

POLICIJOS PAREIGŪNŲ PATIRIAMAS TRAUMINIS STRESAS IR SU JUO SUSIJĘ PSICHOSOCIALINIAI VEIKSNIAI

Evaldas Kazlauskas¹, Vilma Kuodienė², Monika Skerytė-Kazlauskienė¹, Ieva Starinskaitė¹

¹*Vilniaus universitetas*

²*Panevėžio apskrities vyriausiasis policijos komisariatas*

Santrauka

Tyrimo dalyvavo 137 Panevėžio m. policijos pareigūnai. Tyrimas atskleidė, kad 58,4 proc. policijos pareigūnų profesinėje veikloje veikė trauminiai stresoriai, t. y. jie buvo patekę į situaciją, kai žuvo žmogus arba kilo grėsmė žmogaus gyvybei. Išanalizavus policijos pareigūnų, patyrusių trauminių stresorių poveikį, rezultatus, nustatyta, kad policijos pareigūnams svarbiausi du socialinės paramos šaltiniai – šeima ir kolegos. Regresinės analizės būdu nustatyta, kad trauminį pareigūnų stresą padeda numatyti pradinės reakcijos į stresą stiprumas ir amžius bei stažas. Stipriausiai policijos pareigūnų trauminį stresą padeda numatyti trauminio stresoriaus intensyvumas. Nustatytos sąsajos tarp patiriamo potrauminio streso ir nuostatos dėl alkoholio vartojimo parodė, kad kuo pozityviau pareigūnai vertina alkoholį kaip streso įveikos būdą, tuo didesnę stresą jie patiria.

Raktažodžiai: policijos pareigūnai, stresas, socialinė parama.

IVADAS

Didelę savo gyvenimo dalį visuomenės nariai skiria profesinei veiklai ir darbo vietoje žmonėms dažnai tenka patirti įvairių stresorių poveikį. Pastaruoju metu pasaulyje ir Lietuvoje vis plačiau tyrinėjama, su kokiais stresoriais susiduria įvairių profesijų atstovai: pedagogai [1], medikai [2], policijos pareigūnai [3] ir kiti. Stresoriai darbe labai skiriasi pagal profesinės veiklos sritį. Nors tyrimai patvirtina, kad pedagogai savo profesinėje veikloje patiria daug streso, mokytojus ar dėstytojus veikiantys stresoriai skiriasi nuo policininkų, ugniagesių ar medicinos įstaigų priėmimo skyrių darbuotojų stresorių, kadangi profesionalams tenka susidurti su mirtimi arba situacijomis, kai kyla reali grėsmė žmogaus gyvybei. Darbas policijoje yra viena pavojingiausių profesijų ir visuotinai pripažįstama, kad policijos pareigūnams ypač dažnai tenka patirti pavojingų stresorių poveikį [4].

Nuo 1980 m. Amerikos psichiatrų asociacija [5] pripažino: jei asmuo susiduria su grėsme žmogaus gyvybei arba mirtimi, gali kilti trauminio streso reakcijų, kurios kartais užsitęsia ir tampa potrauminio streso sutrikimu. Taigi įvykiai, kurių metu susiduriama su mirtimi (ar grėsme gyvybei), gali būti vadina-

mi trauminiais stresoriais, o susijusios psichologinės reakcijos – trauminio streso reakcijomis. Potrauminio streso sutrikimas, be pagrindinės sąlygos, kad patiriamas trauminis stresorius, kurio metu kyla stipri reakcija, apima keletą požymių grupių: 1) vengimo, 2) pasikartojančių trauminio įvykio išgyvenimų ir 3) didesnio sužadavimo [6]. Nors tyrimai rodo, kad potrauminio streso reakcijos yra stipresnės, jei nukentėjusysis patiria ir fizinių traumų, vien tik psichologinė patirtis (be fizinės traumos) yra gana reikšmingas etiologinis veiksnys potrauminio streso sutrikimui atsirasti. Potrauminio streso sutrikimas gali daryti labai neigiamą poveikį gyvenimo kokybei, o negydomas toks sutrikimas gali turėti ilgalaikių žalingų padarinių sveikatai, gali atsirasti priklausomybė nuo alkoholio, psichosomatinių ir somatinių sveikatos sutrikimų [5].

Potrauminio streso epidemiologiniai tyrimai parodė, kad Vakarų kultūrose bent kartą gyvenime potrauminio streso sutrikimas gali būti diagnozuotas iki 8 proc. populiacijos [7]. Policijos pareigūnų grupėje trauminio streso paplitimas didesnis. Potrauminio streso sutrikimas policijos pareigūnams, kurie darbe buvo patekę į kritinius įvykius, nustatomas apie 8–19 proc. atvejų [4]. Pastebėta, kad dar trečdaliui policijos pareigūnų po kritinio įvykio gali būti subklinikinio lygio potrauminio streso požymių. Pastaruoju metu psichikos sveikatos specialistus ypač domina, kokie veiksniai turi įtakos tam, kad trauminio stresoriaus poveikį patyręs pareigūnas turės

