

Justyna Iskra¹

Katedra Psychologii Ogólnej
Instytut Psychologii KUL

Magda Stojek

Międzywydziałowe Indywidualne
Studia Humanistyczne KUL

DOŚWIADCZENIA STRACHU U POLICJANTÓW BĘDĄCYCH W SYTUACJI ZAGROŻENIA

1. Wprowadzenie

Sytuacje zagrożenia są udziałem człowieka w ciągu całego jego życia. Odbiór i ocena tych zagrożeń mają charakter subiektywny, ale zawsze prowadzą one do sytuacji doświadczania dyskomfortu emocjonalnego. Sytuacje zagrożenia są najczęściej nieprzewidywalne i dotyczą takich zdarzeń, w których „występuje zwiększone prawdopodobieństwo wypadku, uszkodzenia ciała, strat materialnych lub moralnych” (Terelak 1995, s. 122). Mogą być związane z zagrożeniami natury fizycznej, jak również społecznej. Następuje w nich naruszenie wartości cenionej przez człowieka.

Zagrożenia możemy podzielić na globalne, regionalne i lokalne oraz naturalne (np. klęski żywiołowe) i związane z działalnością człowieka, czyli:

- zagrożenia cywilizacyjne (choroby, masowe imprezy);
- zagrożenia destrukcyjne (terroryzm, sabotaż, przestępczość);
- zagrożenia gospodarcze (wadliwe konstrukcje, zanieczyszczenie środowiska).

Obok sytuacji deprywacji, przeciążenia i zakłócenia sytuacje zagrożenia zaliczane są przez Tomaszewskiego (za: Terelak 1995) do sytuacji trudnych.

¹ Adres do korespondencji: Katedra Psychologii Ogólnej, Instytut Psychologii KUL JP II, Al. Raławickie 14, 20-950 Lublin; e-mail: *Justyna.Iskra@kul.lublin.pl*

Uwidacznia się w nich rozbieżność pomiędzy zadaniami, potrzebami człowieka, a możliwościami ich realizacji i zaspokojenia.

W badaniach dotyczących sytuacji zagrożenia rozróżnia się dwa zasadnicze podejścia: normatywne i deskryptywne. Pierwsze z nich odnosi się do kryteriów jakie człowiek może stosować przy ocenie wielkości zagrożenia. Dzięki znajomości normatywnych kryteriów można przewidywać wybory człowieka i badać, na ile jego rzeczywiste postępowanie różni się od „obiektywnego”, normatywnego wzorca. Podejście deskryptywne odnosi się natomiast do badania konkretnych zachowań i ustalania za pomocą jakich reguł ludzie wybierają określone, ryzykowne rozwiązania, a inne odrzucają (Goszczyńska 1997).

Bez względu na to, w jaki sposób dochodzi do powstania w umyśle człowieka subiektywnego obrazu zagrożenia, faktem jest, że często odbiega on od obiektywnie istniejącego zagrożenia. Zniekształcenia ludzkich ocen zagrożenia są bowiem uzależnione od tego, w jakich kategoriach myślenia (probabilistyczne czy deterministyczne) ujmowane jest dane zdarzenie. Do najważniejszych sytuacji trudnych i prowadzących do doświadczenia zagrożenia możemy zaliczyć według Terelaka (1995):

- sytuacje konfliktowe – człowiek staje wobec sytuacji konieczności wyboru dwóch przeciwnych lecz jednakowo ważnych decyzji;
- sytuacje z nieoczekiwanym rezultatem działania – wybierając określony kierunek działania człowiek oczekuje określonego wyniku, a spotyka się z efektem przeciwnym;
- sytuacje deficytu czasu i informacji – należy podjąć prawidłową decyzję ze względu na limitowany czas i brak dostatecznych informacji;
- sytuacje nieokreśloności – człowiek mało dokładnie rozpoznaje i lokalizuje problem, nie wie jak działać, co robić.

