

IVAN TRSTENJAK*, KRISTINA DUNDOVIĆ**

Utjecaj stresa i psihosocijalna zaštita policijskih službenika

Sažetak

Stres na radnome mjestu specifična je vrsta stresa čiji je izvor radno okruženje te je danas postao sveprisutan fenomen s kojim se suočavaju sve profesije, a posebno zanimanje policijskih službenika koje se smatra jednim od najstresnijih. Razlog tome su specifičnosti u obavljanju poslova koje zanimanje policijskih službenika čine specifičnim i visoko zahtjevnim u odnosu na druge profesije. Organizacija rada, uvjeti rada, postavljeni zadaci, izvanredni događaji, kao i obveze, ovlasti i moralni kodeks pred policijskog službenika postavljaju visoke ciljeve. Dva su glavna izvora stresa među policijskim službenicima – stres koji proizlazi iz sadržaja samog posla i stres koji proizlazi iz organizacije posla. Operativni stres proizlazi iz same prirode policijskog posla, a odnosi se na upotrebu sile, izloženost nasilju i ljudskoj patnji općenito, dok se organizacijski stres odnosi na pretrpanost administrativnim poslovima, lošu komunikaciju s kolegama i nadređenima, manjak povratnih informacija, neprimjereno vodstvo, nemogućnost napredovanja itd. Stručni krugovi prepoznaju sve posebnosti tog posla pa se tako pojam policijski stres već odavno koristi u literaturi i praksi. U prilog tome govore i sve brojnija istraživanja u tom području, kako u svijet, tako i u Republici Hrvatskoj, ali i psihosocijalna zaštita policijskih službenika koju provodi Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske. Na temelju primjera iz drugih država moguće je dodatno poboljšati psihosocijalnu zaštitu policijskih službenika u Hrvatskoj. Navedeni primjeri predstavljaju dobru praksu koja daje pozitivne rezultate te nudi smjernice kojima bi se kvalitetnija psihosocijalna zaštita mogla postići i u policijskom sustavu Republike Hrvatske, kao i smanjenje stresa među policijskim službenicima. Upravo je to bilo predmet izučavanja ovog rada.

Ključne riječi: sigurnost na radu, stres na radnome mjestu, utjecaj stresa, psihosocijalna zaštita, policijski službenici.

* Ivan Trstenjak, bacc. ing. sec., lead auditor, United Registrar of Systems Adriatica d.o.o., Bjelovar, Hrvatska.

** Kristina Dundović, dipl. ing. sig., viši predavač na Veleučilištu u Rijeci, Rijeka, Hrvatska.

1. UVOD

Specifičnosti u obavljanju poslova, kao što su organizacija rada, uvjeti rada, svakodnevni zadaci, izvanredni događaji, ali i obveze i ovlasti te etički kodeks, zanimanje policijskih službenika čine specifičnim i visoko zahtjevnim u odnosu na druge profesije. Policijsko zanimanje u literaturi se navodi kao jedno od najstresnijih zanimanja (Glavina i Vukosav, 2011., 32.).

Policijska djelatnost iznimno je složena jer je usmjerena na sprječavanje i otkrivanje kriminalnih aktivnosti svih oblika i razmjera, a provodi se preventivnom i represivnom ulogom policije. Prilikom provođenja takvih aktivnosti, od policijskog službenika očekuje se visoka razina profesionalnosti u smislu pravodobnog izvršenja službenih zadaća, ali i u smislu poštovanja dostojanstva onih prema kojima su usmjerene takve aktivnosti (Capan i sur., 2016., 165.). Visoka zahtjevnost u obavljanju poslova često je povezana i s mogućim rizicima za tjelesno i psihičko zdravlje policijskih službenika. U *ILO (International Hazard Datasheets, 1999.)*, rizici povezani s policijskim poslovima neposredno su povezani s događanjima prilikom žurnih intervencija, primjerice vožnji službenog auta, pružanja prve pomoći, kontroliranja izgrednika prilikom narušavanja javnog reda i mira, posljedica do kojih dolazi kod neopreznog rukovanja službenim naoružanjem, primjene sredstava prinude i slično (Tot, 2008., 1.).

Policijsko zanimanje vrlo je važno za cjelokupno društvo, a stres itekako može narušiti kvalitetu obavljanja posla i zdravlje policijskih službenika. Stoga je jako važno, u istraživačkom smislu, baviti se područjem policijskog stresa radi praktične primjene rezultata (Glavina Jelaš i sur., 2014., 208.).

2. POLICIJSKI STRES

U posljednjih nekoliko desetaka godina u svjetskim je razmjerima znatno porastao interes za istraživanja stresa povezano s radom policije. Policijski je posao neupitno jedan od najstresnijih i najzahtjevnijih zanimanja na svijetu (Glavina Jelaš i sur., 2022., 532.). Policijski stres neupitno ostavlja posljedice na zdravlje policijskih službenika u pogledu tjelesnog i mentalnog zdravlja (Drew i Martin, 2021., 105.). Mnogi policijski službenici smatraju da je njihov posao stresniji nego ranije, a čemu pridonose porast nasilničkog kriminaliteta, negativno medijsko prikazivanje, javno preispitivanje, strah od zaraznih bolesti, ali i prijelaz s reaktivnog obavljanja policijskih poslova na obavljanje policijskih poslova problemskim pristupom (Tot, 2008., 3.). Depersonalizacija, emocionalna iscrpljenost i smanjeni osjećaj osobnog postignuća mogu se pojaviti među policijskim službenicima koji rade u stresnim uvjetima (Granholm Valmari i sur., 2022., 721.). Policijski službenici dodatno se suočavaju s izazovnim situacijama kao dijelom svog opisa posla i često su izloženi nasilju, prijetnjama i uznemiravanju javnosti, mnogo više nego prosječni profesionalci. Na primjer, u švedskoj policiji 36% nesreća na radu povezano je s prijetnjama i nasiljem. Također, međunarodna istraživanja pokazuju da izloženost prijetnjama i nasilju na radnome mjestu može utjecati na zdravlje policijskih službenika. Osim toga, ozljede na radu mogu rezultirati psihološkim stresom ako se redovito događaju (Granholm Valmari i sur., 2022., 585.).

Rad policijskih službenika po mnogočemu je specifičan i zahtjevan. Organizacija rada, uvjeti rada, postavljeni zadaci, izvanredni događaji, kao i obveze, ovlasti i moralni kodeks pred policijskog službenika postavljaju visoke ciljeve. Zbog navedenih specifičnosti posla, pojam *policijski stres* već se odavno koristi u literaturi i praksi, što znači da stručni krugovi prepoznaju sve posebnosti tog posla koji je opisan kao visoko stresan te da se bave načinima kako takav posao olakšati i, u slučaju potrebe, policajcima pomoći. Primjerice, B. J. Anderson čak uvodi pojam *sindrom policijske traume* kojim obuhvaća skup fizičkih i psihičkih simptoma od kojih trpe policajci zbog naravi svog posla (Tot i Šikić, 2004., 98.).

