

Univerzitet u Sarajevu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za psihologiju

**IZVORI STRESA I PSIHOSOMATSKI SIMPTOMI KOD PRIPADNIKA  
SPECIJALNIH POLICIJSKIH JEDINICA**

Završni diplomski rad

Kandidat: Amina Aganagić

Mentor: doc.dr.Amela Dautbegović

Sarajevo, juni 2019

## Sadržaj

1. UVOD .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Karakteristike posla pripadnika specijalnih policijskih jedinica	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1. Šta je to specijalna policijska jedinica? .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2. Kako postati pripadnik specijalne policijske jedinice? ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Izvori i posljedice stresa sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1. Podjele izvora stresa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2. Operativni i organizacijski izvori stresa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.1. Operativni izvori stresa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.2. Organizacijski izvori stresa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.3. Burn-out ili sindrom profesionalnog sagorijevanja .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.4. Utjecaj obitelji, socijalne podrške i odbrambeni mehanizmi	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.5. Identifikacija izvora stresa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3. PTSP kod pripadnika specijalnih policijskih jedinica ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Najčešći psihosomatski simptomi sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Uloga psihologa u radu s pripadnicima specijalnih policijskih jedinica	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Zaključak .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7.	
Literatura .....	37

## SAŽETAK

Cilj ovog teorijskog rada je dati uvid u izvore stresa s kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica, kao i pregled najčešćih psihosomatskih simptoma koji se javljaju u ovom zanimanju. Policijsko zanimanje se smatra jednim od najstresnijih što potvrđuju rezultati brojnih istraživanja i literatura. Posljednjih godina sve više raste interes za istraživanjem ovog područja sa psihološkog aspekta. Nedovoljna adekvatnost policije za suzbijanje složenijih djela poput terorizma i rješavanja talačkih kriza dovodi do razvoja specijalnih policijskih jedinica, koje prolaze specijalnu obuku. Njihova pripremljenost da reaguju i suočavaju se sa najokrutnijim sadržajima dovode do razvoja različitih stresora poznatih kao *operativni stres*. Stresogenosti ovog posla doprinose i različiti administrativni poslovi za koje oni zapravo nisu specijalno obučeni, a koji se jednim nazivom označavaju kao *organizacijski stresori*. Različiti izvori stresa vode do različitih problema na polju svakodnevnog funkcioniranja unutar obitelji, što može da vodi do pojave nasilja u obitelji ili razvoda braka. Osim toga, sve su učestaliji brojni zdravstveni problemi, najčešće psihosomatski simptomi, koji ukoliko se ne reaguje na vrijeme i postanu hronični, prelaze u ozbiljne psihosomatske bolesti. Identificiranje različitih stresora u policijskom zanimanju čini neophodan korak za razvoj preventivnih programa. Zbog toga su razvijeni upitnici PSQ-Op i PSQ-Org koji pomažu identificiranju stresora kako bi psiholozi olakšali pripadnicima policijskih službi i specijalnih jedinica da razviju mentalnu snagu i spremnost. Od izuzetnog značaja je uloga psihologa u primjeni preventivnih i intervencijskih programa.

**Ključne riječi:** policijski službenici, specijalne policijske jedinice, stres, psihosomatski simptomi, PTSP, uloga psihologa.

## 1.UVOD

Posao policijskih službenika je izuzetno kompleksan, a prvenstveno je usmjeren na sprečavanje i otkrivanje različitih kriminalnih aktivnosti. Od policijskih službenika se očekuje visok stepen profesionalnosti u pravovremenom izvršenju dužnosti i zadataka, ali i u smislu poštovanja dostojanstva onih prema kojima su usmjerene aktivnosti (Bičanić, 2015). Osnovni preduvjeti u policijskom poslu jesu stabilne i čvrste osobine ličnosti ali i zadovoljavajuća količina međusobnog angažovanja, tolerancije i spremnosti na pružanje pomoći radnim kolegama (Sindik i sur., 2014). Posao čovjeku osigurava prihode, ali može biti značajan izvor stresa. Unutar svake profesije, bez obzira na njihove specifičnosti, javljaju se određene vrste i razine stresa. Policijska profesija se u pravilu percipira kao osobito stresna profesija. Policijsko zanimanje se i u literaturi navodi kao jedno od najstresnijih zanimanja (Orlović, Labaš, Gudelj, 2015). Rad policijskih službenika po mnogočemu je specifičan i zahtjevan. Organizacija rada, uvjeti rada, postavljeni zadaci, vanredni događaji, kao i obaveze, ovlasti i moralni kodeks pred policijskog službenika postavljaju visoke zahtjeve. Visoka zahtjevnost u obavljanju poslova, često je povezana i s mogućim rizicima po tjelesno i psihičko zdravlje policijskih službenika. U ILO (International Hazard Datasheets, 1999), rizici povezani s policijskim poslovima neposredno su povezani sa slučajnim događajima prilikom žurnih intervencija, primjerice vožnji službenog auta, pružanja prve pomoći, kontroliranja izgreznika prilikom narušavanja javnog reda i mira, posljedica do kojih dolazi kod neopreznog rukovanja službenim naoružanjem, primjene sredstava prinude i slično. Anshel (2000) ističe da policajci pate od mnogih fizičkih i psihičkih posljedica stresa jer su, za razliku od većine postojećih profesija, izloženi mnogobrojnim nesvakidašnjim stresorima i traumama. Susreću se s najokrutnijim i najlošijim sadržajima u društvenim odnosima – ubistvima, silovanjima, pedofilijom, zlostavljanjima itd (Orlović, Labaš, Gudelj, 2015).

Unazad nekoliko desetaka godina je znatno porastao interes za istraživanja stresa povezanog s radom policije. Prema Finnu (1997), mnogi policijski službenici smaraju da je njihov posao stresniji nego ranije, a čemu doprinosi porast nasilničkog kriminaliteta, negativno medijsko prikazivanje, javno preispitivanje, strah od zaraznih bolesti (Tot, 2008). Anderson (1988) uvodi termin "sindrom policijske traume" kojim obuhvaća skup tjelesnih i psihičkih simptoma od kojih pate policajci zbog prirode svog posla. Većina se istraživača slaže kako visoka rizičnost ovog zanimanja doprinosi razvoju i nastanku različitih zdravstvenih poremećaja te da proizvodi niz negativnih učinaka kako za individuu tako i policijsku organizaciju (Tot, 2008). Hronična izloženost stresu i potencijalnim traumatskim

dogadajima povezana s nepredvidivošću posla, može dovesti do značajnih psiholoških reakcija (Gilmartin, 2002, prema Andersen, Papazoglou, Koskelainen, Nyman, Gustafsberg, Arnetz, 2015.). Intenzivan i dugotrajan psihološki stres može da utječe na mentalno i fizičko zdravlje službenika (Andersen i sur., 2010; Violanti i sur., 2006, prema Andersen, Papazoglou, Koskelainen, Nyman, Gustafsberg, Arnetz, 2015.). Rizik za mentalno zdravlje su depresija, PTSP, burnout i zloupotreba alkohola i drugih nedozvoljenih supstanci (Asmundson i Stapleton, 2008; Austin-Ketch i sur., 2012, prema Andersen, Papazoglou, Koskelainen, Nyman, Gustafsberg, Arnetz, 2015.), dok fizički problemi su srčani, kardiovaskularni, gastrointestinalni, dijabetes, pa čak i rana smrt (Violanti i sur., 2005; Violanti, Vena i Petralia, 1998, prema Andersen, Papazoglou, Koskelainen, Nyman, Gustafsberg, Arnetz, 2015.).

Statistički pokazatelji MUP-a RH govore kako je omjer tjelesno ozlijeđenih policijskih službenika i njihovih napadača oko 67:33 %, a omjer teško ozlijeđenih oko 64:36%. Prilikom napada na policijske službenike na razini MUP-a RH od 1996 do 2005. godine, smrtno je stradalo 7 policijskih službenika. *Opća tjelesna priprema* je usmjerena na razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti organizma definiranih kroz snagu, brzinu, izdržljivost, fleksibilnost, koordinaciju, agilnost, ravnotežu i preciznost. *Specijalna tjelesna priprema* podrazumijeva poznavanje posebnih vještina i zahvata za napad ili odbranu (Ribičić, Vidić, 2009). Specijalne snage su poznate od davnih vremena jer su se različiti oblici specijalnih operacija provodili od najranijih perioda. U starom Rimu su postojale pomoćne snage koje su pružale pomoć redovnim sigurnosnim snagama. Međutim, definitivni uvod specijalnih snaga se dogodio za vrijeme Drugog svjetskog rata kada su Britanski komandosi kao specijalne postrojbe bili specijalizovani da djeluju iza neprijateljskih linija. Završetkom Drugog svjetskog rata, specijalne operacije su shvaćene kao oblik nekonvencionalnog djelovanja koje je trebalo da pruži podršku ostvarenju vanjskopolitičkih ciljeva, te su preventivno rješavali vojne i političke probleme (Bilandžić, Milković, 2009).

Odabir pripadnika specijalnih jedinica se obavlja kroz testove koji se pripremaju u saradnji sa drugim policijskim strukturama i Fakultetom za tjelesni odgoj. Testovi se razvijaju u dva smjera: zadovoljavanje propisanih normi i uslova, te specifična stručnost, sportsko-fizičke karakteristike i psihotestovi (Vikić, 2010).

U okviru ovog rada će se nastojati odgovoriti na sljedeća pitanja:

1. Koje su karakteristike posla pripadnika specijalnih policijskih jedinica?
2. Koji su izvori i posljedice stresa sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica?
3. Koji su najčešći psihosomatski simptomi sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica?
4. Koja je uloga psihologa u radu sa pripadnicima specijalnih policijskih jedinica ?

## **2. Karakteristike posla pripadnika specijalnih policijskih jedinica**

### **2.1.Šta je to specijalna policijska jedinica?**

Pojam specijalnih operacija je prvi put zvanično upotrijebljen 1981. godine. Specijalne snage su različito organizirane u različitim državama. Američke specijalne snage se dijele na specijalne snage na kopnu, specijalne snage mornarice, zračne specijalne snage, specijalne snage koje djeluju unutar marinaca, te zelene beretke. Krajem 1960-ih godina je došlo do eskalacije savremenog terorizma što je suočilo brojne države s potrebom za pronalaskom adekvatnog rješenja protiv terorizma. Policija se pokazala nedovoljno adekvatnom za suzbijanje terorizma, te se vojska činila potencijalno efikasnijom, međutim upotreba vojske u unutarnjim sukobima je u potpunoj suprotnosti sa tradicionalnom ulogom vojske, kao i sa standardima demokratije. Zbog toga su ograničeni dosezi policije i vojske primorali brojne državne stratege da stvore treću opciju koja se nalazi između policijskog i vojnog djelovanja (Bilandžić, Milković, 2009). Temeljna namjena Specijalnih policijskih jedinica jeste protuterorističko djelovanje, što uključuje djelovanje u sljedećim situacijama: rješavanje najsloženijih otmica i talačkih situacija, otmice zrakoplova i drugih prevoznih sredstava, osiguranje VIP личности u posebnim uvjetima, helikopterske operacije, zadaci iz spektra potraga i spašavanja, snajperske operacije, pronalažnje, deaktiviranje i uništavanje formacijskih i improviziranih naprava na zemlji i pod vodom, djelovanje u najtežim oblicima narušavanja javnog reda, te uhićenje naoružanih osoba. Djelovanje u takvim uslovima od pripadnika zahtijeva psihološku stabilnost, tjelesnu kondiciju, odlučnost, hrabrost, snalažljivost, sposobnost brzog reagiranja, timsko jedinstvo i uzajamo povjerenje, kao i kontinuiranu opću i specijalističku naobrazbu. Opća naobrazba je prva faza osposobljavanja

pripadnika koji su postali članovi specijalne policije selekcijom i zadovoljenjem određenih kriterija. U osnovnu naobrazbu spada navikavanje na stresne situacije i jačanje psihološke stabilnosti podvrgavanjem kandidata različitim oblicima pritisaka, zatim radom u različitim geografskim i meteorološkim uvjetima, izvođenje akcija iz različitih prevoznih sredstava i osposobljavanje za brzo mijenjanje lokacije pojedinaca (Bilandžić, Milković, 2009). Pripadnici specijalnih policijskih jedinica moraju odgovarati na najkritičnije i najrizičnije situacije koje uključuju incidente koji zahtijevaju specijalne vještine i opremu koji su iznad tipičnih policijskih aktivnosti. Naprimjer, to se odnosi na talačke i terorističke situacije, pucnjave, kao i privođenje opasnih kriminalaca uključenih u poslove sa narkoticima. Također, uključeni su u zadatke koji zahtijevaju da odluke „života ili smrti“ budu donesene ekstremno brzo. Neka istraživanja pokazuju da osobe koje se javljaju za posao u specijalnim policijskim jedinicama su otpornije od ostalih građana (Galatzer-Levy, Madam, Neylan, Henn-Haase, Marmar, 2011).