*Adresas susirašinėti: Evaldas Kazlauskas,
Vilniaus universiteto Klinikinės ir organizacinės
psichologijos katedra,
Universiteto g. 9/1-202, 01513 Vilnius.
El. p. evaldas.kazlauskas@fsf.vu.lt*

potrauminio streso sutrikimą. Mėginama išskirti rizikos ir apsauginius veiksnius, kurie daro įtaką asmens psichikos sveikatai, tačiau vis dar lieka daug neatsakytų klausimų, kodėl vieni asmenys, patyrę trauminių stresorių poveikį, puikiai adaptuojasi, o kitiems kyla sveikatos problemų. Tyrimų duomenimis, vienas svarbiausių veiksnių, padedančių prognozuoti ilgalaikius trauminių stresorių padarinius psichikos sveikatai, yra trauminės patirties intensyvumas [8]. Tokie patys rezultatai gaunami ir tyrinėjant policijos pareigūnus [4]. Tai patvirtina ir teorinę prielaidą, kuri pabrėžiama formuluojant potrauminio streso sutrikimo diagnozę: šio sutrikimo pagrindinis etiologinis veiksnys yra patirtas trauminis stresorius, ir tuo šis sutrikimas (kartu su priklausomybės nuo narkotinių medžiagų sutrikimais) aiškiai skiriasi nuo kitų psichikos sutrikimų, kurių etiologija klasifikacijose nepašąoma [5, 6]. Tačiau taip pat žinoma, kad būsima policijos pareigūno reakcija į stresorių priklauso nuo psichologinės įveikos, socialinės paramos ir vidinių asmens resursų [9, 10].

Šio tyrimo *tikslas* yra įvertinti, kokie trauminiai stresoriai veikia policijos pareigūnus, kokie veiksniai padeda prognozuoti trauminio streso reakcijų intensyvumą ir kokie yra reikšmingiausi socialinės paramos šaltiniai. Taip pat siekėme įvertinti, kaip nuostata dėl alkoholio vartojimo kaip įveikos būdo siejasi su pareigūnų patiriamu trauminiu stresu.

TYRIMO METODIKA

Tyrimo dalyviai. Tyrimui pasirinkome Panevėžio m. policijos pareigūnus. Remiantis LR statistikos departamento duomenimis, Panevėžio miesto kriminogeninė padėtis pagal nusikalstamų veikų skaičių 100 000 gyventojų pastaraisiais metais buvo artimiausia Lietuvos vidurkiui. Panevėžyje 2006 m. ir 2007 m. užregistruota atitinkamai 2 264 ir 1 965 nusikalstamos veikos, o Lietuvoje 2006 m. – 2 224, 2007 m. – 2 014 nusikalstamų veikų. Didžiausias nusikalstamų veikų skaičius registruotas Vilniaus m. savivaldybėje (2007 m. – 3 685 / 100 tūkst. gyv.) [11].

Tyrimo dalyvavo 137 policijos pareigūnai (2008 m. tyrimo metu Panevėžio m. dirbo 404 policijos pareigūnai). Iš jų per pastaruosius trejus metus profesinėje veikloje trauminio stresoriaus (kurio metu teko susidurti su mirtimi arba grėsme žmogaus gyvybei) poveikį patyrė 58,4 proc. (n = 80) policijos pareigūnų (43 viešosios ir 37 kriminalinės policijos). Šiame straipsnyje toliau bus pateikiami tik tyrimo dalyvavusių pareigūnų, kurie per pastaruosius trejus metus patyrė trauminių stresorių, duomenys.

Tyrimo dalyvių amžius – nuo 24 iki 49 metų, amžiaus vidurkis – 34,2 m. (SD = 5,5). Darbo policijoje stažas – nuo 2 iki 26 metų, vidutiniškai – 12,8 m. (SD = 4,7). Tyrimo dalyvavo 61 (76,2 proc.) vyras ir 19 (23,8 proc.) moterų. 51,2 proc. tyrimo dalyvavusių policijos pareigūnų išsimokslinimas aukštasis, aukštesnysis – 20,2 proc., vidurinis ir profesinis – 12,5 proc., vidurinis – 16,2 proc., 78,8 proc. policijos pareigūnų yra susituokę, 12,5 proc. – nesusituokę ir 8,8 proc. – išsiskyrę (1 lentelė).

