

Aliona BIVOL,

doctor în psihologie, conferențiar universitar interimar,
specialist psiholog principal al Serviciului Educație
al Secției Resurse Umane a Academiei „Ștefan cel Mare” a MAI

**REABILITAREA PSIHOLICĂ A COLABORATORILOR OAI
EXPUȘI RISCULUI PROFESIONAL**

O preocupare primordială a psihologiei profesionale reprezintă evaluarea și investigarea riscurilor la care sunt supuși colaboratorii OAI pentru a ameliora și menține în armonie sănătatea fizică și psihică. Totodată, specialiștii psihologi, medici accentuează că prevenirea recidivei riscului profesional constituie ținta principală în domeniul modificării comportamentului și reabilitării psihologice. Activitatea care încearcă să redimensioneze starea de sănătate a colaboratorilor OAI este reprezentată de promovarea culturii sănătății psihice prin conștientizarea efectelor nocive ale factorilor de risc profesional. Intervențiile legate de promovarea psihoreabilitării urmăresc să producă modificări în conduitele individuale prin schimbarea atitudinii de cunoaștere a oamenilor. Dezvoltarea culturii sănătății psihice a personalului are ca scop să prevadă beneficiile în plan comportamental și, prin implicare, să devină un ghid pentru angajații OAI în păstrarea stării de bine și armoniei sufletești.

Menținerea ordinii și liniștii publice, combaterea fenomenului infracțional nu sunt absolvite de risc și deformări profesionale. Specificul psihologic de executare a obligațiilor de serviciu de către poliție constă în declanșarea anumitor stări, crize, conflicte interne, precum și realizare a lor în condiții cu tensiunea psihoneurotică și fizică excesivă. Acesta determină afectarea sănătății psihosomatice și mentale prin micșorarea rezervelor de funcționare a organismului care influențează negativ randamentul de muncă.

Situația de risc profesional generează chiar la persoana normală fără patologii constante de personalitate anumite comportamente specifice unor tulburări.

Efectul major și definitoriu al tulburărilor psihosomatice constă în afectarea relațiilor sociale ale colaboratorului și a funcționării sale ocupaționale.

Condiții cruciale în activitatea profesională și de existență a colaboratorului OAI sunt aplicarea, folosirea armei de foc și a mijloacelor speciale, forței fizice chiar dacă el recurge rar la aceste remedii. Colaboratorii OAI aplică și folosesc arma numai în cazuri extreme și când alte mijloace de neutralizare a răufăcătorului s-au epuizat (art.17, Legea cu privire la Poliție, din 18.12.1990, nr.416-XII).

Datele statistice referitoare la aplicarea și folosirea armei de foc legitim de către

colaboratorii de poliție denotă o descreștere vădită de la 136 cazuri în 2002, 82 – în 2004, 28 – în 2008, 27 – în 2009 și până la 25 de cazuri – în 2010. Fenomenul de descreștere a numărului de aplicări a armei de foc denotă o mai bună pregătire tehnică a colaboratorilor și în același timp, conștientizarea înlocuirii aplicării armei de foc cu alte metode tactice de neutralizare a infractorilor, dar nu în ultimul rând anticiparea consecințelor de documentare penală ulterioară.

Aplicarea și folosirea armei de foc în anumite situații este direct proporțională cu starea psihologică a colaboratorilor, care se deosebește net de condițiile de exersare în tirul profesional. Situațiile reale (din practică) se caracterizează prin: apariția subită a pericolului ce amenință propria sănătate și cea a cetățenilor; necesitatea de a aplica arma într-un anturaj diferit de cel al tirului; insuficiența de iluminare; stare de tensiune emoțională înaltă aparentă în situații extreme naturale.

De menționat că întru evitarea consecințelor psihologice e necesară o pregătire tehnică solidă și îndeosebi implementarea training-urilor ce întrunesc metode ale psihologiei practice prin însușirea experienței de control emoțional, acomodarea psihicului la situații stresante. Training-urile psihologice de instruire a aplicării, folosirii armei, forței fizice dezvoltă autosugestia, inteligența emoțională, încrederea în sine și rezistența la stres a colaboratorului.

