közös alkalmat követően mindkét kolléga esetében egyéni alkalmakra került sor, melyek ugyan a két érintett fél esetében más koreográfia szerint alakultak, mégis mindkettőjüknél viszonylag hamar a munkába való visszaállásukat eredményezte. A megsérült kolléga érzelmei már a második találkozásra sokat enyhültek. Dühé csillapodott, bár arról számolt be, hogy a kollégái és parancsnokai nem keresték, nem érdeklődtek iránta, ami nagyon fáj neki. Ennek ellenére úgy érezte, nagyon fontos volt számára a pszichológus általi meghallgatása, a tőle kapott visszajelzés, Ennek a segítségével ugyanis megtapasztalhatta, hogy az általa megélt érzelmei az adott helyzetben normális reakciók voltak, illetve képes volt a figyelmét arra orientálni, hogy elsősorban a saját felelősségét és tanulságait próbálja az eset kapcsán feltárni. A lövést leadó kolléga gyakrabban jött. Ő arról számolt be, hogy a főnökei megdicsérték, a kollégák rendszeresen keresték, ennek ellenére nagyon igényelte a pszichológussal való beszélgetést. Fontos volt számára, hogy megértse, mi történt, hogy rájöjjön mit tehet ő maga annak érdekében, hogy elkerülje a hasonló helyzeteket, illetve hogy miként segíthetné mindebben a saját beosztottjait. A pszichológus ezen találkozások alkalmával mindkét fél esetében részletes visszajelzést adott a pszichiátriai betegek kiszámíthatatlan viselkedésével kapcsolatban, valamint kifejezetten arra törekedett, hogy a saját felelősségük és tanulságaik megtalálását segítse elő annak érdekében, hogy az általuk megélt krízishelyzetből pozitívan, a tanulságok tapasztalatokba való beépítése révén gazdagabban jöhessenek ki.

Ezen alkalmakat követően a pszichológus mindkét érintettet alkalmasnak találta a munkavégzésre, amit a későbbi találkozásuk során az első munkanapjaikról való beszámolóik is megerősítettek. Bár a lövést leadó kolléga első munkanapján egy, a történetekhez kísértetiesen hasonló helyzetben is intézkedniük kellett, irányításával a beosztottjai sikeresen megoldották a helyzetet, ami pozitív megerősítés volt a számára. Mindketten arról számoltak be, hogy sokat tanultak a történetekből, de az élet megy tovább. A megsérült kolléga elmondása szerint szívesen részt venne túsztárgyalói képzésen, a lövést leadó szolgálatirányító parancsnok kolléga pedig megfogadta, hogy minden jelenlegi és jövőbeni beosztottjának igyekszik átadni a tapasztaltakat, és megfelelő biztonsági intézkedésekkel (lövedékálló mellény felvetése) igyekszik segíteni elkerülni a hasonló helyzetek kialakulását, valamint a lehetséges sérüléseket. A pszichológus a záró alkalmak során a tapasztalatok levonását követően a jövőre orientáltságot igyekezett elősegíteni, ezáltal is hozzájárulva a két kolléga jövőbeni lelki biztonságához, mégpedig a megbeszélések során átadott információkkal a kiszámíthatóság növelése, valamint a tapasztaltak alapján a fizikai biztonságuk elősegítése révén.

Mindenképpen megjegyzendő, hogy a megyei szakirányító vezető, valamint a pszichológus javaslatára, amit mind a megyei rendészeti igazgató, mind pedig az