Prema *Pravilniku o unutrašnjoj organizaciji Federalne uprave policije*<sup>1</sup>, Članu 64. opisuju se poslovi Specijalne jedinice a prema podacima Federalnog ministarstva unutrašnjih poslova Federacije, „*Specijalna policijska jedinica je namijenjena za izvršenje složenih i visokorizičnih poslova sigurnosti, prije svega za borbu protiv terorizma, organiziranog kriminala i hapšenje posebno opasnih kriminalaca i kriminalnih grupa koje svojom djelatnošću predstavljaju veliku opasnost po život ili prijete razaranjem materijalnih dobara s teškim posljedicama. Pripadnici Specijalne policijske jedinice su obučeni i opremljeni da u kompliciranim i ekstremnim situacijama obavljaju najsloženije policijske poslove – antisnajperske zaštite, potrage, praćenja, blokade, zasjede, pretrese, privođenje opasnih i odbjeglih osoba. Ova je Jedinica spremna odgovoriti i na izazove poput suzbijanja nereda i pobuna u kazneno-popravnim ustanovama. Nerijetko, pripadnici ove Jedinice pružaju pomoć u otklanjanju posljedica izazvanih prirodnim nepogodama i nesrećama, te drugim kriznim situacijama*“. Jedinica je osposobljena za borbu protiv diverzantsko-terorističkih skupina u naseljenim mjestima i izvan njih. U svom radu pruža podršku kriminalističkoj policiji Federalne uprave policije pri lišavanju slobode pojedinaca ili grupa osumnjičenih za počinjenje krivičnih djela iz oblasti terorizma, odbjeglih terorista ili posebno opasnih osuđenika osumnjičenih za ubistva, razbojništva, razbojničke krađe i druga teška krivična djela iz nadležnosti Federalne uprave policije. Također, obavlja poslove rješavanja talačkih

---

<sup>1</sup> Pravilnik o unutrašnjoj organizaciji Federalne uprave policije; dostupan na zvaničnoj web stranici Federalnog ministarstva unutrašnjih poslova, <http://www.fmup.gov.ba/v2/>

situacija, lišavanja slobode otmičara iz zabarikadiranih i zaposjednutih prostora, objekata, vozila, vozova, autobusa, aviona, brodova, suzbijanja nereda i pobuna u kaznenopopravnim ustanovama i sudovima od lica kojima je oduzeta sloboda. Vršiti pratnju i osiguranje štićenih ličnosti (VIP) ukoliko postoji ozbiljna prijetnja za njihovu sigurnost kao i u slučajevima kada je značaj pratnje i osiguranja vrlo visok (po I stepenu). Pruža pomoć nadležnim organima u otklanjanju posljedica izazvanih prirodnim nepogodama, drugim nesrećama i eventualnim kriznim situacijama. Prema potrebi pruža podršku kantonalnim ministarstvima i drugim organima uprave u obavljanju nadležnih poslova sigurnosti. Prati savremena dostignuća iz područja rada specijalnih policija u svijetu i predlaže direktoru Federalne uprave policije planove za kreativno osavremenjivanje svog djelokruga.

Osim jedinice za specijalnu podršku Federalnog ministarstva unutrašnjih poslova, na području BiH djeluje i SIPA koja je savremena, profesionalna i visokoobučena jedinica specijalizirana za izvršavanje visokorizičnih zadataka. Relativno je mlada, jer je operativna od 2005. godine, ali je i pored toga postigla visok nivo osposobljenosti, a pripadnici su obučavani po uzoru na najbolje svjetske pripadnike u ovoj praksi. Pruža neophodnu pomoć ostalim organizacionim jedinicama osiguravajući tako dodatnu policijsku taktiku, opremu i ljudstvo kada su potrebne pojačane mjere sigurnosti. Jedinica obavlja najsloženije i najzahtjevnije talačke i operativno-tehničke policijske radnje, primjenjujući policijska ovlaštenja u visokorizičnim situacijama kada su potrebne posebne vještine, obučenosť i oprema, te policijski psi. U skladu sa zakonom, ostvaruje neophodnu internu i eksternu saradnju sa drugim agencijama za provođenje zakona. Sastoji se od antiterorističkog odsjeka koji preduzima mjere djelovanja radi otkrivanja, sprečavanja i otklanjanja posljedica ispoljenih različitim vidovima terorističkog djelovanja; zatim odsjeka za operacije koji otkriva, sprečava i otklanja posljedice ispoljene raznim vidovima kriminalnog djelovanja; te odsjeka za podršku koji pruža podršku drugim odsjecima u jedinici u izvršavanju poslova iz nadležnosti jedinice, pri čemu osigurava brzo i sigurno manevarsko-taktičko djelovanje u svim vremenskim uvjetima i zadatim situacijama.



## 2.2. Kako postati pripadnik specijalne policijske jedinice?

Više od 70% policijskih službenika navodi da fizički napadi, prisila i ostali zadaci vezani uz policijski posao na njih djeluje vrlo stresno. Zbog toga je neophodno proći policijski trening koji obuhvata programe za razvoj i održavanje opće tjelesne pripremljenosti, poznavanje i primjenu borilačkih sportova, poznavanje i rukovanje vatrenim oružjem, trening vožnje službenih policijskih vozila i druge slične programe. Sve to predstavlja faktore neophodne za siguran i uspješan rad u specijalnim policijskim jedinicama. U situacijama narušavanja javnog reda i mira, kao i situacijama kada su lično ugroženi, neophodno je poznavanje i primjena borilačkih sportova kako bi se spasili, a istovremeno minimalno ozlijedili i sebe i osobu prema kojoj se sila primjenjuje (Kosanović, 1988). Životna dob, tjelesna aktivnost, način prehrane, izloženost stresnim situacijama, noćnom i prekovremenom radu predstavljaju faktore koji značajno utječu na razinu motoričkih sposobnosti (Lauš, Begović i Car, 2015).

Kroz intervju sa pripadnikom policijskih snaga koji je prošao testiranje za Specijalnu jedinicu, dobijeni su podaci o tome kako se postaje članom specijalnih jedinica. Potrebno je, prvenstveno, proći test znanja i provjeru fizičke sposobnosti. Provjerava se strah od visine spuštanjem niz most visok 30 m kao i hidrofobija plivanjem u Olimpijskom bazenu. Tokom testiranja svi kandidati prolaze dvodnevni marš ukupne dužine od 45 km. Ukoliko zadovolje kriterije testiranja, kandidati se upućuju na obuku na Policijsku akademiju gdje po završetku potpisuju ugovore i postaju dio Specijalne jedinice. U sklopu Federalne uprave policije, specijalne policijske jedinice ima nekoliko timova: ronilački tim, alpinistički tim, tim za upade, snajperski tim, oklopno-mehanizovani tim i helikopterski tim. Svi timovi u sklopu svojih radnih obaveza imaju određene zadatke, ali sarađuju i zajedno kroz organiziranje treninga. Alpinistički tim redovno vrši obuke na planinama širom BiH, a povremeno vrši obuku drugih članova kolektiva specijalnih policijskih jedinica. Važno je naglasiti da prije bilo kakvih akcija hapšenja i upada tim za nadzor vrši pregled terena i utvrđuje najbolji način za što efikasnije rješavanje zadatka. Od svog nastanka, ova jedinica nije imala gubitaka u ljudstvu, te pruža punu podršku Civilnoj zaštiti i drugim subjektima prilikom elementarnih nepogoda, jer osim sto SPJ radi na pružanju zaštite od kriminalaca i terorista svih vrsta, radi i na pronalaženju nestalih osoba, na planinama i u rijekama širom BiH. Od pripadnika specijalnih policijskih jedinica se očekuje da su dostupni 24 sata dnevno sedam dana u sedmici, jer nikad ne znaju kada će dobiti poziv da se jave u bazu i kada se kreće u akciju. Pripadnik specijalnih policijskih jedinica uvijek mora uz sebe imati oružje. Od specijalca se

očekuje totalna predanost u radu i fizička sprema koja uvijek mora da bude na zavidnom nivou, što se provjerava redovnim testiranjima koja su ponekad potpuno iznenadna (intervju).

Metode za selekciju ljudskih potencijala za policiju zasnivaju se na naučnim činjenicama koje se odnose na motoričke i funkcionalne sposobnosti, antropološke karakteristike, konaktivne karakteristike, kao i specifična policijska znanja i vještine. Trenutno u praksi selekcija ljudskih resursa za potrebe policije se zasniva na stepenu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, zdravstvenom stanju pojedinca i stepenu obrazovanja. Analiza psiholoških karakteristika, te intrinzične i ekstrinzične motivacije za ljudsku službu je skoro potpuno zanemarena. Procjena psiholoških karakteristika kroz formalno, specijalizirano ispitivanje kandidata rezultira objektivnim pokazateljima da li je kandidat u stanju sigurno i efikasno obavljati taj posao i da li određeni uzroci mogu biti pripisani psihološkom stanju ili oštećenju, i to čini osnovnu svrhu psihološke procjene kandidata (Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013).

Klasifikacijski postupak za primanje kandidata u policijsku akademiju u Hrvatskoj se sastoji od izračuna indeksa tjelesne mase, provjere visine i testiranja motoričko-funkcionalnih sposobnosti; psihološkog testiranja; te testova znanja – informatika, strani jezik i test opće informiranosti. U testove motoričkih sposobnosti spadaju skok u dalj s mjesta, poligon unazad, sklekovi, dok se kao test funkcionalnih sposobnosti radi trčanje na 2400 m (Behin, Mikec, 2015). Tjelesna kondicija je izuzetno značajna i predstavlja mjeru za potrošnju energije, ali i za savladavanje stresa. Što je policijski službenik kondicijski spremniji, pripremljeniji je i za borbu u psihološkim i emocionalnim bitkama. Tjelesna snaga nosi i veliki dio značajne psihološke komponente, odnosno na taj način službenik postaje samopouzdaniji, sigurniji u sebe, neprihvatljivo mu je da odustane i vjeruje da može da savlada sve konflikte. Zapravo, što je službenik izloženiji tjelesnom stresu, u dobro obavljenoj kondicijskoj pripremi, to je emocionalno i mentalno čvršći (Mendeš, Pleša, 2010). Motorička dijagnostika je vrlo bitna jer pruža informacije o nivou osnovnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti kao što su snaga, brzina, agilnost, koordinacija, fleksibilnost, preciznost, ravnoteža. Osnovne motoričke sposobnosti predstavljaju uvjet kvalitetnog obavljanja svih vrsta zadaća koje se postavljaju pred službenike. Tokom opće i specijalističke tjelesne pripreme, subjekti se moraju konstantno pratiti kako bi se mogli na vrijeme uočiti pozitivni i negativni pomaci. Opća i specijalna priprema zauzima značajno mjesto u izvršenju svih policijskih zadataka i predstavlja bazu za sve poslove koje obavlja policijski službenik.

Pripadnici specijalnih policijskih jedinica moraju biti spremni i imuni na to da obavljaju poslove i u povoljnim i nepovoljnim vremenskim uvjetima, kako na +40, tako i na -30 stepeni (Jozić, Zečić).

### **3. Izvori i posljedice stresa sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica**

Termin stres je zbog jako široke upotrebe poprimio veliki broj značenja i oblika, te se najčešće shvata na jedan od dva načina. Prvo shvatanje stres određuje kao „*dogadjaj u spoljašnjoj sredini koji za većinu ljudi predstavlja prijetnju ili gubitak ili kao događaj koji za određenu individuu predstavlja prijetnju ili gubitak*“ (Zotović, 2002, str 4). Drugo shvatanje jeste da „*stres predstavlja reakciju na događaj u spoljašnjoj sredini koji podrazumijeva aktivaciju intenzivnih osjećanja (najčešće neprijatnih) i/ili skup karakterističnih tjelesnih reakcija*“ (Zotović, 2002, str 4). Prema tome „*stres je odnos između osobe i okoline u okviru kojeg osoba procjenjuje da neki aspekt okoline uključuje prijetnju, gubitak ili izazov za njene snage, pri čemu se javljaju karakteristične promjene psihofiziološke ravnoteže*“ (Zotović, 2002, str 4). O stresu se može govoriti samo onda kad je osoba izložena događaju koji procjenjuje kao prijetnju, gubitak ili izazov, to jeste kad procjenjuje da situacija zahtijeva ulaganje povećanih, vanrednih napora u cilju adaptacije. Stres izaziva brojne promjene na psihološkom planu od kojih su najizrazitije one u sferi emocionalnih procesa. Emocionalne reakcije karakteristične za stres najčešće su anksioznost, bijes i tuga, a mogu da se jave i stid, krivica i prezasićenost. Stres izaziva i fiziološke promjene i reakcije koje se mogu podijeliti u neuroendokrine i imunološke (Zotović, 2002). Radni stres predstavlja neslaganje između zahtjeva radnog mjesta i okoline nasuprot mogućnosti, želja i očekivanja (Ajduković i Ajduković, 1996). Čovjekovo životno okruženje je u velikoj mjeri definirano njegovim zanimanjem, odnosno djelatnosti koju on svakodnevno obavlja u cilju ekonomskih pretpostavki svog postojanja. Psihološki stres predstavlja odnos između osobe i okoline koji osoba procjenjuje vrlo zahtjevnim ili kao odnos koji nadilazi njene mogućnosti i ugrožava njenu dobrobit (Orlović, Labap, Gudelj, 2015). Policijska profesija se kroz svu literaturu posmatra kao izuzetno stresno zanimanje zbog toga što se pripadnici specijalnih policijskih jedinica susreću sa najokrutnijim i najlošijim sadržajima u društvenim odnosima poput ubistava, silovanja, pedofilije, zlostavljanja i slično. Policajci pate od mnogobrojnih fizičkih i psihičkih posljedica stresa jer su izloženi brojnim stresorima i traumama i suočeni s

najokrutnijim društvenim sadržajima poput ubistava, silovanja, pedofilije, zlostavljanja i slično (Anshel, 2000., prema Glavina, Vukosav, 2011). Tot (2008) naglašava kako je policijski posao vrlo specifičan i zahtjevan zbog organizacije rada, zadataka, vanrednih situacija, obaveza, moralnih kodeksa. Kao i u svakom poslu, stres nema jednoznačnu definiciju i određenje, već njegovo definiranje zavisi od toga da li se on posmatra kao podražaj, reakcija ili posljedica interakcije okoline i pojedinca.