1 lentelė. Tyrimo dalyvių demografiniai duomenys (n = 80)

	N	Proc.
Lytis		
Vyrai	61	76,2
Moterys	19	23,8
Išsimokslinimas		
Vidurinis	13	16,2
Vidurinis su profesija	10	12,5
Aukštesnysis	16	20,0
Aukštasis	41	51,2
Šeiminė padėtis		
Susituokęs (-usi)	63	78,8
Nesusituokęs (-usi)	10	12,5
Išsiskyręs (-usi)	7	8,8

Tyrimo metodai. Įvykio poveikio skalė – revizuota (IES-R). Trauminio streso sutrikimo požymiams įvertinti buvo naudojama Įvykio poveikio skalė – revizuota (IES-R). IES-R yra IES metodikos, susidedančios iš potrauminio streso sutrikimo invazijos ir potrauminio streso sutrikimo vengimo simptomų subskalių, modifikacija, papildyta trečia subskale padidėjusiam dirglumui vertinti [12]. Metodika sudaryta remiantis DSM-IV diagnostinėje klasifikacijoje pateiktu potrauminio streso sutrikimo aprašu [6]. Metodika 2005 m. adaptuota Lietuvoje [13]. Lietuviškos IES-R versijos patikimumas pakankamas (Cronbach alpha = 0,93). Metodiką sudaro 22 teiginiai. Tyrimo dalyviai 5 balų skale (0 – nėra simptomo, 4 – labai stipriai išreikštas) turėjo įvertinti, kiek kiekvienas iš PTSS požymių buvo išreikštas per pastarąją savaitę. IES-R metodikos įvertinimas yra visų metodiką sudarančių teiginių įverčių aritmetinis vidurkis. IES-R metodikos subskalių įvertinimas yra subskales sudarančių teiginių įverčių aritmetinis vidurkis [13].

Subjektyvaus trauminio patyrimo skalė (STP) padeda įvertinti trauminio stresoriaus metu patirtos grėsmės gyvybei ir (ar) sveikatai stiprumą, baimės ir (ar) nevirties jausmus [14]. Tyrimo dalyviai turėjo įvertinti su trauminiu stresoriumi susijusių emocinių, kognityvinių ir fiziologinių reakcijų stiprumą, kurių kildavo susidūrus su stresoriumi. Metodiką sudaro 10 teiginių, vertinamų penkių balų skale – nuo 0 (visai nepatyrė) iki 4 (smarkiai patyrė). Subjektyvaus trauminio patyrimo stiprumas buvo vertinamas sumuojant STP metodiką sudarančių teiginių įverčius.

Straipsnio autorių sudaryta *Policininkų trauminio streso patyrimo bei įveikos veiksnių anketa* vertinami tyrimo dalyvių demografiniai duomenys, darbo policijoje patirtis, profesinėje veikloje patiriami trauminiai stresai, reikšmingiausi su darbe patiriamu stresu susiję socialinės paramos šaltiniai (atviras klausimas), nuostata dėl alkoholio vartojimo kaip streso įveikos būdo ir kreipimasis į medikus dėl sveikatos problemų. Iš viso ši klausimyną sudarė 12 klausimų, iš jų trys buvo atviri klausimai.

Duomenų analizė. Duomenų analizei naudotas statistinis duomenų apdorojimo paketas SPSS 13. Sąsajoms tarp nuostatų dėl alkoholio vartojimo ir trauminio stresui įvertinti naudota ANOVA. Daugiamatė tiesinė regresinė analizė, į lygtį įtraukus visus tyrimo demografinius, psichologinės įveikos ir trauminio stresoriaus patirties kintamuosius (Forward metodas), naudota siekiant įvertinti, kurie veiksniai geriausiai prognozavo trauminio streso intensyvumą.

REZULTATAI

Policininkų patiriami stresoriai. Iš tyrimo dalyvavusių 137 policijos pareigūnų 58,4 proc. (n = 80) profesinėje veikloje per pastaruosius trejus metus patyrė trauminių stresorių poveikį – tai susidūrimas su mirtimi ir grėsme žmogaus gyvybei. 60 proc. (n = 48) tokį trauminį stresą patyrusių pareigūnų susidūrė su sužalota auka, 45 proc. (n = 36) – pateko į įvykį, kurio metu buvo nužudytas žmogus, 10 proc. (n = 8) pareigūnų teko panaudoti ginklą. Pareigūnai, kuriems tenka patirti kritinius įvykius, su tuo susiduria dažnai. Kartą per savaitę tai patiria 8,8 proc., kartą per mėnesį – 25 proc. tyrimo dalyvių, kartą per pusę metų – 30 proc., kartą per metus – 22,5 proc. policijos pareigūnų. Tolesnėje analizėje naudoti tik duomenys tų pareigūnų, kurie per pastaruosius trejus metus patyrė nors vieno trauminio stresoriaus poveikį.

Streso įvertinimas ir poveikis sveikatai. Subjektyvaus trauminio patyrimo metodikos (STP), kuria buvo įvertinta subjektyvi emocinė ir kognity-