állományilletékes kapitány támogatott, megvalósult az eset nagycsoportos szakmai és pszichikai feldolgozása is, melyen az összes érintett résztvevő, valamint a szakmai vezetők is részt vettek. Ennek során egyértelművé vált, hogy egy fokozott stresszterheltséggel járó traumatikus esemény megélése minden érintett résztvevő számára másképp képeződik le, mely az eseményről való objektív beszámolót is jelentősen képes torzítani. Éppen ezért nagyon fontos egy ilyen esemény rekonstrukciója során, hogy lehetőleg minden objektív információ beszerzésre kerüljön (ebben az esetben ekként szolgáltak az ügyelettel folytatott rögzített telefonbeszélgetések), illetve, hogy közös eseményfelidézésre is lehetőséget biztosítsanak az érintettek részvételével. Megjegyzendő, hogy az intézkedésben külső megfigyelőként két próbaidős kolléga is részt vett. Szerencsére mindkét fiatalember úgy élte meg a történetet, mint „valódi rendőri” intézkedést, mely inkább „felspannolta”, mint elriasztotta őket a rendőri hivatástól. Fontos azonban, hogy hasonló rendkívüli eseményekre is felkészítsék őket az iskolai képzésük során. A csoportos megbeszélés tapasztalatairól jelentés készült, mely minden érintett vezetőhöz eljutott. Mindennek a hatására a tavaszi oktatások tematikájába beépítésre kerültek a pszichiátriai betegek jellegzetességei, valamint a velük szembeni intézkedésekkel kapcsolatos normák.

Összességében elmondható, hogy a megélt események jelentősen megingatták minden érintett pszichés biztonságát, különösen ami a kiszámíthatóságot és a fizikai biztonságot illeti. Fokozottan igaz volt ez a megsérült kolléga esetén. Éppen ezért a pszichológusnak a támogató tevékenysége során kiemelt figyelmet kellett fordítania a kiszámíthatatlanság érzésének a kiszámíthatóság felé való elmozdítására, valamint – részben ezáltal is – a fizikai biztonságuk elősegítésére.

V.2. A „Kulcsi mészárlás”

Ismeretes, hogy a „Kulcsi mészárlás” során egy 23 éves férfi brutálisan meggyilkolta négy családtagját (nagyzüleit, édesapját és bátyját), valamint életveszélyesen megsebesítette édesanyját, nővérét, illetve annak barátját. A rendőrség ügyeletére azonban pusztán családi veszekedésről érkezett bejelentés, így a küldés is erről szólt. A kikerkező járőrpár fedezte fel, számukra teljesen váratlanul, hogy valójában egy brutális gyilkosság helyszínére kellett kimenniük. Ahogy egyre beljebb haladtak a házban, egymás után találták meg az áldozatokat, miközben a lehetséges elkövetőt is keresték, vagyis fokozatosan szembesültek a bűncselekmény brutális, számukra igen traumatizáló jellegével. Az elsőnek kikerkező járőrpárnak egy férfi és egy női tagja volt, akikkel a helyszínre rendelt pszichológus még aznap délután beszélgetett. A férfi kolléga elsősorban a vér sokkoló szagáról beszélt, valamint arról, hogy nagyon aggódik a kollégájáért, a kolléganője testi és lelki biztonságát tartotta szem előtt. A női kolléga ezzel szemben a számára „zombiként” előbukkanó édesanyját említette, mint számára a leginkább sokkoló élményt. Ő még aznap éjszaka, egyedül az otthonában, pánikrohamot kapott, mely rosszulléte megerősítette a táppénzre vételének fontosságát. Ez idő alatt a pszichológussal többször – a távolság miatt – telefonon konzultált, mely alapján intenzív stresszreakció volt tapasztalható esetében, de krízisállapot nem alakult ki.

A helyszíni intézkedésben részt vevő többi kollégával csoportos ülésen történt meg az első, főként tájékoztató jellegű és a traumafeldolgozást megindító, segítő, pszichoedukációt is magában foglaló beszélgetés. Mindannyian – főként az első szolgálati napjukat töltő próbaidős kollégák – fokozott pszichés és érzelmi megterhelésről számoltak be a látottak, tapasztaltak nyomán. Elmondták, hogy induláskor igen kevés információ

birtokában voltak, nem volt lehetőségük felkészülni a szélsőséges körülményekre (sietség miatt például a próbaidős kollégáknak nem volt idejük felvenni a fegyverüket, amely a szubjektív biztonságérzetüket nagyban befolyásolta, természetesen emellett, hogy önálló intézkedésre és fegyverhasználatra még nem volt jogosultságuk).

