

Kwartalnik policyjny

Nr 4(55)/2020

Rok XIV

ISSN 1898-1453

CZASOPISMO
CENTRUM SZKOLENIA POLICJI
W LEGIONOWIE

www.kwartalnik.csp.edu.pl



PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

W numerze:

- Uzależnienia – problem XXI w. ■ Substancje psychoaktywne ■ Leczenie uzależnień
- Historia anonimowego policjanta ■ Profilaktyka uzależnień ■ Współpraca ze Wspólnotą AA
- Bezpieczeństwo ruchu drogowego ■ Kuratorzy sądowi ■ Vademecum Policjanta

CENTRUM SZKOLENIA POLICJI w Legionowie

PATRON BEZPIECZNYCH DRÓG 2020



Centrum Szkolenia Policji w Legionowie otrzymało certyfikat tytułu honorowego Patrona Bezpiecznych Dróg 2020 od II Ogólnopolskiego Konwentu pt. „Współpraca międzysektorowa i innowacje na rzecz bezpieczeństwa drogowego”, który odbył się 2 października br. w ramach ogólnopolskiego programu „Bądź bezpieczny na drodze” pod patronatem honorowym Premiera RP oraz wielu instytucji, organów i uczelni. Inicjatorem i głównym organizatorem Konwentu jest Fundacja „Nadzieja” Osób Poszkodowanych w Wypadkach Drogowych.

To zaszczytne wyróżnienie zostało przyznane CSP za propagowanie inicjatyw na rzecz bezpieczeństwa ruchu drogowego oraz promowanie zdecydowanych działań i podnoszenie kwalifikacji zawodowych funkcjonariuszy mających na nie wpływ. W szczególności dotyczyło wydania „Kwartalnika Policyjnego” *Na polskich drogach* (nr 4 z 2019 r.), które zostało poświęcone problematyce ruchu drogowego i zawierało artykuły dotyczące m.in. działalności fundacji „Nadzieja” na rzecz osób poszkodowanych w wypadkach drogowych i I Ogólnopolskiego Konwentu, działań Biura Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji we współpracy z policją norweską, Głównego Inspektoratu Transportu Drogowego, stołecznej grupy Speed, władz miasta Jaworzna, gdzie udało się osiągnąć „wizję zero”. Znalazło się w nim także wiele zagadnień praktycznych związanych z doskonaleniem zawodowym policjantów w zakresie bezpieczeństwa ruchu drogowego, opracowanych przez przedstawicieli środowisk akademickich i kadre CSP.

Składamy wyrazy wdzięczności wszystkim, którzy przyczyniają się do tego, że „Kwartalnik Policyjny” stanowi forum rozpowszechniania działań na rzecz bezpieczeństwa oraz wymiany wiedzy i umiejętności zawodowych, tak aby funkcjonariusze mogli jak najlepiej służyć społeczeństwu.

Oprac. podinsp. Agnieszka Gorzałczyńska-Mróz



PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

Kwartalnik
policyjny

Do pobrania na stronie:
www.kwartalnik.csp.edu.pl

CZASOPISMO CENTRUM SZKOLENIA POLICJI W LEGIONOWIE

Wydawca: Centrum Szkolenia Policji w Legionowie

Adres redakcji: ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
sekretariat tel. 47 72 558 81, faks 47 72 535 80,
e-mail: kwartalnik@csp.edu.pl

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Redaktor naczelny:

insp. Marcin Szyndler
tel. 47 72 532 35
e-mail: marcin.szyndler@csp.edu.pl

Zastępca redaktora naczelnego:

podinsp. Agnieszka Gorzałczyńska-Mróż

Sekretarz redakcji:

Dorota Majewska-Pilch

Tłumaczenie na język angielski:

Renata Cedro

Projekt okładki:

Wioleta Kaczańska

Opracowanie graficzne i skład DTP:

Wioleta Kaczańska, Lilianna Królak,
Dorota Majewska-Pilch, Ewa Zduńczyk

Opracowanie redakcyjne:

Agnieszka Gorzałczyńska-Mróż, Ewa Kowalska

Korekta:

Monika Irzycka, Katarzyna Olbryś

Druk: Wydział Wydawnictw i Poligrafii CSP w Legionowie

Nakład: 1000 egz.

Numer zamknięto 10.12.2020 r.

RADA NAUKOWA

- | | | |
|--|--|------------------------------------|
| ■ prof. dr hab. Marek Konopczyński | ■ płk dr hab. Dariusz Majchrzak | ■ dr Oksana Telak |
| ■ prof. dr hab. Jerzy Niemiec | ■ płk dr hab. Piotr Płonka | ■ insp. Piotr Cekała |
| ■ prof. dr hab. Jerzy Nikitorowicz | ■ gen. dyw. rez. dr hab. Krzysztof Załęski | ■ Ivo Juurvee |
| ■ prof. dr hab. Lesław Pytka | ■ płk SG dr Piotr Boćko | ■ płk. Ing. Pavel Kolář |
| ■ prof. dr hab. Jadwiga Stawnicka | ■ insp. dr hab. Iwona Klonowska | ■ komisarz Antoni Permanyer i Fita |
| ■ prof. dr hab. Tadeusz Tomaszewski | ■ insp. dr Rafał Kochańczyk | ■ insp. Beata Różniak-Krzeszewska |
| ■ prof. dr hab. Jacek Bleszyński | ■ mł. insp. dr inż. Robert Maciejczyk | |
| ■ dr hab. prof. WSBiP Mariusz Z. Jędrzejko | ■ dr Andrzej Skwarski | |

LISTA RECENZENTÓW artykułów naukowych w 2020 r.

- | | | |
|----------------------|--------------------------|---------------------------|
| ■ dr Michał Białęcki | ■ dr Marek Działoszyński | ■ dr Wiesław Mądrzejowski |
|----------------------|--------------------------|---------------------------|

RADA WYDAWNICZA pełni funkcję doradczą-programową zespołu redakcyjnego „Kwartalnika Policyjnego”

- | | | |
|----------------------------------|---------------------------------|------------------------|
| ■ mł. insp. Marek Hańczuk | ■ mł. insp. Tomasz Wewiór | ■ nadkom. Adam Czekaj |
| ■ mł. insp. Beata Martyniak-Mróż | ■ mł. insp. Grzegorz Winnicki | ■ nadkom. Artur Duszak |
| ■ mł. insp. Grzegorz Perz | ■ mł. insp. Jarosław Zgierski | ■ Teresa Siennicka |
| ■ mł. insp. Robert Rodziewicz | ■ mł. insp. Wioletta Białkowska | |

Szanowni Państwo

Wydanie to w dużej części zostało poświęcone problematyce uzależnień. Jak bowiem zauważają autorzy artykułu „Uzależnienia – choroba XXI wieku”, mimo że jesteśmy społeczeństwem wiedzy i edukacji, zwiększa się liczba uzależnionych, zarówno od substancji, jak i od czynności. W Polsce uzależnienia chemiczne dotyczą ponad miliona dzieci, młodzieży i dorosłych, natomiast uzależnienia o charakterze behawioralnym są problemem 1,5–2 mln osób.