Charakterystyczną cechą wszystkich wyróżnionych sytuacji związanych z zagrożeniem jest to, że wzbudzają one silne emocje, a jedną z nich, często doświadczaną jest strach. Kępiński (1987) podaje, że jest to lęk przedmiotowy i poprzedzony jest percepcją przedmiotu zagrożenia. Folkman, Lazarus i inni (1988) stwierdzają, że strach jest reakcją na zagrożenie, którego przyczyna jest znana, niebezpieczeństwo jest widoczne, obiektywne, może być dostrzeżone przez wiele osób i zrozumiałe dla nich. Becker (1998), Wolpe, Wolpe (1999), uważają, że strach jest pożądany wówczas, gdy pojawia się w sytuacji rzeczywistego zagrożenia ponieważ działa jako mechanizm sygnalizujący zagrożenie, z którym człowiek musi się zmierzyć. Strach pojawiający się wówczas, gdy zagrożenie nie występuje może jedynie przeszkadzać i utrudniać prawidłowe funkcjonowanie człowieka.

Człowiek doświadczając strachu w sytuacji zagrożenia doświadcza go w kilku aspektach (Seligman, Walker, Rosenhan 2003 – za: Sęk 2006; Oatley, Jenkins 2003):

- poznawczy – związany jest z percepcją i rozpoznaniem bodźców stanowiących o zagrożeniu życia człowieka lub też jego zdrowia;
- somatyczny – związany jest z uaktywnieniem się części współczulnej układu autonomicznego, co prowadzi do zmian wewnętrznych i zewnętrznych na poziomie funkcjonowania organizmu;
- behawioralny – związany z podejmowaniem prób radzenia sobie z zaistniałą sytuacją;
- emocjonalny – związany z przeżywaniem przerażenia, zdenerwowania, grozy, paniki itp.

Sytuacje zagrażające i wzbudzające strach dotyczą w dużym stopniu osób pracujących w służbach ratowniczych (strażaków, policjantów, lekarzy). Pracownicy ci bowiem często stają wobec sytuacji trudnych, ryzykownych, związanych z narażaniem własnego zdrowia a nawet życia. Praca zawodowa policjantów szczególnie obfituje w sytuacje codziennego obcowania z przejawami patologii społecznej (np. alkohol, narkotyki, przemoc, rozboje, kradzieże) i prowadzi do częstego funkcjonowania i podejmowania działań interwencyjnych przy znacznym obciążeniu psychicznym i fizycznym.

Do głównych zadań policjantów należy bowiem: ochrona życia i zdrowia ludzi, ochrona mienia, bezpieczeństwa i porządku publicznego, inicjowanie i organizowanie działań mających na celu zapobieganie popełnianiu przestępstw i wykroczeń, wykrywanie przestępstw i wykroczeń oraz ściganie ich sprawców, kontrola przestrzegania przepisów porządkowych i administracyjnych związanych z działalnością publiczną lub obowiązujących w miejscach publicznych, współdziałanie z policjami innych państw oraz organizacjami międzynarodowymi. Realizacja tych zadań (jak również wiele innych) prowadzi policjantów do częstego i wielokrotnie zaskakującego ich samych uczestniczenia w sytuacjach, które oceniane są przez nich jako zagrażające i wzbudzające u nich strach.

2. Metodologia badań

Celem podjętych badań jest psychologiczna analiza doświadczenia strachu u policjantów pracujących zawodowo, którzy znajdują się w sytuacji ocenianej przez nich i opisywanej jako zagrażająca. Wykonywana bowiem przez nich praca niesie ze sobą częste ryzyko narażania się na bycie w sytuacjach trudnych, które mogą doprowadzić ich do wypadku, utraty zdrowia, a nawet życia.

Gрупę osób badanych stanowi 10 policjantów (mężczyzn) w wieku 22–25 lat. Wszyscy badani są mieszkańcami Warszawy, odbyli już służbę wojskową w wymiarze 12 miesięcy w oddziałach prewencji, a okres ich stażu zawodowego nie przekracza trzech lat. Policjanci biorący udział w badaniach pracują

zawodowo w Oddziale Prewencji i podstawowym ich zadaniem jest patrołowanie ulic oraz zabezpieczanie imprez masowych.

Metodą badania zastosowaną w proponowanym projekcie jest *Jakościowa Analiza Personalistyczna (JAP)* opracowana przez Uchnasta (2002). Pozwala ona ująć jako przedmiot badania doświadczenie osobowe powstałe w kontakcie człowieka z otaczającym go światem i przekazane innym w postaci opisu konkretnych zdarzeń życiowych, w których człowiek uczestniczy.