Az eseményt követő 3 nap múlva a pszichológusnak lehetősége volt egy újabb, kontroll jellegű csoportos trauma-feldolgozásra, amelyen a helyszínre kiérkező összes kolléga (összesen 10 fő, ebből 5 próbaidős, kettőnek pedig ráadásul az első szolgálata) részt vett. Szinte kivétel nélkül alvásproblémákról számoltak be, illetve a hirtelen és váratlanul betörő képekről, hangokról (flash-back), momentumokról. Az idői távolodásnak köszönhetően lehetőség volt az esemény újbóli kiértékelésére, annak a feltérképezésére, hogy a saját biztonságuk tekintetében mik voltak a segítő és hátráltató, veszélyeztető tényezők (pl.: tapasztalatlanság, sietség, bejósolhatatlanság). Jellemzően sokat segített a csapat összetétele, ami valószínűleg hozzájárult ahhoz is, hogy a próbaidős kollégák jelen esetben is elsősorban a rendőri munka iránti lelkesedéssel reagáltak a helyzetre. Végül a tanulságok összefoglalása és a jövőre orientáció révén a pszichológus igyekezett elősegíteni a jövőbeni hasonló helyzetekre való felkészülést. Későbbi gondozást a csoportból senki nem igényelt.

Összességében elmondható, hogy ez a rendkívüli esemény jelentősen megingatta a kiérkező rendőrök lelki biztonságát, azon belül is elsősorban a kiszámíthatóság érzését, melynek visszaállítására kiemelt figyelmet kellett fordítani.

V.3. „Kiesett a tetőről”

Ebben az esetben a pszichológust először mint túsztárgyalót riasztották a délután folyamán, mivel egy ismert pszichiátriai beteg egy tízemeletes ház legfelső emeletének az egyik ablakában ült feltehetőleg öngyilkossági szándékkal. A helyszínre kiérkező kollégák közül ketten épp felfelé tartottak a tetőre, miközben a pszichológussal telefonon konzultáltak, mikor is a beteg – ismeretlen körülmények között, saját akaratra vagy pusztán az egyensúlya elvesztése révén – kizuhant és szörnyethalt. Mindez annyira megviselte a kollégákat, hogy a pszichológus végül a nekik nyújtandó segítség érdekében lett a helyszínre rendelve még az éjszaka folyamán. A közös megbeszélés során derült ki, hogy a ház előtt biztosítási feladatokat végző járőrök kollégák éppen egy kisgyermekes anyukát irányítottak biztonságos hely felé, amikor hirtelen mellettük földet ért az asszony. A legközelebb álló rendőrré vér, valamint egyéb belsőségek fröccsentek, ő azonban a tényleges zuhanást és becsapódást nem látta. Két biztosító kollégája azonban az asszony zuhanását és földre érkezését végigkövette. Utólag elmondták, hogy nem számítottak arra, hogy az asszony valóban véghezviszi szándékát, mivel a tűzoltók már kiérkeztek, kvázi a helyzet biztonságossá, szerencsésen megoldhatóvá vált. Döbbenet és tehetetlenül nézték végig a zuhanást, melynek váratlanságát igen intenzíven élték meg. Azok a kollégák, akik épp a tetőre igyekeztek beszélni az illetővel, szintén rosszul élték meg az eseményeket, egyikőjük esetében a büntudati konfliktus, illetve a felelősségérzet kérdése volt jelentős. Elmondta, hogy többször lejátszódott a fejében, „mi történhetett volna, ha” sikerül időben felérkezniük, hogyan fogta volna meg a beteget, hogy ne rántsa a mélybe őt is, hogyan beszélt volna hozzá, stb., azaz mi lett volna a helyzet legbiztonságosabb és leghatékonyabb megoldása.