Policijski stres može se definirati kao nesklad između zahtjeva koji se postavljaju pred policajce i onoga što oni mogu ponuditi, i to u uvjetima koji mogu prouzročiti ozbiljne posljedice (Glavina Jelaš i sur., 2014., 204.).

Smjenski rad, koji je nužan u policijskom poslu, smatra se jednim od najtežih zahtjeva posla i povezan je s nepovoljnim zdravstvenim ishodima među policijskim službenicima (Violanti i sur., 2017.). Rad u smjenama, a posebno noću, vikendima i praznicima negativno utječe na policijske službenike, ali i na odnose unutar njihovih obitelji (Opelka i Staller, 2024.). Zbog posljedica stresa na poslu, dolazi do emocionalnog povlačenja policijskih službenika od kruga prijatelja i obitelji (Craddock i Telesco, 2022., 175.). Zbog socijalnog distanciranja pojavljuje se pretjerana konzumacija alkoholnih pića, što može dovesti do alkoholizma. U konačnici, alkohol i socijalno povlačenje uzroci su koji dovode do razaranja obitelji, a udaljavanjem od obitelji i prijatelja gubi se socijalna potpora kao bitan čimbenik zaštite od stresora (Capan i sur., 2016., 166.).

Veliku skupinu potencijalnih rizika za psihološko i tjelesno zdravlje policijskih službenika predstavljaju rizici povezani s visokom stresogenošću policijskog posla. Tome u prilog idu i različite statistike koje se bave rangiranjem zanimanja s visokom razinom stresa, pa tako primjerice u istraživanju provedenom na *University of Manchester Institute of Science and Technology* (1987.), kojim su obuhvaćene 104 vrste zanimanja, poslovi policijskih službenika na rang-ljestvici od 1 do 10 zauzimaju visoko drugo mjesto (rang 7,7), odmah poslije poslova rudara (Tot, 2008., 2.).

Zbog prirode posla koji obavljaju, smjenskog načina rada (EU-OSHA, 2022.) ili nekog drugog izvora stresa, policijski službenici izloženi su i posljedicama stresa organizacijske prirode. U navedenu skupinu posljedica mogu se ubrojiti: smanjena produktivnost rada, odsutnost i odustajanje od posla, iznenadno prijevremeno umirovljenje, otkazi, a prema istraživanjima, većina ozljeda na radu pojavljuje se kao posljedica stresa, odnosno smanjenog zadovoljstva poslom (Capan i sur., 2016., 166.). Organizacijski stresori također podrazumijevaju birokratske poteškoće, teškoće u odnosu s podređenima i nadređenima, neprimjerenu opremu itd. Uz njih su policijski službenici opterećeni i operativnim stresorima poput izloženosti nasilju, smrti, tragedijama, žrtvama zlostavljanja, kao i njihovim počiniteljima. Iako to policijskim laicima zvuči nelogično, opetovano se pokazuje da, i u Hrvatskoj, policajci gorim procjenjuju organizacijski stres u usporedbi s onim operativnim (Glavina Jelaš i sur., 2020., 5-22.).

Tot i Šikić (2004., 96.) navode da se prilikom prijma u službu od budućih policajaca zahtijevaju potpuno tjelesno zdravlje, psihološka stabilnost te socijalna i emocionalna zrelost. No zbog izlaganja različitim stresorima, traumatskim događajima, kriznim stanjima i njihovu kumuliranju, neodgovarajućim mehanizmima obrane te zbog zapostavljanja psihofizičke kondicije, moguće je da početne dobre predispozicije i visoka motivacija za obavljanje policijskog posla s vremenom oslabe i potaknu slabljenje imunskog sustava, kao i razvoj različitih poremećaja i bolesti.

2.1. Izvori stresa policijskih službenika

Kao što je već spomenuto, u odnosu na druga zanimanja, zahtjevi posla policijskog službenika nešto su viši, pa se očekuje da policijski službenik mora uložiti više napora za nošenje s izvorima stresa na radu. Policijski se posao često odvija u situacijama gdje je potrebno brzo reagirati i donositi odluke, a u nemalom broju slučajeva takve se odluke tiču života i smrti (Tot, 2010., 40.). Naravno, i u tom području postoje razilaženja stručnjaka i teoretičara, pa su tako zabilježena brojna neslaganja oko broja i naziva kategorija u vezi podjela izvora stresa na radu među policijskim službenicima.

Mnogi autori u pogledu istraživanja policijskog stresa ističu dvije kategorije, odnosno dva glavna izvora stresa – stres koji proizlazi iz sadržaja samog posla i stres koji proizlazi iz organizacije posla (Glavina i Vukosav, 2011., 33.). Operativni stres proizlazi iz same prirode policijskog posla, a odnosi se na upotrebu sile, izloženost nasilju i ljudskoj patnji općenito, dok se organizacijski stres odnosi na pretrpanost administrativnim poslovima, lošu komunikaciju s kolegama i nadređenima, manjak povratnih informacija, neprimjereno vodstvo, nemogućnost napredovanja itd. (Glavina Jelaš i sur., 2014., 204.). Organizacijski stresori smatraju se glavnim izvorom stresa za policijske službenike, jer ih oni često doživljavaju kao opresivne, nepotrebne, neizbježne i nekontrolirane (Purba i Demou, 2019.).

Postoji i podjela izvora stresa na opće i specifične. Među opće izvore stresa možemo ubrojiti: rad u smjenama s naglaskom na rad koji uključuje i noćne smjene, nedostatak kvalificiranih kadrova, nepotrebno gubljenje vremena rješavanjem papirologije, nezadovoljstvo sustavom napredovanja, nagrađivanja te visinom mjesečnih primanja, nedostatak komunikacije, a posebno na relaciji nadređeni – podređeni te neprimjereno i nedovoljno stručno usavršavanje i savjetovanje, dok su kod specifičnih stresora najrasprostranjeniji oni obiteljski (Capan i sur., 2016., 167.). Ipak, usprkos brojnim neslaganjima, autori izvore stresa među policijskim službenicima uglavnom svrstavaju u četiri osnovne skupine:

- stresori koji se odnose na prirodu posla
- stresori vezani uz osobine ličnosti
- organizacijski stresori
- obiteljski stresori.