Crearea condițiilor similare cu cele practice și exersarea cu ele favorizează modelarea sferei interioare a polițistului cu ajutorul evaluării concentrării atenției, luării deciziei adecvate pentru utilizarea armei și forței fizice, exersării spiritului de observație, autocontrolului stărilor de frică și de stres, antrenării ideomotoricii.

Cu toată certitudinea afirm că nu oricare colaborator, chiar dacă este antrenat din punct de vedere fizic și de aplicare a armei de foc, în faza postaplicativă își poate autodirija stările emoționale ca apoi să se implice productiv în serviciu.

Starea de criză intervenită după aplicarea armei de foc și a forței fizice intensifică manifestarea stresului și inadaptația la mediul normal de viață. Colaboratorii denotă comportament neobișnuit, acționează nerațional, lăsându-se pradă trăirilor emoționale de moment sau chiar acuză deznădejde și disperare.

Sindromul stresogen posttraumatic sesizat de colaboratorii expuși riscului profesional necesită a fi tratat urgent, iar persoana reabilitată de către specialiști, deoarece perturbază profund sfera socială și emoțională. Prin implementarea metodelor psihocorecționale și de reabilitare se formează modele cognitive noi de viață, revaluează din punct de vedere afectiv experiența traumatică, restabilește sentimentul de valoare personală și capacitate de postmanifestare. Restabilirea stării psihologice prin ajutorarea reaprecierii afective a experienței traumatice de către polițist reprezintă obiectivul major, îndeosebi când arma de foc sau forța fizică au produs prejudicii sau leziuni persoanelor implicate în infracțiuni. Scopul psihoterapeutic al colaboratorilor cu sindrom stresogen posttraumatic este axat pe eliberarea de prezentări disfuncționale, controlul reacțiilor emoționale, încurajarea capacităților de adaptare a Eului [11].

În șirul consecințelor psihologice sesizate de colaboratorii OAI după aplicarea armei de foc și forței fizice mai pot fi incluse: anxietatea, fobia, atacul de panică, depresia, instabilitatea emoțională, tulburările pasi-agresive, apatia. Aceste stări psihologice sunt generate de situația inedită și consecințele juridicopenale ulterioare.

Practica activității polițienești și psihologice nu înregistrează cazuri când colaboratorii ar fi apelat la ajutor sau psihoreabilitare postcriză. De asemenea, nu s-au evidențiat cazuri când colaboratorii ar fi solicitat concediu medical (cu excepția vătămărilor corporale) ori concediu de depășire a stării tensionate psihologice sau altă asistență după starea provocată de riscul profesional.

Probabil, din cei care au fost expuși riscului profesional (aplicarea armei de foc, mijloacelor speciale și forței fizice) cu consecințe psihoemoționale pronunțate au trăit starea de sine stătător prejudiciindu-și sănătatea fizică. În timp ce unii reușesc să depășească consecințele crizei și să se reabiliteze, alții solicită ajutor de la prieteni, colegi, familie. Și nu în ultimul rând așa evidențiază că chiar dacă ar fi doriți să consulte un specialist psiholog, în sistemul OAI activează numai 26, fiind un număr redus pentru toate subdiviziunile.

O dovadă a insuficienței de cadre-psihologi este faptul că doar un comisariat din 43 – Comisariatul General de Poliție – beneficiază de serviciile psihologului, acesta oferindu-le asistență colaboratorilor. Pornind de la această situație, de o necesitate stringentă este instituirea prin reglementare legitimă a funcției de psiholog în fiecare subdiviziune a MAI, îndeosebi în comisariatele de poliție, din considerentele că valoarea psihologului în ameliorarea stării de sănătate a fost demonstrată de la începutul secolului XX, grație eforturilor psihanalistului vienez S. Freud. De precizat că în 2008 a fost adoptată o Hotărâre de Guvern cu privire la includerea unei funcții de psiholog în statele comisariatelor de poliție pentru organizarea activității inspectorilor pentru minori și moravuri [5]. Activitatea respectivilor psihologi ar fi fost axată pe consilierea delincvenților minori și ajutorarea inspectorilor în lucrul cu minorii. Este necesar de remarcat că și această hotărâre rămâne a fi implementată în continuare.