Eksperti zwracają uwagę, że pandemia COVID-19 oraz związane z nią ograniczenia aktywności społecznej, izolacja i niepokój o bezpieczeństwo ekonomiczne mogą powodować sięganie po różne szkodliwe dla zdrowia psychicznego metody radzenia sobie ze stresem, a w konsekwencji wzrost liczby uzależnionych. Ostrzeżenie to zawarte jest m.in. w wytycznych ONZ dotyczących COVID-19 oraz potrzeby działań na rzecz zdrowia psychicznego („Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health”, 13.05.2020 r.).

W tym numerze przybliżamy m.in. zjawisko uzależnienia, mechanizm powstawania, przyczyny oraz metody terapii, a także charakterystykę substancji psychoaktywnych, zespół uzależnienia od alkoholu oraz metody leczenia. Swoją wiedzę i doświadczeniem zechcieli podzielić się z nami eksperci reprezentujący Centrum Profilaktyki

Społecznej, środowisko naukowe i lekarskie, psychologowie policyjni oraz kadra dydaktyczna CSP.

Ze względu na funkcjonowanie w warunkach stresu oraz presji policjanci należą do grupy podwyższonego ryzyka w zakresie uzależnienia od alkoholu, dlatego szczególny akcent położono na przedstawienie profilaktyki w Policji, działalności psychologów policyjnych oraz współpracy ze Wspólnotą AA w tym obszarze.

Artykuł pt. „Anonimowy policjant” ma charakter wyjątkowy. Stanowi wyznanie uzależnionego od alkoholu funkcjonariusza w służbie czynnej, który opowiada o szansie otrzymanej od przełożonych i współpracowników, o bezinteresownej pomocy ze strony Wspólnoty AA, a także o swojej trudnej drodze do trzeźwości.

W numerze nie zabrakło również przedstawienia kwestii nietrzeźwości w kontekście bezpieczeństwa ruchu drogowego. Duża część artykułów dotyczy wpływu stanu psychofizycznego na prowadzenie pojazdów, aspektów prawnych prowadzenia pod wpływem alkoholu lub innych środków psychoaktywnych, a także wypadków spowodowanych przez nietrzeźwych użytkowników dróg.

Zapraszamy do lektury
Redakcja

W NUMERZE

UZALEŻNIENIA – PROBLEM NASZYCH CZASÓW

- 4** **MARIUSZ Z. JĘDRZEJKO,**
MAŁGORZATA CHMIELEWSKA
Uzależnienia – choroba XXI wieku.
Zjawisko – mechanizmy – przyczyny
– terapia

- 10** **MARIUSZ Z. JĘDRZEJKO,**
MAŁGORZATA CHMIELEWSKA,
DOROTA TRYBUSIŃSKA
Centrum Profilaktyki Społecznej. Model
profilaktyki integralnej opartej na wiedzy

- 15** **PAULINA DYŁ**
Substancje psychoaktywne
– od eksperymentowania
do uzależnienia

- 19** **PAWEŁ MÜLLER**
Zespół uzależnienia od alkoholu.
Problem XXI wieku

- 23** **JERZY JECHALSKI**
Uzależnienia, ich leczenie. Jak to
wygląda w środowisku policjantów

PROFILAKTYKA W SŁUŻBACH MUNDUROWYCH

- 26** **„ARTUR”**
Anonimowy policjant

- 30** **KRZYSZTOF SKARZYŃSKI,**
MONIKA PUJDAK-BRZĘZINKA
Profilaktyka i rozwiązywanie problemów
alkoholowych w Policji. Perspektywa
psychologów policyjnych

34 MARZENA ZAGDAN

Współpraca Wydziału Psychologów garnizonu śląskiego ze wspólnotą AA

35 AGNIESZKA ŚWIDEREK

Doświadczenia z wdrażania programu profilaktyki alkoholowej w garnizonie łódzkim z pozycji lidera oraz bezpośredniego realizatora

35 JACEK DOLIŃSKI

Doświadczenia z prowadzenia działań psychoedukacyjnych, interwencyjnych i wspierających w ramach profilaktyki alkoholowej w garnizonie warmińsko-mazurskim

36 ANNA SZYMAŃSKA, PATRYCJA DOMINIAK-SZAWIOŁA, ALEKSANDRA OSIECKA

Dobre praktyki wspomagające proces zdrowienia osób z problemem alkoholowym

38 DOROTA KOZŁOWSKA

Edukacja i profilaktyka. Współpraca Centrum Szkolenia Policji ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików

43 OPRAC. FUNDACJA BIURO SŁUŻBY KRAJOWEJ AA W POLSCE

Wspólnota AA. Kroki, tradycje i koncepcje

WSPÓŁPRACA POLICJI Z KURATORAMI SĄDOWYMI**46 MACIEJ ANTAS**

Kuratorzy sądowi. Zadania, metody pracy i współpraca z Policją

BEZPIECZEŃSTWO RUCHU DROGOWEGO**50 JAROSŁAW ZGIERSKI**

Wypadki spowodowane przez nietrzeźwych użytkowników dróg

54 ŁUKASZ TRZECIAK

Ofiary wypadków drogowych. Polska na tle państw Unii Europejskiej

58 ROBERT MACIEJCZYK

Prowadzenie pojazdów pod wpływem alkoholu. Aspekty prawne

64 DANIEL STRZELCZYK

Stan psychofizyczny kierującego a droga zatrzymania pojazdu przed przejściem dla pieszych

68 ŁUKASZ TRZECIAK, ANDRZEJ POLAK

Zniesienie obowiązku posiadania przy sobie prawa jazdy przez kierującego pojazdem i inne zmiany przepisów ruchu drogowego

70 MAREK MALISZEWSKI, RAFAŁ BŁOCH

„Cofanie” liczników samochodowych. Aktualny stan prawny i faktyczny

79 MARCIN OGONEK

Przewożenie dzieci w pojeździe. Stosowanie fotelików bezpieczeństwa

82 KRZYSZTOF ŁASZKOWSKI, MARCIN GAŚSIOR

Lex uber. Aspekty prawne przewozu osób samochodami osobowymi

WSPÓŁPRACA MIĘDZYNARODOWA**85 RENATA CEDRO**

Współpraca międzynarodowa CSP z zagranicznymi jednostkami edukacyjnymi zajmującymi się szkolnictwem policyjnym. Część 3. Wyższa Szkoła Zawodowa dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości w Güstrow

VADEMECUM POLICJANTA**90 GRZEGORZ LEŚNIAK**

Techniki upadania w procesie szkolenia policjantów kursu podstawowego

Uzależnienia – choroba XXI wieku

Zjawisko – mechanizmy – przyczyny – terapia

dr hab. prof. WSBiP Mariusz Z. Jędrzejko

ORCID 0000-0001-9882-374X

Centrum Profilaktyki Społecznej
Wyższa Szkoła Biznesu i Przedsiębiorczości**dr Małgorzata Chmielewska**

ORCID 0000-0001-6505-3072

Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny w Radomiu

Uzależnienia, obok chorób układu oddechowego i nowotworów, są najszybciej rozwijającym się zagrożeniem zdrowia Polaków. Te o charakterze chemicznym dotyczą ponad miliona dzieci, młodzieży i dorosłych, natomiast uzależnienia o charakterze behawioralnym są problemem dotyczącym 1,5–2 mln osób. Jeszcze większa jest liczba osób zagrożonych uzależnieniami, np. do eksperymentów z narkotykami przynajmniej co czwarty nastolatek, a z NSP (dopalaczami) od 3 do 6% starszych nastolatków¹. Uzależnienia – jest ich wiele typów – są klasyfikowane w Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób WHO (obecnie edycja ICD-11), w jej wielu działach, i są chorobami o specyficznych cechach, wyróżniających je na tle innych problemów zdrowotnych. Ich leczenie jest złożonym procesem obejmującym diagnozę, terapię/leczenie bezpośrednie (farmakologiczne i nefarmakologiczne), rehabilitację i wsparcie społeczne. W artykule przedstawiono analizę i klasyfikację problemu oraz jego kluczowe kwestie w perspektywie zagrożeń psychosomatycznych i społecznych, a także uwarunkowania terapii.