Stresori koji se odnose na prirodu posla vezani su uz rutinske zadatke u sklopu policijskog zanimanja, a mogu psihički i fizički naštetiti osobama koje im svjedoče. Neki od tih rutinskih zadataka su: upotreba sile, donošenje kritičnih odluka, prisustvovanje raznim oblicima nasilja, smrt i sl. Stresori vezani uz osobine ličnosti, prema nekim autorima, veliki su izvori stresa u policijskom zanimanju (Verhage i sur., 2018, 2.). U „Anketi o stresu u policiji“ koju je proveo Fakultet za bihevioralne znanosti Sveučilišta u Južnoj Floridi, uspostavljen je sveobuhvatan skup od šezdeset različitih faktora profesionalnog stresa za policijske službenike. Nekoliko zanimljivih opažanja dobiveno je tim istraživanjem u vezi s performansom policijskih službenika i interakcijom tih stresora na individualnoj osnovi. Razina stresa koju su službenici percipirali i njihova individualna sposobnost da se nose s tim stresorima bili su povezani s njihovom samoprocjenom neurotičnosti (stupanj osjećaja anksioznosti/uznemirenosti u usporedbi s osjećajem smirenosti i stabilnosti). To sugerira da neurotični službenici manje obraćaju pažnju na stresore koji nisu osobito ozbiljni ili prijeteći, ali više na situacije koje bi mogle biti problematičnije (npr. visokobrzinske potjere,

suočavanje s prijavljenim naoružanim napadačem). Neurotično ponašanje ne samo da je povezano sa stresom nego i utječe na emocije u situacijama niskog i visokog stresa s kojima se policijski službenici često suočavaju (Gutshall i sur., 2017.). Organizacijski stresori vezani su uz specifičnost policije kao organizacije. Neki izvori stresa koji se odnose na tu skupinu su: smjenski i prekovremeni rad, rad vikendom i praznicima, opterećenost administracijom, male plaće, loši odnosi s nadređenima i dr. Obiteljski stresori specifična su vrsta izvora stresa policijskih službenika. Naime, loši odnosi s obitelji jako pridonose stresu među policijskim službenicima, ali oni su najčešće prouzročeni upravo policijskim poslom. Tako autori ističu da, npr. organizacijski stresori, kao što su smjenski i noćni rad te rad praznicima, često ometaju normalno i skladno funkcioniranje obitelji. Na tragu toga, Violanti i Aron istražujući izvore stresa u jednom policijskom odjelu u New Yorku, kao najvažnije stresne komponente nalaze administrativne poslove i smjenski rad, nedovoljnu socijalnu podršku te obavljanje poslova neposredno povezanih s opasnošću koja proizlazi iz policijskog posla (Tot, 2010., 40.).

2.2. Posljedice stresa među policijskim službenicima

Stres na radnome mjestu dovodi do smanjene radne učinkovitosti policajaca, što se očituje učestalim ozljedama, slabijom koncentracijom, lošijom prosudbom, češćim pogreškama, trajnim nezadovoljstvom organizacijom rada. Policajci koji su pod štetnim utjecajem stresa učestalo izostaju s posla zbog bolesti ili nekih drugih razloga, češće mijenjaju radno mjesto i na kraju ranije odlaze u mirovinu. To sve, naravno, može prouzročiti veće troškove zbog zapošljavanja i stručnog osposobljavanja novih policijskih djelatnika (Vukosav i Rebrović, 2006., 181.).

Posljedica stresa, kako općenito tako i kod policijskog stresa, ima mnogo. Prema Violantiju, mediji i ljudi generalno naglašavaju fizičku opasnost koja proizlazi iz policijskog zanimanja, a podcjenjuju psihičku opasnost, odnosno psihičke posljedice (Glavina i Vukosav, 2011., 32.).

Posljedice stresa među policijskim službenicima mogu se svrstati u četiri skupine: tjelesne posljedice stresa, psihičke, socijalne i organizacijske posljedice stresa (Capan i sur., 2016., 167.). Tjelesne posljedice stresa očituju se promjenom na zdravstvenom planu: povećan rizik od kardiovaskularnih bolesti (EU-OSHA, 2023.), pojačano debljanje, rizik od malignih oboljenja raznih organa, dijabetes te kronični umor (Ratnayake i Gunasekara, 2023., 71.). Pojedina istraživanja, provedena nad populacijom policijskih službenika, govore da je poseban problem tog zanimanja rad u smjenama. Smjenski način rada ogleda se lošim prehrambenim navikama i kroničnim nedostatkom sna policijskih službenika, što za posljedicu ima promjene na tjelesnom i zdravstvenom planu (Capan i sur., 2016., 167.). Psihičke posljedice stresa općenito su brojne, a glede policijskog zanimanja, najčešće se manifestiraju kao cinizam i sumnjičavost, emocionalno udaljavanje od obitelji, smanjena učinkovitost, socijalno povlačenje, povećana agresivnost, bračni problemi (razvodi, preljubi, obiteljsko nasilje) i PTSP (Glavina i Vukosav, 2011., 39.). Socijalne posljedice stresa, osim utjecaja na obitelj, imaju i utjecaj na društveni život policijskih službenika. Glavina i Vukosav (2011., 40.) ističu da emocionalno povlačenje i udaljavanje od prijatelja i obitelji, kao čest mehanizam suočavanja policajaca, dovodi do gubitka socijalne potpore, važnog zaštitnog čimbenika od stresa. Isti autori tvrde da, osim što navedeno ostavlja goleme negativne posljedice na socijalni

život policajaca, ono ih ujedno čini još ranjivijima na stres. Organizacijske posljedice stresa, prema nekim autorima, vidljive su u smanjenoj produktivnosti, odsutnosti zaposlenika i odustajanju od posla. Glavina i Vukosav (2011.) tako tvrde da policajci koji su pod velikim stresom, a nisu obuhvaćeni nekim oblikom psihološkog tretmana, ugrožavaju i organizaciju u kojoj rade. Procijenjeno je da je 85% nezgoda na poslu također prouzročeno posljedicama stresa među zaposlenicima (Glavina i Vukosav, 2011., 40.).

3. PREGLED ISTRAŽIVANJA IZ PODRUČJA STRESA MEĐU POLICIJSKIM SLUŽBENICIMA

Prema Tot i Šikić (2004., 97.), na temelju praćenja rada zdravstvenih komisija u Ministarstvu unutarnjih poslova Republike Hrvatske od 1986. do 1993. utvrđeno je da je na uzorku policijskih službenika koji su pristupili ocjeni zdravstvene sposobnosti (N = 826), njih 616 proglašeno zdravstveno nesposobnima, pri čemu su kao uzrok nesposobnosti, među ostalim, za potrebe ovog rada posebno izdvojene tri skupine vodećih (kumuliranih) dijagnoza:

1. bolesti mišićno-koštanog sustava (dorzopatije, artroze, kontrakture) N = 380 ili 61,7% policijskih službenika
2. psihički poremećaji (alkoholizam, neuroze, psihoze, suicid tentamen) N = 299 ili 48,5% policijskih službenika
3. bolesti krvožilnog sustava (hipertonija, ishemične bolesti srca, tahikardija, aritmija, bolesti arterija) N = 215 ili 34,9% policijskih službenika.

Prosječna dob zdravstveno nesposobnih policijskih službenika iznosila je 42,9 godina, uz prosječnu duljinu radnog staža od 18,9 godina. Iz navedenog se može zaključiti da prilično visok postotak psihičkih poremećaja upozorava na visoku razinu stresnosti policijskog posla, koja duljim obavljanjem dovodi do nesposobnosti za daljnji rad policijskih službenika.