Badani poproszeni zostali o opis konkretnych zdarzeń zgodnie z podaną instrukcją: „Proszę opisz przeżytą przez Ciebie konkretną sytuację zagrożenia, w której doświadczyłeś strachu w związku z wykonywanym przez ciebie zawodem. Opisz ją możliwie dokładnie, podając to, co było przed tą sytuacją, w czasie jej trwania, po niej. Co czułeś? Jak się zachowywałeś? Jak sobie z nią radziłeś?”

Jakościowej analizie zostały poddane teksty (opisy zdarzeń życiowych na zadany temat) pochodzące od badanych policjantów, ogółem 10 opisów zdarzeń dotyczących doświadczenia strachu w sytuacji zagrożenia związanego z wykonywanym zawodem.

Opracowana przez Uchnasta (2002) *Jakościowa Analiza Personalistyczna (JAP)* wyrasta ze wzorca fenomenologicznego Giorgiego (1991), ale zmodyfikowana została o założenia percepcji ekologicznej Gibsona (1979). W pisemnych raportach wyodrębnione zostają, zgodnie z założeniami metody, źródłowe jednostki analizy danego zdarzenia oraz wyznaczniki ich odniesień i orientacji (*framework*) w trzech wymiarach: biosferycznym (bezpośredniego kontaktowania), egzystencjalnym i dialogu osobowego (osobowej otwartości); a następnie elementy dopełniające sens i specyfikę danego doświadczenia w wymiarach: środowiskowym, subiektywnym i werbalnym (por. Iskra 2000; Uchnast 1994, 1995a, 1997, 2002; Uchnast, Iskra 2003, 2004). W psychologicznej analizie można bowiem adekwatnie ująć jakość przedmiotu czyjegoś doświadczenia wówczas, gdy uwzględnimy fakt, iż podmiot danego doświadczenia ma równocześnie doświadczenie świata w którym żyje, zajmuje określoną pozycję, jest zainteresowany własnym otoczeniem i w tym świecie czegoś doświadcza. Przedmiotem jakościowej analizy staje się wówczas doświadczenie osobowe powstałe w zdarzeniu życiowym współtworzonym przez osobę ludzką i jej świat (Uchnast 1995b, 1999, 2002).

3. Przykładowe zastosowanie Jakościowej Analizy Personalistycznej

Poniżej przedstawiony zostanie przykład zastosowania metody Jakościowej Analizy Personalistycznej w odniesieniu do jednego z uzyskanych w

czasie badań opisów zdarzenia związanego z doświadczeniem strachu w sytuacji zagrożenia.

Źródłowe jednostki analizy prezentowanego zdarzenia życiowego dotyczącego doświadczenia strachu u policjantów w sytuacji zagrożenia znajdują się na poziomie bezpośredniego kontaktowania się, egzystencjalnym i osobowego dialogu. Centralną funkcję organizacji osobowego doświadczenia pełni wymiar egzystencjalny. Doświadczenie realności sytuacji, w której znajduje się mężczyzna (policjant) wyznaczone jest przez zadanie zawodowe, którego się podejmuje, czyli udział w pierwszym zabezpieczeniu meczu piłkarskiego. Sytuacja ta związana jest z przekonaniem o posiadaniu doświadczenia odnośnie tego, jak należy się zachować i co się będzie działo, które bardzo szybko okazuje się złudne. W tym też kontekście, czyli w odniesieniu do własnych, mylnych przekonań, opowieści starszych i bogatszych w doświadczenie policjantów odbierane są przez mężczyznę jako mało realne, a przestrogi z ich strony są bagatelizowane. Najistotniejsze jest bowiem zrealizowanie pragnienia udziału w akcji zabezpieczenia meczu. W czasie rozwoju sytuacji, gdy dochodzi do przybycia w okolice stadionu i ustalenia sposobów działania oraz wariantów postępowania z kibicami, pojawia się zaskoczenie sytuacją. Konfrontacja z rzeczywistością poprzez udział w wydarzeniach powoduje początkową dezorientację, a następnie przeżywanie stresu i silną koncentrację na wykonywanym zadaniu wynikającą z pragnienia wykazania się w akcji. U policjanta biorącego udział w przygotowanej tyralierze pojawia się poczucie zagrożenia i strach o własne życie wywołane ilością rozwścieczonych kibiców i agresywnymi atakami z ich strony („Kibice zaczęli rzucać dużymi kamieniami, uderzać kijami i kopać w pierwszy szereg policjantów”). Początkowa nadzieja na obronę i tym samym możliwość odparcia ataku okazuje się złudna. Szczególnie jasno widać to w sytuacji wypadku jednego z policjantów, który zostaje trafiony płytą chodnikową. Mężczyzna uświadamia sobie jak duże jest zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia wszystkich uczestników akcji. Pomaga poszkodowanemu koledze, ale jednocześnie zwiększa ostrożność i zwraca uwagę na zachowania mające podnieść bezpieczeństwo. Przekonanie o opanowaniu sytuacji, a tym samym poczucie ulgi i spokoju pojawia się dopiero po zakończeniu ataku ze strony kibiców i ich rozproszeniu się. Ale przeżycia związane z sytuacją zabezpieczenia meczu powracają do mężczyzny i są wielokrotnie analizowane w aspekcie różnych możliwości zakończenia podejmowanej akcji policyjnej. W wyniku tego pojawiają się refleksje dotyczące sensu wykonywania obranego zawodu i związane z tym wątpliwości. Sytuacja ulega zmianie podczas spotkania z dowódcą, który chwali młodych policjantów, docenia ich działania i tym samym ich dowartościowuje. Mężczyzna doświadcza dumy w związku z tak pozytywną opinią przełożonego i zdecydowanie skłania się ku akceptacji własnej pracy.