Uzależnienia są paradoksem współczesnego społeczeństwa wiedzy i edukacji. Ów paradoks polega na poszerzaniu się liczby uzależnionych od substancji i czynności w sytuacji masowej edukacji, dostępu do wiedzy oraz licznych działań profilaktyczno-prewencyjnych. Liczba uzależnionych rośnie z dekadą na dekadę, a jednocześnie głębokim przeobrażeniom ulega ich struktura – widoczną tendencją jest wzrost zagrożeń w młodym pokoleniu oraz zachwianie skuteczności czynników ochronnych na poziomie rodziny. Uzasadnione jest wręcz stwierdzenie, że obecne modele edukacyjno-prewencyjne (szkolne i środowiskowe) są mało skuteczne, wynikiem czego są m.in.: utrzymywanie się znacznej liczby osób uzależnionych np. od alkoholu (około 1 mln Polaków wykazuje objawy uzależnienia alkoholowego), wysoki odsetek młodych ludzi uzależnionych od technologii cyfrowych (problem *cyber disorder* dotyczy około 20% 15–19-latków²), rosnąca liczba młodych ludzi eksperymentujących z narkotykami lub mających z nimi kontakt co najmniej raz w ciągu ostatnich 12 miesięcy (około 10% populacji 15–34-latków³).

Podjmując zagadnienie uzależnień, należy także podkreślić, że wiek XX i XXI przynoszą ich liczne nowe typy, choćby pojawienie się cyberuzależnień (cyberzaburzeń), rozwój bigoreksji (nienaturalne formy ciała mężczyzn i kobiet), nasilenie uzależnienia od nowych substancji psychoaktywnych i pobudzających, tanoreksję, uzależnienie od nowych idei (sekty), dynamiczny rozwój hazardu elektronicznego. Dynamika rozwoju opisywanego w artykule problemu ma swoje przełożenie na systematyczne poszerzanie klasyfikacji chorób (np. w 2019 r. pojawiła się nowa jednostka chorobowa *cyber disorder* – cyberzaburzenia), a także rosnące koszty prewencji i leczenia.

Nie sposób w ramach jednego artykułu opisać wszystkich kluczowych zagadnień dotyczących specyfiki tych zaburzeń, ich mechanizmów rozwojowych oraz problematyki terapii. Autorzy ukazują je zatem w perspektywie poznawczej i analitycznej, która może być przydatna w codziennej pracy policjantów. Prezentowane wnioski są także pokłosiem prowadzonych badań i pracy diagnostyczno-terapeutycznej z osobami uzależnionymi.

Uzależnienia jako problem psychosomatyczny i społeczny

Uzależnienia są definiowane na wielu płaszczyznach, a ze względu na ich różną specyfikę trudno jest zastosować jedną klasyfikację definicyjną. Mówimy oczywiście o przymusie zażywania substancji lub/i wykonywania określonych czynności, co jest związane z pojawieniem się oraz ukształtowaniem w ośrodkowym układzie nerwowym (OUN) mechanizmów napędzających takie działanie, ale rozwój zachowań problemowych, jak i skutki uzależnienia mogą być znacząco odmienne. Jak zwracają uwagę eksperci, w przypadku substancji psychoaktywnych jest to najczęściej „nieprzystosowawczy wzorec używania substancji, prowadzący do istotnego, z punktu widzenia klinicznego, upośledzenia lub cierpienia...”⁴. Jego stwierdzenie wymaga regularnego powtarzania się określonych zachowań lub sytuacji. Same mechanizmy uzależnienia są związane z nadmiernym (odbiegającym od naturalnego) wydzielaniem neuroprzekaźników – m.in. noradrenaliny, serotoniny i dopaminy – które wywołują w mózgu potrzebę powielania zachowań (przyjęcia substancji – uzależnienia chemiczne lub powtórzenia czynności – uzależnienia behawioralne). Możemy mówić o stanie, w którym mózg człowieka uczy się działania w nowym środowisku chemicznym, będącym wynikiem długiej lub/i częstej nadprodukcji neuroprzekaźników, co zostaje szybko zapamiętane przez OUN. Mówiąc inaczej, mózg zaczyna lubić to nowe środowisko chemiczne, gdyż jest mu... lepiej. Oczywiście, istotnym stymulatorem są bodźce zewnętrzne.

Badania pokazują na wyjątkowo wysoką „trwałość” uzależnienia, co upoważnia do postawienia tezy, że ma ono wysoką szkodliwość dla zdrowia psychicznego i/lub somatycznego. Pomimo powszechnej wiedzy na temat siły uzależnień jednym z kluczowych problemów, z jakimi borykają się terapeuci, jest bardzo późne zgłaszanie się pacjentów. Przyczyn jest wiele – obok zasygnalizowanego „stanu zadowolenia”, jaki kształtuje się w OUN, należy wskazać na niską świadomość społeczną potęgi uzależnień oraz psychologiczny problem wstydu (wstydlivosti).

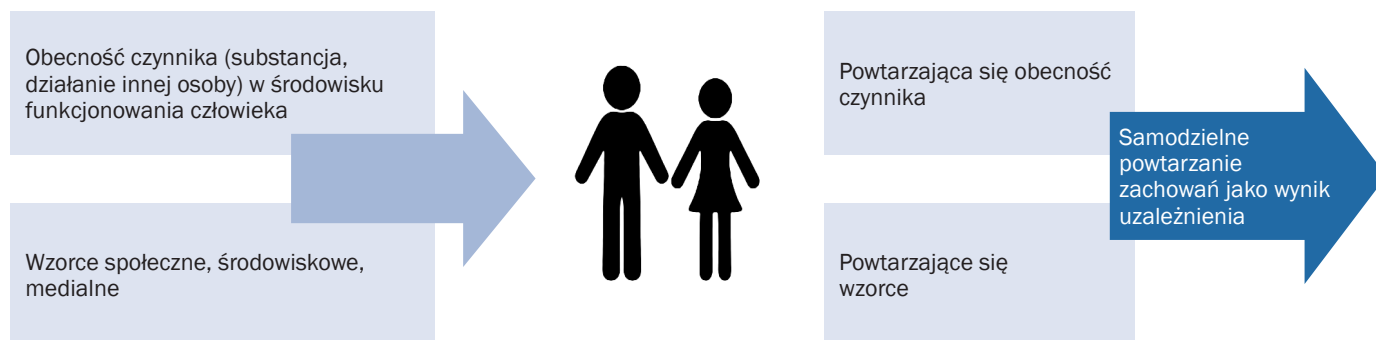
Istota ryzyka uzależnień

Większość uzależnień jest silniejsza od wewnętrznych motywacji człowieka do ich zaprzestania. Osoba uzależniona wymaga wsparcia zewnętrznego w procesie motywacji do diagnozy, samego leczenia oraz utrzymania się w abstynencji. Niektóre z uzależnień wymagają leczenia w zamkniętych specjalistycznych ośrodkach (szczególnie od substancji). Uzależnienie to choroba, która często (np. alkoholizm, narkomania, hazard) towarzyszyć będzie człowiekowi do końca życia – sukces terapeutyczny polega na nauczaniu chorego sprawnego funkcjonowania z tą chorobą (świadomości uzależnienia i umiejętności postępowania w sytuacjach ryzyka i nawrotach).