Također, Tot i Šikić (2004., 99.) navode da je J. D. Sewell proveo istraživanje radi utvrđivanja ljestvice kritičnih događaja u profesionalnom životu policijskih službenika, pri čemu je na uzorku od 378 policajaca iz Virginije (SAD), primijenio upitnik sa 144 događaja označena kao izrazito stresna u njihovu profesionalnu životu. Kritične događaje policijski su službenici vrednovali na brojčanoj ljestvici od 1 (najmanje stresno) do 100 (najviše stresno). Ispitani policijski službenici najvećom su razinom stresa procjenjivali događaje koji se uglavnom odnose na nasilje povezano s prirodom posla, kadrovsku problematiku te policijsku etičnost.

Parsons (2004.), zastupajući tezu da bi istraživanja koja se bave zdravljem i sigurnošću policijskih službenika trebala uključivati identificiranje potencijalnih rizika i načina njihova smanjivanja, u svojoj studiji uspoređuje važnija istraživanja provedena u Kanadi, SAD-u i Europi. Smatra da nedostatan interes za identificiranje rizika i pronalaženje rješenja u smislu poboljšanja zdravlja i sigurnosti može imati ozbiljne posljedice za zdravlje te dobro stanje policijskih službenika i njihovih obitelji. Najvažniji rezultati povezani s izvorima stresa na radu prikazani su u Tablici 1. (Tot, 2010., 41.).

KANADA	SAD	EUROPA
1. ekstraorganizacijski: – kaznenopravni sustav i odnos između policije i društvene zajednice	1. priroda policijskog posla: – opasnost, smjenski rad, konflikt uloga, javno mnijenje, dosada/neaktivnost, osjećaj beskorisnosti, suočavanje s bijedom i smrću	1. interni izvori stresa: – loša uprava, reorganizacija, birokracija, administrativni poslovi, smjenski rad, <i>macho</i> ili nemotivirani radni kolege
2. intraorganizacijski: – fizička opasnost, smjenski rad, struktura organizacije	2. organizacijski čimbenici: – autoritarna struktura, nemogućnost sudjelovanja u donošenju odluka, nedostatna podrška administracije, nedovoljna disciplina, mogućnost napredovanja	2. eksterni: – opasnost od tjelesnog ozljeđivanja, nasilje, izloženost opasnosti
3. individualni: – sumnjičavost, rigidnost, cinizam		

Tablica 1: Podjela izvora stresa u radu policijskih službenika prema rezultatima istraživanja u Kanadi, SAD-u i Europi (Tot, 2010., 41.)

Prema iznesenim podacima, vidljivo je da su izvori stresa uglavnom povezani s organizacijskom strukturom, prirodom policijskog posla i njihovim međusobnim utjecajima te da u istraživanim uzorcima ne postoji većih razlika. U tom smislu, uzimajući u obzir specifičnosti kultura te ograničenja u provedenim istraživanjima i dobivenim rezultatima, može se zaključivati o jedinstvenosti percipiranih izvora stresa u radu policijskih službenika (Tot, 2010., 41.).

Identificiranje izvora stresa na radnome mjestu policijskih službenika u Republici Hrvatskoj nije toliko istraživano kao u drugim državama, ali ona ipak postoje. Tot (2010.) provodi istraživanje u sklopu sistematskog kontrolnog zdravstvenog pregleda policijskih službenika tijekom 2008. i 2009. u Domu zdravlja Ministarstva. Ukupni uzorak čini 2185 ispitanika koji su pristupili zdravstvenim pregledima, a to su policijski službenici iz pet policijskih uprava III. i IV. kategorije s područja sjeverne Hrvatske.

U istraživanju su primijenjena dva upitnika – Upitnik organizacijskih izvora stresa koji sadrži 20 čestica kojima se ispituju važniji organizacijski izvori stresa u radu kod policijskih službenika, kao što su suradnja sa suradnicima i rukovoditeljima, administrativni poslovi, birokratska ograničenja, raspodjela odgovornosti i sl. te Upitnik operativnih izvora stresa koji sadrži 20 čestica kojima se ispituju važniji izvori stresa povezani s neposrednim obavljanjem policijskog posla i s time povezanim poteškoćama u užoj i široj socijalnoj okolini, kao što su rad u smjenama, rad noću, rizik od ozljeđivanja, zdravstveni problemi, nerazumijevanje obitelji, socijalna obilježnost i sl. Istraživanje je pokazalo da se u slučaju organizacijskih izvora stresa većim intenzitetom stresa percipiraju izvori povezani s upravom i materijalnim uvjetima u organizaciji, dok se, s druge strane, stresom manjeg intenziteta doživljavaju sadržaji povezani sa socijalnom klimom i odnosima u organizaciji. Kada je riječ o operativnim izvorima stresa, većim se intenzitetom stresa percipiraju izvori povezani s neposrednim obavljanjem policijskog posla i posljedicama koje može proizvesti, kako na osobnom planu tako i u užem te

širem socijalnom okruženju, dok su sadržaji i izvori stresa povezani sa socijalnim kontaktima izvan policijske službe, procijenjeni manjim intenzitetom.

Tot (2012.) provodi istraživanje čiji je cilj, među ostalim, identificirati i ispitati intenzitet stresnosti specifičnih organizacijskih i operativnih izvora stresa na radnome mjestu, razinu percipiranog stresa i s njim povezanih psiholoških i tjelesnih teškoća. Istraživanje je provedeno na uzorku od 3768 policijskih službenika iz šest policijskih uprava s područja sjeverne Hrvatske, različitih po spolu, dobi i radnom stažu, stručnoj spremi, položaju u rukovodnoj hijerarhiji i pripadnosti kategoriji policijske uprave (I., III., IV.). Prikupljanje podataka provedeno je u sklopu redovnih sistematskih kontrolnih zdravstvenih pregleda policijskih službenika od 2008. do 2010. godine. U istraživanju je primijenjeno osam instrumenata koji su prilagođeni u skladu s potrebom izrade istraživanja te utvrđivanja zdravstvene sposobnosti u sklopu sistematskog kontrolnog zdravstvenog pregleda policijskih službenika, među kojima za potrebe ovog rada valja istaknuti:

- Upitnik percipiranog stresa – PSS (*Perceived Stress Scale*)
- Upitnik psiholoških teškoća – BSI-25 (*Brief Symptom Inventory*)
- Upitnik tjelesnih teškoća – PSI (*Physical Symptoms Inventory*)
- Upitnik organizacijskih izvora stresa na radu – PSQ-Org (*Organizational Police Stress Questionnaire*)
- Upitnik operativnih izvora stresa na radu – PSQ-Op (*Operational Police Stress Questionnaire*).