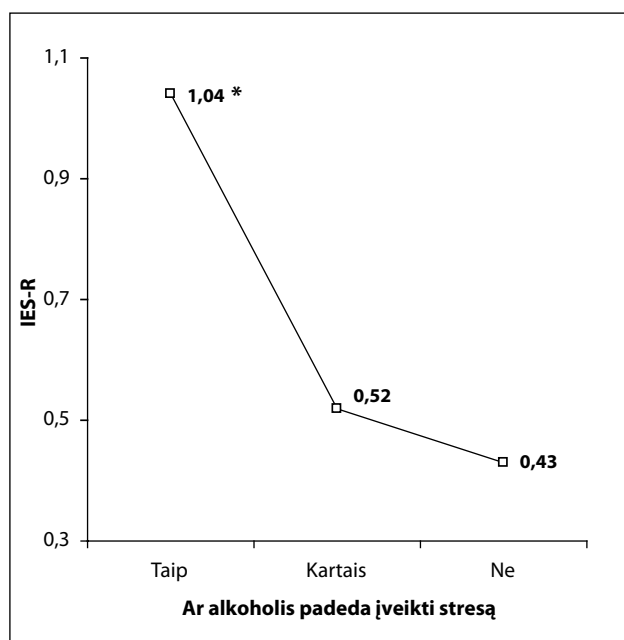
vinė reakcija į patirtus trauminius stresorius, vidutinis įvertis – 6,00 (SD = 4,88). STP metodikos *Cronbach alpha* pakankamas ($\alpha = 0,74$). Trauminio streso įvertinimas *Įvykio poveikio skale – revizuota* parodė, kad policininkų patiriamas trauminis stresas nėra didelis. Tyrimo dalyvavusių policijos pareigūnų IES-R metodikos bendrasis įvertis – 0,55 (SD = 0,57). IES-R invazijos subskalės vidurkis – 0,54 (SD = 0,64), IES-R vengimo subskalės vidurkis – 0,58 (SD = 0,61), IES-R padidėjusio dirglumo subskalės vidurkis – 0,43 (SD = 0,57). Visos IES-R metodikos patikimumas matuojant *Cronbach alpha* yra didelis ($\alpha = 0,95$).

Trečdalis policijos pareigūnų (33,8 proc.), patiriančių trauminių stresorių poveikį savo veikloje, nurodė, kad kreipėsi į medikus dėl sveikatos problemų per pastaruosius vienerius metus. Atlikus kokybinę gautų skundų analizę paaiškėjo, kad 33 proc. (n = 9) policijos pareigūnų skundų susiję su fizinėmis traumomis arba virusiniais susirgimais. 66 proc. (n = 18) policijos pareigūnų, kurie nurodė, kad kreipėsi į medikus, turėjo psichosomatinio pobūdžio skundų (nuovargis, aukštas kraujospūdis, nerimas, chroniški skausmai).

Psichologinė įveika ir socialinis kontekstas. Policijos pareigūnų prašėme nurodyti, kas padeda įveikti darbe kylantį stresorių. Daugiausia policijos pareigūnų nurodė, kad darbe kylantį stresą padeda įveikti kolegos – 52,6 proc. (n = 42). Kitas svarbus paramos šaltinis yra šeima, jį nurodė 46,2 proc. (n = 37) pareigūnų. Trečias reikšmingas paramos šaltinis yra draugai – 17,5 proc. (n = 14). 21,2 proc. (n = 17) policijos pareigūnų teigė, kad jiems nereikia jokios paramos, arba nenurodė jokio paramos šaltinio, kuris padeda įveikti darbe kylantį stresą. Apie pusę policijos pareigūnų nurodė vieną paramos šaltinį – 46,2 proc. (n = 37), kiek mažiau nei trečdalis nurodė daugiau nei vieną: 28,8 proc. (n = 23) – du, 3,8 proc. (n = 3) – tris paramos šaltinius. Policijos pareigūnams svarbi ne tik iš kolegų gaunama parama, bet ir patys dažnai padeda kitiems. 55 proc. (n = 44) trauminius stresorius darbe patyrusių pareigūnų teigia, kad jie padeda kitiems, 45 proc. (n = 36) – nepadeda kolegoms sumažinti streso.

Profesijų atstovai, kuriems dažnai tenka susidurti su trauminiais įvykiais, neretai kaip vieną iš įveikos būdų nurodė alkoholį, kuris yra lengvai prieinama priemonė norint sumažinti fiziologines ir emocines streso reakcijas. 12,7 proc. (n = 10) tyrimo dalyvių teigė, kad alkoholis jiems visada padeda sumažinti stresines reakcijas, 53,2 proc. (n = 42) – kartais padeda ir apie trečdalį tirtų asmenų (34,2 proc.) neigia, kad alkoholis jiems padeda įveikti su profesine veikla susijusį stresą.