U posljednje vrijeme je sve veći interes za ispitivanjem stresa u ovom zanimanju jer se smatra da je u novije vrijeme ovo zanimanje sve stresnije čemu doprinosi porast kriminaliteta, negativno medijsko prikazivanje, javno preispitivanje, strah od zaraznih bolesti (Finn, 1997, prema Tot, 2008). Zakon o policiji iz 2000. godine u Hrvatskoj navodi brojne otežane uslove rada u koje se ubrajaju povećana opasnost za život i zdravlje, smjenski rad, rad u turnusu, rad u vrijeme blagdana i praznika, neradnih dana, kao i stalnu pripravnost čak i u slobodno vrijeme. Često su rizici povezani sa slučajnim događajima, poput brzih intervencija ili sa posljedicama do kojih dolazi kod neopreznog rukovanja službenim oružjem. Osim toga, brojni rizici su povezani sa uvjetima odvijanja rada, vremenskim neprilikama poput niskih temperatura, vlage, magle, slabe vidljivosti, buke prejakog intenziteta što dovodi do brojnih zdravstvenih posljedica poput prehlade, gripe, glavobolje, dehidracije, te hroničnih bolesti poput reume. Istraživanje koje je provedeno na Univerzitetu u Manchesteru (1987) obuhvatilo je 104 različita zanimanja, te su rezultati pokazali da je policijski posao na rang skali od 1 do 10 zauzeo drugo mjesto, odmah iza posla rudara (Tot, 2008). Istraživanje koje su proveli Glavina, Kulonović i Vukosav (2013) pokazuje da su policijski službenici statistički značajno više pod utjecajem policijskog stresa nego stresa nevezanog za posao, što ponovno ukazuje i potvrđuje brojne teorije i istraživanja koja naglašavaju koliko je ozbiljan i opasan stres koji proizlazi iz policijskog posla. Ono što je posebno interesantno jeste činjenica da oni nisu samo „ulični borci“, već su oni ti koji jako često pružaju prvu emocionalnu pomoć žrtvama jer su obično prvi profesionalci na licu mjesta (Manzella i Papazoglou, 2014, prema Andersen, Papazoglou, Nyman, 2015). Covey i sur. (2013) su u istraživanju pronašli da su pripadnici policijskih i specijalnih policijskih jedinica sa izraženijim anksioznim simptomima skloniji pogrešno gađati u simuliranim kritičnim situacijama. Najčešće psihičke posljedice su: cinizam, sumnjičavost, emocionalno udaljavanje od obitelji, smanjena učinkovitost, socijalno povlačenje, povećana agresivnost, bračni problemi, PTSP (Toch, 2002, prema Dowler i Arai, 2008, prema Glavina, Vukosav, 2011). Violanti je tvrdio da je suicid česta posljedica policijskog stresa, međutim istraživanja

su pokazala da stopa samoubistava u policiji nije veća od stope u ukupnoj populaciji (Loo, 2003, prema Pienaar, Rothmanni Vijver, 2007). Konačno, stres, zdravstveni uslovi i burnout povećavaju odsustvo s posla, nezadovoljstvo poslom i slabiji učinak (Conrad i Kellar-Guenther, 2006; Norvel, Belles i Hills, 1998; Wright i Saylor, 1991).

### 3.1. Podjele izvora stresa

Postoje dva glavna izvora stresa: stres koji je posljedica samog sadržaja posla, te stres koji je vezan uz organizaciju posla (Laufersweiler-Dwyer, 2000; Stephens i Pugmire, 2008, prema Glavina, Vukosav, 2011). Navedene izvore stresa je prvi definirao Symond, koji se smatra jednim od prvih autora modela izvora stresa u policijskom zanimanju, te je stres u ovom poslu definirao kao stres koji proizlazi iz same prirode posla i iz policije kao organizacije. Kroes (1974) je proveo jedno od prvih istraživanja u vezi modela stresa, a za njim i neka druga imena poput Strattona, Eisenberga, Reisnera i Robertsa (Glavina, Vukosav, 2011). Izvori stresa u policijskom poslu su prošli kroz brojne podjele. Finn (1997) izvore stresa dijeli na pet kategorija koje čine: problemi u privatnom životu pojedinca, pritisak vezan za policijski posao, stav javnosti prema policijskom poslu, funkcioniranje kaznenopopravnog sistema i organizacija rada u policiji. Međutim, postoji općenitija podjela sa kojom se slaže veći broj istraživača, a ona podrazumijeva: stresore koji proizlaze iz prirode policijskog posla, organizacijsku strukturu, psihosocijalnu klimu na radnom mjestu, te vanjske stresore povezane sa radom policije. U svemu navedenom, policijski službenici najstresnijim percipiraju organizaciju službe i odnose koji proizlaze iz njenog unutarnjeg uređenja (Brown i Campbell, 1994; Crank i Caldero, 1991; Kirkcaldy, Cooper i Ruffalo, 1995; Morash, Haarr, Kwak, 2006; Violanti i Aron, 1993, prema Tot, 2010). Stratton (1978) policijske stresore je podijelio kroz četiri kategorije: stresori izvan organizacije (nepoštovanje javnosti i medija), stresori unutar organizacije, stresori koji proizlaze iz prirode posla i individualni stresori (Glavina, Vukosav, 2011). Vrlo sličnu podjelu je napravio i Roberts (1975) koji ove stresore dijeli na pet vrsta i to: stresori izvan organizacije, stresori unutar organizacije, stresori koji proizlaze iz pravosudnog sistema i stresori koji su posljedica prethodnih stresora (Glavina, Vukosav, 2011). Fullerova podjela (1990) također podrazumijeva četiri kategorije stresora: stresori koji proizlaze iz prirode policijskog posla, stresori koji proizlaze iz politike odjela, stresori koji su vezani za pravni sistem i društvena očekivanja o policijskom ponašanju i stresori koji su individualni odnosno specifični za svakog policajca (Glavina, Vukosav, 2011). Eisenberg (1975) je stresore podijelio u šest kategorija koje sadrže preko trideset izvora stresa: intraorganizacijski stresori, interorganizacijski stresori, stresori vezani za

funkcioniranje pravosudnog sistema, stresori vezani za korisnike policijskih usluga, stresori vezani za prirodu policijskog posla i individualni stresori (Glavina, Vukosav, 2011). Goolkasin, Gedded i DeJong (1985) su nastojali dati potpuni pregled u izvore policijskog stresa te su ih saželi u četiri izvora: stresori unutar posla, stresori vezani za funkcioniranje policijskog odjela, vanjski stresori koji proizlaze iz pravosudnog sistema i društva, te individualni stresori (Glavina, Vukosav, 2011). Posebno visoku razinu stresa i osjećaj bespomoćnosti izaziva izostanak podrške i kritike javnosti i medija.

Značajno je pomenuti i da su Morash i Haarr (1995) identificirali neke stresore koji su vezani uz spolnu ulogu: naime, žene izvještavaju o potcjenjivanju fizičkih sposobnosti, nemogućnosti napredovanja, ismijavanju od strane muških kolega, nemogućnosti utjecanja na izvršavanje zadatka, verbalnom i seksualnom uznemiravanju. Ozbiljan problem u savremenim demokratskim državama predstavljaju napadi na službenike policije, koji samim tim predstavljaju napad na društveni poredak. Pripadnici specijalnih policijskih jedinica predstavljaju grupu koja je zaboravljena kada je u pitanju viktimizacija u toku obavljanja dužnosti i zadataka. To u javnosti izaziva različite reakcije, jer je ljudima često neshvatljivo kako oni čiji je zadatak da štite druge budu viktimizirani, pa to često u medijima izaziva različite kritike upućene sigurnosnim službama. Ukoliko nisu u stanju prevenirati vlastitu viktimizaciju i napade na sebe, to se često u javnosti i medijima tretira kao nesposobnost ili se tretira kao nešto što je logično u tom poslu, jer su plaćeni za takve događaje i zbog toga imaju beneficirani radni staž. Generiranju novih problema poput nasilnog ponašanja, alkoholizma, ogorčenosti na sistem radi nepružanja odgovarajuće zaštite, depresije, PTSP-a, obiteljskog nasilja, suicida i slično, dodatno doprinosi neprepoznavanje određenog problema i njegovo netretiranje. Kada su u pitanju podaci iz susjedne Hrvatske, analiza u Zagrebu je ukazala na to da su najčešći napadi na policijske službenike bili za vrijeme javnih manifestacija, odnosno na radu održavanja javnog reda i mira. Prosječna dob službenika koji je napadnut je 28 godina sa prosječnim radnim stažom od 5 godina. Počinitelji su najčešće mlađe osobe s prosječnom starosti od 24 godine s napadima koji se najčešće događaju u kasnim noćnim satima, u periodu od 02 do 06 (Vukadin, 2011). Policijski menadžment je posebno kompleksna djelatnost, a razlozi su višestruki i različiti, te se posebno izdvajaju: priroda odnosno karakter policijskog posla, složenost pravnog okvira kojim su ti poslovi uređeni, složenost policijske organizacije, te brojnost zaposlenika u policijskim službama. Izbor policijskih rukovoditelja je jedan od presudnih faktora za funkcioniranje policijskog sistema. U tom dijelu, stresori koji su izrazito jaki jesu: nepravedan i nepošten način izbora

rukovoditelja, nestručnost rukovoditelja odnosno njegov nedostatak stručnih znanja i vještina, kao i izostanak pohvale ili nagrade za izuzetno dobro obavljene poslove. Glavne posljedice stresora u ovom zanimanju jesu demotiviranost, frustriranost, pesimističnost, neproduktivnost, indiferentnost, indolentnost i disfunkcionalnost policijskih službenika. Negativni stres dovodi do negativnih efekata na policijske službenike što rezultira privremenim ili trajnim umanjivanjem njihovih operativnih potencijala kao i redukcijom funkcionalnosti i učinkovitosti policijskog sistema u cjelini u dužem vremenskom periodu (Orlović, Labap, Gudelj, 2015).

## 3.2. Operativni i organizacijski izvori stresa

### 3.2.1. Operativni izvori stresa

Operativni stres proizlazi iz same prirode policijskog posla, a odnosi se na upotrebu sile, izloženost nasilju i ljudskoj patnji. Policijski posao se odvija najčešće u situacijama u kojima je neophodno vrlo brzo reagirati i donositi odluke pitanja života ili smrti, te se u tom slučaju govori o izvorima stresa koji proizlaze iz samog policijskog posla i definiraju se kao operativni izvori stresa (Tot, 2010). Opasne situacije, najnasiljniji prizori i loši elementi društva, općenito dovode do emocionalne iscrpljenosti. Tome doprinose svakodnevni zahtjevi s kojima se susreću, a koji nerijetko prevazilaze ljudske mogućnosti. Također, normalne ljudske reakcije u opasnim i prijetećim situacijama u ovom poslu predstavljaju nepoznanicu, te „fight or flight“ reakcija nije moguća u svom stvarnom obliku, jer bijeg u ovom poslu nije moguć zbog njihovog zadatka da pomognu bez obzira na sve. Osim toga, „fight“ reakcija je izmijenjena, jer se ne bore za sebe, već za druge koje imaju zadatak da štite (Glavina, Vukosav, 2011; Andersen, Papazoglou, Collins, 2016). Operativni stresori obuhvataju upotrebu sile, donošenje kritičnih odluka, kontinuirano izlaganje nevoljama drugih ljudi, prisustvovanje raznim oblicima nasilja, agresije, smrti (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013). Oni mogu dovesti do ranjavanja na dužnosti i smrti za vrijeme službe. Jedan od najvećih stresora u ovom poslu jeste upravo usmrćivanje ili ranjavanje kolege (Johnson i Nowack, 1996, prema Tot, 2010). Ovlast upotrebe sredstava prisile je jedna od onih kojima se najviše zadire u Ustavom garantovana prava i slobode čovjeka, a u koju policijski službenici itekako zadiru tokom obavljanja svojih dužnosti. Neizbježno je pitanje pripremljenosti pripadnika specijalnih policijskih jedinica zbog sprečavanja ozljeđivanja. U Hrvatskoj je od 1996. do 2005. godine smrtno stradalo 7 policijskih službenika. Opća tjelesna priprema usmjerena je

na razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti organizma koje su definirane kroz snagu, brzinu, izdržljivost, fleksibilnost, koordinaciju, agilnost, ravnotežu i preciznost. Usmjerena je i na poboljšanje funkcioniranja čitavog organizma, te na povećanje primarne jakosti, brzine, izdržljivosti i fleksibilnosti (Ribičić, Vidić. 2009).