Upitnikom PSS evaluira se subjektivna procjena razine percipiranog stresa (ili percipirani doživljaj nelagode), odnosno namjera mu je mjeriti stupanj u kojem ispitanici svoj život doživljavaju nepredvidljivim, nekontrolabilnim i preopterećujućim, a što su tri osnovne komponente doživljaja stresa (Tot, 2012., 154.). Upitnik BSI-25 jest upitnik samoprocjene koji mjeri postojeći stupanj psiholoških simptoma nelagode (ili psiholoških teškoća) izazvane stresnim situacijama u životu tijekom posljednjih sedam dana, a što je za potrebe ovog istraživanja uputom produženo na 30 dana (Tot, 2012., 155.). Upitnikom PSI procjenjuje se prisutnost tjelesnih (somatskih) simptoma (ili tjelesne teškoće) za koje se pretpostavlja da su povezani sa stresom (npr. bolovi u želucu, smetnje spavanja, bol u prsima, iscrpljenost) (Tot, 2012., 155.).

Autor u radu navodi što pokazuju rezultati istraživanja, a za potrebe ovog rada valja istaknuti sljedeće:

- Policijski službenici većim intenzitetom stresnosti procjenjuju organizacijske izvore stresa na radu.
- Kod policijskih službenika u I. i IV. kategoriji policijskih uprava veći je intenzitet stresnosti organizacijskih i operativnih izvora stresa na radu te iskazuju višu razinu percipiranog stresa, kao tjelesnih i psiholoških teškoća.
- Policijski službenici s duljim radnim stažem (18 – 30 godina) iskazuju veći intenzitet stresnosti organizacijskih i operativnih izvora stresa na radu, skloniji su izboru emocijama usmjerene strategije suočavanja i viša je razina percipiranog stresa, psiholoških i tjelesnih teškoća.
- Policijski službenici više životne dobi (41 – 51 godinu) percipiraju više psiholoških teškoća i u većoj mjeri preferiraju izbor emocijama usmjerenih strategija suočavanja.

- Među policijskim službenicima srednje stručne spreme viša je razina percipiranog stresa, psiholoških i tjelesnih teškoća te iskazuju veći intenzitet stresnosti operativnih izvora stresa, dok je u slučaju više i visoke stručne spreme veći intenzitet stresnosti povezan s organizacijskim izvorima stresa na radu i u većoj mjeri preferiraju izbor aktivnog suočavanja.
- Nerukovodeći policijski službenici iskazuju višu razinu percipiranog stresa i psiholoških teškoća, a u suočavanju sa stresom na radu u većoj mjeri preferiraju izbor strategije izbjegavanjem.
- Policijski službenici na srednjim i višim rukovodnim položajima u većoj mjeri preferiraju izbor aktivnog suočavanja sa stresom na radu.

U konačnici, uvažavajući dobivene rezultate i predložene smjernice, valja naglasiti da aktivnosti u smjeru poboljšanja uvjeta rada i smanjenja negativnih učinaka stresa na radu među policijskim službenicima trebaju ujediniti individualne i organizacijske napore, pri čemu se, osim s vlastitim, treba voditi pozitivnim iskustvima suvremenih policijskih službi u svijetu (Tot, 2012., 298.).

Mentalno zdravlje na radnome mjestu postalo je zabrinjavajuće zbog troškova povezanih s depresijom, anksioznošću, sagorijevanjem i čak samoubojstvom, koje zauzima visoko mjesto među policajcima. Kako bi se poboljšalo zdravlje na radnome mjestu, ključno je redovito identificirati razine stresa i sagorijevanja. Querios i sur. (2020.) navode 108 studija koje koriste različite upitnike za mjerenje sagorijevanja ili profesionalnog stresa među policajcima, ali malo studija koristi specifične upitnike za policijski stres. Veličine uzoraka uglavnom su bile manje od 500 sudionika, a studije su uglavnom provedene u posljednjem desetljeću u SAD-u i Brazilu, ali i u još 24 zemlje, što pokazuje razmjere interesa za tu temu. Sagorijevanje se pojavljuje kao odgovor na kroničan stres na poslu i postalo je epidemijski fenomen s troškovima za radnike i organizacije, a to izaziva zabrinutost koju je više puta istaknula Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu (EU-OSHA, 2018.), posebno kampanjom „Zdrava radna mjesta“.

Cilj istraživanja koje su proveli Padyab i sur. (2023.) bila je usporedba različitih vrsta stresa među policajcima u Norveškoj i Švedskoj te prikaz kako se obrazac doživljavanja stresa mijenjao tijekom vremena u tim zemljama.

To su samo neki primjeri istraživanja o stresu među policijskim službenicima. Provedba budućih istraživanja na tom području iznimno je važna zbog nekoliko razloga. Razumijevanje specifičnih izvora stresa može pomoći u kreiranju ciljanih intervencija za smanjenje negativnih učinaka stresa na mentalno i fizičko zdravlje policijskih službenika. Također, buduća istraživanja mogu pružiti uvid u razlike u stresu među policijskim službenicima iz različitih zemalja ili regija, omogućujući prilagodbu politika i praksi specifičnih za određenu kulturu i kontekst. Dugoročna istraživanja mogu otkriti promjene u obrascima stresa tijekom vremena, što je ključno za prilagodbu strategija upravljanja stresom u skladu s promjenjivim okolnostima i izazovima s kojima se policijski službenici suočavaju. Ona također mogu identificirati faktore koji pridonose otpornosti na stres, što može biti korisno za obuku i razvoj novih policijskih kadrova. Iznimno je važno da istraživanja mogu pomoći u smanjenju stigmatizacije povezane s traženjem pomoći za mentalno zdravlje među policijskim službenicima, promovirajući kulturu koja potiče dobrobit i podršku.

4. PSIHOSOCIJALNA ZAŠTITA POLICIJSKIH SLUŽBENIKA U HRVATSKOJ

Psihosocijalna zaštita policijskih službenika provodi se u cilju prevencije te suočavanja i prevladavanja poteškoća u osobnom i profesionalnom funkcioniranju zaposlenika Ministarstva unutarnjih poslova (u daljnjem tekstu: Ministarstvo), kao i radi psihološke pomoći zaposlenicima Ministarstva nakon posredne ili neposredne izloženosti traumatskom događaju ili drugoj visoko stresnoj i kriznoj situaciji.

