



A kontaktreagálásokat befolyásoló tényezők az intézkedések során, valamint azok integrálása képzési rendszerekbe

Factors affecting contact reactions during measures and their integration into training systems

Trapp László

doktorandusz
Nemzeti Közszolgálati Egyetem,
Rendészettudományi Kar,
Hadtudományi Doktori Iskola
trapplaslo@gmail.com



Absztrakt

Cél: A közrend, közbiztonság megteremtéséért, valamint annak fenntartásáért felelős szereplők intézkedéstaktikai képzéseinek megreformálása, egységesítése az azonos intézkedési kultúra kialakításának elősegítése érdekében.

Módszertan: A tanulmány szerzője gyakorló rendészeti szakemberként vizsgálja az elkülönült szekció eszközszerét, szereplőinek képességét, valamint intézkedéseik során fellépő hatások vizsgálatát. Realisztikus helyzetgyakorlatok elemzésével vizsgálja a döntéshozatali mechanizmusok körének fázisait, illetve az azokat befolyásoló pszichológiai tényezőket.

Megállapítások: A szerző az intézkedéstaktikai képzésekben rejlő lehetőségekre irányítja a figyelmet, valamint arra, hogy a tanulmányban szereplő ismeretek hogyan segíthetik elő az egyénre kivetített felkészítést.

Érték: A tanulmány szerzője az állami rendvédelmi szervek, valamint a magán-szektor képzési rendszerének fejlesztési lehetőségeit kívánja elősegíteni, melynek eredményeként fókuszba kerül az oktatók specifikus felkészítésének hiányossága, valamint annak megreformálási időszerűsége is. A szerző a rendészeti szereplők viselkedési aspektusainak vizsgálatával támogatni kívánja mindazon jó gyakorlatokat, amelyek a kontaktreagálások oktatási tematikába integrált

A szerző a kéziratot magyar nyelven nyújtotta be. Benyújtás: 2024. 04. 17. Átdolgozás: 2024. 05. 08.
Elfogadás: 2024. 05. 18.

hatékonyságát és ezzel párhuzamban a kiválasztási rendszer együttműködését segítik elő.

Kulcsszavak: realiztikus helyzetgyakorlatok, döntéshozatali mechanizmusok, stresszérzékenység, megküzdési stratégiák

Abstract

Aim: To reform and unify the measures tactical training of actors responsible for creating and maintaining public order and security in order to promote the development of a uniform culture of measures.

Methodology: As a practicing police officer, the author of the study examines the equipment system of the isolated section, the capabilities of its actors, and the effects of their actions. By analysing realistic situation exercises, it examines the phases of the range of decision making mechanisms and the psychological factors influencing them.

Findings: The author directs attention to the possibilities inherent inaction tactics training, as well as to how the knowledge included in the study can help prepare the individual.

Value: The author of the study wants to promote the development possibilities of the training system of the state law enforcement agencies and the private sector, as a result of which the deficiency of the specific training of the instructors is brought into focus, as well as the timeliness of its reformation. By examining the behavioural aspects of law enforcement officers, the author wishes to support all the good practices that promote the effectiveness of contact responses integrated into the educational theme and, in parallel, the cooperation of the selection system.

Keywords: realistic situation exercises, decision-making mechanisms, stress sensitivity, coping strategies

A közrend és a közbiztonság megteremtésének szereplői

Állami rendvédelmi szervek

Magyarországon a közbiztonság megteremtéséért elsődlegesen a rendőrség mint államhatalmi szerv a felelős, ugyanakkor a hivatásos katasztrófavédelmi szerv kivételével kiegészülő szerepkörrel a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról szóló törvény személyi

hatálya alá tartozó szervek, valamint a magánszektor meghatározott szereplői nem csekélyebb szerepkört töltenek be ennek kapcsán. A rendvédelem veszélyes cselekmények megelőzésére, megakadályozására, valamint megtörésére létrehozott szekció, mely az állam által biztosított jogok gyakorlásával biztosítja a közrend fenntartását. A rendvédelmi szervek a közrend és a közbiztonság védelmének érdekében létrehozott szervezetek együttese, melyek az állam közigazgatási belső védelmi ágazataihoz tartozó céltudatos tevékenységet végeznek szigorú jogi szabályozás mentén. Tevékenysége az általános rendfenntartásra, általános biztonság, közrend fenntartására, illetve a szellemi és anyagi javak megóvására irányuló feladatkörökből épül fel, mely közvetve vagy közvetlenül kihat a társadalmi lét biztonságon alapuló területeire és a közösségi érdekérvényesítésre.

Magánbiztonság

A magánbiztonság vonatkozásában a legmagasabb szintű hatáskörrel, valamint a legszélesebb körű kényszerítő eszközzel rendelkező szervet, a fegyveres biztonsági őrseget emelném ki, amely esetében folyamatos fejlődés volt tapasztalható kezdeti megjelenésétől napjainkig. Kezdetben iparőrsegek jöttek létre a termelői munka zavartalansága érdekében, és tagjai elsősorban azokból a gyári dolgozókból kerültek kiválasztásra, akik valamilyen formán értettek a fegyverek kezeléséhez. Esetükben nem egy állandó testületi jelleg volt tapasztalható, csupán eseti jelleggel működtek, amikor indokolt volt a fellépés egy adott helyzetben. 1960-ban egy szervezeti átalakulás és átnevezés lehetővé tette, hogy országosan hozzanak létre őrsegeket, és ezzel párhuzamban növeljék a foglalkoztatottak létszámát is. Az ezt követő időszakban nehézségek voltak tapasztalhatók, melyben nagy szerepet játszott a szakmai tudás elmaradása, a humán erőforrás megbecsülésének hiánya és az ebből fakadó létszám csökkenése. A rendszerváltozást követően kapta a szervezet a ma is ismert fegyveres biztonsági őrseg elnevezést, de csak évekkel később lépett életbe a szervezetet szabályzó 1997. évi CLIX. törvény.