Policijos pareigūnų trauminio streso sąsajos su nuostata dėl alkoholio vartojimo. Paanalizavus sąsajas tarp nuostatos dėl alkoholio vartojimo kaip streso įveikos būdo ir trauminio streso nustatyta, kad pareigūnų trauminis stresas (IES-R bendrasis įvertis) siejasi su požiūriu į alkoholį ($r = 0,27, p < 0,05$). Kuo trauminių stresorių poveikį patyrę policijos pareigūnai pozityviau vertino alkoholį kaip streso įveikos būdą, tuo didesnis trauminis stresas jiems būdingas. Atlikus ANOVA analizę išryškėjo trauminio streso (matuoto IES-R metodikos bendru įverčiu) statistiškai reikšmingi tarpgrupiniai skirtumai ($F[2,71] = 4,21, p < 0,05$) pareigūnų, kurių pozityvi, neutrali ar negatyvi nuostata dėl alkoholio vartojimo kaip streso įveikos būdo (1 pav.). Didžiausias trauminis stresas nustatytas grupėje, kuri pozityviai vertina alkoholį kaip streso įveikos būdą (IES-R = 1,04, SD = 0,98), trauminis stresas mažesnis, jei teigia, kad alkoholis kartais padeda įveikti stresą (IES-R = 0,52, SD = 0,47) (1 pav.). Mažiausias trauminis stresas nustatytas pareigūnams, nurodžiusiems, kad alkoholio vartojimas kaip streso įveikos būdas nėra veiksmingas (IES-R = 0,43, SD = 0,47). *Post-hoc* analizė (Tukey, LSD, Bonferroni) parodė, kad reikšmingas trauminio streso intensyvumo skirtumas yra tarp pareigūnų, kurie įvertino, kad alkoholis padeda sumažinti stresą, ir pareigūnų, teigusiu, kad alkoholis padeda tik kartais arba niekada. Tarp policijos pareigūnų, kurie įvertino, jog alkoholio vartojimas padeda įveikti stresą tik kartais arba niekada, statistiškai reikšmingo skirtumo nenustatyta.



1 pav. Įvykio poveikio skalės – revizuotos (IES-R) ir nuostatos dėl alkoholio vartojimo kaip streso įveikos būdo sąsajos

Pareigūnų trauminį stresą prognozuojantys veiksniai. Regresinė analizė parodė, kad geriausiai trauminio streso intensyvumą (priklausomas kintamasis – IES-R bendrasis įvertis) padeda prognozuoti stresoriaus intensyvumas (STP) ($\beta = 0,74, p < 0,001$) ir pareigūno amžius ($\beta = 0,17, p < 0,05$). Galutinis regresijos modelis buvo statistiškai reikšmingas ($F[2,69] = 44,41, p < 0,001, R = 0,75, R^2 = 0,56$). Subjektyvus trauminio patyrimo intensyvumas ir pareigūno amžius paaiškino 56,3 proc. trauminio streso duomenų variacijos.

Trauminio streso invazinius požymius (IES-R invazijos subskalė) geriausiai padėjo prognozuoti trauminio stresoriaus intensyvumas (STP) ($\beta = 0,72, p < 0,001$) ir pareigūno darbo stažas ($\beta = 0,19, p < 0,05$), į lygtį įtraukus visus tyrimo demografinius, psichologinės įveikos ir trauminio stresoriaus patirties kintamuosius (*Forward* metodus). Regresijos modelis buvo statistiškai reikšmingas ($F[2,71] = 36,38, p < 0,001, R = 0,71, R^2 = 0,51$). Subjektyvus trauminio patyrimo intensyvumas ir pareigūno amžius paaiškino 50,6 proc. trauminio streso invazijos požymių duomenų variacijos.

2 lentelė. Regresinės analizės rezultatai ($n = 80$)

Priklausomas kintamasis	Reikšmingi nepriklausomi kintamieji	β	R^2
IES-R	STP	0,74***	0,56
	Amžius	0,17*	
IES-R invazija	STP	0,72***	0,51
	Profesinis stažas	0,19*	
IES-R vengimas	STP	0,69***	0,48
IES-R dirglumas	STP	0,64***	0,40

Pastabos. IES-R – įvykio poveikio skalė – revizuota;
STP – subjektyvaus trauminio patyrimo metodika;
* $p < 0,05$; *** $p < 0,001$

Trauminio streso vengimo požymius (IES-R vengimo subskalė) statistiškai reikšmingai prognozavo tik trauminio stresoriaus intensyvumas (STP) ($\beta = 0,69, p < 0,001$), į lygtį įtraukus visus tyrimo demografinius, psichologinės įveikos ir trauminio stresoriaus patirties kintamuosius (*Forward* metodus). Regresijos modelis buvo statistiškai reikšmingas ($F[1,71] = 65,37, p < 0,001, R = 0,69, R^2 = 0,48$). Subjektyvus trauminio patyrimo intensyvumas

(STP) paaiškino 47,8 proc. trauminio streso vengimo požymių variacijos. Trauminio streso padidėjusio dirglumo požymius (IES-R dirglumo subskalė), kaip ir vengimo požymius, statistiškai reikšmingai prognozavo tik trauminio stresoriaus intensyvumas ($\beta = 0,64$, $p < 0,001$). Regresijos modelis buvo statistiškai reikšmingas ($F[1,71] = 48,06$, $p < 0,001$, $R = 0,64$, $R^2 = 0,40$).

REZULTATŲ APTARIMAS

Tyrimo rezultatai parodė, kad ir viešosios, ir kriminalinės policijos pareigūnai savo profesinėje veikloje dažnai patiria trauminių stresorių poveikį. Tai patvirtina ir kitų tyrimų rezultatus, kad darbas policijoje yra pavojingas [3], ir kyla didelė rizika susidurti su stresoriais, kurie viršija įprastinio gyvenimo patirtis bei gali būti traktuojami kaip trauminiai stresoriai [4]. Dažnas stresorių poveikis turi įtakos ir pareigūnų streso reakcijoms. Viena vertus, kariškių ir policijos pareigūnų atrankoje skiriamas didesnis dėmesys kandidato psichologinėms savybėms, kita vertus, tyrimas rodo, kad policijos pareigūnai reaguoja į stresorius ir būtent subjektyviai suvokiamos stresoriaus charakteristikos yra labai svarbus veiksnys, numatant trauminio streso reakcijų intensyvumą.