Już na wstępie konieczne jest wskazanie na kilka istotnych zależności, które pokazują, jak ważna jest higiena funkcjonowania naszego organizmu (schemat nr 2), bowiem mamy pewną „naturalną skłonność” do popadania w uzależnienia. Oznacza to konieczność kontrolowania naszych zachowań lub unikania sytuacji, w których może dojść do silnego wyzwolenia neuroprzekaźników. Nie jest jednak tak, że każda nadprodukcja serotoniny, dopaminy lub noradrenaliny będzie dla nas szkodliwa – wszakże śmiejemy się w kinie, lubimy słodczyce, z radością patrzymy na kwiaty, lubimy gotować i wcale się od tego nie uzależniamy. Szkodliwe zachowania związane są z określonymi substancjami i czynnościami – niektóre z nich rozwijają się do uzależnienia w dłuższej perspektywie, inne bardzo szybko.

Duże znaczenie dla pojawienia się i rozwoju uzależnień mają także nasze cechy społeczne, stan zdrowia, charakteru oraz osobowości – większą skłonność do uzależnień (ale tylko niektórych) obserwujemy np. u osób wycofanych, z niesprawnościami, do innych – wśród ekscentryków i choleryków. Niektórzy autorzy zwracają także uwagę na pojawienie się wzorców zachowań autodestrukcyjnych, szczególnie adresowanych do ludzi młodych⁷. Nie bez znaczenia są – charakte-

Schemat nr 1. Powstawanie uzależnienia



Schemat nr 2. Higiena funkcjonowania organizmu

Sytuacja w mózgu	Pożądane działanie człowieka
Nadmierne wydzielanie dopaminy – szczęście i motywacja ⁵ .	Tworzenie równowagi pomiędzy „generowaniem szczęścia” a innymi, równie naturalnymi stanami człowieka.
Nadmierne wydzielanie serotonin ⁶ – szczęście, dobry nastrój i samopoczucie.	Działania wyciszające i zmniejszające ekscytację.
Nadmierne wydzielanie noradrenalin ⁷ – pobudzenie do działania.	Tworzenie równowagi pomiędzy aktywnością a odpoczynkiem i stanami psychofizycznego wyciszenia*.

* Ten problem jest szczególnie widoczny przy cyberzaburzeniach.

rystyczne dla epoki ponowoczesności – czynniki nadmiernego pobudzania aktywności człowieka, w wyniku czego poszukuje on sposobów, aby je tłumić, „łagodzić” lub jeszcze bardziej wzmacniać. Istotne jest również działanie (jakość) środowiska rodzinnego, a także społecznego, czyli proces socjalizacji:

- ryzyko uzależnień rośnie, gdy taki problem występuje w środowisku rodzinnym – nie musi on jednak dotyczyć tego samego uzależnienia (badanie łódzkie w 2019 r. jednoznacznie pokazało, że dzieci z rodzin z problemem alkoholowym częściej sięgają i uzależniają się od narkotyków⁸);
- silnym predykatorem ryzyka uzależnień jest wpływ środowiska rówieśniczego w okresie adolescencji.

Istnieje wiele podziałów uzależnień, a najczęściej mówimy o uzależnieniach od substancji i uzależnieniach od czynności. Niektóre ujęcia teoretyczne podają także model uzależnień społecznych. Na te trzy grupy powinniśmy nałożyć siatkę uzależnień psychicznych i fizycznych (fizjologicznych). Dla zapewnienia większej czytelności tych podziałów ujmujemy to zagadnienie w formie graficznej.

Analizując zagadnienia uzależnień, należy wskazać na zmiany jakościowe różnych problemów zdrowotnych człowieka. O ile w wiekach XIX i XX dominowały problemy nerwic (jako pokłosie wielu tragicznych [wojen] i złożonych [transformacji ekonomicznych] wydarzeń dotykających ogromne liczby lud-

ności krajów europejskich), o tyle przełom wieku XX i XXI zaznacza się wręcz niekontrolowanym wzrostem uzależnień⁹. Podejmując próbę wskazania na ich makroskalowe przyczyny, należy zwrócić uwagę na globalne procesy, na które nie mamy oczekiwanego wpływu. Pokazujemy tutaj trzy, naszym zdaniem, silnie wpływowe:

- gwałtowny wzrost podaży substancji psychoaktywnych, w tym NSP w całej Europie, przy zaniku państwowych granic wewnętrznych; ułatwia to działanie zorganizowanych grup przestępczych;
- autodestrukcyjne wzorce zachowań obecne w kulturze masowej, skutkujące powielaniem wzorów (celebryci, ikony popkultury);
- oferowanie przez rynek producencki coraz większej ilości produktów oraz kształtowanie nawyków ultrakonsumenckich, co ma wpływ na ciągłą obecność predyktorów uzależnień (np. masowa podaż leków OTC generująca ryzyko lekomanii; brak regulacji ograniczających podaż i spożywanie tzw. energetyków, co zwiększa ryzyko sięgania po substancje silniejsze; reklamowanie alkoholu w mediach; pobudzanie konsumentów).

W zależności od rodzaju uzależnienia ujawniają się w nim mechanizmy zależności psychicznych, fizycznych (fizjologicznych) lub społecznych – czasami występuje tylko jeden, a innym razem dwa, a nawet trzy. Istotne jest także podkreślenie braku jednolitej ścieżki prowadzącej do uzależnień, jak i podobnych schematów, np. pojawienia się uzależnienia po wykonaniu określonej liczby czynności (powtórzeń) lub zażyciu określonej porcji substancji. Istnieją natomiast potwierdzone w badaniach naukowych cechy sprzyjające szybkiemu przejściu od eksperymentów do uzależnienia. Te najczęściej obserwowane dotyczą:

- szybszego uzależniania się kobiet;
- szybszego i głębszego (bardziej szkodliwego) uzależniania się ludzi młodych, szczególnie w okresie adolescencji;
- częstszego uzależniania się od alkoholu i narkotyków przez mężczyzn;
- większego ryzyka uzależnień od narkotyków w środowiskach artystycznych, celebryckich oraz w tzw. środowiskach nowobogackich (dzieci);
- częstszego występowania uzależnień narkotykowych, zakupoholizmu i kompulsywnych wizualizacji – w grupach o zaniku wychowania moralnego;

Schemat nr 3. Kluczowe uzależnienia chemiczne i behawioralne

Kluczowe uzależnienia chemiczne	Kluczowe uzależnienia behawioralne
Alkoholizm Narkomania Uzależnienie od narkotyków/NSP (P/F) Lekomania (P/F) Sterydomania (F) (P/F)	Anoreksja (P) Bulimia (P) Cyberuzależnienia – cyberzaburzenia (P)
Nikotynizm (P/F) Obżarstwo (P/F)	Bigoreksja (P) Hazard (P) Pracoholizm (P) Seksoholizm (P) Zakupoholizm (P) Kompulsywne wizualizacje (P/F) Obżarstwo (P/F)
Uzależnienia społeczne	
uzależnienia od idei (P), uzależnienia od człowieka (P)	

P – psychiczne, F – fizjologiczne

Schemat nr 4. Konsekwencje uzależnień i zależności między nimi

Aspekt społeczny: • osłabienie spójności rodziny • atomizacja człowieka • konieczność poszerzania profilaktyki • wykluczenie społeczne osób uzależnionych • ryzyko powielania wzorów	Aspekt ekonomiczny: • rosnące koszty diagnozy i leczenia osób uzależnionych • konieczność kształcenia nowych kadr i tworzenia nowych instytucji • szara strefa
Aspekt prawny i bezpieczeństwa: • zwiększone obciążenie służb bezpieczeństwa i porządku publicznego • konieczność tworzenia nowych służb publicznych • zagrożenie bezpieczeństwa społecznego	Aspekt zdrowotny: • zaburzenia psychiczne • choroby somatyczne • trwałe kalectwo • skrócenie życia, śmierć

Opracowanie własne autorów.