Tab. 1. Jednostki analizy źródłowe i dopełniające sens przedmiotu doświadczenia strachu związanego z sytuacją zagrożenia

Mężczyzna (wiek – 22 lata)	Źródłowe jednostki analizy oraz wyznaczniki ich odniesień i orientacji w wymiarach			Jednostki dopełniające sens przedmiotu doświadczenia w wymiarach		
Opis zdarzenia	Biosfe- ryczny	Egzysten- cjalny	Dialogu osobowego	Środowi- skowy	Subiek- tywny	Werbalny
1. To był dzień, w którym po raz pierwszy wziąłem udział w zabezpieczeniu meczu piłkarskiego. Do zabezpieczeń meczów i innych imprez o charakterze masowym przygotowywano nas podczas trwającego dwa miesiące szkolenia unitarnego, zarówno pod kątem sprawności fizycznej, jak i również do występujących w nich zagrożeń. Pamiętam, że starsi policjanci, którzy od kilku lat brali udział w tego typu imprezach, opowiadali nam z życia wzięte sytuacje, które w pierwszym momencie wydawały się tak barwne, że aż fikcyjne. Lecz ja bagatelizowałem te opowiadania oraz rady, których nam udzielano i bardzo chciałem wziąć udział w takim zabezpieczeniu. 2. W tym pamiętnym dniu tuż przed wyjazdem omówiliśmy różne warianty postępowania z agresywnymi kibicami oraz kolejny raz przypomniano nam o występującym niebezpieczeństwie. A założenie było takie: po dotarciu na miejsce, tj. wejście główne na stadion Polonii Warszawa mieliśmy ustawić się w kolumnie trójkowej przy wejściu i cierpliwie oczekiwać na przyjeście kibiców. Gdy dojeżdżaliśmy na miejsce w kierunku stadionu biegła już roz-	1. zadanie zawodowe 1. szkolenie unitarne 2. przybycie w okolice stadionu	1. bagatelizowanie rad starszych kolegów 1. pragnienie wzięcia udziału w zabezpieczeniu meczu	1. przestrogi policjantów dla młodszych kolegów 2. ustalenia dotyczące działania wobec kibiców	1. udział w pierwszym zabezpieczeniu meczu 1. poprawianie sprawności fizycznej 2.	1. złudne poczucie doświadczenia zawodowego	1. informacje o zagrożeniach na meczach, opowieści policjantów 2. omówienie różnych wariantów postępowania z agresywnymi kibicami