Activitatea psihologică nu se reduce numai la evaluarea stărilor psihologice ale colaboratorilor, ci și la oferirea consultanței, restabilirea și psihoprofilaxia comportamentului însoțit de tulburări existențial-nepatologice.

Psihologul promovează sănătatea psihică prin menținerea stării de echilibru și dezvoltarea resurselor umane. Programele utilizate în timpul consilierii de psihologi în evoluarea personalității colaboratorilor OAI conform standardelor ocupaționale și strategiilor de recuperare favorizează buna funcționare a colectivelor de lucru.

Psihocorecția stărilor colaboratorilor care au fost expuși riscului profesional se desfășoară pe mai multe coordonate, elementul central fiind consilierea psihologică privită ca proces și interacțiune în cadrul căreia consilierul asistă consiliatul în rezolvarea problemelor sale și acordă sprijin pentru stabilirea unui nivel optim de activitate. În cabinetul psihologic se produc efecte miraculoase la nivelul psihicului persoanei (care a aplicat arma și forța fizică) prin prevenirea disfuncțiilor psihosomatice, conflictelor interpersonale, indispoziției afective, neîncrederii în sine.

Este esențială promovarea activității psihologului în vederea explicării diferențelor între psiholog și psihiatru, a regulilor etice de consiliere, a importanței reabilitării stării de criză și menținerii echilibrului psihologic. Un alt aspect important este încurajarea colaboratorilor de către colegi și șefi pentru a-și restabili starea sufletească prin consilierea realizată de psiholog care se ghidează de bunele maniere și respectarea cu strictețe a Codului deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică.

Exercitarea funcției de psiholog se bazează pe standarde etice și principii având rolul de a orienta și regla normativ activitatea de psihoprofilaxie, psihocorecție, psihodiagnosticare. Prin standardele de confidențialitate psihologul protejează intimitatea tuturor informațiilor adunate în timpul consilierii în scopul de a înlătura prejudicierea imaginii colaboratorului. Psihologul are permanent în atenție faptul că oricare persoană prezintă o valoare și că această valoare nu este sporită sau diminuată prin adresarea la psiholog, respectându-i astfel demnitatea și drepturile fiecărui consultat. În același timp, psihologul manifestă o maximă responsabilitate pentru starea de bine a oricărei persoane față de care își exercită rolul funcțional.

Există un consens în ceea ce privește caracteristicile necesare pentru activitatea de psiholog. Se trec în revistă următoarele trăsături ale unui profesionist din cadrul serviciului psihologic: manifestă atenție, capacitate de ascultare empirică, capacitate de a furniza liniște, calm, posedă calități profesionale printre care abilitatea de a analiza, sintetiza și diagnostica, abilitatea de a formula alternative și a rezolva probleme, creativitate și flexibilitate pentru a putea să se confrunte cu situații neobișnuite, energie, tenacitate, obiectivitate și realism.

Reabilitarea psihologică a colaboratorului care a suferit o criză emoțională în urma riscului profesional prin consiliere reprezintă în primul rând un suport pentru problemele neobișnuite ale vieții de serviciu, care declanșează „situații-limită”, nefiind însă în mod obligatoriu de natura psihopatologică.

F. Thorne definește consilierea ca reprezentând o formă de susținere psihologică similară psihoterapiei, pentru persoanele normale cu „probleme de viață”. La rândul său, F. Robinson recomandă consilierea persoanelor care doresc să atingă un nivel superior, să depășească anumite „obstacole” sau să-și construiască „strategii personale” de viață. Se consideră că intervenția consilierii (prin care se reabilitează psihologic persoana) este indicată la persoanele cu dificultăți de ordin „situațional” ale vieții curente sau de serviciu, dar care nu ating intensitatea unor forme de manifestare nevrotică, problemele lor neavând un caracter patologic, ci sunt considerate ca fiind doar „victimele unor presiuni din mediul exterior”[4].