4.1. Odjel za psihosocijalnu zaštitu na radu

Uredbom o unutarnjem ustrojstvu Ministarstva uređuju se unutarnje ustrojstvo Ministarstva, nazivi upravnih organizacija u sastavu Ministarstva i drugih unutarnjih ustrojstvenih jedinica, njihov djelokrug i način upravljanja. Tako je unutar ustrojstvene jedinice Uprava za pravne poslove i ljudske potencijale ustrojen Sektor za upravljanje ljudskim potencijalima, a unutar njega Služba za planiranje, prijam i razvoj ljudskih potencijala, čiji je sastavni dio i Odjel za psihološku i zdravstvenu zaštitu na radu. Prema članku 140. Uredbe o unutarnjem ustrojstvu Ministarstva, Odjel za psihološku i zdravstvenu zaštitu na radu organizira, neposredno sudjeluje i analizira provedbu zdravstvenih pregleda prilikom zapošljavanja kandidata te izvanrednih kontrolnih i sistematskih kontrolnih zdravstvenih pregleda. Također, sudjeluje u radu zdravstvenih komisija, prati opći zdravstveni status zaposlenika, surađuje s javnozdravstvenim ustanovama i predlaže mjere smanjenja pobola u ustrojstvenim jedinicama Ministarstva te organizira i koordinira provođenje preventivnih zaštitnih mjera protiv zaraznih bolesti. U suradnji s ustrojstvenim jedinicama Ministarstva, Odjel za psihološku i zdravstvenu zaštitu na radu provodi program psihosocijalne zaštite zaposlenika, uključujući i rad s obitelji zaposlenika, sudjeluje u postupku upućivanja policijskih službenika u mirovne misije i njihova povratka te provođenju postupka profesionalne selekcije i orijentacije. Isto tako, u suradnji s nadležnim institucijama i ustrojstvenim jedinicama Ministarstva organizira, provodi i nadzire primjenu mjera zaštite na radu, sudjeluje u izradi podzakonskih akata iz djelokruga rada Odjela i u suradnji s nadležnim institucijama i ustrojstvenim jedinicama sudjeluje u izradi procjene rizika radnih mjesta.

Odjel za psihosocijalnu zaštitu policijskih službenika pruža podršku na nekoliko ključnih načina, osiguravajući sveobuhvatan pristup očuvanju mentalnog zdravlja i blagostanja policajaca. Prvi način jesu savjetovanje i psihoterapija. Taj segment obuhvaća individualne i grupne savjetodavne sesije koje pomažu policijskim službenicima u suočavanju s osobnim i profesionalnim stresom, anksioznošću, depresijom i drugim mentalnim zdravstvenim problemima. Psihoterapija uključuje razne metode, kao što su kognitivno-bihevioralna terapija (KBT), terapija usmjerena na rješenja i podrška u kriznim intervencijama, prilagođene potrebama svakog pojedinca. Kada se dogodi izvanredna situacija, poput prometne nesreće, nasilja ili prirodne katastrofe, timovi za psihosocijalnu podršku pružaju hitnu podršku policijskim službenicima i njihovim obiteljima. To može uključivati razgovore o osjećajima, reakcijama, emocionalnu podršku i savjetovanje. Odjel također organizira edukacije te obuke za prepoznavanje i upravljanje stresom, razvoj emocionalne otpornosti i suočavanje s traumatskim iskustvima. Ti edukativni programi uključuju strategije za očuvanje mentalnog zdravlja i prevenciju izgaranja (*burnout*), pružajući policajcima alate za učinkovito upravljanje

stresom i očuvanje profesionalne učinkovitosti. U sklopu prevencije stresa i izgaranja, razvijaju se preventivni programi i strategije za smanjenje stresa. To može uključivati radionice o upravljanju stresom, tehnike opuštanja i savjete za usklađivanje profesionalnog i privatnog života. Programi također promoviraju zdrave radne navike i pružaju podršku u uspostavljanju ravnoteže između posla i privatnog života, čime se smanjuje rizik od stresa i izgaranja. Osiguranje tajnosti i povjerenja ključno je za poticanje otvorenosti i spremnosti na traženje pomoći. Odjel jamči da svi kontakti i informacije koje policijski službenici dijele ostaju povjerljivi, čime se smanjuje stigmatizacija (Craddock i Telesco, 2022., 174.). i potiče pravilan pristup pomoći. Na kraju, praćenje i evaluacija učinkovitosti programa podrške i intervencija omogućava Odjelu osiguranje prikladnih i učinkovitih programa te kontinuirano unapređivanje usluga prema potrebama policijskih službenika.

Putem tih aktivnosti, Odjel za psihosocijalnu zaštitu ima ključnu ulogu u očuvanju mentalnog zdravlja i blagostanja policijskih službenika, čime pridonosi njihovoj boljoj učinkovitosti i zadovoljstvu na poslu.

5. PRAKSA IZ DRUGIH DRŽAVA

U Europskoj uniji postoji uredba o zdravlju i sigurnosti na radu, čije se odredbe mogu primijeniti i na psihosocijalne karakteristike posla. Europski je parlament usvojio rezoluciju u kojoj ističe potrebu usklađenosti između karakteristika posla te sposobnosti i potreba zaposlenika, kao i potrebu prevencije nesklada između zahtjeva posla i mogućnosti zaposlenika. U Rezoluciji se posebno skreće pozornost na probleme nedostatka autonomije na poslu te monotonih i repetitivnih poslova, a ističe se važnost ergonomije i primjene novih tehnologija u poboljšanju radnih uvjeta povezanih sa zdravljem i sigurnošću na radu (Poredoš i Kovač, 2004., 65.).

Malloy i Mays su 1984. naveli da je policijski posao stresan sam po sebi pa je među policijskim djelatnicima stres itekako izražen. Istaknuli su da je policijski posao stresniji od ostalih zanimanja. Oni smatraju da je nužno provoditi aktivnosti koje će smanjiti uzroke i posljedice stresa u policijskom poslu. Na kraju su zaključili da će policijski posao u budućnosti postati još više stresan (Vukosav i Rebrović, 2006., 181.).

Prema T. H. Blau, različite se psihološke intervencije u policiji koriste gotovo stotinu godina. Tijekom 20. st. u SAD-u pojedini su psiholozi nudili savjetodavne usluge raznim lokalnim, državnim i federalnim policijskim službama. S vremenom se pojavila potreba za ujedinjavanjem tih usluga u specifične službe pa je tako 1970. na *FBI Academy* u Quanticu, Virginia, osnovana prva Jedinica primijenjene psihologije (*Behavioral Science Unit in a Mid-Size Law Enforcement Agency*). Lista usluga Jedinice vrlo je opsežna, a kao najčešće se nude: savjetovanje rukovoditelja, profesionalna selekcija policijskih službenika, usluge u kriminalističkim istragama, brojne edukacije te različite usluge za očuvanje mentalnog zdravlja policijskih službenika kao što su razni oblici psihološkog savjetovanja, primjerice za smanjenje stresa, u kriznim situacijama, u obiteljskim problemima, u stanjima osobne ili kolektivne radne krize i sl. (Tot i Šikić, 2004., 101.).

Russell i Beigel drže da je u policijskim odjelima najbolje imati stalno zaposlene psihologe ili druge kvalificirane stručnjake za mentalno zdravlje. U prilog tome navode i nekoliko razloga: profesionalni stručnjaci bit će dobro upoznati s ljudima i radom policijskih odjela, približit će se njihovim potrebama, očekivanjima i načinu rada te, što je najvažnije,

moći će razvijati osjećaj međusobnog povjerenja. Sukladno s tim, u SAD-u su razvijena četiri programska modela putem kojih su stručnjaci za mentalno zdravlje stalno dostupni policijskim službenicima i neposredno uključeni u rad policije (Tot i Šikić, 2004., 102.).