wścieszona grupa kibiców (około trzystu) przeciwnej drużyny. W tym momencie dowództwo wydało polecenie natychmiastowego opuszczenia pojazdów i ustawienia się w tyralierze wzdłuż bramy wejściowej tak, by nie doszło do wtargnięcia „ich” na stadion. W pierwszej chwili nie do końca wiedziałem co mam robić, podejrzewam, że inni również. Stresowałem się. Nie zdawałam sobie sprawy z zagrożenia, myślałem tylko o tym, by nie dać plamy i zająć odpowiednią pozycję. 3. Gdy dobiegliśmy na miejsce i rozstawiliśmy tyralierę przeraziłem się, kiedy zobaczyłem grupę trzystu osób biegnącą prosto na nas. Wydawało mi się, że nie mamy żadnych szans, przecież było nas około stu. Tyraliera była długa, ale za to cienka. W chwilę później doszło już do starcia. Kibice zaczęli rzucać dużymi kamieniami, uderzać kijami i kopać w pierwszy szereg policjantów, których jedyną ochroną była plastikowa przezroczysta tarcza. Pamiętam, że stałem w drugim rzędzie tuż za tarczami. Przez chwilę uwierzyłem, że ta zwarta grupa przetrwa wszystko, odeprze każdy atak, kiedy to na kolegę stojącego obok spadła płyta chodnikowa trafiając go w głowę (na głowie miał kask ochronny), po czym osunął się na ziemię. Instynktownie odszedłem z szeregu i pomogłem mu wstać. Okazało się, że nie doznał żadnych obrażeń i po chwili wróciliśmy do tyraliery. Ten incydent dał mi wiele do my-	3. udział w tyralierze 3. ataki kibiców 3. wypadek kolegi	2. zaskoczenie spowodowane realną sytuacją 2. pragnienie wykazania się 3. poczucie zagrożenia i strach o życie 3. złudne nadzieje na obronę 3. świadomość	2. polecenia dowódcy 3. pomoc poszkodowanemu koledze	obecność rozwścieczonej grupy kibiców 2. opuszczenie pojazdu i ustawienie tyraliery 3. rzucanie kamieniami, uderzanie kijami, kopanie przez kibiców 3. uderzenie policjanta płytą chodnikową 3. pomoc koledze w powrocie do szeregu	2. ogólna dezorientacja w sytuacji 2. przeżywanie stresu i koncentracja na zadaniu 3. przerażenie ilością i agresywnością kibiców 3. wiara w możliwość odparcia ataku 3. strach o	2. informacje o niebezpieczeństwie
--	--	--	--	--	--	---

ślenia, zacząłem się bać, czułem strach przed tym, że zaraz mnie to spotka. W tym momencie zdałem sobie sprawę z grożącego mi niebezpieczeństwa. 4. Po tym poprawiłem kask, sprawdziłem zapięcia i zacząłem szczerzej chować się za tarczą kolegi tak, by uniknąć lecących kamieni. W chwilę później natarcie ustało, kibice się rozproszyli a w naszych szeregach zapanował spokój i opanowanie. Odetchnąłem z ulgą. Na szczęście nikomu nic się nie stało. 5. Po powrocie z meczu jeszcze długo nie mogłem dojść do siebie, przed oczami miałem szalejący tłum ludzi. W pamięci ciągle analizowałem przeżytą sytuację i myślałem „co by było gdyby...” Pamiętam też chwilę zwątpienia w zawód policjanta, to było jeszcze tego samego dnia, gdy pomyślałem, że to dopiero początek mojej pracy i jeszcze wiele takich zabezpieczeń przede mną. 6. Nazajutrz dowódca naszej kompanii zwołał nas wszystkich. Zaczął wychwalać za odwagę, gratulował świetnego przygotowania i życzył powodzenia w dalszych działaniach. Myślę, iż to spotkanie dużo mi pomogło, przestałem wątpić tłumacząc sobie, że taki już widocznie jest zawód policjanta i tak musi być.	4. czynności zabezpieczające siebie 4. zakończenie ataku przez kibiców 6. spotkanie z dowódcą	zagrożenia zdrowia i życia w czasie akcji 4. zwiększenie ostrożności 4. opanowanie sytuacji 5. wielokrotne analizowanie sytuacji 5. refleksje, co do sensu wykonywania zawodu policjanta	4. ulga z powodu szczęśliwego dla wszystkich zakończenia akcji 6. docenienie i dowartościowanie policjantów biorących udział w akcji	4. poprawianie kasku, sprawdzanie zapiec, chowanie się za tarczą 4. rozproszenie się kibiców	własne życie 4. ulga i spokój wśród policjantów 5. zwątpienie w zawód policjanta, w sens tej pracy 6. duma z powodu bycia docenionym 6. akceptacja swojej pracy	5. powracające pytania o inne możliwości zakończenia akcji 6. pochwały dla młodych policjantów
--	--	---	--	--	--	--