- częstszego występowania anoreksji i bulimii wśród kobiet (nastolatek);
- częstszego występowania seksuoholizmu u mężczyzn.

Warto także zwrócić uwagę na nowe tendencje obserwowane w badaniach społecznych i diagnozach medycznych, które sugerują wyrównywanie się ryzyka ze względu na płeć oraz rosnącego problemu cyberzaburzeń (*cyber disorder*) w młodym pokoleniu.

Na uzależnienia należy patrzeć w wielu perspektywach. Ich diagnoza tylko w perspektywie chorobowej (psychosomatycznej) byłaby dużym uproszczeniem, gdyż bardzo często jest to zagadnienie silnie wpływające na sferę społecznego funkcjonowania ludzi oraz w obszarze ekonomicznym i prawnym.

Oczywiście każdy z aspektów, obok własnej dynamiki, generuje zależności, np. bezpośrednim następstwem rozwoju zorganizowanej przestępczości narkotykowej oraz pojawienia się rynku NSP były zmiany instytucjonalne w Policji, sanepidzie, poszerzenie bazy leczniczej oraz terapeutycznej, zwiększone zapotrzebowanie na kadry specjalistyczne. Chociaż dokładne zsumowanie kosztów, jakie ponosi państwo na skutek zwiększenia się zagrożeń uzależnieniami jest bardzo trudne, to możemy mówić o kosztach nie mniejszych niż 3–4 mld złotych rocznie. Nie sposób oczywiście zmierzyć kosztów ludzkich np. w postaci przedwczesnej śmierci, utraty szans edukacyjnych, zawodowych, rozpadu rodzin.

Liczne polskie badania obejmujące poszczególne typy uzależnień, jak i diagnozujące je holistycznie wskazują na kilka istotnych zależności, co przedstawiono w schemacie zależności (schemat nr 5). Pokazuje on związek pomiędzy częstszym występowaniem uzależnień, przy uwzględnieniu zmiennych społecznych. Jasnymi polami oznaczono wybrane do tej analizy uzależnienia chemiczne, a ciemnymi – behawioralne.

Przedstawionych zależności nie można jednak odczytywać jako „standardu”, gdyż na rozwój uzależnień ma wpływ wiele czynników wykraczających poza wskazane zmienne, np. uwarunkowania kulturowe, religijność, struktura rodziny, kryzysy społeczno-ekonomiczne. Mimo pewnej „ułomności” schemat oddaje prawidłowości, jakie autorzy obserwują we własnej praktyce diagnostyczno-terapeutycznej.

Grupy i czynniki ryzyka

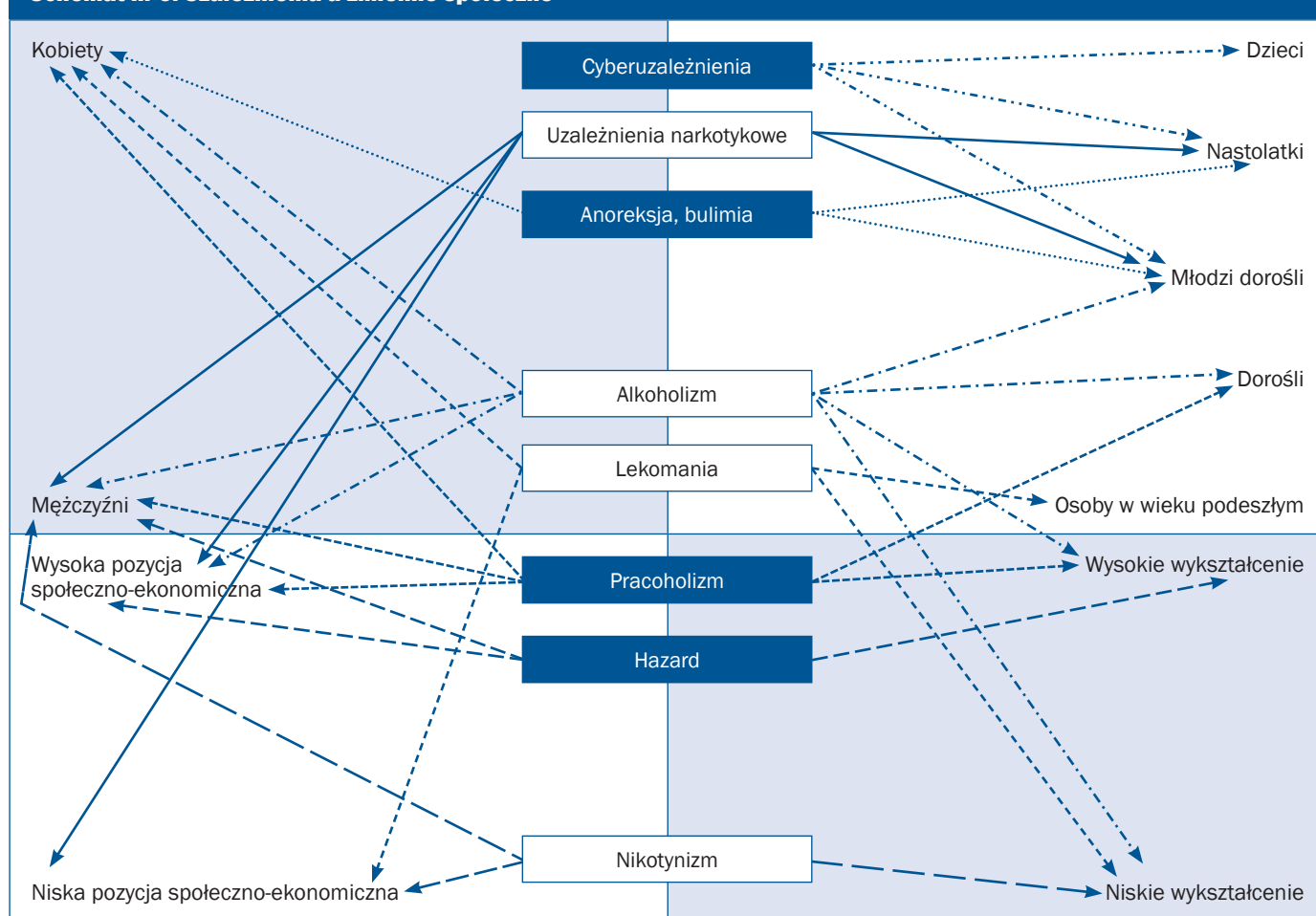
Analiza badań naukowych oraz raportów dotyczących występowania problemu uzależnień daje podstawy do formułowania szerszych wniosków, mających odniesienie do czasów współczesnych:

- problem uzależnień chemicznych występuje częściej w populacji męskiej;
- dzieci wychowywane w sposób przemocowy lub te, na które wywierana jest silna presja psychiczna, częściej niż rówieśnicy popadają w uzależnienia;
- uzależnienia od technologii cyfrowych pojawiają się częściej – i są bardziej intensywne – w młodym pokoleniu;
- lekomania to głównie „domena” kobiet w starszym wieku;
- uzależnienia behawioralne (pracoholizm, hazard, zakupoholizm) dotyczą częściej osób lepiej wykształconych i o większych zasobach finansowych;
- anoreksja i bulimia sytuują się częściej wśród nastolatek i młodych kobiet.

