

Poszttraumás stressz szindróma (PTSD) és traumaérzékenység kezelése a magyar és a nemzetközi rendvédelmi szervek szolgálatának árnyékában.

A rendvédelmi dolgozók – rendőrök, katonák, tűzoltók, büntetés-végrehajtási és katasztrófavédelmi szakemberek – munkájuk során rendszeresen kerülnek olyan extrém, sokszor életveszélyes helyzetekbe, amelyek hosszú távon számukra, valamint a hozzátartozóknak, barátoknak, közvetlen kollégáknak is komoly mentális terhet jelentenek, mivel akaratlanul is közvetetten a traumatikus eseményeket átadjuk. (Pl. New York, 2001-ben a World Trade Center elleni terrortámadás kapcsán)

A poszttraumás stressz szindróma (PTSD) a megterhelő rendkívüli egyedi élményekre adott gyakori pszichés reakció, amely orvosi gyógykezelés kezelés nélkül a rendvédelmi személy életminőségének romlásához, kiégéshez vagy akár pályaelhagyáshoz vezethet és a meglévő kapcsolatát is krízisbe taszíthatja.

A tanulmányaim célja, hogy bemutassam a PTSD jelenségét a rendvédelmi szervek gyakorlati kontextusában, feltárva annak kialakulását, tüneteit, ezért a saját PTSD tapasztalatom felhasználásával „peer support” előadások keretében, online platformokon valamint publikációk során végzem. Meg kell említenem, hogy Magyarországon elsőként létrehoztam egy „PTSD-Magyar Rendvédelemben” facebook csoportot, ahol információkat osztunk meg egymással és további PTSD-vel kapcsolatos segítséget, támogatást adunk egymásnak.

Kiemelt figyelmet kell helyezni a traumaérzékeny megközelítésre, hogy a szolgálatot teljesítők és a hozzátartozók lelki terhelhetősége során olyan támogató környezetet alakuljon ki, amely elősegíti a mentális regenerációt.

A kutatásom összehasonlító szemlélettel vizsgálja a magyar rendvédelemben lévő gyakorlatokat és nemzetközi rendvédelmi szervek közötti PTSD-hez való viszonyát. A magyar rendvédelemben lévő kollégák részére minimális az információ megosztás, amely a 2025 évi reprezentív felmérésem jól tükrözi.

Az eredmények és a kutatásaim rámutatnak: a mentális egészség védelme nemcsak egyéni, hanem szervezeti és társadalmi érdek is.