### 3.2.2. Organizacijski izvori stresa

Organizacijski stresori podrazumijevaju smjenski rad, prekovremeni rad, opterećenost administracijom, slabu opremljenost opremom za rad, neizvjesne mogućnosti napredovanja, malu platu, nedovoljan trening, rad praznicima i vikendom, manjak administrativne potpore, loše odnose s nadređenima, manjak komunikacije kroz policijsku hijerarhiju (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013), nedostatak fleksibilnosti, negativne stavove u poslovnom okruženju, slabu superviziju (Glavina, Vukosav, 2011). Rezultati istraživanja provedenog u Australiji su pokazali da su visoko stresni događaji nasilna smrt partnera na dužnosti, pucanje, prisustvovanje smrti djeteta. Međutim, sve su to događaji koji se smatraju sastavnim dijelom ovog posla. Ono što se na prvi pogled čini kao da nije dio ovog posla jesu upravo ti poslovi koji su vezani uz organizaciju, te se u skladu s tim došlo do zaključka da glavni izvori stresa proizlaze iz same organizacije. Veliki broj istraživanja je potvrdio da su u velikom broju slučajeva organizacijski stresori teži i složeniji, te da više zabrinjavaju od stresora koji su vezani uz prirodu posla. Tome u prilog idu i rezultati istraživanja na uzorku iz New Yorka (Violanti i Aron, 1995) koji su pokazali da organizacijski stresori imaju šest puta jači utjecaj na psihološki stres od stresa koji proizlazi iz sadržaja posla. Policijski službenici općenito stresnijim procjenjuju organizacijske stresore, te oni koji su izvještavali o većim nivoima organizacijskih stresora su imali i već broj PTSP simptoma (Maguen i sur, 2009; Haisch i Meyers, 2004). Organizacijski stresori zapravo djeluju kao medijator između izloženosti traumatskim događajima i posttraumatskih simptoma, te zato organizacijski stresori jesu podjednako opasni kao i oni koji su vezani uz prirodu samog posla (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš; Andersen, Papazoglou, Collins, 2016.). Na prvi pogled se čini da je gotovo pa nemoguće da bi neko smjenski rad, sukobe s kolegama i neadekvatnu opremu procijenio stresnijim nego ljudsku patnju, zlostavljanja i sve ono što čini operativne stresore, međutim radi se o činjenici da su oni posebno obučeni i uvježbani za sigurnosna postupanja, te su nepripremljeni za organizacijski i administrativni aspekt ovog posla. Sama obuka kroz koju prolaze, priprema ih na suočavanje sa okupacijskim stresorima, te su i prilikom odabira posla svjesni svih opasnosti koje taj posao nosi, kao i da ih očekuje težak rad sa različitim žrtvama, kaznenim djelima i njihovim počiniteljima. Pri svemu tome ne očekuju kako će morati da se



kroz ovaj posao susreću i sa organizacijskim stresorima koji će dodatno otežavati sve navedene probleme. Također, procjena prijetnje omogućava anticipaciju i pripremu, što može da djeluje na to kako doživljavaju stres, te kakva je sama reakcija na stres (Lazarus i Folkman, 2004), što upućuje na to reakcija na stres može biti blaža ukoliko je osoba pripremljena na njega. Pored svega navedenog, izuzetno je značajno napomenuti da još jedan faktor koji utječe na procjenu organizacijskih stresora težim, jeste činjenica da se oni pojavljuju znatno češće, gotovo na svakodnevnoj razini (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013). Istraživanje koje su proveli Kop i Euwema (2001) je također potvrdilo da percipiranoj razini stresa najviše doprinose organizacijski stresori i stresori koji proizlaze iz prirode policijskog posla (Tot, 2010). Na značajnost stresora utiče i čestina njihovog pojavljivanja. Naime, organizacijski stresori su na svakodnevnoj razini. Također, organizacijski stresori predstavljaju predispoziciju za lošu reakciju na traumatski stres (Chapin i sur., 2008). Postoji i jedna bitna razlika koju je potrebno naglasiti, iz prirode policijskog posla proizlaze stresori koji su povezani sa lošim zdravljem i neučinkovitim mehanizmima suočavanja, a organizacijski su povezani sa otuđivanjem i povlačenjem zaposlenika (Glavina, Vukosav, 2011).

Mobing kao pojava psihičkog zlostavljanja zaposlenika je jedan od najtežih oblika radnog stresa s brojnim negativnim posljedicama, koje nerijetko vode do ugrožavanja zdravlja i psihičkih oboljenja. Leymann (1990) je mobing definirao kao psihološki teror u poslovnom životu koji se odnosi na neprijateljsku i neetičku komunikaciju koja je sistemski usmjerena od strane jednog ili više pojedinaca najčešće prema jednom pojedincu, koji je zbog mobinga stavljen u poziciju u kojoj je bespomoćan i u nemogućnosti odbraniti se te je držan u njoj kroz stalne maltretirajuće aktivnosti. To je proces kojim jedna osoba ili više njih smišljeno i trajno ignoriranjem, davanjem teško ostvarivih poslova, klevetanjem i slično onemogućava jednu ili više osoba na radnom mjestu. Takve aktivnosti se odvijaju najmanje jednom sedmično u periodu od najmanje šest mjeseci, te dovode do značajne mentalne, psihosomatske i socijalne patnje. Mobing itekako stvara stres koji zavisi od intenziteta psihološkog zlostavljanja, dužine trajanja i individualnih karakteristika svake osobe (Poredoš, 2004, prema Juraš, 2016). Državni službenici imaju pravo na zaštitu od uznemiravanja i ponašanja koja imaju za cilj povredu dostojanstva službenika, imaju pravo na zaštitu od spolnog uznemiravanja, odnosno ponašanja koja predstavljaju verbalno, neverbalno ili fizičko ponašanje spolne naravi. Etički kodeks u ovom poslu je vrlo značajan, te se međusobni odnosi unutar ovog posla temelje na međusobnom poštovanju, uzajamnom

pomaganju, kolegijalnosti, toleranciji, iskrenosti, međusobnom povjerenju i dostojanstvu, dobronamjernoj kritici i dobroj komunikaciji. Policijski posao je sam po sebi stresan, te dodatni stres uzrokovan mobingom utiče na zdravlje pripadnika ovih jedinica, kao i na kvalitetu izvršenja poslova. Pored toga, značajno je napomenuti da su i moberi, odnosno osobe koje vrše mobing, zapravo najčešće one osobe koje imaju problema sa psihičkim zdravljem (Juraš, 2016).

### 3.2.3. Burn-out ili sindrom profesionalnog sagorijevanja

Sagorijevanje je jedna od najvažnijih posljedica stresa (Martinussem, Richardsen i Buree, 2007, prema Veljković, 2017) jer znatno utječe na profesionalne odnose. Burnout predstavlja sagorijevanje na radu do kojeg dovodi dugotrajna i intenzivna izloženost profesionalnom stresu. Burnout se može javiti u svim zanimanjima, međutim najčešće su mu izloženi i podložni oni koji svom zanimanju pristupaju s visokim idealima, motivacijom i požrtvovanošću. Postoje brojne definicije burnouta. Opisuje se kao osjećaj iscrpljenosti koji se razvija kod ljudi koji istovremeno doživljavaju previše pritisaka i premalo izvora zadovoljstva tokom rada (Moss, 1981). Sljedeća definicija upućuje da je to stanje fizičke, emocionalne i mentalne iscrpljenosti koje je uzrokovano dugotrajnom izloženošću emocionalno zahtjevnim situacijama (Pines i Aronson, 1983). Najšire upotrebljavana i najčešće citirana definicija burnouta je ona koju je dao Maslach (1981, 1984, 1997,2001) prema kojoj se burnout opisuje kao psihološki sindrom emocionalne iscrpljenosti, depersonalizacije i sniženog ličnog postignuća koji se može pojaviti kod osoba koje rade sa drugim ljudima. Profesionalno sagorijevanje u policiji se najčešće javlja zbog prekomjernog rada, visokih očekivanja i radnih zahtjeva, nedostatne socijalne podrške, nezadovoljavajućih radnih uvjeta, nedovoljne uvježbanosti, nemogućnosti rješavanja ličnih potreba i slično. Posljedice se očituju u nižoj razini kvalitete rada, apsentizmu, te napuštanju posla, dok na individualnom planu dolazi do pogoršanja zdravlja. Veliki problem u ovom poslu predstavlja činjenica da pripadnici specijalnih policijskih jedinica nerado pričaju o svojim psihičkim smetnjama. To se najčešće dešava iz straha da će biti stigmatizirani, jer je njihova „uloga“ zapravo da oni pomažu ljudima, a ne da drugi pomažu njima, te bi oni trebali da imaju kontrolu u svojim rukama. Oni najčešće očekuju da će ih kolege smatrati nepouzdanim partnerima. Prisutan je i veliki strah da će otkrivanjem svojih problema ugroziti svoju karijeru ili mogućnosti napredovanja, ili na kraju izgubiti posao, zbog eventualne mogućnosti da su opasni po sebe ili okolinu zbog čega bi im moglo biti oduzeto i oružje. Nažalost, ova mišljenja su često u stvarnom svijetu opravdana jer pojedina istraživanja (MacEachern i sur.,

2011) ukazuju na to da 79% menadžera neće voljno unaprijediti osobu za koju zna da ima određene probleme upravljanja stresom (Glavina, Vukosav, 2011).

### 3.2.4. Utjecaj obitelji, socijalne podrške i odbrambeni mehanizmi

Neke podjele pored organizacijskih i operativnih izvora stresa, ovom poslu dodaju i obiteljske stresore i stresore koji su vezani uz osobine ličnosti (Capan, Sindik, Bičanić, 2016). Obitelj je vrlo značajan faktor, jer stres ne ostavlja posljedice samo na službenicima, već i na obiteljima specijalaca, što se može ogledati kroz sve lošiji odnos sa suprugama i djecom što na kraju uzrokuje i povećan broj rastavljenih brakova (Sewll, 1981; Territo, Vetter, 1981; Jackson, Maslach, 1982, prema Tot, 2008). Loši odnosi unutar obitelji često uzrokovani ovim poslom, doprinose stresu zbog različitih faktora kao što su: smjenski rad, rad praznicima, vikendom i slično (Glavina, Vukosav, 2011) što značajno ometa uobičajeno funkcioniranje obitelji. Učestala konzumacija cigareta, alkohola i droga, povećana agresivnost najčešće vode prema brojnim negativnim posljedicama, koje nerijetko završavaju razvodom supružnika (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013). Istraživanja su pokazala i da zapravo povećana izloženost nasilju i agresiji povećava agresivno ponašanje pojedinca, te da je zbog povećan rizik ovog zanimanja obiteljsko nasilje i zlostavljanje (Manzoni i Eisner, 2006, prema Glavina, Vukosav, 2011). Jedan od najčešćih mehanizama suočavanja, emocionalno udaljavanje od prijatelja i obitelji dovodi do gubitka socijalne potpore, koja je značajan zaštitni faktor kad je u pitanju stres (Glavina, Vukosav, 2011). Webster (2013) je metaanalizom pokazala da kod policijskih službenika osim radnih zadataka i izloženosti okupacionim stresorima, i mehanizmi suočavanja imaju umjeren utjecaj na doživljeni stres (Veljković, 2017). Osim toga, službenici policije jako često izbjegavaju povjeravanje obitelji jer se ne znaju nositi s reakcijama članova obitelji ili zbog straha da će ih oni smatrati nedovoljno kompetentnim (Howard, Tuffin i Stephens, 2000, prema Jelaš, Korak, Dević, 2014). Međutim, postoje i autori koji ukazuju na to da oni koji imaju podršku unutar obitelji su zdraviji i manje pate od posljedica stresa, te smatraju da je socijalna podrška itekako učinkovita strategija i pored njenog svrstavanja u maladaptivne (Jelaš, Korak, Dević, 2014). Oni također nisu imuni na sve životne poteškoće i probleme koji opterećavaju društvo u kojem žive i rade, te bolesti članova obitelji, brakorazvodne parnice i mnogi drugi negativni događaji u obitelji mogu dovesti službenika do toga da se nađe u teškim ili nesavladivim poteškoćama koje ne može sam riješiti, te mu u tim situacijama treba pomoć stručne osobe.

Policijski rukovodioci su obavezni pratiti ponašanje podređenih te da ih u slučajevima u kojima primijete promjene u ponašanju upute na pomoć (Kalem, 2014). Više od 70% policijskih službenika navodi da fizički napadi, prisila i ostali zadaci vezani uz policijski posao na njih djeluju vrlo stresno. Zbog toga je neophodno proći policijski trening koji obuhvata programe za razvoj i održavanje opće tjelesne pripremljenosti, poznavanje i primjenu borilačkih sportova, poznavanje i rukovanje vatrenim oružjem, trening vožnje službenih policijskih vozila i druge slične programe. Sve to predstavlja faktore neophodne za siguran i uspješan rad policijskih službenika. U situacijama narušavanja javnog reda i mira, kao i situacijama kada su lično ugroženi, neophodno je poznavanje i primjena borilačkih sportova kako bi se spasili, a istovremeno minimalno ozlijedili i sebe i osobu prema kojoj se sila primjenjuje (Kosanović, 1988, prema Lauš, Begović i Car). Životna dob, tjelesna aktivnost, način prehrane, izloženost stresnim situacijama, noćnom i prekovremenom radu predstavljaju faktore koji značajno utječu na stepen motoričkih sposobnosti (Lauš, Begović i Car). Prema Lazarusu i Folkmanu (2004) suočavanje sa stresom predstavlja trajno promjenjivo kognitivno i bihevioralno nastojanje da se izađe na kraj sa opterećujućim vanjskim i unutarnjim zahtjevima, odnosno onima koji nadilaze resurse kojima osoba raspolaže. Da bi se službenik uspješno nosio sa vlastitim emocionalnim reakcijama na stresor i stres općenito, neophodno je suočavanje sa vlastitim problemima, jer za stres nisu odgovorni samo stresori nego kombinacija situacijskih faktora i neadekvatnih vještina suočavanja (Anshel, 2000, prema Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013). Rezultati su pokazali i da ispitanici najviše koriste samokontrolu, a najmanje prihvatanje odgovornosti prilikom suočavanja sa policijskim stresom. Policijski službenici ulažu napor u upravljanje vlastitim osjećajima i postupcima kako bi profesionalno obavili posao u stresnim situacijama. Dević, Glavina i Stankijević (2011) su dobili rezultate koji ukazuju na to da službenice značajno više koriste suočavanje usmjereno na emocije, nego što to čine njihove muške kolege. U uzorku iz ovog istraživanja, distanciranje je jako čest mehanizam suočavanja i odbrane u pogledu policijskog stresa (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013).