Uwarunkowań zwiększających ryzyko uzależnień jest wiele. Występowanie uzależnień może być np. związane z modelami pracy zawodowej, szczególnie w tych przypadkach, gdy daje ona poczucie wysokiej satysfakcji oraz gratyfikacji finansowej. To zagadnienie powinniśmy łączyć ze specyficznym dla obecnej epoki pojmowaniem sukcesu, który bardzo często związany jest z karierą zawodową oraz obecnością w odbiorze społecznym, szczególnie poprzez media. Ten specyficzny „kult sukcesu” ma niewątpliwie wpływ na ujawnianie się silnych czynników ryzyka, które bardzo często przechodzą w widoczny związek przyczynowo-skutkowy: sukces zwiększa moją rozpoznawalność społeczną, ta wpływa na moją sytuację ekonomiczno-finansową, co z kolei zachęca do większego zaangażowania zawodowego. Skutkiem jest ujawnianie się specyficznego „błędnego koła”, które utrudnia dostrzeżenie przez człowieka ubocznych, negatywnych skutków uzależnienia. Widać to szczególnie w pracoholizmie.

Gdyby szukać szerszych uogólnień, to uzasadnione jest wskazanie na mężczyzn o wyższym statusie społeczno-ekonomicznym jako grupę wysokiego ryzyka. W odniesieniu do nastolatków kształtują się dwie grupy podwyższonego ryzyka: pierwsza to dzieci z rodzin rozbitych, gdzie matki (najczęściej) na skutek obciążeń zawodowych nie są w stanie wypełniać wszystkich funkcji wychowawczych i druga to dzieci z rodzin dobrze sytuowanych, gdzie wychowanie zastąpiono nadmiernym partnerstwem i brakiem kształtowania moralnego dzieci. Od lat konsekwentnie wskazujemy także na „grupę celebrycką”, w której dezintegracji uległy normy przyzwoitości oraz umiaru.

Nie będzie także błędem wymienienie innych uwarunkowań pozwalających na tworzenie schematów grup ryzyka, np. gdy weźmiemy pod uwagę typy pracy zawodowej osób uzależnionych. Nie oznacza to oczywiście, że funkcjonowanie w określonych typach zawodowych czy też modelach pracowniczych

Schemat nr 5. Uzależnienia a zmienne społeczne


Opracowanie własne autorów.

Schemat nr 6. Przykład uzależnienia – pułapka pracoholizmu

Perspektywa pracoholika:

- odnoszę sukcesy zawodowe
- wzrasta moja pozycja zawodowa
- „rosnę” w hierarchii społecznej
- polepsza się moja pozycja ekonomiczno-finansowa
- moja rodzina żyje w lepszych warunkach socjalnych
- jeśli dostrzegam straty społeczne, kompensuję je bardziej intensywną pracą

Stan niedostrzegany:

- na pracę poświęcam coraz więcej czasu – nie łączę zysków z nakładami czasu
- nie dostrzegam zaniku głębokich interakcji społecznych, które zastępują więzi formalne
- moja wartość ma charakter formalny, a nie *ad personam*
- nie dostrzegam rosnących kosztów kariery zawodowej, także zdrowotnych
- łamię się struktura mojej rodziny, a więzi w niej są coraz słabsze
- włącza się mechanizm „błędnego koła” – zwyczaja uzależnienie

jest automatycznym predykatorem uzależnień. Z pewnością jednak ryzyko popadania w nie jest nieporównywalnie wyższe. Grupami podwyższonego ryzyka będą zatem:

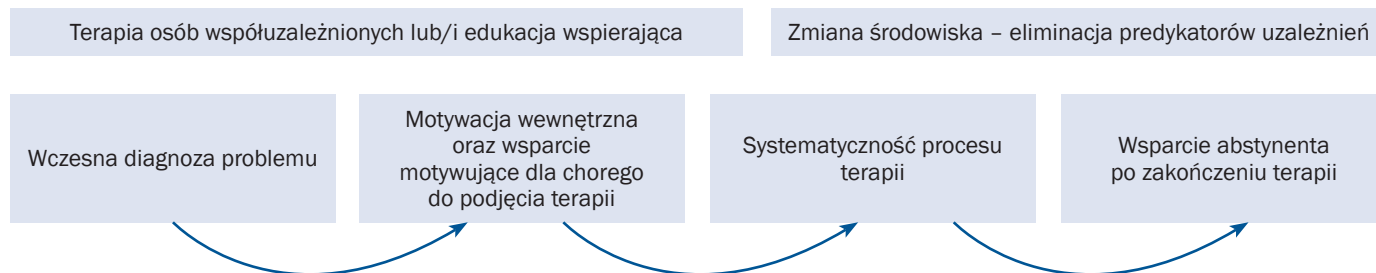
- funkcjonariusze służb mundurowych, w których na skutek silnego i często długotrwałego stresu oraz działania pod presją czasu częściej występują „modele odreagowania” polegające na tłumieniu napięć alkoholem, co generuje wyższe ryzyko jego nadużywania i uzależnienia;
- pracownicy korporacji oraz wysoko sytuowani pracownicy instytucji państwowych, samorządowych, pracownicy mediów, nauczyciele, tzw. wolne zawody oraz osoby aktywne politycznie, które są narażone na wyższe ryzyko pracoholizmu;

W tej grupie występuje istotnie wyższe ryzyko nadużywania alkoholu;

- środowiska bohemy artystycznej oraz celebryckie jako bardziej zagrożone ryzykiem narkotykowym;
- grupy osób uprawiające skrajne formy walk oraz kultury styki zagrożone sterydomanią i bigoreksją;
- osoby pracujące w zawodach nocnych, z bardzo dużym obciążeniem psychofizycznym, bardziej zagrożone używaniem legalnych i nielegalnych psychostymulantów.

Ze względu na ramy artykułu nie jesteśmy w stanie omówić wszystkich zagadnień. Zasadne jest jednak podjęcie jeszcze jednego problemu.

Schemat nr 7. Kryteria skutecznej terapii



Opracowanie własne autorów.