Megvizsgálva a magánbiztonság rendelkezésre álló szűk irodalmi hátterét, megállapítható, hogy egy meglehetősen vitatott, tudományos alapjaiban kérvényessé kimunkált jogterületről van szó, melynek kapcsán számos kérdés merül fel annak szerepe és jelentősége vonatkozásában. A magánbiztonsági szektor hazánkban a rendszerváltozás óta épült ki, s tudható be részben ezen tényeknek is, hogy nem kerültek még kidolgozásra az érintett szegmens elméleti alapjai. Felmerül a kérdés, hogy a magánbiztonságot a közbiztonság részeként vagy két egymás mellett létező fogalomként fogjuk-e fel.

Intézkedéstaktikai képzések, helyzetgyakorlatok

Az intézkedéstaktikai képzések immáron huszonéves múltra nyúlnak vissza mind a rendvédelem, mind pedig a magánszektor vonatkozásában. Az intézkedéstaktika megjelenése a rendvédelmi szervek vonatkozásában nem számít új keletűnek, hisz 1996-tól a Budapesti Rendészeti Szakközépiskola már bevezette a három modulból álló Intézkedés Módszertani Képzés programját. A hallgatók ennek keretében a rendőri önvédelem és a lökiképzés egyes elemeivel ismerkedhettek meg, amelyek az akkor hatályos jogszabályismeretekkel párhuzamban kerültek integrálásra a képzési rendszerbe (URL1).

A fegyveres biztonsági őrsegek esetében az 1983-ban kiadott kézikönyvben taglalják részletesen először, hogy milyen alapelvek mentén kell használni a részükre biztosított rendszeresített kényszerítő eszközöket, akik az útzár telepítésének lehetőségét kivéve kvázi ugyanazon eszközzel rendelkeznek, mint a rendőrség tagjai.

A megváltozott biztonsági környezet

A migrációs nyomás, a pandémia okozta többletfeladatok, s nem utolsósorban a szomszédos országban kialakult konfliktus új alapokra helyezte mindazok szerepét, akik a közrend, közbiztonság megteremtésében és fenntartásában töltenek be jelentős szerepet. Annak érdekében viszont, hogy a fentiekben említett két elkülönült szekció hatékonyan együtt tudjon működni elengedhetetlen, hogy azonos intézkedési kultúrával rendelkezzen, s ennek elősegítése érdekében egy stílusfüggetlen képzési rendszer kerüljön kialakításra.

Realisztikus helyzetgyakorlatok

Ezen képzési tematikák meghatározó részelemeként indokolt fókuszba helyezni a realisztikus helyzetgyakorlatok (szimulált stresszhelyzet gyakorlatok) létjogosultságát, amelyek elősegítik a képzések minőségbeli színvonalának emelését, valamint a rendvédelmi szervek és a magánszektor együttműködését, s legfontosabb szempontként az azonos intézkedési kultúra kialakítását. A realisztikus képzések középpontjában – csakúgy mint a való életben – a túlélés ösztöne található, melynek biztosítása érdekében elengedhetetlen a megfelelő kondíció, önismeret, fegyverhasználat, taktika és a félelem kezelése. Ennek keretében ellenőrzött laborkörülmények között vizsgálható az egyén részéről, hogy

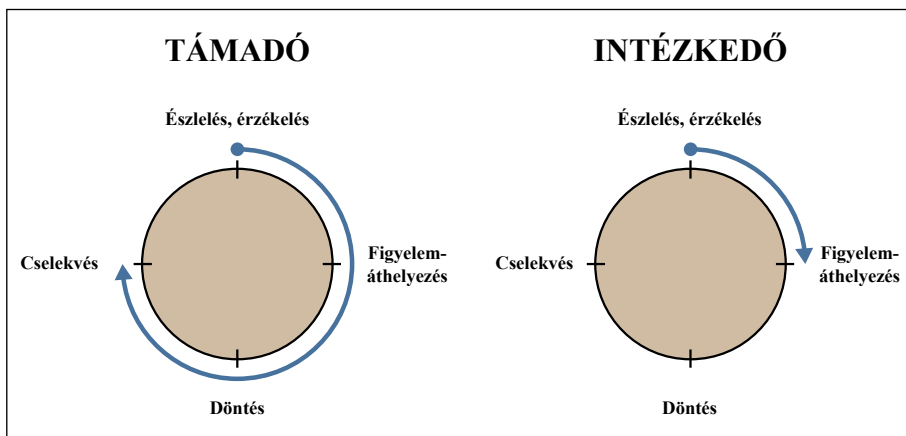
a tanult módszereket, valamint a részére biztosított rendszeresített kényszerítő eszközöket hogyan és milyen hatékonysággal képes szakszerűen, valamint az arányosság alapelveivel párhuzamosan alkalmazni. Annak érdekében, hogy a kezdeményezés visszaszerzése, valamint a helyzeti előny megtartása szavatolható legyen, érdemes megvizsgálni a döntéshozatali mechanizmusok körét, valamint annak fázisaira gyakorolt pszichológiai tényezőket.

Döntéshozatali mechanizmusok köre

Mind az intézkedő, mind pedig a támadó esetében is ugyanez a döntéshozatali kör áll fenn, csak az (akcióra reakció) elv alapján az intézkedő időben hátrányos helyzetben van (a támadó pedig pozíció előnyben), mert a támadó esetében mire az a döntés vagy cselekvés fázisában van, addig az intézkedő még csak az észlelés vagy érzékelés fázisában. A négy különböző fázisban található jellemzők közötti időtartam befolyásoló tényezővel bír az intézkedés, valamint a kezdeményezés visszaszerzésének eredményességében. Annak érdekében, hogy ez az időtartam a minimálisra legyen csökkenthető, meg kell értenünk a különböző fázisok egyénre ható pszichológiai aspektusait, amelyek egyben segítséget is nyújtanak az oktatóknak ahhoz, hogy iránymutatást tudjon nyújtani a képzésben részt vevőknek a szituációk megoldásához. Ezek a fázisok az észlelés-érzékelés, figyelemáthelyezés, döntés, valamint a cselekvés aspektusaiban merülnek ki.

1. számú ábra

Döntéshozatali mechanizmusok köre



Forrás. a szerző saját készítése.