### 3.2.5. Identifikacija izvora stresa

Da bi se poboljšali uvjeti rada veoma je značajna identifikacija izvora stresa na radu. Spielberger je 1981.godine razvio upitnik kojim se mjeri stres u ovom zanimanju koji je zapravo reakcija na prethodno navedene mnogobrojne podjele i identifikacije stresora u policijskim odjelima. Prema njemu, faktorskom analizom, utvrđena su tri ključna faktora u koje su se uklapali stresori: administrativno-poslovni, manjak potpore, te fizičko-psihološki.

Martel i Martelli su 1988. godine utvrdili da Spielbergerov upitnik predstavlja pouzdanu i valjanu mjeru sveukupnog stresa u policijskom zanimanju. Ono što je bilo vrlo značajno navesti je naglasio Morash (2006) kada je objavio da se u obzir mora uzeti širi kontekst u kojem drugi faktori (poput kvalitete života) mogu utjecati na stopu kriminala u određenim područjima, što može imati značajan utjecaj na stres (Glavina, Vukosav, 2011). Zbog toga su razvijeni upitnici kojima se otkrivaju izvori stresa: PSQ-Org – upitnik organizacijskih izvora stresa i PSQ-Op – upitnik operativnih izvora stresa. Razvili su ih Thompson i McCreary. Oba upitnika sadrže po dvadeset čestica kojima se ispituju važni organizacijski, odnosno operativni izvori stresa u radu policijskih službenika. I organizacijski i operativni izvori stresa se ispituju tvrdnjama na numeričkim skalama Likertovog tipa od 1-nije stresno do 7-jako stresno, koje se odnose na procjenu intenziteta pojave. Čestice oba upitnika su upoređene sa drugim sličnim skalama, te je utvrđena zadovoljavajuća diskriminativna valjanost. Unutarnja pouzdanost testova je utvrđena Cronbach alpha koeficijentom, te je vrlo visoka i zadovoljavajuća (0,89 do 0,92 za upitnik organizacijskih izvora stresa i 0,90 do 0,93 za upitnik operativnih izvora stresa) (Tot, 2010). Neformalni razgovor s kolegama koji su imali slično iskustvo je omiljen među policijom. Oni koji su sudjelovali u akciji nakon napada na Pentagon, međusobno su razgovarali o događaju, te su nakon toga izvijestili da im je značajno pomoglo (Robbers i Jenkins, 2005). Mnogo značajan faktor jeste da se nakon traumatskog događaja pokuša zadržati uobičajeni dnevni raspored i odvoji dovoljno vremena za odmor i slobodne aktivnosti, obavezno izbjegavati alkohol i drogu, te razgovarati s nekim o događajima uz usmjeravanje na pozitivne stvari u životu (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš).

U BiH i susjednim državama nema dovoljno empirijskih istraživanja ove problematike, neophodno je sistematski istražiti stres u policijskom poslu, identificirati izvore stresa i druge aspekte. Istraživački rad predstavljao bi temelj i preduvjet za implementaciju različitih strategija za poboljšanje uvjeta rada i povećanje dobrostanja u profesionalnom okruženju.

### 3.3. PTSP kod pripadnika specijalnih policijskih jedinica

Policijski službenici koji rade u specijalnim jedinicama spadaju u jednu od najugroženijih kategorija za razvoj mentalnih problema zbog čestih susreta sa najnasilnijim događajima i traumama što vodi do sve veće šanse za razvoj posttraumatskog stresnog

poremećaja. Stresori koji spadaju u grupu traumatskih provociraju pojavu traumatskog stresa i PTSP-a. PTSP (posttraumatski stresni poremećaj) obuhvata tri kategorije simptoma: „a) *simptome neželjenog ponovnog proživljavanja traumatskog događaja, b) simptome izbjegavanja svega što podsjeća na traumu, praćene smanjivanjem interesa za uobičajene životne aktivnosti i okolinu, c) simptome prenadraženosti ili povišene budnosti*“ (Zotović, 2002). Neki autori ukazuju kako su oni otporniji na stres od civilnih građana (Garbarino, Chiorri, Magnavita i sur., 2012; Galatzer-Levy, Brown, Henn-Haase i sur., 2013, prema Garbarino, Cuomo, Chiorri, Magnavita, 2017). *Sindrom policijske traume* je pojam kojim je Anderson (1988) obuhvatio tjelesne i psihičke simptome od kojih pate policajci zbog prirode svog posla. Policijski posao je mnogo rizičan, te povećava vjerovatnost negativnih učinaka i za pojedinca i za policijsku organizaciju, koji sa sobom nose nezadovoljstvo na poslu, apsentizam, rezignaciju, pad radne učinkovitosti i morala, smanjenu motivaciju za rad, ranije umirovljenje, te jako često i suicid (Anshel, 2000; Ayers, Flanagan, 1994; Beutler, Nussbaum, Meredith, 1988; Brosnan, 1999; Burke, 1993; Finn, 1997; Golembiewski, Kim, 1990; Graves, 1996; Reviere, Young, 1994; Toch, 2002, prema Tot, 2008).

PTSP u ovom poslu je jako čest slučaj i nezaobilazna tema jer pripadnici specijalnih jedinica rade jedan od najopasnijih i najstresnijih poslova (Anshel, 2000; Toch, 2002) kroz koji se susreću sa različitim situacijama koje su teške. Tu spadaju fizičko nasilje, seksualni napadi, ubistva, unakažena ljudska tijela, upotreba vatrenog oružja, prirodne katastrofe i slično. Sve to doprinosi velikom riziku za razvoj PTSP-a. Traumatski stresori u ovoj profesiji se dijele na izrazito nasilne incidente (pucnjave, talačke krize, veliki neredi) i izrazito deprimirajuće događaje (suočavanje s teško ozlijeđenim ljudima ili tijelima). Sami službenici navode da su najtraumatičnije nesreće kojima je uzročnik ljudski faktor, smrt kolege na dužnosti, smrt ili povređivanje djece, silovanje, talačke situacije (Kirschman, 1997). Prema određenim istraživanjima, tri najstresnija događaja su nasilna smrt partnera na dužnosti, korupcija, te pucanje na drugu osobu (Coman i Evans, 1991, prema Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Robbers i Jenkins (2005) su ispitali posljedice terorističkog napada na Pentagon 11.9.2001. godine kod pripadnika policijskih i specijalnih policijskih jedinica koji su prvi stigli na mjesto događaja, te su rezultati pokazali da su dvije godine nakon navedenog događaja, čak 36% službenika imali značajne simptome PTSP-a (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Neka istraživanja su pokazala da stariji službenici imaju više postraumatskih stresnih simptoma, što zapravo upućuje na to da u zrelijoj dobi može doći do kompliciranijih psihičkih reakcija na traumu (istraživanje Renck i sur., 2002), dok istraživanje koje su proveli

Carlier i sur (1997) nije ukazalo na bilo kakve razlike u stopi obolijevanja. Najzanimljiviji su podaci koji se javljaju u novije vrijeme, koji upućuju na to da PTSP češće razvijaju mlađi policajci i specijalci (istraživanje Jones i Kagee, 2005). Objašnjenje bi se moglo pronaći u činjenici da oni koji su stariji vremenom razvijaju efikasnije strategije suočavanja i nošenja s različitim stresorima. Također, često se navodi da manje šanse za razvoj PTSP imaju obrazovaniji službenici, jer oni uglavnom rade na radnim mjestima na kojima su manje izloženi izrazito stresnim događajima (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Mediji i ljudi generalno naglašavaju fizičke opasnosti ovog zanimanja, međutim, potpuno zanemaruju psihološke opasnosti i posljedice. Jako često se pronalazi komorbiditet depresije i PTSP-a (Lauš, Begović i Car). Posttraumatske stresne reakcije koje službenici doživljavaju su brojne i uključuju flashbackove, probleme sa spavanjem, osjećaj krivice, te ih prema brojnim istraživanjima, doživi najmanje trećina nakon određenih traumatskih događaja. Procijenjeno je da je učestalost PTSP-a u ovoj populaciji općenito između 5% i 32% (Javidi i Yadollahie, 2012, prema Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Različite osobine ličnosti imaju značajnu ulogu u nastanku PTSP-a. Tu poseban utjecaj imaju introverzija (Carlier i sur., 1997), neuroticizam kao sklonost reagiranju negativnim emocijama (Maia i sur., 2011) i povišena anksiozna osjetljivost, odnosno osjetljivost koja proizlazi iz straha da će simptomi straha i anksioznosti imati brojne negativne posljedice. Rizik za razvoj PTSP-a može povećati i sklonost doživljavanju ljutnje i frustracije koje su vrlo nepoželjne u policijskom poslu zbog brojnih negativnih efekata. Pored svog utjecaja na fizičko i mentalno zdravlje službenika, imaju potencijalni utjecaj i na društveno i radno funkcioniranje službenika koji mogu biti razdražljiviji, nasilniji, što znatno utječe na učinkovitost obavljanja dužnosti (Glavina, Vukosav, 2011). Analizom 28 studija provedenih u svijetu, na pripadnicima različitih spasilačkih službi, utvrđeno je da 10% njih ima PTSP što je značajno više nego u općoj populaciji. Svi oni koji se bave ovim i sličnim poslovima skloni su češćem mijenjanju posla zbog zdravstvenih razloga, te odlaze u prijevremenu penziju. Također, ono što je vrlo bitno napomenuti jeste da su ove osobe, zbog specifičnosti svojih poslova, sklone tajiti psihičke smetnje (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Rezultati različitih istraživanja pokazuju da ne postoje spolne razlike u učestalosti posttraumatskih stresnih simptoma (npr. Pole i sur. 2001), što se razlikuje od opće populacije gdje su žene sklone razvoju PTSP-a nego muškarci. To se može objasniti utjecajem rigorozne selekcije i efektom policijskog treninga, što upućuje na činjenicu da i za veću stopu PTSP-a kod žena u općoj populaciji nisu odgovorne spolne već rodne razlike (Lilly, Pole, Best, Metzler i Marmar, 2009, prema Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Relativno veliki broj osoba koje pate od PTSP-a

razviju ovisnost o alkoholu, te rezultati pokazuju da oni pripadnici specijalnih policijskih jedinica kod kojih postoje problemi s alkoholom pored PTSP-a, imaju suicidalne ideje 10 puta češće nego oni koji nemaju probleme s alkoholom (Glavina, Vukosav, 2011).

Najznačnije je pravovremeno otkrivanje i adekvatno tretiranje PTSP-a jer je to u pravilu izlječiv problem. Jedna značajna vrsta krizne intervencije kod PTSP-a jeste debriefing za prevenciju PTSP-a koji provodi psiholog, jako često u prisustvu pripadnika specijalnih jedinica koji je prošao slično iskustvo. Taj debriefing se provodi unutar prvih nekoliko dana nakon traumatskog događaja i za cilj ima uspostaviti međusobnu podršku među traumatiziranima, dopustiti im da izraze svooje osjećaje vezane za traumu, prisjetiti se događaja, kao i misli koje su im u tim trenucima prolazile kroz glavu, kao i to kako su se osjećali. Nakon toga ih je vrlo značajno educirati o kratkoročnim i dugoročnim reakcijama na stres, te ih se upućuje u načine na koje se mogu nositi sa svim događajima i reakcijama. Kraj susreta je rezerviran za sažetak i ventiliranje koji pomažu da se trauma uklopi u vlastito životno iskustvo. Addis i Stephens (2008) navode da je 79% ispitanika u njihovom istraživanju odbilo da prisustvuje debriefingu, te se zbog toga navodi kako je vrlo značajno naglašavati povjerljivost (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš).

#### **4. Najčešći psihosomatski simptomi sa kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica**

Psihosomatski poremećaji i bolesti su „*bolesti, tj. funkcionalni i strukturni poremećaji pojedinih tjelesnih organa i sistema, u čijoj etiologiji, pored niza drugih faktora, presudnu ulogu imaju i faktori psihičke prirode*“ (Zotović, 2002, str 16). U dijagnostičkoj klasifikaciji ICD-10, psihosomatski poremećaji i bolesti pojavljuju se pod nazivima: *somatoformna disfunkcija vegetativnog nervnog sistema i psihološki ili bihevioralni činioci udruženi sa poremećajima ili bolestima klasifikovanim na drugom mjestu*. U toj kategoriji postoji mnogo simptoma i sindroma, od kojih su neki: gojaznost, različite glavobolje, angina pektoris, bolne menstruacije, neurodermatitis, akne, reumatoidni artritis, astma, tahikardija, aritmija, ulkusi, povraćanje, učestalo mokrenje i slično. Značajan faktor koji povezuje stres sa zdravstvenim stanjem jeste neuroendokrini i imuni sistem, ali mehanizam putem kojeg se veze ostvaruju još uvijek nije potpuno razjašnjen (Zotović, 2002).