U Njemačkoj, pri Visokoj policijskoj školi u Villingen-Schwenningenu preko Službe za koordinaciju u svladavanju konflikata i upravljanja kriznim situacijama razvijen je specifičan program tzv. *policijskih trenera*. To su policijski službenici koji uz svoje redovite policijske zadaće rade i kao suradnici službe za psihosocijalnu zaštitu. Ideja o tzv. policijskim trenerima proizašla je iz spoznaje da se policijski službenici najlakše povjeravaju svojim kolegama. Treneri su visokoobrazovani, prihvaćeni i cijenjeni u svojoj radnoj okolini zbog izražene sklonosti da pomažu kolegama i zbog osjetljivosti na ljudske probleme. Oni su dio radnog kolektiva, a zbog vlastitog iskustva mogu dobro razumjeti teškoće s kojima se nose policijski službenici. Osnovna im je zadaća da budu dostupni kolegama kada im oni samoinicijativno pristupe ili ako sami zapaze osobne probleme ili teškoće na razini grupe. Ako su problemi takvi da ih policijski treneri ne mogu sami riješiti, složenije slučajeve upućuju drugim stručnim službama u sklopu psihosocijalne zaštite (Tot i Šikić, 2004., 102.).

6. PRIJEDLOZI ZA SMANJENJE STRESA

Radi promocije i zaštite mentalnog zdravlja policijskih službenika, daljnje se smjernice odnose na potrebu uvažavanja temeljnih postavki i intervencija koje se u literaturi nude kao dobra praksa, a ne zahtijevaju veća materijalno-financijska ulaganja i promjene u unutarnjem uređenju. Tri su razine intervencije u prevenciji stresa na radu među policijskim službenicima (Tot, 2012., 290.):

1. primarna prevencija
2. sekundarna prevencija i
3. tercijarna prevencija.

U primarnoj prevenciji veliku ulogu treba imati kvalitetna selekcija kandidata, kako za školovanje tako i za prijam na poslove policijskih službenika. Uz standardne psihologijske, medicinske i motoričke provjere, kvalitetna profesionalna selekcija trebala bi uključivati i intervju te situacijska testiranja otpornosti na stres, čime bi se osigurao izbor visoko intrinzično motiviranih kandidata sa zadovoljavajućim psihofizičkim i zdravstvenim predispozicijama (Crippen, 2018, 19.).

Na razini sekundarne prevencije treba razvijati psihosocijalne oblike pomoći i podrške policijskim službenicima, a kojima se ublažavaju negativne posljedice izloženosti visoko stresnim i traumatskim situacijama te sprječava razvoj nepovoljnih posljedica. Takve oblike pomoći moguće je pružiti unutar same organizacije, kako od stručnih službi tako i policijskih službenika osposobljenih u temeljnim vještinama psihološkog savjetovanja i kolegijalne podrške (Tot, 2012., 293.).

Na razini tercijarne prevencije, policijskim službenicima treba omogućiti dostupnost i žurnost u dobivanju svih oblika zdravstvene pomoći, pravne zaštite i socijalne skrbi. Pri tome, i ako to nije povezano s izvršenjem kaznenog i/ili prekršajnog djela te povredom službene dužnosti, nužno je zaštititi privatnost i dostojanstvo, kako policijskih službenika tako i njihovih obitelji (Tot, 2012., 294.).

7. ZAKLJUČAK

Može se zaključiti da se zbog specifičnosti u obavljanju policijskih poslova zanimanje policijskih službenika smatra visoko zahtjevnim u odnosu na druge profesije. Zbog navedenog razloga, stres na radu, koji je danas postao sveprisutan fenomen s kojim se suočavaju sve profesije, posebno je prisutan među policijskim službenicima. Jasno je da stručni krugovi prepoznaju sve posebnosti tog posla, jer je pojam policijski stres već odavno u upotrebi, kako u literaturi tako i u praksi. U prilog tome govore i sve brojnija istraživanja u tom području te psihosocijalna zaštita policijskih službenika.

Aktivnosti u tom području provode se kako bi se prevenirale i prevladale poteškoće u osobnom i profesionalnom funkcioniranju policijskih službenika, ali i radi psihološke pomoći svim zaposlenicima nakon posredne ili neposredne izloženosti traumatskom događaju ili drugoj visoko stresnoj i kriznoj situaciji. Još kvalitetnija psihosocijalna zaštita mogla bi se postići implementacijom primjera dobre prakse iz drugih država uz prilagodbu hrvatskoj kulturi i uvjetima.

Kako je u samom radu navedeno, policijski službenici građanima pružaju zaštitu njihovih temeljnih ustavnih prava i sloboda i zaštitu drugih Ustavom Republike Hrvatske zaštićenih vrijednosti te upravo zbog toga policijsku službu treba cijeniti i poštovati, jednako kao i osobe koje je obavljaju. Stoga skrb o mentalnom zdravlju policijskih službenika, kao pripadnika vjerojatno najstresnijeg zanimanja, nije luksuz nego profesionalna obveza. Svaka organizacija koja se brine o svojim zaposlenicima, pa tako i policijska, treba sustavno planirati i provoditi organizacijske mjere za smanjenje stresa na radu. Ključno je prepoznati važnost uvođenja sustava sigurnosti na radu u policijsku službu, kao jedno od rješenja te urediti zakonske okvire koji će omogućiti zaštitu policijskih službenika od stresa na radu.

LITERATURA

1. Capan, M., Sindik, J., Bičanić, V. (2016). *Povezanost sagorijevanja na poslu i karakteristika posla policijskih službenika*, *Policija i sigurnost*, 25 (2/2016), 164–177.
2. Craddock, T. B., Telesco, G. (2022). *Police Stress and Deleterious Outcomes: Efforts Towards Improving Police Mental Health*. *Journal of police and criminal psychology*, 37(1), 173–182.
3. Crippen, C.M., (2018). *Effects of Occupational Stress on Decision-Making Style in Law Enforcement Officers*. Doctoral Studies. Walden University.
4. Drew, J. M., Martin, S. (2021). *Policing during a global health pandemic: Exploring the stress and well-being of police and their families*. *Journal of Community Safety and Well-Being*, 6 (3), 104–111.
5. EU-OSHA (2018). *Healthy Workers, Thriving Companies – A Practical Guide to Wellbeing at Work*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
6. EU-OSHA (2022). *Psychosocial risks and workers health*. Belgium: Publications Office of the European Union.
7. EU-OSHA (2023). *The links between exposure to work-related psychosocial risk factors and cardiovascular disease*. United Kingdom: Publications Office of the European Union.
8. Glavina Jelaš, I., Karlović, R., Markanović, D., Pačelat, J. (2022). *Prvih pet godina rada Savjetovališta Visoke policijske škole*, *Policija i sigurnost*, 31, 4; 532–547.