Észlelés

Az észlelés (másnéven percepció) nem más, mint az érzékelt ingerek agyban történő feldolgozása, amely az érzékletek által kapott fizikai ingerek, valamint az ebből fakadó megélt élmények összessége. Az észlelés meghatározó jellemzője az értelmezni kívánt ingerek meghatározása, amely azok távolságának, alakjának, mozgásának meghatározásában és minden mástól való megkülönböztetésében nyilvánul meg, melyet lokalizációnak nevezünk (URL2). James Jerome Gibson (1904) ökológiai látványelmélete szerint tökéletesen elegendő a mindennapokhoz az a kétdimenziós reprezentáció, amely a retinán keletkező mérhetetlen információk összessége. Ezzel szemben azonban számos kutató képviselte azt az álláspontot, hogy egy állandóan frissített környezeti modellre van szükség, amely nem más, mint a világ agyban leképezett reprezentációja, amely elősegíti a viselkedést, a döntést, a reagálást. A differenciálhatóság alapelveivel mindezt módunkban áll leképezni oly módon, hogy a környezet és a kapott ingerek is folyamatosan változnak, amelyhez az intézkedő személynek tudnia kell alkalmazkodni. Egy nem várt cselekmény, akadály újabb ingereket képez, ami az intézkedő személyt visszasorolja az újonnan létrejött észlelés-érzékelés fázisába, ahol a kapott ingerekre egy újabb döntéshozatali mechanizmus kör indul el. Az észlelés újrászerveződését perceptuális tanulásnak nevezzük, amely lehetővé teszi bizonyos ingerek megkülönböztetését.

Az állandóan frissített környezeti modellnek a főbb jellemzői:

- figyelem (a releváns információk kiemelése, a járulékos információk figyelmen kívül hagyása);
- lokalizáció (az értelmezni kívánt ingerek meghatározása);
- felismerés (az ingerek milyenségének értelmezése);
- absztrakció (integrálás egy feldolgozó rendszer segítségével).

Érzékelés

Az érzékelés az ingerek érzékszervekkel történő felfogása. Itt el kell különíteni egy pszichológiai és egy biológiai megközelítést. Míg pszichológia értelemben az ingerek tapasztalásairól azonosítjuk az érzékelést, úgy ezzel szemben biológiai vonatkozásban az érzékszervek által fogadott ingerekként. Fontos megjegyezni, hogy az ingerek végső értelmezését befolyásolhatják annak feldolgozásának korai szakaszaiban lejátszódó biológiai és pszichológiai események (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem & Nolen-Hoeksema, 1999). Az érzékletek az érzékszerveink által kapott ingerekben nyilvánulnak meg, úgy mint látás, hallás, szaglás, ízlelés, tapintás. Ernst Weber német fiziológus 1834-ben

egy vizsgálat során rámutatott arra a tényre, hogy ahhoz, hogy a változás észrevehető legyen a kezdő ingernél erősebb ingerre van szükség. Az agynak hatalmas szerepe van a feldolgozásban, s ezáltal az ember nem a jelekre, mint ingerekre reagál, hanem azoknak jelentéssel ellátott tartalmára. Ez segítséget nyújt egy adott kontaktreagálásban az egyénnek ahhoz, hogy a fenyegetettség értékelésével egyidőben felmérje a kezeléséhez szükséges eszközöket, kapacitásokat. A folyamatos kiértékelés során azonban félelemérzetet válthat ki az inkompatibilis, veszélyeztető, nem integrálható információ, és minden reprezentációjával (vizuális, verbális, akusztikus stb.) aktiválódik a félelem, fokozott éberségi szintet alakíthat ki, melynek hatására számos védekező folyamat indul be (Detréné, 2015).

Figyelemáthelyezés

A figyelem szelektálja a külvilág azon mozzanatait, amely egy adott feladat végrehajtás során elősegíti a releváns információk kiszűrését és megkülönböztetését egyéb más információktól. A figyelem különböző típusait tudjuk megkülönböztetni, a teljesség igénye nélkül: spontán, reflexszerű, szándékos, de az intézkedések és az úgynevezett hatósági jelleg felépítésének és fenntartásának szempontjából a szelektív, a megosztott figyelem, valamint a koncentráció aspektusait kívánom megemlíteni, mint befolyásoló tényező. A szelektív figyelem jellemzője a zavaró tényezők kizárása. A biztonságosság alapelv szempontjai alapján egy irreleváns személy jelenléte például megoszthatja az intézkedő figyelmét, amely negatív hatást gyakorolhat az intézkedés eredményességére, vagy a környezetkontroll fenntartásának sérülékenységére. A megosztott figyelem az előzőektől eltérően elősegíti annak lehetőségét, hogy a figyelem megosztható legyen több feladat vagy tevékenység között egyidőben. Az intézkedés során az intézkedő személynek szavatolnia kell a saját, az intézkedés alá vont személy és minden más közvetlen jelenlévő személy biztonságát a környezeti tényezők figyelembevételével, melynek eredményességét elősegíti a megosztott figyelem. A koncentráció egyik lényeges jellemzője pedig, hogy rendkívül megterhelő és kimerítő folyamat az elme számára, de ez nem egy velünk született képesség, és mindemellett fejleszthető (URL3).

Döntés

A döntésemleletek aspektusában többek közt megkülönböztethetünk klasszikus-alapú, felismerés-alapú, bürokratikus-alapú, valamint rutinalapú döntési modelleket. A rendészeti szemlélet szerint a döntéshozatali mechanizmusok körét nem