Terapie uzależnień – krótkie wyjaśnienie

Kluczowym warunkiem wychodzenia z uzależnień jest zrealizowanie pełnego programu terapeutycznego, którego punktem wyjściowym jest prawidłowa diagnoza. Fakt stwierdzenia uzależnienia to nic innego jak tylko zobiektywizowanie występowania problemów psychosomatycznych i społecznych. Kluczem jest odszukanie przyczyn, które prowadziły do powstania uzależnienia, a dokładnie – powstania ścieżki zachowań autodestrukcyjnych. Koniecznie trzeba podkreślić, że proces leczenia – terapii jest złożony, najczęściej długotrwały i ma charakter indywidualny. Jego zasadniczym celem jest „uporanie się” z bezpośrednimi skutkami uzależnienia oraz zbudowanie takich zachowań osoby chorej, które umożliwią jej trwanie w abstynencji lub/i kontrolowanie swoich zachowań ryzykownych. Podjęcie terapii stanowi warunek zmian w środowisku wewnętrznym człowieka, jak i w jego otoczeniu zewnętrznym. Jej znaczenie moglibyśmy ująć w dwóch empirycznych faktach:

- w przypadku substancji psychoaktywnych skuteczna terapia wydłuża życie nawet o kilkanaście lat;
- powodzenie terapii pozwala na powrót chorego do wykonywania większości funkcji zawodowych i odbudowę relacji społecznych.

Obecnie realizowanych jest wiele modeli terapii, od psychodynamicznej, poprzez behawioralno-poznawczą, po autorskie rozwiązania. Dla osiągnięcia zmian w skali mezo lub makro konieczne jest realizowanie ciągłych, coraz bardziej pogłębianych kampanii informacyjnych destygmatyzujących osoby uzależnione oraz zachęcające je do podjęcia procesu leczenia. Niezwykle ważnym zadaniem jest uświadamianie rodzicom dalekosiężnych skutków cyberuzależnień – cyberzaburzeń, które są obecnie najważniejszym wyzwaniem terapeutycznym w Polsce i na świecie. Zagadnienie to, określane często jako „uzależnienia 2.0”, generuje dalekosiężne konsekwencje społeczne w postaci przewagi relacji zapośredniczonych, izolacji społecznej, „skrócenia” form relacji interpersonalnych oraz przyjmowania przez dzieci ogromnej liczby informacji. Z punktu widzenia rozwoju dziecka cyberzaburzenia generują trudne do oceny skutki w postaci widocznego już skracania snu dzieci i nastolatków, a więc tej fazy naszego dobowego funkcjonowania, która odpowiada za regenerację psychofizyczną, wzrost i „układanie” pamięci. Gdybyśmy mieli wskazać na najważniejsze predyktory rozwoju cyberzaburzeń u dzieci i nastolatków, to będą nimi:

- kontakt małych dzieci (0–3 lata) z telewizorem, zwłaszcza wykorzystywanie TV jako metody „zajmowania dziecka”;

- używanie przez dzieci cyberzabawek oraz bawienie się smartfonami rodziców;
- brak modelowania relacji dziecko – technologie cyfrowe od urodzenia do wieku 15–16 lat;
- brak systemów kontroli rodzicielskiej na urządzeniach cyfrowych dzieci (szczególnie smartfonach);
- długotrwałe korzystanie z cybertechnologii w wieku dorastania.

Ponieważ zasygnalizowana w początkowej części artykułu skala zjawiska w Polsce mówi o co dwunastej – trzynastej osobie mającej problem z uzależnieniem lub funkcjonującej na jego pograniczu, mówimy o uzależnieniach jako istotnym problemie społecznym.

- ¹ M. Jędrzejko, T. Białas, *Narkotyki i NSP*, Aspra, Warszawa 2019, s. 48–49.
- ² Zob. M. Dębski, M. Bigaj, *Młodzi cyfrowi*, Gdańsk 2019; M. Jędrzejko, A. Taper, T. Kozłowski, *Cyberzaburzenia*, Wydawnictwo WSBiP, Ostrowiec Świętokrzyski 2020, s. 23 i nast.
- ³ Europejski raport narkotykowy 2019, EMCDDA, Luksemburg 2019, s. 43.
- ⁴ M. Seligman, E. Walker, D. Rosenhan, *Psychopatologia*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2003, s. 616.
- ⁵ Zob. A. Longstaff, *Neurobiologia*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 2012.
- ⁶ D.E. Nichols, Ch.D. Nichols, *Seerotonin receptors*, Chem. Rev. Nr 108/2008, s. 1614–1641.
- ⁷ B. Ziolkowska, J. Wycisk, *Autodestrukcyjność dzieci i młodzieży*, Difin, Warszawa 2019, s. 186–196.
- ⁸ J. Kurzępa, *Diagnoza problemu używania narkotyków i NSP na terenie województwa łódzkiego*, Wydawnictwo CBRD, Łódź 2019, s. 21–32.
- ⁹ B. Woronowicz, *Uzależnienia*, Media Rodzina, Poznań 2009, s. 15.
- ¹⁰ A. Alter, *Uzależnienia 2.0. Dlaczego tak trudno się oprzeć nowym technologiom*, Wydawnictwo UJ, Kraków 2018, s. 73–85.

Summary

Addictions – disease of XXI century. Phenomenon – mechanisms – causes – therapy

Addictions are a serious social and health problem in Poland. It concerns about 3 million Poles. The state's losses as a result of addictions exceed PLN 4 billion annually. Addiction to drugs, tobacco and alcoholism significantly shorten life – even by 10–15 years. Cyber disorders are developing the fastest, especially among children and adolescents.

Źródło: Autorzy

Centrum Profilaktyki Społecznej

Model profilaktyki integralnej opartej na wiedzy

dr hab. prof. WSBiP Mariusz Z. Jędrzejko
0000-0001-9882-374X

Dyrektor naukowy
Centrum Profilaktyki Społecznej

dr Małgorzata Chmielewska
0000-0001-6505-3072

Uniwersytet
Technologiczno-Humanistyczny
w Radomiu

dr Dorota Trybusińska
0000-003-4523-4508

Uniwersytet
Technologiczno-Humanistyczny
w Radomiu

Profilaktyka jest zespołem działań mających na celu ograniczenie ryzyka występowania zagrożeń społecznych i zdrowotnych. Adresatem mogą być grupy celowe (np. nastolatki, osoby starsze) lub ogół społeczeństwa. Jej usytuowanie w innych działaniach realizowanych przez instytucje państwowe, samorządowe, edukacyjne oraz organizacje pozarządowe powinno mieć charakter wyprzedzający wobec potencjalnego ryzyka. Polska praktyka wskazuje, że większość działań o charakterze profilaktycznym ma charakter *post factum*, czego przykładem mogą być np. kampanie związane z przeciwdziałaniem skutkom zażywania dopalaczy. Centrum Profilaktyki Społecznej ze swoją ideą profilaktyki integralnej, opartej na wiedzy, jest jedną z pierwszych w kraju inicjatyw, która łączy w integralną całość badania naukowe (w tym społeczne), tworzenie programów profilaktycznych, działania wydawnicze, działalność szkoleniową oraz inicjatywy popularyzatorskie, w tym związane z wykorzystaniem mediów masowych. W ciągu ostatnich pięciu lat eksperci i trenerzy CPS przeszkolili ponad 70 000 osób, a efektem pracy wydawniczej jest 17 opracowań naukowych i popularnonaukowych dotyczących konsekwencji zmian społecznych, profilaktyki narkotykowej, uzależnień behawioralnych oraz profilaktyki cyberzaburzeń, wydanych w języku polskim, niemieckim, ukraińskim i angielskim. W latach 2015–2020 eksperci CPS byli 117 razy cytowani w ogólnopolskich telewizjach i blisko 90 razy w czasopiśmie. Artykuł prezentuje model profilaktyki realizowany przez CPS.