Nustatėme, kad geriausiai reakcijas į stresą padėjo numatyti būtent pradinės reakcijos stiprumas, susijęs su subjektyviu stresoriaus intensyvumu. Tai atitinka ir kitų autorių tyrimus [8, 4]. Gauti rezultatai patvirtina gerai psichotraumatologijoje žinomą tiesą, kad trauminio streso reakcijų intensyvumą reikšmingiausiai lemia būtent stresoriaus charakteristikos [7]. Tyrimo rezultatai rodo, kad reakcija į trauminių stresorių nepriklauso nuo lyties, išsimokslinimo, darbo viešoje ar kriminalinėje policijoje ir kitų veiksnių. Nors policijos pareigūnų asmenybės įvertinimas neatliktas, galima teigti, jog asmenybės veiksniai nėra patys reikšmingiausi numatant reakcijas į stresą. Galima tvirtinti, kad visuomenėje (įskaitant ir psichikos sveikatos specialistus) vis dar egzistuojantys stereotipai, jog stiprūs ir sveiki vyrai negali emociškai reaguoti į kritinį įvykį, neturi pagrindo. Didžiąjai daliai policijos pareigūnų, ypač patekusių į kritinį įvykį, kyla emocinių, fiziologinių ir kognityvinių streso reakcijų, jei įvykis yra ypač sukrečiantis. Šiame tyrime tik keli policijos pareigūnai teigė, kad jiems nekyla visiškai jokių streso reakcijų profesinėje veikloje. Nors išsamnės stresoriaus charakteristikų kokybinės analizės neatliktas, tačiau kiti tyrimai [3] atskleidė, kad didžiausią įtampą policijos pareigūnams kelia gyvybės atėmimas kitam žmogui, susidūrimas su smurtine

kitų žmonių mirtimi, šaunamojo ginklo naudojimas darbo metu ir kiti įvykiai. Didžioji dalis tyrime dalyvavusių policijos pareigūnų susidūrė būtent su šiais stresiniais įvykiais.

Nustatėme, kad trauminio streso reakcijų intensyvumą, matuojant bendrąsias reakcijas *Įvykio poveikio skale*, be subjektyvaus stresoriaus intensyvumo, dar padeda numatyti ir policijos pareigūno amžius. Rezultatai gana netikėti, nes nustatėme, kad kuo vyresnio amžiaus pareigūnas, tuo daugiau streso reakcijų jis gali patirti. Taip pat nustatyta, kad numatant potrauminio streso sutrikimo invazines reakcijas, be trauminio stresoriaus intensyvumo, dar reikšmingai padeda prognozuoti ir profesinis pareigūno stažas. Amžius ir darbo stažas yra labai susiję kintamieji, nes kuo vyresnis pareigūnas, tuo didesnė tikimybė, kad ir stažas didesnis, tad šių kintamųjų įtaką tyrimo rezultatams galima interpretuoti kartu. Didesnio stažo, kartu ir vyresnio amžiaus sąsajos su didesniu trauminio streso reakcijų intensyvumu patvirtintų traumos akumuliacijos hipotezę [5]. Kai profesinė veikla trunka ilgiau, policijos pareigūnas neišvengiamai susiduria su daugiau patirtų trauminių stresorių. Kuo didesnio skaičiaus stresorių poveikį patiria pareigūnas, tuo didesnis poveikis trauminio streso invazinėms reakcijoms ir didesnė tikimybė, kad gali kilti įkyrių trauminio įvykio pakartotinių išgyvenimų prisiminimų blyksniuose, naktiniuose košmaruose ir kt. Kita vertus, gali būti, kad policijos pareigūnai, turintys didesnę stažą, ilgainiui įgyja vis geresnius įveikos mechanizmus, todėl kitų dviejų trauminio streso reakcijų faktorių – padidėjusio dirglumo ar vengimo – profesinis stažas reikšmingai neveikia.

Svarbiausi paramos policijos pareigūnams šaltiniai yra kolegos ir šeima. Reikšmingas, tačiau mažiau svarbus paramos šaltinis yra draugai. Tyrimo duomenys yra panašūs į neseniai Lietuvoje atliktą medicinos darbuotojų tyrimą, kurio metu nustatyta, jog šios profesijos atstovams svarbiausias paramos šaltinis yra šeima [2]. Socialinės paramos svarbą rodo tai, kad didžioji dalis policijos pareigūnų nurodė bent vieną socialinės paramos šaltinį ir tai patvirtina pastaruoju metu vykdomų tyrimų rezultatus, kuriuose nustatomas pozityvus socialinės paramos poveikis streso įveikai [9, 15]. Įdomu tai, kad pusė pareigūnų teigė ir patys teikiantys paramą kolegoms, patiriantiems sukrečiančių įvykių darbe. Šie duomenys atskleidžia gerai išplėtotą kolegialią policijos pareigūnų savitarpio psichologinės paramos sistemą. Nors socialinė parama yra labai reikšminga policijos pareigūnams įveikiant stresą, nenustatėme