áll módunkban sem a klasszikus-, sem pedig a felismerésalapú döntéselmélet értelmében vizsgálni. Igaz a klasszikus döntések esetében azok hatása jelentős jövőbeli kihatással jár, amely egy esetleges kontaktreagálás esetében is releváns, de ebben az esetben az intézkedő személynek a megfelelő időráfordítással elérhető alapos megfontolás lehetősége jelentősen korlátozott. A klasszikus döntéselmélet szerint a probléma felismerésétől a konkrét döntés meghozataláig hosszú idő áll rendelkezésre, mely lehetővé teszi az információk begyűjtését, összehasonlítását, elemzését, valamint szcenáriók létrehozását. Ezzel szemben például már egy felismerésalapú döntéselmélet időbeli rövidegéből fakadóan alapjaiban fogja megkülönböztetni a klasszikustól, mert ez esetben rövid idő áll rendelkezésre a következményekkel járó döntések meghozatalára, melynek során nincs lehetősége az egyénnek az elemző-értékelő gondolkodásmódra. Az intézkedések és kontaktreagálások hatékonysága a fentiekben taglalt döntéselméletek helyett a rutin döntéshozatal aspektusaival emelhető magasabb szintre, melynek jellemzője a mindennapok apró cselekvéseinek ösztönös alkalmazása. Gyakran ez tudat alatti cselekvések sorozata, melyből fakadóan azok nem igényelnek lényegi kapacitáslekötést. A döntést ez esetben az jellemzi, hogy az megegyezik egy korábban tapasztalt problémára azonos vagy hasonló válaszadással, vagyis az automatizmusban való hatékonysága a döntésre fordított minimális időszükségletben nyilvánul meg (Restás, 2012). Tulajdonképpen az intézkedéstaktikai képzések során a bázisgyakorlatokon keresztül megszerzett tudás alkalmazását, a rutin döntéselmélet hatékony kialakulásának érdekében a realisztikus helyzetgyakorlatokon keresztül tudjuk magasabb szintre emelni. Ezen gyakorlati képzések célja a tapasztalás, valamint az alapelvek rutinszerű alkalmazásának kialakulása. Ugyanakkor meg kell említenünk azt a fontos ténytet, hogy a rutinalapú döntéseinket nagyban befolyásolja saját intuitív gondolkodásunk is. Mindannyian képesek vagyunk megalkotni az emberi viselkedésre vonatkozó saját intuitív elméleteinket, s ennek kapcsán először megfigyelünk és adatokat gyűjtünk. Másodsorban megpróbáljuk észrevenni változásokat, hogy következtetni tudjunk annak előfordulási lehetőségével. Harmadszor pedig megpróbálunk ok-okozati viszonyokra következtetni. Ezek a folyamatok önmagunk megértése kapcsán is jelen vannak, amikor próbáljuk megfigyelni, megérteni saját gondolatainkat, érzéseinket, cselekedeteinket. Az intuíciónk mindennapi életben történő alkalmazása meglepően jól működik, de szociális ítéleteink során számos szisztematikus hibát is vétünk, s mellé párosul a saját hibás elméleteink zavaró jelenléte az információk pontos feldolgozásában. Elméleteink alapjaiban képesek átalakítani az adatok észlelését, elferdíthetik arra vonatkozó becsléseinket, és torzíthatják összefüggő értelemzéseinket (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem & Nolen-Hoeksema, 1999).

Cselekvés

„Cselekvéseink biztosítják a megfelelő helyzeteket, válogatják meg a megfelelő beható tényezőket, egyensúlyozzák ki az erők küzdelmét, alkalmazkodnak az adott lehetőségekhez.” (Harkai Schiller, 1944). A szervezet és a környezet közötti ingerfolyamatok összefüggései szolgálnak alapjául a cselekvés kialakulásának. Minden újszerű helyzet következik valamiből, melynek meghatározásához hozzájárul annak múltja is. A cselekvés kialakulásáért szükségképpen többféle erőnek kell közrejátszania, melynek egyéni, faji, történeti jellemzője annyiban vezet viselkedésre, amennyiben az az aktuális helyzetet kialakulásában közrejátszik. A cselekvések vonatkozásában meg tudunk különböztetni tudatos és tudattalan (ösztönös) tevékenységeket. Az ösztön céltételezése sem magát a célt, sem pedig a végrehajtás módját nem határolja körül pontosan, és inkább motivál, mint determinál, és ezzel együtt a cselekvés mozgásterének lehetőségét tárja fel. Az ösztönök során a rutin és a megszokás aspektusában érdemes elhatárolni, hogy melyik a velünk született és melyik a tapasztalás alapján elsajátított ösztön (URL1). Azt, hogy hogyan reagálunk egyes felhívásra, az egyéni adottságok határozzák meg, melyek rámutatnak arra is, hogy egy adott helyzetben mit választunk a felkínált lehetőségekből. Nem minden cselekvésről mondható el, hogy az egyéni hangsúllyal is rendelkezik. Az igazi széles ívű jellem alkalmazkodik, de nem tér el céljától. Továbbá a cselekvések kapcsán megkülönböztethetünk felületes, valamint mélyen kialakult cselekvéseket, melyek lehetnek egyenesek vagy megkerültek, illetve határtalanul változatosak. A megtévesztő viselkedés – mint például hízélgés vagy dicsekvés – is lehet ártatlannak látszó és gyakran valaminek a leplezésére szolgáló. Ugyanakkor kerülni kell annak mindenben való feltételezését, hisz még „a bűnök is olykor éppen naiv nyíltsággal jelentkeznek”. Az intézkedő személynek számolnia kell azzal a tényezővel, hogy az élettani, valamint társadalmi tér megváltozása is magában hordozhatja a jellem átalakulásának lehetőségét (Harkai Schiller, 1944).

A döntéshozatali mechanizmusok fázisait megvizsgálva megállapíthatjuk, hogy vannak olyan hatások és reakciók, amelyek minden fázisra képesek pozitív vagy pejoratív befolyást gyakorolni. A következőkben három fő alappillért kívánok elhatárolni, melyek taglalásával átfogó képet kívánok nyújtani azok létjogosultságáról.

- 1) Az egyén stresszérzékenysége.
- 2) Az egyén megküzdési stratégiái.
- 3) A kommunikáció szerepe.