Tridesetih i četrdesetih godina 20.stoljeća došlo je do procvata psihoanalitičkog istraživanja psihosomatskih bolesti u SAD-u. Franz Alexander je tvrdio da mentalne manifestacije treba istraživati psihološkim metodama, te je tražio mehanizme koji sudjeluju u interakciji tijela i psihe. Pretpostavio je da priroda specifičnog neriješenog konflikta u nesvjesnom vodi do specifičnog tjelesnog procesa ili bolesti. NirKKo i suradnici su u istraživanju provedenom na 1326 helsinških policijskih službenika došli do podatka da su oboljeli od koronarne bolesti bili anksiozniji, agresivniji, više povučeni i zakočeni od zdravih, te se pokazala i povezanost sniženog samopoštovanja i veće somatizacije s infarktom miokarda. Između pacijenata koji su umrli od infarkta miokarda i preživjelih ustanovljena je psihološka razlika u optimizmu, inhibiciji i snazi super-ega (Bilić, 2009). Posao policijskih službenika u specijalnim policijskim jedinicama je vrlo specifičan i zahtjevan, te je zbog organizacije rada, svakodnevnih zadataka, različitih događaja i obaveza, ovlasti i etičkog kodeksa vrlo često povezan sa rizicima za tjelesno i psihičko zdravlje. U svakom poslu je radna okolina značajno pod utjecajem razvoja novih tehnologija i različitih opterećenja koja narušavaju tjelesni i psihički integritet čovjeka. To vodi do nedjelotvornosti ili potpune nemogućnosti da se posao obavi kako treba i da se zadovolje svi zahtjevi rada. Schaufeli i Enzmann (1998) navode da su mnoge studije pokazale kako stres na radnom mjestu može izazvati fizičke i psihološko-zdravstvene probleme poput depresije, anksioznosti i osjećanja hroničnog bijesa (Maslach, 2003, prema Veljković, 2017). U policijskom radu i životu su prisutna značajna dinamička i statička opterećenja, kao i psihička napetost, koji vremenom uzrokuju čitav niz negativnih posljedica koje se prepoznaju u disfunkciji pojedinih sistema organizma, do narušenosti općeg psihosomatskog sistema (Rubeša, Zidar, 2007). Učestala fizička oboljenja i psihološki problemi utječu na obavljanje posla u policijskoj službi, te o tome najviše izvještavaju oni službenici koji dožive visoku razinu stresa na poslu (Glavina, Kulenović, Vukosav, 2013). Različiti tjelesni simptomi psihogene etiologije su dio različitih kliničkih slika, a najčešće se opisuju u kategoriji različitih psihosomatskih i somatoformnih poremećaja (APA, 1996). Psihosomatski poremećaji se opisuju i klasificiraju s obzirom na organski sistem koji je uključen u simptomatologiju: kardiovaskularni (hipertenzija, tahikardija, angina pektoris, infarkt miokarda i slično), respiratorni (astma, tuberkuloza), endokrinološki (šećerna bolest, hipoglikemija), gastrointestinalni (mučnina, povraćanje, gastritis, čir na želucu), dermatološki (akne, neurodermatitis). U DSM-IV navedeni simptomi su opisani pod nazivom *Psihološki faktori koji utječu na opće zdravstveno stanje* (Vulić-Prtorić, 2008). Posljedice do kojih dolazi u ovom poslu koje se odnose na zdravlje i dobrostanje službenika i njihovih obitelji uključuju depresiju, razvod, samoubistvo, ubistvo,

kardiovaskularne bolesti, iscrpljenost, rak, opterećenost mišićnog sistema, seksualno uznemiravanje, diskriminacija (Tot, 2010). Najčešći zdravstveni problemi su gastrointestinalni poremećaji i kardiovaskularne bolesti (Sheehan i Van Hasselt, 2003), srčani udar, peptički ulkus, debljanje (Toch, 2002), maligna oboljenja, dijabetes, hronični umor i bolovi u leđima (Abdollahi, 2002; Mearns i Mauch, 1998; Stinchomb, 2004, prema Dowler i Arai, 2008; Wells, 2006, prema Glavina, Vukosav, 2011). Posljedice djelovanja stresa se manifestiraju različitim promjenama na psihičkom i tjelesnom planu u koje spadaju fiziološke, psihološke i ponašajne. Sve te promjene se mogu manifestirati kao prolazni psihosomatski simptomi koji mogu preći u ozbiljne psihosomatske bolesti ukoliko se hronično javljaju. Dolazi do promjena u području emocija, te se javlja anksioznost, depresivnost, razdražljivost, umor; kod ponašajnih promjena osoba se osamljuje, postaje agresivnija, razdražljivija, sklonija plakanju i nemotiviranosti. Javljaju se i promjene mišljenja koje se očituju kroz poteškoće u zadržavanju pažnje i rješavanju problema. Konačno, javljaju se i brojne fiziološke posljedice od kojih su karakteristična drhtavica, grčevi u želucu, glavobolje, povišen krvni pritisak i srčane smetnje (Tot, 2008). Svako psihičko uznemiravanje ugrožava i psihičko i tjelesno stanje žrtve, te dolazi do učestalih glavobolja, poremećaja u probavnom sistemu, vrtoglavice, tahikardije, promjena na koži, osjećaja pritiska u prsima i nedostatka zraka, promjenama raspoloženja, depresije, anksioznosti, stalnom razmišljanju o problemima, emocionalnoj otupljenosti, gubitku motivacije i entuzijazma. Također, dolazi i do povećanog konzumiranja alkohola, cigareta, lijekova, te do poremećaja u seksualnoj aktivnosti (Kostelić-Martić, 2005, prema Juraš, 2016). Svakodnevne stresne situacije stvaraju veću pobuđenost u tijelu što značajno iscrpljuje mehanizme prilagodbe i autonomni nervni sistem, te su pripadnici specijalnih policijskih jedinica dva puta više izloženi riziku od nastanka povišenog krvnog pritiska i kardiovaskularnih oboljenja (Franke, Collins, Hinz, 1998, prema Tot, 2008), povećanom riziku obolijevanja od raka, gastrointestinalnim smetnjama, zloupotrebi alkohola i farmakoloških sredstava za smirenje, pa čak i droga (Anshel, 2000; Biggam, Power, MacDonald, 1997, prema Tot, 2008). Problemi koji se najčešće javljaju kod službenika specijalnih policijskih jedinica koji su izloženi dugotrajnom stresu jesu arterijska hipertenzija, želučani i duodenalni ulkus, te bubrežne i kardiovaskularne bolesti (Crank i Caldera, 1991, prema Tot, 2008). Osim toga, javlja se i metabolički sindrom. Metabolički sindrom je skup poremećaja koji uključuje poremećaj regulacije masti u tijelu, neosjetljivost na inzulin, povišen krvni pritisak i trbušni tip debljine. Osobe kod kojih je prisutan imaju povećan rizik za obolijevanje od bolesti srca i krvnih žila, kao i dijabetesa tipa II. Stres remeti hormonsku

ravnotežu i povećava sklonost nakupljanju masnog tkiva u predjelu stomaka te bolesti vezanih uz to (Rubeša, Zidar, 2007). Kad su u pitanju fizičke posljedice, karakteristični su gastrointestinalni poremećaji, visok krvni pritisak, koronarni poremećaji, debljina, povećano konzumiranje cigareta i alkohola, rak, dijabetes, hronični umor, bolovi u leđima (Sheenan i Van Hasselt, 2003, prema Lauš, Begović i Car). Od fizičkih posljedica, kroz literaturu se najčešće spominju gastrointestinalni poremećaji, visok krvni pritisak, koronarni poremećaji, gojaznost, povećana konzumacija alkohola, cigareta i drugih nedozvoljenih supstanci, rak, dijabetes, hronični umor, bolovi u mišićima i leđima (Violanti, 2006, prema Glavina, Vukosav, 2011). Treninzi i policijska kultura značajno utječu na muško usvajanje tradicionalne „muške uloge“, koja uključuje i skrivanje emocionalnih reakcija poput straha i bespomoćnosti za vrijeme dužnosti, jer bi u suprotnom službenice mogle izazvati ismijavanje, kriziranje, odbacivanje od strane muških kolega, te se možda zbog toga prilagođavaju očekivanjima vezanim uz policijsko zanimanje (Novaković, Kulenović, Glavina Jelaš). Zbog jako čestog kontakta sa različitim ljudima, njihovim predmetima ili samim ljudima tokom pretresa, službenici su izloženi visokom zdravstvenom riziku od zaraznih bolesti, posebno onih koje se šire kontaktom kože ili kapljičnim putem. Zbog toga bi se trebale upotrebljavati rukavice prilikom pretresa osoba, kao i redvno provođenje zdravstvenih i sanitarnih pregleda (Kalem, 2014).

Iako skoro svi upitnici imaju skale socijalno poželjnih odgovora, utvrđeno je da iako imaju malo simptoma na skalama davanja socijalno poželjnih odgovora, imaju prilično visoke rezultate, što ukazuje na to da najvjerojatnije prikazuju manje problema nego što ih stvarno imaju (Glavina, Vukosav, 2011). Srčani udar i povišen krvni pritisak su najočitiji simptomi stresa kod muškaraca. Osim toga, postoje i neki simptomi koji nisu tako očiti i koji se pripisuju gripi ili umoru, poput bolova u mišićima ili glavobolje, te ih često ignoriraju. Psihološke simptome poput dezorganizacije i teškoća u donošenju odluka uglavnom ne primjećuju ili ne znaju kako da ih objasne. Najčešće, muškarci izbjegavaju i doktore i psihologe, te se simptomi stresa prihvataju kao činjenično stanje, dok zapravo stvaraju veliku štetu (Tot, 2010). Maslach i Jackson su istraživali sagorijevanje na radu i njegove posljedice, te su ispitujući supruge policijskih službenika došli do podatka da su one službenice koji su imali visoke rezultate na samoprocjeni iscrpljenosti njihove supruge procjenjivale kao psihički napete, nervozne, anksiozne, uznemirene, ispunjene srdžbom, stalne žalbe na posao te da su u većoj mjeri izražavali želju za napuštanjem posla. Takvi službenici su bili više depersonalizirani, manje vremena su provodili u svojim domovima, povlačili su se u sebe i

izbjegavali su prijateljska druženja, dok su oni koji su imali visoke rezultate na skalama osobnog postignuća kući dolazili vedri, raspoloženi, te su bili značajno ponosni na posao koji obavljaju. Zdravstveni problemi do kojih je doveo burnout jeste značajno veća učestalost problema sa spavanjem i nesanicom, kao i zloupotrebom alkohola, kao i to da je manji rezultat osobnog postignuća doveo do povećanja upotrebe farmakoloških sredstava za smirenje (Tot, 2008). Gilmartin (2012) je ovaj posao opisao kao „biološki rollercoaster“ jer pripadnici specijalnih policijskih jedinica osjećaju visoko psihološko uzbuđenje u pripremi za dužnost, na dužnosti, te ponekad i u tranzicijskom periodu između kritičnih incidenata. Kontinuirano psihološko uzbuđenje stvara poteškoću da se povrti psihološka osnova (Andersen, Papazoglou, Nyman, 2015).

## **5.Uloga psihologa u radu s pripadnicima specijalnih policijskih jedinica**

Mentalna spremnost je od izuzetnog značaja za donošenje odluka, samokontrolu i učinkovito upravljanje energijom. Mentalna pripremljenost službenicima specijalnih policijskih jedinica omogućava da zadrže jasnoću razmišljanja i učinkovitu obradu informacija kako bi donosili tačne odluke dok su na dužnosti. Situacijska svijest je usko povezana s odlučivanjem, odnosno predstavlja sposobnost korištenja nečije osjetilne percepcije (vid, sluh, dodir) za procjenu kritičnih incidentnih situacija i uključivanje u obradu informacija koje razlikuju prijetnju od znakova koji nisu značajni. Mentalna pripravnost zapravo pruža službenicima alate pomoću kojih oni uzbuđenje drže na umjerenom nivou kroz pojačavanje osjetilne percepcije i kognitivne sposobnosti kako bi mogli optimalno odgovoriti (Andersen, Papazoglou, Nyman, 2015). Mentalnom zdravlju policijskih službenika općenito je posvećeno nedovoljno pažnje, te se o tome priča najčešće kada oduzmu sebi život ili učine neko krivično djelo nakon čega u fokus dolaze svi problemi koji se tiču nedovoljne psihološke podrške ovoj skupini. Tek u tim situacijama nadležni shvataju potrebu za stručnom psihološkom podrškom. Takvi događaji značajno utječu na psihičko stanje i mentalno zdravlje i ostalih službenika. Posljedice se ne javljaju uvijek odmah, već se mogu nakupljati tokom dužeg perioda. Policijski psiholozi imaju zadatak pokazati spremnost za razumijevanje zahtjeva policijske službe kroz odgovarajuću obuku u policijskim vještinama. Od policijskih psihologa se očekuje da razumiju ironiju toga da pripadnici specijalnih policijskih jedinica na licu mjesta donose odluke o agresiji i smrtonosnoj sili. Treba da razumiju i njihov odbrambeni način života za koji se sugerira da dolazi iz percepcije javnosti

o njihovoj nesposobnosti da zaustave kriminal. Štaviše, policijski psiholozi moraju razumjeti strah specijalaca da budu kritizirani. Policijski psiholog bi također trebao biti upoznat sa načelima za validaciju i odabir osoblja (Društvo za industrijsku i organizacijsku psihologiju, 1987), smjernicama za računarske testove (APA, 1986), sažecima o etikama i standardima za praktičnu psihologiju (Janik, 1994). Izloženost visokostresnim incidentima i potencijalnim traumatskim situacijama može da ima negativan utjecaj na kognitivne sposobnosti, memoriju, mentalno i fizičko zdravlje i općenito dobro (Sapolsky, 2004, prema Andersen, Papazoglou, Nyman, 2015). Također, vrlo malo pažnje se posvećuje ulozi policijskih rukovodioca u upravljanju stresom i njegovom prevencijom, jer oni jako rijetko uočavaju promjene kod zaposlenih, a sami službenici se ne usuđuju iznijeti problem i potražiti pomoć. Zbog toga je potrebno uputiti sve rukovodioce u policiji o sistemu pružanja psihološke pomoći pripadnicima specijalnih policijskih jedinica, te ih obučiti kako će uočiti prve simptome pojave stresa kod službenika kao i prve znake različitih psiholoških problema. Osim toga vrlo je značajno da policijski rukovodioci razgovaraju sa službenicima prije i poslije svake visokorizične akcije, koja ima veliki potencijal za razvoj stresnih simptoma i psiholoških problema. Od izuzetnog je značaja i to da rukovodioci znaju koji su to pripadnici koji su otporniji na stres, te bi trebali na visokorizične i posebno teške akcije angažirati upravo njih. I naravno, neophodno je povećati broj psihologa u policiji, te da se redovno obavljaju provjere psihičkog stanja te redovno provode savjetovanja i terapije za probleme (Zbirka predloga za reformu policije u Srbiji, 2014).