Összességében elmondhatjuk, hogy a közös megbeszélés során a saját élmények felidézésében nagyon sok volt a közvetlen fizikai élmény (a ruhája véres lett, a csattanást

hallja, a zuhanást látta), emellett azonban, különösen a tárgyalni igyekvő kolléga esetében, megjelent az önvád és a kudarc. 3 kolléga esetében a megbeszélést követően rövid táppénzre vettelt javasolt a pszichológus, míg a negyedik kolléga kifejezetten dolgozni szeretett volna, mivel saját tapasztalata szerint a kollegális közösség számára nagyfokú támogatást és biztonságérzetet nyújt, amellet, hogy a gondolatai is elterelődnek szolgálat közben. Jelen esetben a kollégák pszichés biztonsága szintén a helyzet kiszámíthatatlansága révén sérült, s ezen kellett dolgoznia a pszichológusnak.

VI. Összegzés, javaslatok

A fentiekben részletezett elméleti bevezető és gyakorlati tapasztalatok alapján egyértelműen javasolható, hogy rendkívüli esemény esetén váljon rutinszerűvé az érintettek pszichológushoz küldése. Amennyiben a helyi vezető úgy ítéli, akkor a szakember akár a helyszínrre is kirendelhető az azonnali, illetve a mielőbbi beavatkozás érdekében, mely nagyon fontos a krízisintervenció során a kialakuló stresszállapot súlyosságának az enyhítése, a későbbi tartós káros következmények, az ún. stresszbetegségek kialakulásának elkerülése érdekében. A pszichológiai beavatkozás során mindenképpen szem előtt kell tartani a személyes élmények ventilációjának biztosítását, a biztonságérzet sérülésének feltárását és lehetőség szerinti visszaállítását, az érzelmek intenzitásának csökkenésével párhuzamosan pedig a saját felelősség felismerésének, valamint a tapasztalatok levonásának és a jövőre való orientáltságnak az elősegítését. Szintén nagyon fontos, hogy az egyes rendkívüli események tapasztalatairól esettanulmányok készüljenek, melyek tapasztalatait mindenképpen hasznos lenne beépíteni a rendszeres oktatások tematikájába. Amennyiben lehetőség van rá, úgy mindenképpen támogatni kell a csoportos megbeszéléseket is, melyek egyszerre képesek szakmai és pszichés célokat is szolgálni.

Összességében tehát kijelenthető, hogy a rendkívüli események pszichológus bevonásával történő kezelése több szempontból is nagyon hasznos lehet mind az egyén, mind pedig a szervezet számára, hiszen egyszerre képes enyhíteni az esetleges káros következmények súlyosságát, illetve a jövőbeni kritikus eseményekre való felkészítés révén a megelőzését.

Irodalomjegyzék

1. Cooper, L., Payne, R. (eds.) (1988): *Causes, Coping and Consequences of Stress at Work*, John Wiley and Sons Ltd., New York.
2. Futóné K. Zs., Vizinger E., András Zs. (2009): *Lelki egészségvédelem a kulturált rendészetért*. In: Pécsi Határőr Tudományos Közlemények, X. szám, Pécs, 257-264. o.
3. Maslow, A. H. (1954): *Motivation and personality*. Harper & Row, New York.
4. Oláh A. (1992): *Szorongás, megküzdés és a megküzdési potenciál*, Kandidátusi értekezés.
5. Szabó E. (2010): *A munkahelyi egészségpszichológia és egészségfejlesztés rendszere a Magyar Köztársaság Rendőrségén, valamint a szubjektíve észlelt munkahelyi stresszterheltség jellegzetességei – különös tekintettel az idői tényezőre – a hivatásos állományú rendőrök körében*. Doktori értekezés, Debreceni Egyetem.