Az egyén stresszérzékenysége

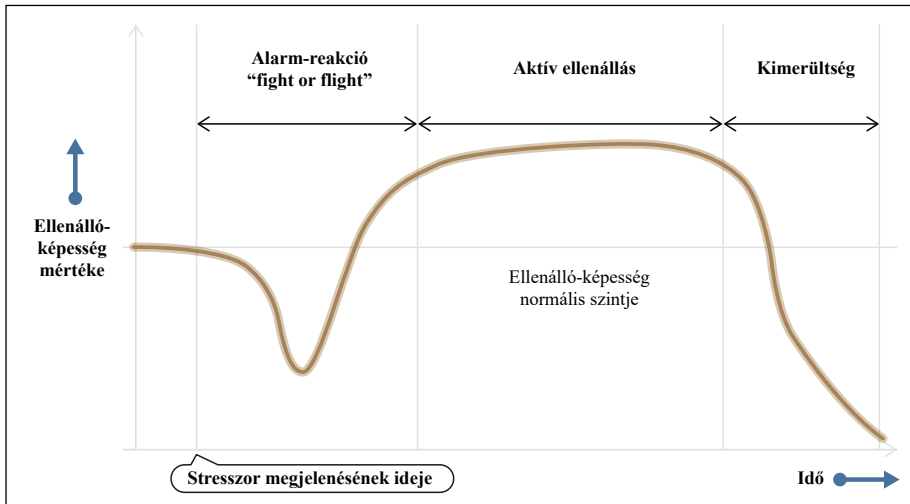
A stressz meghatározása

Selye János 1936-os stressz elméletének megjelenése óta napjainkra már széles körben elterjedt a stressz kutatásával foglalkozók köre. Selye professzor elmélete azon alapul, hogy az új helyzetekhez való alkalmazkodás minden esetben biokémiai folyamatokat indít el, s ezek a folyamatok hormonális hatásaikat kifejtve készítik fel a szervezetet a változásokra. A stressz valójában egy a szervezet és a külvilág közötti kölcsönhatás során fellépő újszerű választ igénylő helyzet (Völgyi, 2018).

Selye professzor három szakaszt határolt el a stressz meghatározása során. Az első szakaszban az „Alarm” reakciót, a másodikban az „Aktív ellenállást”, a harmadik szakaszban pedig a „Kimerültséget” szakaszát.

2. számú ábra

A Selye János által három fázisra bontott adaptációs szindróma



Forrás. Selye (1965).

A különböző fázisok jellemzői – Rendelkezésre álló idő

Az alarm reakció:

- A szervezet felkészül a harcra vagy a menekülésre (flight or fight);
- a szervezetben létrejönnek változások;

- felgyorsul a szív működés, aminek révén több vér kerül az izmokhoz;
- gyorsul a légzés, aminek köszönhetően több oxigén jut a szervezetbe;
- emelkedik a vércukorszint, így több energia áll a szervezet rendelkezésére;
- átalakul a vér elosztása, a létfontosságú szervektől a vér a meneküléshez vagy a harcra szükséges szervekhez áramlik;
- kitágulnak a pupillák (így több fény jut a szembe) és az idegrendszer is éber lesz, ugyanakkor
- a figyelem beszűkül.

Az aktív ellenállás (alkalmazkodás): amennyiben elhúzódik a stresszhatás, a szervezet kénytelen fenntartani a védekezést, és magas energiaszint fenntartással alkalmazkodik ehhez, amely lépéssel feléli a tartalékokat olyannyira, hogy idővel kimerül a készlet.

A kimerültség: amennyiben a tartalékok elfogynak, akkor jellemzően az ember megbetegszik.

Ezek a fázisok az élet minden területén megjelennek csakúgy, mint egy katasztrófahelyzetben, ahol az emberi szervezet képes kimerülni a stresszkezelésben, melynek eredményeképpen már az egyén szorul kezelésre, mert ő maga a tőle elvárható módon már senkit és semmit nem képes kezelni. A stresszkezelés szempontjából fontos tényező, hogy az egyén mennyire képes felkészülni a váratlan helyzetekre, s azt a görbe alatti területen kezelni.

A stressz jó és rossz aspektusai

A stressz egyes esetekben pozitív, egyes esetekben pedig negatív élettani hatást fejthet ki. Amikor pozitív, akkor megállapítható, hogy a kortizol termelődik, s tekintettel arra, hogy a kortizoltermelést a stressz tüneteként értelmezzük, úgy a hétköznapi stresszhelyzeteket is ártó hatásúnak kellene felfognunk, de ezek hatásai nem károsak, s nincsenek hosszú távú kellemetlen következményei. Azok a hétköznapi élmények, mint például a szerelem, a sport, a várandósság többnyire kellemesen hatnak az egyénre, de ide sorolható a városi közlekedés vagy a közszereplés is, melyet már akár kellemetlen élménynek is tekinthetünk, de ezen események sem vezetnek (normális keretek között) a szervezet összeomlásához. Megállapítható, hogy a mellékvesekéreg ezen hatásokra kortizoltermeléssel válaszol, ami a stressz tünete és a stresszreakció egyik kiváltó tényezője, de nem párosulnak mindehhez hosszú távú káros következmények. A kortizol szerepe, hogy felkészítse a szervezetet a válaszreakciókra. Ide sorolható maga az ébredés is, hisz egy megszokott működési állapotból, egy új működési állapotba kerül a szervezet, melynek érdekében fel kell szabadítani

az energiatartalékokat. A köznyelv mindezt a „jó stressz” kategóriájába sorolja, melynek egyik meghatározó tulajdonsága az időbeni rövidegsége. Ezek az életesemények előbb vagy utóbb véget érnek, a kihívások megszűnnek, s ezzel együtt a kortizol termelése is normalizálódik (Haller, Hazafi & Kóródi, 2017).

Rendészeti aspektusból, valamint az intézkedések foganatosítása szempontjából az egyénre gyakorolt stressz okozta negatív hatásokat, valamint a szervezet reakcióját érdemes megvizsgálni. A stresszhormon fokozott termelése akkor hathat az egyénre negatívan, ha az tartóssá válik, s nem találja rá a megoldást. A „rossz stressz” nem más, mint a tartós stresszállapot, amely gyakori és ismétlődő, melyhez hosszú távú káros következmények párosulnak (Haller, Hazafi & Kóródi, 2017).

A szervezet reakciója

A szervezet reakciója ezen megélt életeseményekre a stresszválasz, ami nem redukálható kizárólag a kortizolszint emelkedésére, hisz az átfogja a szervezet egészét. Selye János kezdetben végzett kimagasló erősségű stressztényezők hatásainak tanulmányozása során már kimutatható volt a stresszválasz, melynek a szervezetre gyakorolt hatása is bizonyítható volt. Kísérleteiben a tymus (magyarul csecsemőmirigy), lép, nyirokcsomók és máj megnövekedését tapasztalta, továbbá a zsírszövet eltűnését, ödémát, az izomtónus csökkenését, gyomorfekély kialakulását stb. A stressz hosszú távon kifejtett hatása jelentős változásokat idéz elő a szervezetben, még akkor is, ha annak erőssége mérsékelt, és egyéb fizikai tünetek (magas vérnyomás, anyagcserezavarok stb.) mellett különböző lelki zavarok kialakulásának okozója is egyben (Haller, Hazafi & Kóródi, 2017).