reikšmingo ryšio tarp socialinės paramos ir trauminio streso reakcijų intensyvumo. Apskritai, pastarojo meto tyrimai rodo, kad ryšiai tarp suvokiamos socialinės paramos ir trauminio streso reakcijų po sukrečiančių įvykių nėra vienareikšmiški [5, 16]. Pavyzdžiui, yra duomenų, rodančių, kad jei patyrusios smurtą moterys gauna ypač daug socialinės paramos, parama turi neigiamų efektų ir jų potrauminio streso reakcijos yra didesnės [5]. Verta pastebėti, kad streso įveikai reikšmingas ne tik socialinės paramos šaltinis, bet ir socialinės paramos kokybė. Šeima, kolegos ar draugai gali padėti ir sukelti teigiamų emocijų, tačiau būnant su reikšmingais žmonėmis neretai kyla neigiamų emocijų, kurios gali neigiamai veikti streso įveiką.

Nustatytas reikšmingas ryšys tarp nuostatos dėl alkoholio vartojimo ir trauminio streso reakcijų intensyvumo. Nors gana dažnai teigiama, kad alkoholis yra streso padarinys, nes gali būti traktuojamas kaip streso įveikos būdas, manome, kad ryšys gali būti abipusis. Kuo didesnę trauminių stresą patiria pareigūnas, tuo pozityviau vertina alkoholį kaip streso įveikos būdą. Kita vertus, kuo pozityvesnė nuostata dėl alkoholio vartojimo, tuo daugiau streso patiria policijos pareigūnai. Šie rezultatai atitinka kitų autorių tyrimus, patvirtinančius, kad policininkų stresą gerai padeda prognozuoti alkoholio vartojimas ir neigiamos darbe patiriamos emocijos [15]. Anksčiau atliktas policininkų patiriamų stresorių tyrimas parodė, kad Lietuvoje policijos pareigūnai per mėnesį patiria vidutiniškai tris kritinius įvykius [3]. Tad gauti rezultatai apie nuostatą dėl alkoholio vartojimo ir trauminio streso reakcijų sąsajas rodo, kad jei policijos pareigūno pozityvi nuostata dėl alkoholio vartojimo kaip streso įveikos būdo, kyla didelė priklausomybės nuo alkoholio atsiradimo rizika, nes žinoma, kad nuostatos turi įtakos žmonių elgesiui.

Apibendrinami galime teigti, kad tyrimo rezultatai patvirtino, jog būtent subjektyvus stresoriaus intensyvumas lemia ilgalaikės trauminio streso reakcijas, didesnis trauminis stresas susijęs su pozityvia nuostata dėl alkoholio vartojimo, pagrindiniai socialinės paramos policijos pareigūnams šaltiniai yra šeima ir kolegos. Svarstant šio tyrimo praktines implikacijas,

nustačius psichosocialinių veiksnių svarbą policijos pareigūnų trauminio streso reakcijoms, kyla minčių apie tai, kad Lietuvoje turėtume daugiau naudoti veiksmingus, tyrimais įrodytus psichosocialinius pagalbos metodus, kurie gali padėti sumažinti profesinį stresą. Pasaulyje taikomos psichologinės streso įveikos metodikos galėtų veiksmingai pagerinti policijos pareigūnų gyvenimo kokybę ir sumažinti psichikos sveikatos problemas bei alkoholio vartojimą [9].

Šis tyrimas yra vienas iš nedaugelio Lietuvoje atliekamų tyrimų, kai tyrinėjamos policijos pareigūnų streso reakcijos ir su jomis susiję psichosocialiniai veiksniai. Nors tyrimo rezultatai įdomūs, analizuodami šio tyrimo rezultatus turime atsižvelgti ir į šio tyrimo ribotumus. Vienas šio tyrimo trūkumų, su kuriuo susiduria ir kiti analogiškų tyrimų autoriai, yra retrospektyvumas – peritrauminė reakcija į stresorių buvo įvertinta praėjus nemažam laikotarpiui po trauminio stresoriaus ir tai galėjo turėti įtakos tyrimo rezultatams. Šiame tyrime dalyvavo nedaug dalyvių ir jis buvo atliktas tik Panevėžio mieste. Nors Panevėžio miesto kriminogeninė situacija pastaruosius kelerius metus pagal statistinius duomenis labai gerai atitinka Lietuvos vidurkį ir tyrimo rezultatai galėtų neblogai reprezentuoti Lietuvos policijos pareigūnų darbe patiriamą trauminių stresą, ateityje reikėtų platesnių policijos pareigūnų trauminio streso tyrimų, siekiant įvertinti stresorius ir stresui įtakos turinčius veiksnius.