Opisane zdarzenie stanowi przykład indywidualnego doświadczenia strachu w sytuacji zagrożenia związanego z wykonywaną pracą. Realnej sytuacji uczestniczenia w akcji zabezpieczenia meczu – mającej swoje ugruntowanie w wymiarze bezpośredniego kontaktowania się i dialogu osobowego – towarzyszą doznania związane początkowo z bagatelizowaniem zagrożenia, zaskoczeniem rozwijającą się sytuacją, poczuciem zagrożenia i strachem o własne życie, aż wreszcie, po wielokrotnym przeanalizowaniu sytuacji, wątpliwościami dotyczącymi sensu bycia policjantem i przezwyciężeniem ich dzięki zachowaniu innych, znaczących osób (dowódca kompanii). W analizowanym opisie zdarzenia życiowego szczególnego znaczenia nabiera więc wymiar osobowego dialogu. Dzięki obecności innych i uczestniczeniu we wspólnych wydarzeniach mężczyzna uświadamia sobie znaczenie rad udzielanych przez starszych kolegów, którzy niewątpliwie wykazują się większym doświadczeniem, w pełni odczuwa zagrożenie związane z wykonywanym zawodem (wypadek kolegi) i przezwycięża strach, by dalej pracować jako policjant i czerpać z tego satysfakcję nawet w obliczu tak trudnych sytuacji, jak ta opisywana.

4. Psychologiczna struktura doświadczenia strachu u policjantów będących w sytuacji zagrożenia

Wśród opisów zdarzeń związanych z doświadczeniem strachu przez policjantów znajdujących się w sytuacji zagrożenia możemy wyróżnić te, które dotyczą zabezpieczenia meczów piłkarskich, zatrzymywania handlarzy narkotyków lub osób pijanych, wyjazdu do wypadku drogowego, odnalezienia w mieszkaniu martwej od dłuższego czasu dziewczyny, którą ciągle opiekuje się matka, zatrzymania przestępcy ściganego listem gończym, zatrzymania chłopca, który uciekł z patologicznej rodziny i usiłował dotrzeć do wujka. Doświadczenie strachu w analizowanych opisach sytuacji (zdarzeń życiowych) zróżnicowane jest w wymiarze bezpośredniego kontaktowania, egzystencjalnym i osobowego dialogu, z centralną funkcją jednostek źródłowych w wymiarze egzystencjalnym.

Opisane doświadczenie strachu w sytuacji zagrożenia ma charakter personalny, dotyczy i jest udziałem konkretnej osoby, która je opisuje, zdarzeniowy, ponieważ dotyczy tego, co działo się w konkretnym miejscu i czasie oraz przedmiotowy, gdyż dotyczy sytuacji wzbudzających strach w związku udziałem w zaistniałych trudnych, zagrażających sytuacjach. W uporządkowanym, stabilnym świecie mają miejsce wydarzenia, które niosą ze sobą strach przed chorobą; utratą zdrowia czy życia; brakiem należytego wypełnienia obowiązków; utratą broni; nowymi, nieznanymi miejscami, które mogą

wpłynąć na percepcję rzeczywistości w sytuacji, gdy należy szybko i sprawnie działać.

Otoczający świat uświadamiany jest przez mężczyzn źródłowo. Pierwotne ugruntowanie w świecie daje im poczucie realności zdarzeń, możliwości działania i relacji z innymi w bezpośrednim kontakcie. Rzeczywistość swoich doświadczeń potwierdzają przez ich ugruntowanie w świecie bezpośredniego kontaktowania się, jak również w wymiarze dialogicznego współdnoszenia się.