Az egyén megküzdési stratégiái

Annak érdekében, hogy mindez hatékonyan működjön érdemes szemügyre venni egyes megküzdési stratégiákat.

A Lazarus és Launier modell (1978) – Személyiség jellemzők

A kognitív pszichológiai megközelítésű Lazarus–Launier modell a megküzdési stratégiák egyik legátfogóbb modellje. Két megküzdési típust fogalmaztak meg, melyekből az egyén dönti el, hogy melyiket választja, tekintettel arra, hogy a stresszel való megküzdésben aktívan részt vesz. A két megküzdési típus lehet: 1) problémaközpontú; 2) érzelemközpontú. A problémaközpontú

megközelítésben az egyén a problémát, magát a helyzetet helyezi fókuszba, melynek célja a stressz forrásának megszüntetése, míg az érzelmközpontú stratégiában, melynek célja a negatív érzelmi állapot csökkentése, a tudatos vagy tudattalan döntéseinek sorozata által kontrollálja érzelmi reakcióit (hivatkozva Sasfy, 2018).

Később (1986) Lazarus és Folkman kiegészítette a korábbi Lazarus–Launier modellt, s a megküzdési stratégiákon belül további nyolcféle aspektust különített el:

- 1) konfrontáció;
- 2) eltávolodás;
- 3) érzelmek és viselkedés szabályozása;
- 4) társas támogatás keresése;
- 5) felelősség vállalása;
- 6) problémamegoldás;
- 7) elkerülés, menekülés;
- 8) pozitív jelentés keresése (hivatkozva Sasfy, 2018).

Lazarus és Folkman később idézi Kopp és Skrabski (1995) konfliktuskezelési stratégia faktorainak érvényességét, mely szerint három érzelmi és egy támogatás kereső faktor határozható el (hivatkozva Kardos, lásd [URL4](#)). Ezek a következők:

- problémaelemzés,
- kognitív átstrukturálás,
- alkalmazkodás,
- érzelmi indíttatású cselekvés,
- érzelmi egyensúly keresése,
- visszahúzóadás,
- segítségkérés,
- a problémaközpontú megküzdés összesített mutatója,
- az érzelmközpontú megküzdés összesített mutatója ([URL2](#)).

Ralf Schwarzer egy egészen más megközelítés alapján osztályozta a megküzdési stratégiákat, aki az időperspektíva és a bekövetkezés valószínűségének dimenziója alapján négyféle aspektusban különítette el a döntéshozatali mechanizmusokat. Ezek:

- 1) reaktív (múltbéli eseményre irányul),
- 2) anticipált (a jövőre irányul),
- 3) preventív (a jövőre irányul),
- 4) proaktív (a jövőre irányul).

A reaktív stratégia múltbéli esemény kompenzációjára vagy elfogadására irányul. Egyfajta hagyományos coping (megküzdési) felfogásnak is értelmezhetjük, melybe beletartoznak a célok újraértelmezései, a veszteségekből származó előnyök megtalálásai, valamint a fájdalom enyhítéseinek lehetőségei.

Az anticipált stratégia jellemzője, hogy a közvetlenül előttünk álló és nagy valószínűséggel bekövetkező kritikus esemény még nem történt meg, melynek során akkor léphet fel károsodás, veszteség, ha nem sikerül kezelni a kockázatokot, a kihívásokat, enyhíteni a veszélyeket, vagy azokat erőfeszítésekkel megoldani (ezek az események lehetnek például egy fogorvosi kezelés, vizsga stb.).

A preventív megküzdés jellemzője a megfelelő források kialakítása egy a távoli jövő ismeretlen kockázatainak bekövetkezésével szemben. Mindezek megmutatkozhatnak például egy munkahely elvesztésében, betegség kialakulásában, melyre reakció lehet az egyén részéről a felkészülés, mely megnyilvánulhat többek közt abban, hogy az emberek pénzt tesznek félre, biztosítást kötnek, megbízható-támogató kapcsolatokat alakítanak ki.

A proaktív megküzdés viselkedés formái hasonlóak a megelőző megküzdésével, amelyben az egyén általános megküzdési formákat alakít ki az élet lehetséges problémáinak kezelésére. A hajtóerő jellemzője a kitűzött célokból eredő kihívások kezelése. A proaktív megküzdés egy olyan törekvés, amely az életfeltételek optimalizálását és a teljesítmények színvonalának növelését segíti elő (Marosán 2021).

A kommunikáció szerepe

Az intézkedés önmagában már magával az intézkedési jogkör kialakításával kezdődik, amennyiben a késedelem nem jár veszéllyel, s az nem veszélyezteti közvetlenül az intézkedő vagy más személy életét, testi épségét. Az intézkedési jogkör kialakítása verbális kommunikációval valósul meg, melynek tartalmi elemei a szervezeti egység nevesítése, valamint a „törvény nevében” szavak előrebocsátása.

Lényeges szempont, hogy az intézkedő milyen képet alakít ki magáról azzal szemben, akivel intézkedni fog, ugyanis gyakran már az intézkedés megkezdése előtt kialakul az intézkedőre vonatkozó vélemény, annak tekintetéből, testtartásából, vagy öltözetéből. Az egyének közötti kapcsolat a kommunikáció során jön létre, ami olyan folyamat, melyben információk továbbítása, cseréje történik szóban vagy testbeszéddel, melyeket eltérő arányban alkalmazunk (URL1).

Az intézkedés során megkülönböztethetünk gyors-lassú, gyorsuló-lassuló, valamint szabálytalanul hullámzó beszédtempókat:

- a gyors beszéd jelenthet aktivitást, negatív megközelítésben időzavart, belső feszültséget;
- a lassú beszéd jelenthet nyugalmat, fegyelmezettséget, negatív esetben határozatlanságot;
- a gyorsuló beszédtempó a belső gátlások megszűnése jeleként tűnhet fel, vagy jelenthet türelmetlenséget (Csomós, 2008);
- a lassuló beszédtempó az óvatosságot, szemlélődést, negatív esetben a gátlások jelentkezését, céltalanság erősödését jelentheti;
- a szabálytalanul hullámzó beszédtempó ingadozó érzelmi-akarati életet, hangulati labilitást, befolyásolhatóságot jelenthet.