IŠVADOS

- Policijos pareigūnai savo profesinėje veikloje dažnai susiduria su trauminiiais stresoriais, keliančiais grėsmę žmogaus gyvybei.
- Geriausiai policijos pareigūnų trauminio streso reakcijų intensyvumą padeda prognozuoti stresoriaus intensyvumas.
- Policijos pareigūnų profesinėje veikloje kylančio streso įveikai svarbiausi yra du socialinės paramos šaltiniai – šeima ir kolegos.
- Kuo pozityviau policijos pareigūnai vertina alkoholio vartojimą kaip streso įveikos būdą, tuo stipresnės trauminio streso reakcijos jiems būdingos.

Straipsnis gautas 2009-04-15, priimtas 2009-08-10

Literatūra

1. Bulotaitė L, Lepeškieienė V. Mokytojų patiriamas stresas ir jo įveikos strategijos. *Pedagogika*. 2006;84:48-52.
2. Gustainienė L, Bakšienė V. Medicinos darbuotojų stresogeninių darbo veiksmų sąsajos su socialiniu palaikymu ir subjektyvia sveikata. *Visuomenės sveikata*. 2008;2(41):47-55.
3. Valickas G, Vabolytė K. Policijos pareigūnų patiriamas stresas. *Psichologija: Mokslo darbai*. 2002;26:37-53.
4. Marmar CR, McCaslin SE, Metzler TJ, Best S, Weiss DS, Fagan J, Liberman A, Nnamdi P, Otte C, Yehuda R, Mohr D, Neylan T. Predictors of posttraumatic stress in police and other first responders. *Annals of New York academy of sciences*. 2006;1071:1-18.
5. Briere J. *Psychological Assessment of Adult Posttraumatic States: Phenomenology, Diagnosis, and Measurement*. (2 ed.) American Psychological Association. Washington, DC, 2004.
6. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (4th ed. Text Revision). Washington, DC: Author, 2000.
7. Keane TM, Marshall AD, Taft CT. Posttraumatic stress disorder: etiology, epidemiology, and treatment outcome. *Annu Rev Clin Psychol*. 2006;2:161-197.
8. Ozer EJ, Best SR, Lipsey TL, Weiss DS. Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: a meta-analysis. *Psychological bulletin*. 2003;129:52-73.
9. Jones R, Kagee A. Predictors of post-traumatic stress symptoms among South African police personnel. *South African journal of psychology*. 2005;35(2):209-224.
10. Hyman O. Perceived social support and secondary traumatic stress symptoms in emergency responders. *Journal of traumatic stress*. 2004;17:149-156.
11. Statistikos departamentas prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės. Užregistruotos nusikalstamos veikos. [Žiūrėta 2009 m. kovo 27 d.] Prieiga per internetą <http://www.db1.stat.gov.lt/M3170102>
12. Weiss DS, Marmar CR. The impact of event scale – revised // In: J. P. Wilson, T. M. Keane / *Assessing psychological trauma and PTSD*. New York: Guilford Press. 1997;399-411.
13. Kazlauskas E, Gailienė D, Domanskaitė-Gota V, Trofimova J. Įvykio poveikio skalės – revizuotos (IES-R) lietuviškos versijos psichometrinės savybės. *Psichologija: Mokslo darbai*. 2006;33:22-30.
14. Kazlauskas E, Gailienė D, Šimėnaitė I. Subjektyvaus trauminio patyrimo ir potrauminio augimo bei potrauminio streso sutrikimo sąsajos. *Psichologija: Mokslo darbai*. 2007;35:7-18.
15. Kohan A, O'Connor BP. Police officer job satisfaction in relation to mood, well-being, and alcohol consumption. *International journal of psychology*. 2002;136:307-318.
16. Kazlauskas E. *Politiinių represijų ilgalaikės psichologinės pasekmės*. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2006.

Traumatic stress and its relation with psychosocial factors in the group of police officers

Evaldas Kazlauskas¹, Vilma Kuodienė², Monika Skerytė-Kazlauskienė¹, Ieva Starinskaitė¹

¹*Vilnius University*

²*Panevėžys District Police Headquarters*

Summary

137 police officers from Panevėžys city participated in present study. Study results revealed that 58.4% of the police officers were exposed to duty-related traumatic stressors, confronting situations with involvement of somebody's death or threat to life. Two most significant social support recourses for police officers included family members and colleagues. Initial reactions to traumatic event, age, and work experience were significant predictors of posttraumatic stress reactions in regression analysis. The most significant predictor of traumatic stress reactions in the police officers was intensity of traumatic stressor. Positive attitude towards alcohol as coping resource was positively correlated with

job related traumatic stress reactions. Police officers who reported more positive attitude towards alcohol consumption had more traumatic stress reactions.

Keywords: police officers, stress, social support.

*Correspondence to Evaldas Kazlauskas,
Vilnius University Department of Clinical and
Organizational Psychology,
Universiteto 9/1-202, LT-01513 Vilnius, Lithuania.
E-mail: evaldas.kazlauskas@fsf.vu.lt*

Received 15 April 2009, accepted 10 August 2009