Wymiar bezpośredniego kontaktowania jednostek źródłowych wypełniają więc konkretne dni służby policyjnej, podejmowane czynności i zadania, akcje, w których policjanci uczestniczą. W odniesieniu do tak określonych sytuacji występują doznania na poziomie egzystencjalnym, które jasno nakreślają ich możliwości, ale też ograniczenia w realnym świecie. Strach wzbudzą agresywne, często zaskakujące zachowania innych ludzi, będących np. pod wpływem narkotyków czy alkoholu, kontakt ze strzykawkami narkomana spowodowany brakiem ostrożności ze strony policjanta, brutalne ataki kibiców w czasie zabezpieczania imprez sportowych, interwencja wobec mężczyzny mogącego mieć przy sobie broń i znanego policji z zachowań przestępczych, kiedy to nie wahał się jej użyć, wyjazd do wypadku i kontakt z ciężko rannym człowiekiem, długa reanimacja pijanego mężczyzny, który stracił przytomność, świadomość tego, jaki los czeka chłopca uciekającego z domu, gdzie rodzice są alkoholikami i znęcają się fizycznie nad dzieckiem. We wszystkich opisywanych zdarzeniach pojawia się refleksja nad zaistniałą sytuacją i próba wyciągnięcia wniosków na przyszłość dla lepszego wykonywania własnej pracy zawodowej, ale też zmniejszenia zagrożenia i towarzyszącego mu strachu. Mężczyźni mają świadomość, że specyfiką ich pracy jest częste obcowanie z sytuacjami zagrożenia i doznawanie strachu. Jednak ciągle mają nadzieję, że te trudne sytuacje może już się nie powtórzyć lub przynajmniej próbują je zrozumieć i wyciągnąć wnioski dotyczące tego, jak radzić sobie w przyszłości. Strach jest udziałem każdego człowieka i nie da się go wykluczyć z życia, podobnie jak nie da się uniknąć trudnych, zagrażających sytuacji będąc policjantem. W tym też kontekście jako naturalne traktują objawy fizjologiczne, których doznają w sytuacjach zagrożenia (drżenie rąk, kolan, przyspieszone bicie serca, szybki oddech, natłok myśli, bladość albo czerwienienie się, bezruch).

Mężczyźni biorący udział w badaniach podkreślają szczególnie istotną rolę innych osób w sytuacji radzenia sobie z doświadczanym strachem. Pomoc i wsparcie w postaci rad, wymiany doświadczeń, uzyskania pochwały czy tylko samej obecności, ma istotne znaczenie w przygotowaniu się do uczestniczenia w sytuacji trudnej oraz w udziale w samym jej przebiegu. Strach doznawany przez policjantów nie jest wyimaginowany lecz ma swoje ugruntowanie w ich świecie, tym, w którym żyją, poruszają się, doświadczają, wcho-

dzą w relacje z innymi. To pierwotne ugruntowanie w świecie daje im poczucie realności zdarzeń, które są ich udziałem. Mają one charakter rzeczywisty, dotyczą konkretnych osób, skłaniają do przemyśleń i refleksji. Pomimo chwilowych zwątpień, załamień i krytycznego podejścia do swoich możliwości, jeżeli uzyskują wsparcie od innych wzbogacają się o nowe doświadczenia, umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i potrafią przetrwać, a także akceptować strach, jako towarzyszący ich pracy zawodowej i wielokrotnie ratujący ich przed mało rozważnym czy zbyt pochopnym działaniem.

5. Podsumowanie

Psychologiczna analiza zdarzeń życiowych dotyczących doświadczenia strachu w sytuacji zagrożenia, w której znaleźli się policjanci pozwala nam stwierdzić, że tego rodzaju przeżycia są często ich udziałem i wpisane są w specyfikę wykonywanego przez nich zawodu. Doświadczany przez nich strach pojawia się w realnych sytuacjach rzeczywistego zagrożenia, na które bywają narażeni w codziennej pracy. Ma on swoje jasno określone źródło i jak sami podkreślają jest często pożądanym, ponieważ chroni ich przed „bezmyślnie ryzykownym działaniem”.

Biorący udział w badaniu nie zaprzeczają temu, że doświadczają strachu, ale mają też świadomość, że konieczna jest umiejętność radzenia sobie z nim i „oswajania” go tak, by nie dezorganizował podejmowanych przez nich działań i nie obniżał ich motywacji do trwania w wybranym zawodzie. Pomoc ze strony innych – nawet w postaci udzielenia rad, wymiany doświadczeń czy samej obecności i świadomości wspólnych, podobnych przeżyć, które rozumiemy, bo uczestniczymy w podobnych sytuacjach – są najważniejszym, wskazywanym przez policjantów biorących udział w badaniu, sposobem radzenia sobie z doświadczanym strachem w sytuacjach zagrożenia.

Strach jest bowiem pożądanym, jeśli pojawia się w sytuacji rzeczywistego zagrożenia, z którym człowiek musi się zmierzyć (Wolpe, Wolpe 1999). Istota tkwi jednak w tym, jaka jest jego intensywność, a tym samym, jak wpływa na podejmowane działania. „[...] strach towarzyszy jednym bardziej, innym mniej, ale towarzyszy każdemu... Trzeba nauczyć się po prostu go przetrwać... Nie zapomnę tych uczuć, adrenaliny, strachu, tych krzyków... Trzeba to przeżyć, żeby zrozumieć”².