U Sarajevu je 2014. godine pripadnik Specijalne jedinice za podršku SIPA-e, ubio svoju djevojku, ranio njenog brata, te počinio samoubistvo, 2017. godine u Trebinju je izvršio samoubistvo pripadnik Jedinice za specijalnu podršku Centra javne bezbjednosti. Samoubistvo je počinio u blizini policijske stanice. Službenici svih policijskih jedinica, posebno specijalne, su konstantno izloženi stresu koji prevazilazi nivo stresa u životu drugih ljudi, te osim što utiče na kvalitet života samih službenika, utiče i na kvalitet posla (Hickman i sur., 2011). Osim toga, psihološka procjena se vrši i nakon visoko stresnih događaja poput pucnjava, svjedočenja brutalnim ubistvima, svjedočenje zločinima nad djecom ili smrt kolege na dužnosti (Amendola, 2007).

Pojedinačni ciljevi psihološke procjene se mogu svrstati u dvije kategorije: identificiranje i isključivanje pojedinaca koji su u mentalnom smislu nestabilni, odnosno koji bi mogli ispoljavati neke od navedenih problema, kako bi se isključili iz daljnjeg razmatranja za upošljavanje, te pronalaženje pojedinaca koji imaju osobine koje su poželjne za policijskog

službenika u specijalnim jedinicama (Toldson, 2006). Model isključivanja je bio dominantan model u selekciji skoro dva stoljeća (Comeau i Klofas, 2010), dok danas predstavlja osnovu psihološke procjene pri selekciji budućih službenika (Hadzikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013). Upravljanje stresom je sastavni dio rada policijske službe, te rukovodioci imaju ulogu da uočavaju promjene i da utiču preventivno ili da ublažavaju stres koji nastaje na službi. To ne znači da rukovodioci treba da preuzmu ulogu psihologa, nego da pozitivno utječu na službenike. Redovan odlazak policajaca i pripadnika specijalnih jedinica kod psihologa nije praksa, već se dešava tek ukoliko se pojave određeni problemi koji kad su vidljivi, već su znak da ne postoji bilo kakvo drugo rješenje. Rukovodioci informacije o problemima najčešće dobivaju od drugih zaposlenih, odnosno od kolega, rijetko lično od službenika koji ima problem, te najčešće šalju službenike na odmor, daje mu slobodne dane ili na ljekarski pregled, pri čemu se zapostavlja mentalno zdravlje i posjeta psihologu. To se najčešće objašnjava činjenicom da ljudi imaju pogrešne informacije o tome šta je psiholog, te ga često miješaju sa psihijatrom i plaše se da ostale kolege ne saznaju o tome (Zbirka predloga za reformu policije u Srbiji, 2014). Primarna intervencija ja bazirana na tehnikama kako reducirati stresnost u kritičnim situacijama i povećati percepciju prediktivnosti i kontrole što bi unaprijedilo zdravstveni učinak (Arnetz i sur., 2013; Arnetz i sur., 2009; Backman i sur., 1997). Predavanja uključuju pet treninga koji pokrivaju psihoedukaciju o stresu, rizicima za zdravlje i učinku; uputu o tehnikama disanja u stresnim situacijama kako bi se kontrolirala psihološka reakcija na stres (npr.povećanje fizičke i emocionalne kontrole u toku kritičnih situacija) i upute o tome koje strategije suočavanja koristiti i na koji način komunicirati na poslu i u kući (McCraty i sur., 2009, 2012). Efekat ovakvog treninga je dokazan u simuliranim uvjetima. Paterson i sur. (2014) navode da iako postoji mnogo informacija o problemima unutar policije, postoje određeni konceptualni i metodološki problemi poput korištenja neadekvatnih i nestandardiziranih instrumenata, malo poređenja s drugim grupama zanimanja, kao i neadekvatni teorijski modeli koji objašnjavaju veze između ličnosti i radnog okruženja (Veljković, 2017).

Neformalne grupe samopodrške su također od izuzetnog značaja u ovom poslu. To podrazumijeva susrete sa drugim službenicima kako bi međusobno pričali o osjećanjima i mogli iznijeti njihove probleme i frustracije među drugima koji savršeno razumiju takve događaje. Najveći problem je što se psiholozi i grupe podrške uključuju kad je u pitanju rješavanje problema koji je već nastao, umjesto da se uključuju konstantno radi prevencije problema. Obzirom da je nemoguće izbjeći sve nasilne događaje, onda se mogu poduzeti

koraci koji će educirati službenike da se nose sa svim stresnim događajima. Početni trening o stresu treba naglašavati prednosti psiholoških usluga i od strane kolega i od strane psihologa i profesionalaca. Od izuzetnog je značaja da sami pripadnici specijalnih policijskih jedinica shvate da im savjetovanje može pomoći da se bolje nose sa određenim poslovnim i životnim događajima. Također, moraju prihvatiti činjenicu da ih primanje takve pomoći ne omalovažava ili stigmatizira, te da ne utječe na njihove sposobnosti rješavanja problema. Kada shvate da i druge kolege doživljavaju iste vrste problema, bit će ohrabreni otvoreno podijeliti vlastite osjećaje sa drugima. Inicijalni trening treba da pripadnicima specijalnih policijskih jedinica da do znanja da se sa stresom i kritičnim posljedicama ne moraju nositi sami. Sve američke uprave specijalnih policijskih jedinica imaju politiku koja od službenika zahtijeva da traže stručnu pomoć u suočavanju s posttraumatskim stresnim poremećajima. Da bi se postigao tako organiziran sistem psihološke skrbi, mora se razviti sistem u kojem će biti jasno na koji način će se skrb pružiti i ko će snositi troškove usluga stručnjaka za mentalno zdravlje. Metode podrške podrazumijevaju sljedeće:

- Interne timove za savjetovanje koji pomažu u incidentima koji ne zahtijevaju sastanak s psihologom poput razmirica sa supružnicima, finansijskih problema ili drugih manje značajnih izvora stresa. Ali, uspjeh ovakvih timova ovisi o pažljivom odabiru članova tima.
- Odabir tima: „*niko ne razumije policijskog službenika bolje od drugog službenika*“. Međutim, pri odabiru pripadnika za tim za savjetovanje treba biti oprezan. Smatra se da će od značajne pomoći biti ako su članovi tima imali poteškoća u karijeri ili privatnom životu jer im to daje veću sposobnost empatije.
- Članovi tima za podršku: službenici izabrani da sudjeluju kao članovi tima za podršku trebaju dobiti dodatnu obuku o upravljanju stresom. Oni bi trebali naučiti djelovati samo kao „zvučne ploče“ za službenike, suosjećajno slušajući probleme. Iako oni ne bi trebali pokušati djelovati kao psihoanalitičari, moraju biti obučeni prepoznati veće, dublje usađene probleme, koji zahtijevaju upućivanje kvalificiranim terapeutima (Mashburn, 1993).

U ovom slučaju se opet pokazuje značaj pravilne selekcije i obrazovanja jer u trenutku traumatičnog incidenta, kolege jedni drugima pružaju prvu pomoć na licu mjesta. Osim toga, važnost psihološke procjene za potrebe policije je prepoznata još u 19. stoljeću, te se od tog

vremena do danas došlo do brojnih pomaka. Najvažniji razlog primjene psihološke procjene u selekciji ljudskih resursa i potencijala za potrebe policijskih zanimanja jeste želja da se spriječi zapošljavanje pojedinaca koji mogu ugroziti svoju i sigurnost drugih ljudi, što se u principu najviše odnosi na osobe koje nisu u stanju da se dobro nose sa stresom. Važnost procjene se ogleda u činjenici da su to ljudi koji imaju ovlasti da koriste silu prema drugima ukoliko je to potrebno i da narušavaju privatnost građana (Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013). Veliki problem jeste činjenica da obuke i treninzi u policiji jako često zanemaruju psihološke faktore poput stresa i napetosti. Izvedba i preciznost pogodaka je znatno niža kada se zadaci izvode u visokostresnim uvjetima (Nieuwenhuys i Oudejans, 2010, prema Stolnik, Marić, 2016). Proces selekcije je od izuzetnog značaja jer pomaže da se odaberu najkvalitetniji pripadnici ovih jedinica. Najvažnijim karakteristikama za ovaj posao se smatra: fizička spremnost, stalna dostupnost za službu, disciplina i iskustvo. Međutim, bitno je naglasiti da selekcija osoba za specijalne namjene predstavlja poseban, izdvojen i drugačiji proces od selekcije ostalih službenika u policiji. Specifičnosti potrebne za specijalne namjene pomažu da se odabere najkvalificiraniji kadar što podrazumijeva: iskustvo, fizičku spremnost, pravilno rukovanje oružjem, preporuke od strane supervizora, disciplinu, koliko često osoba izostaje s poslova, izvještaj o aktivnosti službenika, završenu osnovnu taktičku školu, intervju, pojedine specijalne namjene zahtijevaju da to budu nepušači, procjenu psiholoških sposobnosti, udaljenost stanovanja od baze, 24-satna spremnost za poziv na dužnost, test na narkotike, sposobnost upravljanja motornim vozilom, pismeni test, te ljekarsko uvjerenje. Različite države i agencije imaju određene varijacije u procesu selekcije, ali krajnji produkt je isti: probirati najkvalificiranije osobe za ovaj posao. Većina ih je konzistentna kad je u pitanju rukovanje oružjem, fizička sprema, intervju, iskustvo i disciplina (Koepp, 2000).

Osnovne odlike psihološke procjene za potrebe policijskih zanimanja se razmatraju kroz četiri pitanja koja su međusobno povezana: kada, zašto, šta i kako? S obzirom na hronologiju, psihološka procjena se može podijeliti na onu prije zapošljavanja i na psihološku procjenu osobe koja je već u radnom odnosu unutar policije (Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013). Bilo kakva negativna promjena u ponašanju i radu specijalca može biti povod za traženje psihološke procjene. Tu se ubrajaju započinjanje interpersonalnih konflikata, neposlušnost, pretjerana upotreba bolovanja, seksualno neprikladno ponašanje, bizarno ili prijeteće ponašanje i slično. Ništa od svega nabrojanog ne mora biti znak da postoji neki psihički problem, ali služi kao dobar razlog za traženje dodatnih provjera



(Fischler, 2001). Pojedinačni ciljevi psihološke procjene se mogu svrstati u dvije kategorije: identificiranje i isključivanje pojedinaca koji su u mentalnom smislu nestabilni, odnosno koji bi mogli ispoljavati neke od navedenih problema, kako bi se isključili iz daljnjeg razmatranja za upošljavanje, te pronalaženje pojedinaca koji imaju osobine koje su poželjne za policijskog službenika u specijalnim jedinicama (Toldson, 2006). Model isključivanja je bio dominantan model u selekciji skoro dva stoljeća (Comeau i Klofas, 2010), dok danas predstavlja osnovu psihološke procjene pri selekciji budućih službenika. Osim toga, psihološka procjena se vrši i nakon visoko stresnih događaja poput pucnjava, svjedočenja brutalnim ubistvima, svjedočenje zločinima nad djecom ili smrt kolege na dužnosti (Amendola, 2007, prema Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013). Psihološka procjena se obično provodi na tri načina: intervjuiranjem, situacijskim procjenama koje podrazumijevaju promatranje kandidata u situacijama koje su podešene tako da liče na stvarne situacije sa kojima se policijski službenici susreću u svojim poslovima, te primjenom psiholoških testova. Najčešće se koristi intervju, kojeg obično provodi klinički psiholog. Tradicionalni pristup u intervjuiranju se fokusira na pronalaženje psihopatologije za razliku od novijih pristupa koji usmjeravaju pažnju na traženje osobina koje su prediktori dobrog rada i ponašanja poput zrelosti, stabilnosti i interpersonalnih vještina (Fulero i Wrightsman, 2009, prema Hadžikadunić i sur., 2013). Intervju, za razliku od drugih metoda, ima značajne prednosti koje se ogledaju u mogućnosti analize neverbalne komunikacije i emocija koje osoba ispoljava (Silverstein, 1985, prema Hadžikadunić i sur., 2013). Međutim, intervju sa sobom nosi i nedostatke, od kojih je glavni to da ne postoji univerzalni format policijskog intervjua (Fulero i Wrightsman, 2009, prema Hadžikadunić i sur., 2013).