Procesul de consiliere se adresează problemelor de integrare, adaptare ale persoanei la realitățile vieții sale, de stabilire a unei armonii cu acestea și rezolvare a situațiilor critice care pot apărea. Având un caracter de permanentă intervenție și fiind la dispoziția fiecărui angajat din OAI, consilierea este estimată ca o situație de actualizare a persoanei vizând relațiile sale cu evenimentele realității trăite și evaluându-le anticipativ pe cele viitoare. Prin urmare, persoana este pregătită și prevenită pentru a face față cu un maximum de eficiență repetării riscului profesional.

E. Shostrom și Blammer [4] descriu o serie de obiective psihologice pe care urmărește să le realizeze consilierea și care au o implicare enormă în viața polițienească:

- 1) independența colaboratorului în raport cu evenimentele vieții, considerată a fi reprezentată prin a nu depinde fizic și psihic de mediu;
- 2) spontanitatea ca modalitate de răspuns la evenimentele vieții trăite;
- 3) încrederea ca stare de suport moral de „încredere în sine”, în propriile posibilități;
- 4) autenticitatea care constă în „a fi tu însuți” direct, deschis în raport cu

realitățile vieții;

5) eficiența propriei activități, a rezultatelor acesteia, a conduitelor sale, a relațiilor cu ceilalți.

Realizarea acestor scopuri, pe care acțiunea de consiliere (reabilitare) le propune colaboratorilor din OAI constituie garanția unei stări de sănătate optimă, a unui comportament eficient, a unei integrări pozitive și depășirii stării psihologice după aplicarea forței fizice și armei de foc.

Specificul demersului de consiliere [7] constă la modul cumulativ în găsirea de alternative, sprijinirea și furnizarea de informații referitoare la particularitățile fiecărui colaborator.

Reabilitarea prin consiliere psihologică reprezintă tehnica de informare și evaluare, un mijloc de a modifica în sens pozitiv comportamentul celor care au suferit o criză nervoasă. Are menirea de prevenire, ameliorare, gestionare a situației de criză în urma influenței riscului profesional. Prin consilierea psihologică se ajută persoana să vadă dincolo de aparențele stresante sau traumatizante și inducerea schimbărilor, fiind un motiv intrinsec de determinare a sănătății psihice.

Reabilitarea psihologică după situația de criză a colaboratorului din OAI determină contracararea gândirii negative, concomitent cu găsirea modalităților optime de pozitive. E cunoscut faptul că după aplicarea armei de foc și a forței fizice, chiar dacă polițistul nu a produs nici o leziune, intervine autocritica, sentimentul de vină, frustrarea în raport cu infractorul și cu procedura de documentare a actului.

În reabilitarea psihologică intervine psihologul, evaluând timpuriu autoagresiunile, tulburările de consum de băuturi alcoolice, care periclitează atât persoana, cât și colectivul de muncă. De menționat că s-au constatat comportamente de consum exagerat de tutun și cafea, insuficiență de alimentare prin care colaboratorul consideră că înfruntă starea de criză.

Oricare acțiune a psihologului utilizând corect metodele și procedeele de psihoreabilitare, psihodiagnosticare, psihocorecție, psihoprofilaxie are menirea să mențină, să amelioreze sănătatea fizică și psihică a consultatului. Printre metodele eficiente de reabilitare a colaboratorilor OAI care au fost expuși unui risc profesional pot fi: terapia cognitivă, gestaltistă, trainingul de reorientare, analiza tranzacțională, programarea neurolingvistică, terapia pozitivă.

La etapa inițială de risc profesional până la intervenția psihologului e necesar de a se autopRACTICA o serie de metode psihocorecționale. Relaxarea musculară, autotrainingul formează și dezvoltă capacitatea de a percepe nivelul de încordare musculară, precum și generarea autocontrolului tensiunii fizicoemoționale. Metodele se bazează pe funcționarea legăturii dintre tensiunea musculară și cea emoțională [8].

Restabilirea echilibrului afectiv, ameliorarea simptomelor neuropsihice și îmbunătățirea adaptării după influența riscului profesional pot fi efectuate prin sugestie sau autosugestie [10]. Metodele presupun o acceptare necondiționată și necritică a influențelor ideilor, stărilor afective pozitive venite sau impuse din interiorul persoanei sau din afară (psihologul). Autosugestia constă în autoinfluență prin repetarea unei fraze care accentuează starea pozitivă a organismului, a buneii

dispoziții, a încrederii în sine.