A kommunikáció másik lényeges eleme a testbeszéd, mely szoros kapcsolatban áll a szóbeli kommunikációval, s a mindennapi társas érintkezés során fontos visszajelzést ad a másik félnek. A testbeszéd jelzései magukba foglalják a beszédet kísérő másodlagos kommunikatív megnyilvánulásokat, melyek a szóbeli közléshez társulnak és annak oldalát minősítik. A testbeszéd elemei lehetnek: arcjáték (mimika), tekintet, gesztusok, testtartás (Csomós, 2008).

- Itt megemlítendő az agresszív, aktív ellenálló viselkedés, melynek megnyilvánuló elemei a testbeszéd formájában egyértelmű jelzést adnak az intézkedő fél számára az ellenszegülésről. Ezek jelei lehetnek: bika orr effektus, fröcsögő nyálás beszéd obszcén szavak kíséretében, dagadó nyaki ütőerek, elvörösödő fej.

A jogszabályok nem tudnak minden viselkedési formát és emberi szituációt összefoglalni, ezért az intézkedés eredményes lefolytatásához elengedhetetlen az intézkedő egyén általános műveltsége, a szociális (társas) intelligenciája, valamint a társadalmi illemszabályok betartása (Csomós, 2008).

Már maga a megszólítás módja egyfajta határozott fellépés kíséretében eldöntheti az intézkedés eredményes kimenetelét az intézkedés alá vont személyre gyakorolt hatásával (Csomós, 2008).

Az ellenszegülés megelőzhető részben a dominancia szakszerű alkalmazásával, részben pedig a másik fél önérzetének, önbecsülésének tiszteletben tartásával. Az intézkedés során a testbeszéd elemei közül kiemelkedő a megfelelő intézkedési távolság kialakítása, melynek döntő szerepe van a biztonság mint szakmai szempont érvényre jutásában. A nem megfelelő intézkedési távolság megválasztása az intézkedés alá vont személy részéről fokozhatja az agresszív megnyilvánulásokat. A váratlan és az intézkedő fél személye ellen intézett lehetséges támadások elhárításának alapvető feltétele a helyes intézkedési távolság kialakítása. Az intézkedés számos esetben okozhat kellemetlenséget az intézkedés alá vont személy részére, ezért a lehetőségekhez mérten törekedni

kell a konfliktushelyzetek, illetve azok kiéleződésének elkerülésére. Az intézkedés alatt célszerű figyelemmel kísérni az intézkedés alá vont személy arckifejezését, tekintetét, gesztusait, testtartását, melyek döntő szerepet játszhatnak az esetleges támadások, az agresszív, erőszakos magatartás észlelésének felismerésében. Ezen cselekmények létrejöttét az esetek többségében a testbeszéd hirtelen megváltozása jelezheti (Csomós, 2008).

Figyelembe kell venni azt a tényt, hogy az egyes emberek különbözően viszonyulnak az intézkedés okozta stresszhelyzetekhez, ezért az intézkedés alatt elengedhetetlen az önkontroll az intézkedő részéről, melyhez a tűrőképesség megtartásának és a törvényesség betartásának is párosulnia kell (Csomós, 2008).

A kommunikációnál figyelembe kell venni annak a környezetnek a hangulatát is, ahol maga az intézkedés történik, valamint azt, hogy az intézkedés alá vont személy áll-e alkohol vagy más tudatmódosító szer hatása alatt, illetve milyen magatartást tanúsít (kapcsolatteremtő, együttműködő-elfogadó, passzívan vagy aktívan ellenszegülő, esetlegesen támadó) az intézkedéssel szemben (Csomós, 2008).

Az intézkedés kapcsán az alkohol vagy más tudatmódosító szer fogyasztására utaló jelek felismerhetőek egyes testi tünetek, illetve viselkedési megnyilvánulások alapján. Testi tünetek lehetnek: összerendezetlen mozgás, kitérő vagy beszűkült pupilla, a hajszálerek kitérőnek, vérengző szem, tüsszörések miatti ismeretlen véréngzések, sápadtság vagy beesett arc. Viselkedési megnyilvánulások lehetnek: agresszív viselkedés, kritikátlan felelőtlen viselkedés, ingerlékenység, közlékenység, feldobott hangulat, levertség (Csomós, 2008).

Az általános megfigyelések alapján az intézkedés során nem lehet előre kiszámítani az alkohol vagy más tudatmódosító szer hatása alatt álló egyén magatartását, s megállapítható az is, hogy gyakran ők maguk sincsenek tisztában cselekedeteikkel, valamint azok várható következményeivel, ezért az intézkedő soha nem zárhatja ki az intézkedés alá vont személy részéről a támadó és agresszív viselkedési formát (Csomós, 2008). Ezen szerek hatása alatt lévő személyeknél megfigyelhetők bizonyos kényszeres mozgások, felgyorsult vagy éppen akadozó kommunikáció, melyet maga a szer is okozhat. A viselkedés indokolatlannak tűnő megváltozásának, valamint a szem mozgásának megfigyelése sok információval szolgálhat az intézkedés alá vont reakcióiról. Példaként támadás vagy menekülés előtt a tekintetét önkéntelenül is kiterjeszti a környezetre, felméri az adott terepet, lehetőségeit keresve ezzel az intézkedésből történő kitérés útját (Csomós, 2008).

A ruházat vagy gépjármű átvizsgálással járó intézkedések során a leplezni, rejteni szándékozott tárgy felé közeledéskor a beszéd megváltozhat. Az addig tanúsított folyamatos kommunikáció elakadhat, vagy éppen ellenkezőleg,

felgyorsulhat, kezdeményezőbbé, bizalmasabbá válhat. Ezen megnyilvánulások akár akaratlanul is főként a figyelem elterelését célozzák (Csomós, 2008). A fokozódó feszültség jeleként kényszeres mozgásokba kezdhet (például orrvakarás, kézdörzsölés, kezek fokozódó mozgása, melyet esetleg rövid ideig tartó ismétlődő zsebbe rejtéssel igyekeznek leplezni, a kézben tartott tárgyakkal fokozott babrálás) (Csomós, 2008).