² Fragment opisu zdarzenia dotyczącego doświadczenia strachu przez policjanta będącego w sytuacji zagrożenia.

BIBLIOGRAFIA

- Becker G. (1998). *Dar strachu. Jak wykorzystywać sygnały o zagrożeniu, które ostrzegają nas przed przemocą i zapewniają przeżycie*. Poznań: Media Rodzina.
- Folkman S., Lazarus R. S., Gruen R., DeLongis A. (1988). Coping as mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 466-475.
- Gibson J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Boston: Houghton Mifflin Comp.
- Giorgi A. (1991). Psychologia jako nauka humanistyczna w świetle założeń podejścia fenomenologicznego. W: A. Januszewski, Z. Uchnast, T. Witkowski (red.), *Wykłady z psychologii w KUL* (s. 309-344). Lublin: RW KUL.
- Goszczyńska M. (1997). *Człowiek wobec zagrożeń. Uwarunkowania oceny i akceptacji ryzyka*. Warszawa: Wydawnictwo „Żak”.
- Iskra J. (2000). *Rozwój ku samoaktualizacji Antoine de Saint-Exupery na podstawie psychologicznej analizy jego twórczości literackiej*. Niepublikowana praca doktorska. Lublin: KUL.
- Kępiński A. (1987). *Lęk*. Warszawa: PZWL.
- Oatley K., Jenkins J. M. (2003). *Zrozumieć emocje*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sęk Z. (2006). *Psychologia kliniczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Terelak J. F. (1995). *Stres psychologiczny*. Bydgoszcz: Oficyna Wydawnicza Branta.
- Uchnast Z. (1994). Reinterpretacja założeń psychologii postaci: od modelu całości jako symbolicznej figury do modelu całości naturalnej jako ekosystemu. *Roczniki Filozoficzne*, 4, 33-71.
- Uchnast Z. (1995a). Ku psychologii zdarzeń życiowych. W: A. Biela, J. Brzeziński, T. Marek (red.), *Spoleczne, eksperymentalne i metodologiczne konteksty procesów poznawczych człowieka* (s. 117-138). Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Uchnast Z. (1995b). Zdarzenie życiowe osoby ludzkiej. Podejście ekologiczne. *Roczniki Filozoficzne*, 4, 5-23.
- Uchnast Z. (1997). Ku koncepcji selfu w psychologii zdarzeń życiowych. W: P. Oleś (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości* (s. 271-281). Lublin: TN KUL.

- Uchnast Z. (1999). Osobowa postawa wiary: model jakościowej analizy. *Roczniki Psychologiczne*, 2, 33-53.
- Uchnast Z. (2002). Doświadczenie osobowe: przedmiot jakościowej analizy personalistycznej. *Roczniki Psychologiczne*, 5, 5-25.
- Uchnast Z., Iskra J. (2003). Doświadczenie cierpienia: jakościowa analiza zdarzeń życiowych. W: K. Krzyżewski (red.), *Doświadczenie indywidualne. Szczególny rodzaj poznania i wyróżniona postać pamięci* (s. 143-170). Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Uchnast Z., Iskra J. (2004). Psychologiczna struktura doświadczenia cierpienia osobowego. W: R. Jaworski, A. Rusak, W. Simon (red.), *Wobec cierpienia* (s. 39-48). Płock: Płocki Instytut Wydawniczy.
- Wolpe J., Wolpe D. (1999). *Wolni od lęku. Lęki i ich terapia*. Kraków: Wir Partner.

FEAR EXPERIENCE – THE POLICEMEN IN DANGER

(Summary)

This research presents psychological analysis of fear among the policemen who faced danger on duty. Their profession entails the risk of participation in difficult situations which may lead to accidents, serious injury or even loss of life. Their basic duty is to patrol the streets and guarantee security at mass gatherings. Some of the descriptions of the incidents connected with fear experienced by the policemen at work have been subjected to psychological analysis. The research group was composed of ten policemen, aged 22-25, working in the Crime Prevention Department in Warsaw. They were examined with Z.Uchnast's *Personalistic Qualitative Analysis* test.

Korekta językowa – Katarzyna Ostrowska