Reabilitarea psihologică a personalului expus riscului profesional reprezintă o acțiune complexă ce trebuie realizată în mod rațional și dirijat.

Eficacitatea reabilitării personalului care au aplicat și folosit arma de foc implică diverse aspecte pe lângă cel psihologic, cele de ordin medical, social, economic. Aspectul medical al restabilirii include măsuri efectuate în plan diagnostic, curativ și de profilaxie, atât în cazurile când însuși polițistul a suferit leziuni, cât și în absența lor. Pot fi folosite metode psihoterapeutice, balneoclimaterice, mecanoterapeutice. Aspectul social include aprecierea influenței factorilor sociali asupra dezvoltării consecințelor riscului profesional, încadrarea în colectiv și restabilirea relațiilor în familie. Aspectul economic prevede studierea cheltuielilor financiare și a efectului economic care va fi obținut în urma aplicării diverselor metode medico-sociale, și în absența aspectului psihologic.

În concluzie, implementarea psihoreabilitării stării de sănătate, dezvoltarea culturii sănătății psihice, instituirea funcției de psiholog în fiecare subdiviziune, încurajarea consultării specialistului psiholog reprezintă cerințe primordiale în determinarea activității eficiente a OAI. Utilizarea eficientă a metodelor psihologice, medicale, economice determină climatul psihosocial pozitiv și echilibrarea psihofizică, schimbarea atitudinilor, sentimentelor, comportamentelor. Activitatea de reabilitare psihologică aduce noi perspective de abordare a stării după influența riscului profesional, de depășire a stresului intrapsihic dat de suferință și a stresului interpersonal dat de procedura juridico-penală după aplicarea armei. Reabilitarea psihologică mobilizează resursele psihofizice, găsind noi alternative și soluții de adaptare, încadrare în serviciu. Aportul psihologic în toate dimensiunile lui contribuie la îmbunătățirea relațiilor interpersonale în colectiv. Se readeșteaptă interesul colaboratorului expus riscului profesional pentru activitate, se programează pozitiv pentru o viață de calitate. Psihoreabilitarea oferă cheia descifrării și înțelegerii propriei personalități ajutându-o la adaptare realistă, depășirea situației de criză și tensiunii emoționale, dezvoltării și optimizării competențelor sociale, permițându-i o viață fericită.

Bibliografie:

1. *Aplicarea forței și armelor de foc*, Institutul „Societate deschisă”, Fundația Soros, 2001.
2. A. Baban, D. Petrovai, *Consiliere și orientare. Ghidul profesorului*, București, 2002.
3. *Codul deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică*, București, 2009.
4. C. Enachescu, *Tratat de psihanaliză și psihoterapie*, Iași, 2003.
5. Hotărârea de Guvern cu privire la includerea unei funcții de psiholog în statele comisarierilor de poliție pentru organizarea activității inspectorilor pentru minori și moravuri, nr.191 din 25.02.2008.
6. Legea cu privire la poliție din 18.12.1990, Nr. 416 – XII.
7. Gh. Roger, *Curs de tehnici de consiliere*, Constanța, 2007-2008.
8. *Военная психология*, Москва, 2004.

9. И.И. Ковалева, И. Тимченко, «Роль эмоционально-волевой саморегуляции в подготовленности персонала ОВД к действиям в экстремальных ситуациях служебной деятельности», în Матер. конф. *Психологические технологии в экстремальных видах деятельности*, Донецк, 2009, стр. 304.
10. А. Караяни, *Прикладная военная психология*, Москва, 2006.
11. И. Малькина – Пых, *Экстремальные ситуации. Справочник практического психолога*, Москва, 2006.
12. Ю. Зайцев, «Проблемы формирования психологической устойчивости сотрудников ОВД к экстремальным ситуациям на занятиях по огневой подготовке», în Матер. конф. *Психологические технологии в экстремальных видах деятельности*, Донецк, 2009, с. 312.