Az intézkedés szempontjából fontos felmérni, hogy milyen jellegű cél alapján kell a szükséges döntést meghozni, mely irányulhat egy az intézkedés elleni jogsértő magatartás megszüntetésére, vagy esetlegesen épp egy intézkedő elleni agresszió megfékezésére. Fel kell készülni minden esetben annak lehetőségére, hogy ezen magatartások megszüntetése kizárólag valamilyen rendszeresített kényszerítő eszköz alkalmazásával biztosítható (Csomós, 2008).

Összegzés

Az intézkedési jogkör kialakításával megkezdett interakciók során is számolnia kell az intézkedést foganatosító személynek az agresszív, ellenszegülő magatartással. Ezek megnyilvánulhatnak a kommunikációban, s legalább ugyanakkora eséllyel fizikai agresszióban is. A rendészeti szerepköröket vizsgálva megállapítható, hogy az intézkedésekből fakadó konfliktusok kezelésének kiemelkedő rutinjával leginkább a rendőrség személyi állománya rendelkezik, figyelembe véve, hogy a közrend, közbiztonság megteremtéséért, valamint annak fenntartásáért ezen szervezet hivatott elsődlegesen. Tekintettel arra, hogy a megváltozott biztonsági környezet, valamint a növekvő igények és elvárások kielégítése egyéb más szereplők jelenlétét is igényli, elengedhetetlen, hogy egy stílusfüggetlen, egységes képzési modul kerüljön kialakításra. A képzési rendszerekbe a hatékonyság érdekében szükségszerű beintegrálni egyes pszichológiai modulok vizsgálatát úgy, mint például a stresszérzékenységet, a megküzdési stratégiákat, valamint a rendelkezésre álló időtartam alatt a döntéshozatali képességeket, melyek elősegítik az eredmény szavatolásának lehetőségét, továbbá egyfajta önismereti alternatívaként is funkcionálnak. A kommunikációs ismeretek alkalmazásai további potenciált nyújtanak az észlelés-érzékelés vonatkozásában, valamint elősegítik a megfelelő döntések előkészítését a kontaktreagálás során. A rendészeti szereplők esetében a taglalt pszichológiai aspektusok kiválóan alkalmazhatóak realisztikus, szimulált stresszhelyzet gyakorlatokban, s mindemellett tökéletes szűrő eszközei lehetnek a kiválasztásnak is, mely mérések eredményeivel mind az egyénnek, mind pedig a munkáltatói jogkört gyakorlóknak információval szolgálhatnak a feladat ellátásának vélhető alkalmasságáról.

Felhasznált irodalom

- Csomós I. (2008). *A kommunikáció alapjai*. Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet.
- Detréné Urbán N. (2015). *A stressz–rezisztencia és a pszichológiai reziliencia fejlesztésének és fenntartásának szükségessége a védelmi szektorban*. PhD értekezés. Nemzeti Közsolgálati Egyetem.
- Haller J., Hazafi Z. & Kóródi Gy. (2017). *Stressz, kiégés és törvényi szabályozás – Kiégésmegelőzés és stresszmenedzsment a közigazgatásban*. Dialóg Campus Kiadó.
- Harkai Schiller P. (1944). *Bevezetés a lélektanba – A cselekvés elemzése*. Pantheon kiadás.
- Marosán B. P. (2021). *Kontextus és fenomén III. – Az Abszolútum anatómiája*. L'Harmattan kiadó.
- Restás Á. (2012). *A tűzoltásvezetők kényszerhelyzeti döntéshozatala*. PhD értekezés. Budapesti Corvinus Egyetem. <https://doi.org/10.14267/phd.2013013>
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. & Nolen-Hoeksema, S. (1999). *Pszichológia*. Osiris kiadó.
- Sasfy Gy. Z. (2018). *Konfliktuskezelés, stresszkezelés*. Dialóg Campus Kiadó.
- Selye, J. (1965). *The Stress of Life*. McGraw-Hill Education - Europe.
- Völgyi Z. (2018). Stressz-Harci stressz. *Hadtudományi szemle, 11(1)*, 270–286. <http://dx.doi.org/10.32563/hsz.2019.3.9>

A cikkben található online hivatkozások

- URL1: Észlelés. <https://tudaszbazis.sulinet.hu/hu/szakkepzes/egeszsegneveles/pszichologia/altalános-lelektan/eszleles-i>
- URL2: Figyelem fogalma. <https://megoldaskozpont.com/lexikon/figyelem-fogalma/>
- URL3: Az ORFK RSZKK valamint a rendészeti szakközépiskolák szerepe és feladata a fegyveres biztonsági őrök intézkedéstaktikai képzésében. <https://www.slideserve.com/xenos/a-gyakorlati-k-pz-sek-sz-ks-gess-ge-s-azok-tartalma-mi-rt-fontos-az-egys-gess-g>
- URL4: Stressz kezelése, coping (megküzdési) technikák. <https://slideplayer.hu/slide/2305138/>

Alkalmazott jogszabályok

1997. évi CLIX. törvény a fegyveres biztonsági őrökről, a természetvédelmi és a mezei őrszolgálatról
2015. évi XLII. törvény a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról

A cikk APA szabály szerinti hivatkozása

Trapp L. (2024). A kontaktreagálásokat befolyásoló tényezők az intézkedések során, valamint azok integrálása képzési rendszerekbe. *Belügyi Szemle*, 72(11), 2041–2050. <https://doi.org/10.38146/BSZ-AJIA.2024.v72.i11.pp2041-2059>

Nyilatkozatok

Összeférhetetlenség

A szerző nem jelentett összeférhetlenséget.

Finanszírozás

A szerző nem kapott pénzügyi támogatást a kutatáshoz, a szerzőséghez és/vagy a cikk publikálásához.

Etikai nyilatkozat

Jelen cikkhez nem kapcsolódik adatkészlet.

Nyílt hozzáférésről szóló tájékoztatás

Jelen cikk a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC-ND 2.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/>) feltételei szerint publikált Open Access közlemény, melynek szellemében a cikk bármilyen médiumban szabadon felhasználható, megosztható és újraközölhető, feltéve, hogy az eredeti szerző és a közlés helye, illetve a CC License linkje feltüntetésre kerülnek.

Levelező szerző

A cikk levelező szerzője Trapp László, aki a trapplaslo@gmail.com e-mail címen érhető el.