9. Glavina Jelaš, I., Korak, D., Dević, I. (2014). *Adaptivni i maladaptivni načini suočavanja sa stresom kod policijskih službenika*, Sigurnost, 56 (3), 203–211.
10. Glavina Jelaš, I., Pačelat, J., Mahnet, K. (2020). *Povezanost dispozicijskog mindfulnessa s mentalnim i tjelesnim zdravljem hrvatskih policajaca*. Policijska i sigurnost, 29 (1-2/2020.), 5–22.
11. Glavina Jelaš, I., Pačelat, J., Mahnet, K. (2020). *Prihvaćaju li policajci moderne psihološke tretmane?*, Zbornik radova VI. međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Istraživački dani Visoke policijske škole u Zagrebu“ / Cajner Mraović, Irena; Kondor-Langer, Mirjana (ur.). Zagreb: Ministarstvo unutarnjih poslova, 165–179.
12. Glavina, I., Vukosav, J. (2011). *Stres u policijskoj profesiji*, Policijska i sigurnost, 20 (1), 32–46.
13. Granholm Valmari, E., Ghazinour, M., Nygren, U., & Gilenstam, K. (2022). *Exploring the life contexts of patrolling police officers in the European Union – A scoping review*. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 30(5), 585–603.
14. Granholm Valmari, E., Ghazinour, M., Nygren, U., & Gilenstam, K. (2022). *A systematic review of lifestyle and health among patrolling police officers*. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 30(5), 721–744.
15. Gutshall, C. L., Hampton, D. P., Sebetan, I. M., Stein, P. C., & Broxtermann, T. J. (2017). *The effects of occupational stress on cognitive performance in police officers*. Police Practice and Research, 18(5), 463–477.
16. Opielka, S., Staller, M. (2024). *Effects of Shift Work on the Mental Health of Police Officers: Results from a Study Within the Police of North Rhine-Westphalia, Germany*. Journal of Police and Criminal Psych.
17. Padyab, M., Hansson, J., Sundqvist, J., Inzunza, M., Ghazinour, M. (2023). *A comparative study of stress experienced by Swedish and Norwegian police officers*. Frontiers in Health Services, 3 (1072248).
18. Parsons, J., R., L. (2004). *Occupational Health and Safety Issues of Police Officers in Canada, the United States and Europe: A Review Essay*.
19. Poredoš, D., Kovač, M. (2004). *Stres i „mobbing“ na radnom mjestu*, Kriminologija i socijalna integracija, 12 (1), 63–70.
20. Purba, A., Demou, E. (2019). *The relationship between organisational stressors and mental wellbeing within police officers: a systematic review*. BMC public health, 19(1), 1286.
21. Pravilnik o psihosocijalnoj zaštiti zaposlenika Ministarstva unutarnjih poslova (NN 124/12., 73/18.).
22. Queirós, C., Passos, F., Bártolo, A., Marques, A.J., da Silva, C. F., Pereira, A. (2020). *Burnout and Stress Measurement in Police Officers: Literature Review and a Study With the Operational Police Stress Questionnaire*. Frontiers in Psychology, 11 (587), 1–23.
23. Ratnayake, S. B. D. C., Gunasekara, U. L. T. P. (2023). *The Effects of Occupational Stress on the Job Performance of Police Officers in Sri Lanka*. Srusti Management Review, 16 (1), 70–77.
24. Tot, B. (2010). *Evaluacija upitnika organizacijskih i operativnih izvora stresa na radu kod policijskih službenika*, Kriminologija i socijalna integracija, 18 (1), 39–51.
25. Tot, B. (2008). *Povezanost dimenzija sagorijevanja na radu i nekih samoiskazanih psiholoških tegoba u policijskih službenika*, Kriminologija i socijalna integracija, 16 (1), 1–14.
26. Tot, B. (2012). *Stres na radu kod policijskih službenika*. Doktorski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.
27. Tot, B., Šikić, N. (2004). *Psihosocijalna zaštita policijskih službenika u Hrvatskoj*, Rad i sigurnost, 8 (2), 91–109.

28. Uredba o unutarnjem ustrojstvu Ministarstva unutarnjih poslova (NN 70/12., 140/13., 50/14., 32/15., 11/17., 129/17., 5/18., 109/18., 24/19., 79/19., 97/20., 7/22. i 149/22.).
29. Verhage, A., Noppe, J., Feys, Y., Ledegen, E. (2018). *Force, Stress, and Decision-Making Within the Belgian Police: the Impact of Stressful Situations on Police Decision-Making*. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 1–13.
30. Violanti, J. M., Charles, L. E., McCanlies, E., Hartley, T. A., Baughman, P., Andrew, M. E., Fekedulegn, D., Ma, C. C., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C. M. (2017). *Police stressors and health: a state-of-the-art review*. *Policing (Bradford, England)*, 40(4), 642–656.
31. Vukosav, J., Rebrović, A. (2006). *Stres menadžment, Policija i sigurnost*, 15 (3-4), 153–191.

Abstract

Ivan Trstenjak*, Kristina Dundović**

The Impact of Stress and Psychosocial Protection of Police Officers

Stress at work is a specific type of stress, the source of which is the work environment, and today, it has become a ubiquitous phenomenon faced by all professions, especially the occupation of police officers, which is considered one of the most stressful occupations. The reason for this is the specifics in performing tasks that make the profession of police officers specific and highly demanding compared to other professions. The organization of work, working conditions, assigned tasks, extraordinary events, as well as the duties, authorities, and moral code set high goals for police officers. For police officers, there are two main sources of stress – stress arising from the content of the job itself and stress arising from the organization of the work. Operational stress stems from the very nature of police work and is related to the use of force, exposure to violence, and human suffering in general. In contrast, organizational stress pertains to the overload of administrative tasks, poor communication with colleagues and superiors, lack of feedback, inadequate leadership, or lack of advancement opportunities. Professional circles recognize all the peculiarities of this job, so the term police stress has long been used in literature and practice. This is supported by the increasing research in this area, both in the world and in the Republic of Croatia, and the psychosocial protection of police officers carried out by the Ministry of the Interior of the Republic of Croatia. Based on examples from other countries, it is possible to improve the psychosocial protection of police officers in Croatia further. The above examples represent good practice that gives positive results and offers guidelines by which better quality psychosocial protection could be achieved in the police system of the Republic of Croatia, as well as reducing stress among police officers.

Keywords: safety at work, stress at work, the influence of stress, psychosocial protection, police officers.

* Ivan Trstenjak, bacc. ing. sec., Lead Auditor, United Registrar of Systems Adriatica Ltd., Bjelovar.

** Kristina Dundović, dipl.ing.sig., Senior Lecturer at the University of Applied Sciences of Rijeka, Rijeka.