Psiholog u radu sa pripadnicima specijalnih policijskih jedinica primjenjuje različite instrumente. Potraga za i upotreba testova ličnosti za potrebe selekcije je započeta tokom Prvog svjetskog rata, ali je bila ograničena na novajlije. Guilford (1948) je potvrdio značaj takvih testova zbog određivanja važnosti temperamentnih i dinamičkih osobina za uspješno obavljanje zadataka i izbjegavanje bolesti, opravdanja, psihoneuroza i psihoza (Hartmann i Gronerod, 2009). U policijskoj selekciji je prilično raširena upotreba MMPI testova, međutim različita istraživanja su ukazala na različite rezultate u pogledu njihove korisnosti za identificiranje onih koji su nepodobni za policijsku službu (Greene i Heilburn, 2011, prema Hadžikadunić i sur., 2013). MMPI se pokazao kao dobar prediktor za opomene, žalbe i suspenzije službenika, te je indeks nezrelosti koji je kombinacija MMPI skala psihopatske devijacije, hipomanije i skale laži, dobar prediktor odstranjivanja sa posla. Osim toga, Bartol

(1991) dodaje da je rezultat na skali laži veći od osam, jedan od najboljih prediktora loše izvedbe policijskih službenika, te da najčešće postoje pritužbe na one koji imaju takav rezultat na navedenoj skali. Forero i suradnici (2009) navode da mnoga istraživanja sugerišu slabu prediktivnu moć MMPI testa u selekciji zaposlenika i to posebno kada su u pitanju službenici policije. Jedno moguće objašnjenje jeste činjenica da je MMPI instrument za detektiranje psihopatologije, a ne postoji razlog zbog kojeg je opravdano očekivati da stopa psihopatologije bude veća u populaciji osoba koje se prijavljuju na posao u policiji nego u općoj populaciji (Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013). Testovi ličnosti poput MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) i većina inventara ličnosti su dizajnirani tokom Drugog svjetskog rata kako bi pokazali psihopatologiju, te zbog toga imaju ograničenu vrijednost u selekciji osoblja. Mjere izgrađene na dimenzijama ličnosti poput modela Velikih pet (BFM, Costa i McCrae, 1997) koji su namijenjeni za opisivanje osobina ličnosti mogu biti korisniji za odabir i procjenu osoblja specijalnih jedinica. Barrick i Mount (1991) su ispitivanjem otkrili da Ekstraverzija i Otvorenost za iskustva predstavljaju validne procjene vještina. Kasnije su Picano, Williams i Roland (2006) otkrili da pojedinci koji se bave poslovima s većim rizikom imaju više rezultate na skalama Stabilnosti i Savjesnosti. Nalazi su također pokazali da je uspješna obuka bila povezana s preferencijama za aktivnostima visokog rizika (Biersner i Hogan, 1984; Manning i Fullerton, 1988; Steel, Suedfeld, Peri i Palinkas, 1997). Zanimljivo je pomenuti da se u Norveškoj koristi Rorschachova metoda koja je značajna jer daje informacije o tome kako osoba percipira okolinu, kako obrađuje informacije, kako se predstavlja drugim osobama ili kakve su joj interakcije, na koji način odgovara, organizira, rješava probleme, te kako se suočava s tjeskobom i stresom. Ponašanja kodirana tokom ovog zadatka daju rezultate o načinu funkcioniranja osobe ovdje i sada, koja ima implikacije za to kako će se ponašati u kritičnijim i stresnijim izazovima u budućnosti (Hartmann i Gronerod, 2009). Testovi kognitivnih sposobnosti su nekada bili glavna psihološka mjera koja se koristila pri selekciji policajaca (Forero i sur., 2009), te se smatra da oni ukazuju na sposobnost kandidata da obavljaju neke nužne aktivnosti poput učenja novih informacija, pisanja izvještaja, rješavanja problema i slično (Hadžikadunić, Šuvalija, Bajraktarević, 2013).

## 6.Zaključak

Cilj ovog rada je bio pružanje uvida u najčešće izvore stresa s kojima se suočavaju pripadnici specijalnih policijskih jedinica, do kakvih psihosomatskih simptoma oni mogu dovesti, te ukazati na značaj uloge psihologa u radu sa ovim pripadnicima.

1. Pripadnici specijalnih policijskih jedinica su posebno obučeni za izvršenje najstroženijih i visokorizičnih poslova koji izlaze iz opisa posla drugih policijskih službenika. Oni se bore protiv terorizma, organiziranog kriminala, talačkih situacija; učestvuju u najstroženijim potragama, zasjedama, hapšenjima. Također, imaju specijalno obučene alpinističke i ronilačke jedinice koje učestvuju u potrazi za nestalim osobama. Pri selekciji prolaze posebnu obuku, testove mentalnih i motoričkih sposobnosti i velike fizičke izdržljivosti i prilagodljivosti na najrazličitije i najekstremnije situacije.
2. Pripadnici specijalnih policijskih jedinica se svakodnevno susreću s različitim stresnim situacijama koje se uglavnom ne mogu izbjeći. Suočavaju se sa najokrutnijim društvenim sadržajima i vrlo specifičnom i zahtjevnom organizacijom rada. Porast kriminaliteta vodi sve okrutnijim sadržajima u društvu što utiče na sve veću stresogenost ovog posla. Stres proizlazi iz samog sadržaja posla i organizacije posla. Pregled brojnih istraživanja provedenih u svijetu ukazuje na to da pripadnici ovih jedinica težim procjenjuju stresore vezane za organizaciju posla. Smatra se da takvi rezultati proizlaze iz nedovoljne pripremljenosti i obučenosti za takve obaveze.
3. Velika dinamika ovog zanimanja i brojna psihička opterećenja narušavaju psihičko i fizičko zdravlje. To vodi do brojnih negativnih posljedica kroz pojavu psihosomatskih simptoma. Pregled istraživanja među najčešće ubraja gastrointestinalne poremećaje, kardiovaskularne bolesti, srčani udar, probleme sa crijevima, debljanje, dijabetes, hronični umor i bolove u leđima. Prisutne su i emocionalne promjene koje se očituju kroz anksioznost, depresiju, razdražljivost, što može dovesti ili do pretjerane agresivnosti ili osamljivanja. U tom slučaju dolazi i do prepuštanja brojnim porocima, poput alkohola i droge, a to prema istraživanjima, uveliko utječe na porodični život.
4. U ovom zanimanju je od najvećeg značaja mentalna snaga i spremnost. Zbog toga je izuzetno bitna uloga psihologa. Psiholog učestvuje u procesu selekcije i odabira kandidata koji zadovoljavaju uslove mentalne snage za ovaj složeni posao. Pored toga, radi sa pripadnicima na prevenciji posljedica stresa tako što obavlja razgovore sa

službenicima prije i nakon svake visokorizične situacije. Psiholog pomaže rukovodiocima u odabiru onih službenika koji su mentalno spremniji na situacije visokog rizika kada je neophodno krenuti u akciju. Kada već dođe do stresnih situacija koje utječu na specijalce, psiholog je tu da pruži psihološku pomoć kako stresna situacija ne bi ostavljala posljedice velikih razmjera i dovela do ozbiljnijih psihosomatskih problema.

## Literatura

- Andersen, J. P., Papazoglou, K., Koskelainen, M., Nyman, M., Gustafsberg, H., & Arnetz, B. B. (2015). Applying resilience promotion training among special forces police officers. *Sage open*, 5(2), 2158244015590446.
- Andersen, J. P., Papazoglou, K., & Collins, P. (2016). Reducing robust health-relevant cardiovascular stress responses among active-duty special forces police. *General Medicine: Open Access*.
- Andersen, J. P., Papazoglou, K., Nyman, M., Koskelainen, M., & Gustafsberg, H. (2015). Fostering resilience among police.
- Behin, Z., & Mikec, N. (2015). Testiranje motoričko-funkcionalnih sposobnosti kandidata i kandidatkinja za primanje u Policijsku školu" Josip Jović"(stručni članak). *Policija i sigurnost*, 24(2/2015), 120-141.
- Bilandžić, M., & Milković, S. (2009). Specijalne vojno-policijske protuterorističke postrojbe: Hrvatska i svijet. *Polemos: časopis za interdisciplinarna istraživanja rata i mira*, 12(24), 33-60.
- Bilić, V. (2009). Psihološki čimbenici kod kardiovaskularnih bolesti. *Medix*, 83, 100-103.
- Capan, M., Sindik, J., & Bičanić, V. (2016). Povezanost sagorijevanja na poslu i karakteristika posla policijskog službenika. *Policija i sigurnost*, 25(2/2016), 164-178.
- Dorđević, S., Kostić, N. D., & Litavski, J. (2012). Zbirka predloga praktične politike za reformu policije u Srbiji. *Beograd: Beogradki centar za bezbednosnu politiku*, 8-14.
- Garbarino, S., Cuomo, G., Chiorri, C., & Magnavita, N. (2013). Association of work-related stress with mental health problems in a special police force unit. *BMJ open*, 3(7), e002791.
- Glavina, I., & Vukosav, J. (2011). Stress in police profession. *Policija i sigurnost*, 20(1), 32-46.
- Glavina, I., Kulenović, L., & Vukosav, J. (2013). Stresori i načini suočavanja kod policijskih službenika. *Suvremena psihologija*, 16(2), 235-246.

- Glavina Jelaš, I., Korak, D., & Dević, I. (2014). Adaptivni i maladaptivni načini suočavanja sa stresom kod policijskih službenika. *Sigurnost: časopis za sigurnost u radnoj i životnoj okolini*, 56(3), 203-211.
- Hadžikadunić, A., Šuvalija, M., & Bajraktarević, J. (2015). Selekcija ljudskih resursa i potencijala za potrebe policije primjenom psiho-motoričkih testova. *Kriminalističke teme*, (3-4), 107-124.
- Hartmann, E., & Grønnerød, C. (2009). Rorschach variables and Big Five scales as predictors of military training completion: a replication study of the selection of candidates to the naval special forces in Norway. *Journal of personality assessment*, 91(3), 254-264.
- Janik, J. (1994). Desirable qualifications in a police psychologist. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 10(2), 24-31.
- Jozić, M., & Zečić, M. Kontrola treniranosti bazičnih i specifičnih sposobnosti policijskih službenika interventne policije.
- Juras, D. (2016). Mobing i policija. *Policija i sigurnost*, 25(2/2016), 131-152.
- Kalem, D. (2014). Međusobni odnosi i poslovno ponašanje policijskih službenika. *Policija i sigurnost*, 23(2/2014.), 0-0.
- Koepp, D. W. (2000). An analysis of swat team personnel selection.
- Kovčo Vukadin, I. (2012). Napadi na policijske službenike: pregled aktualnih spoznaja. *Policija i sigurnost*, 20(3), 273-305
- Lauš, D., Begović, A., & Car, A. (2015). Influence of police training on the level of perceived stress among police officers. *Policija i sigurnost*, 24(3), 201-210.
- Magnavita, N., & Garbarino, S. (2013). Is Absence Related to Work Stress? A Repeated Cross-Sectional Study on a Special Police Force. *American journal of industrial medicine*, 56(7), 765-775.
- Mashburn, M. D. (1993). Critical incident counseling. *FBI L. Enforcement Bull.*, 62, 5.

- Mendeš, M., & Pleše, V. (2011). Kondicijski trening i način provedbe za polaznike Programa srednjoškolskog obrazovanja odraslih za zanimanje policajac u Odjelu za policijsku obuku. *Policija i sigurnost*, 19(4), 511-516.
- Orlović, Labap, Gudelj (2015). Stres u policiji – percipirani izvori stresa policijskih službenika (profesija, organizacija, menadžment).
- Ribičić, G., & Vidić, P. (2009). Fizički napadi na policijske službenike. *Policija i sigurnost*, 18(2), 202-212.
- Rubeša, D. J., & Zidar, D. (2009). Neki pokazatelji generiranja metaboličkog sindroma policijskih službenika. *Pogledi i mišljenja*, 152.
- STOLNIK, D., & MARIĆ, H. (2016). Prikaz rada trenažnoga simulacijskog oružja u praktičnoj nastavi policijskih službenika. *Policija i sigurnost*, 25(1/2016), 52-63.
- Tot, B. (2008). Povezanost dimenzija sagorijevanja na radu i nekih samoiskazanih psiholoških tegoba u policijskih službenika. *Kriminologija & socijalna integracija: časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju*, 16(1), 1-14.
- Tot, B. (2010). Evaluacija upitnika organizacijskih i operativnih izvora stresa na radu kod policijskih službenika. *Kriminologija & socijalna integracija: časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju*, 18(1), 39-51.
- Veljković, B. Povezanost okupacionog stresa i mentalnog zdravlja u populaciji policajaca: metaanaliza.
- Vulić-Prtorić, A., Jović, M., Coha, R., Grubić, M., Lopižić, J., & Padelin, P. (2008). Anksiozna osjetljivost i psihosomatski simptomi u djece i adolescenata. *Klinička psihologija*, 1(1-2), 7-25.
- Zotović, M. (2002). Stres i posledice stresa: prikaz transakcionističkog teorijskog modela. *Psihologija*, 35(1-2), 3-23.