Profilaktyka jest obszarem zainteresowań licznych dyscyplin naukowych oraz instytucji. W wielu przypadkach znalazła „zinstytucjonalizowanie” w postaci odrębnych specjalizacji naukowych (np. profilaktyka społeczna, profilaktyka uzależnień, profilaktyka chorób odżywczych), instytucji o zasięgu ogólnokrajowym (np. Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), pionów specjalistycznych w ramach instytucji państwowych lub samorządowych (np. Ośrodek Rozwoju Edukacji, specjaliści ds. profilaktyki w urzędach miast, samorządowe komisje rozwiązywania problemów alkoholowych, wydziały ds. profilaktyki w służbach mundurowych, pełnomocnicy ds. uzależnień), a także licznych organizacji pozarządowych (NGO) i firm prywatnych zajmujących się różnorodnymi zagadnieniami profilaktyki (np. Stowarzyszenie KARAN, Fundacja Bonum Humanum, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Instytut Edukacji Narodowej, Fundacja Instytut Profilaktyki Zintegrowanej). Rozwój inicjatyw profilaktycznych jest bezpośrednią odpowiedzią na realne problemy będące skutkiem rozwoju zagrożeń społecznych, zdrowotnych i ekonomicznych. W gruncie rzeczy zmierza ona do ukształtowania cha-

rakterów odpornych na „projekty” zachowań problemowych¹, które są częścią ponowoczesnej rzeczywistości. Nie sposób przy tym odpowiedzieć, dlaczego w społeczeństwie wiedzy liczba działań wymagających reakcji profilaktycznej jest tak wielka i w każdym roku pojawiają się nowe problemy, czego przykładem może być np. rozwój patostreamingu lub tzw. darknetu z ofertami nowych substancji psychoaktywnych. Nie dysponujemy dzisiaj żadnym raportem obejmującym analizę potencjału profilaktycznego w Polsce, ale gdyby przyjąć za podstawę wykaz instytucji państwowych, samorządowych, edukacyjnych i NGO, to będzie z pewnością ponad 35 tysięcy różnych podmiotów o potencjale sięgającym około 100 tysięcy osób. Nie jest to liczba przesadzona, jeśli weźmiemy pod uwagę m.in. liczbę psychologów i pedagogów szkolnych, poradni psychologiczno-pedagogicznych (w każdym powiecie co najmniej jedna, a w niektórych nawet 5–7) i profilaktyczny potencjał jednostek Policji. Podobnie trudno ocenić jest finansowe nakłady na profilaktykę w skali Polski, ale jeśli zsumujemy tylko budżety instytucji państwowych i projekty samorządowe (gminne i miejskie KRPA, biura pełnomocników ds. uzależnień) jest to suma przekraczająca 4 miliardy zł rocznie.

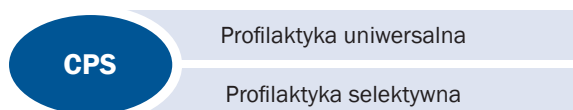
CENTRUM PROFILAKTYKI SPOŁECZNEJ

Każdego roku nasz kraj pozyskuje także znaczne sumy na inicjatywy edukacyjno-profilaktyczne z budżetu Unii Europejskiej. Mówimy więc o ogromnych wydatkach.

Podstawy naukowe i aksjologiczne profilaktyki

Profilaktyka jest zespołem działań ukierunkowanych na ograniczenie zachowań ryzykownych oraz zmianę postaw (sytuacji) w przypadku jej zaistnienia. Obejmuje ona zespół różnorodnych, przeważnie złożonych działań, często ujmowanych w modelu profilaktyki trzystopniowej – trzyczęściowej. Na poziomie I mówimy o profilaktyce uniwersalnej (podstawowej) – adresowana jest ona do wielu grup i nie uwzględnia się w niej stopnia zagrożenia; na poziomie II usytuowano profilaktykę selektywną, która adresowana jest do grup zwiększonego ryzyka – jej odbiorcą są szczególnie młodzi ludzie funkcjonujący w obszarach nienormatywnych i dysfunkcyjnych; poziom III odnosi się do jednostek i grup wysokiego ryzyka, np. uzależnionych, a celem jest minimalizowanie pogłębiania się zachowań ryzykownych. Elementem tej profilaktyki jest m.in. tzw. redukcja szkód. Gdy mówimy o aksjologicznych podstawach profilaktyki, niewątpliwie przesłanką kluczową jest dobro człowieka, z jego dwoma wykładniczymi cechami – życiem i zdrowiem. Może być to ujmowane z uwzględnieniem pierwiastka ideowego (religijnego) lub w ujęciu humanistycznym. Podejście CPS opiera się na pierwiastku humanistycznym, a jego źródło poszukiwać należy w dorobku takich naukowców, jak Maria Jarosz, Zdzisław Kosyrz, Roman Ingarden, Kazimierz Dąbrowski, Zbigniew Gaś, Erich Fromm. Bliskie jest także wielu ujęciom prezentowanym przez ks. prof. Mariana Nowaka, prof. Marię Ryś, ks. dr. Marka Dziewieckiego i ks. prof. Czesława Cekierę.

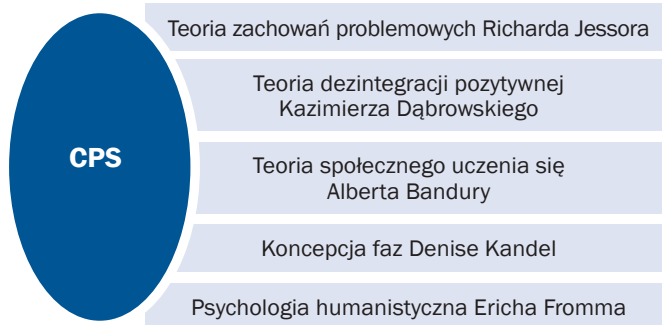
Usytuowanie CPS w modelach polskiej profilaktyki



Trzystopniowy podział jest uznawany przez wielu teoretyków działań profilaktycznych, a jego szerokie i wnikliwe rozwinięcie w polskiej literaturze naukowej znajdujemy m.in. w dorobku osobistym i zespołu wybitnego profilaktyka prof. Zbigniewa Gasia z Lublina². Potencjał polskich naukowców i praktyków stanowiących „latarnie” profilaktyki jest bardzo szeroki, a zdaniem autorów artykułu tworzy go grono 50–60 osób reprezentujących wiele nauk, w tym psychologię, pedagogikę, socjologię, nauki o zdrowiu i medycynę. Wśród osób najczęściej cytowanych w literaturze tematu i przywoływanych przez media należy wymienić Czesława Cekierę, Jana Śledzianowskiego, Zbigniewa Gasia, Bronisława Urbana, Krzysztofa Ostaszewskiego, Jerzego Mellibrudę, Janusza Sierosławskiego, Marka Dziewieckiego, Krzysztofa Wojcieszka, Roberta Ptaszka, Mariusza Jędrzejko, Henryka Gasiulę, Marię Ryś, Mieczysława Radochońskiego, Andrzeja Bałandynowicza, Janusza Trempałę, Helenę Sęk, Zygryda Juczyńskiego, Ninę Ogińską-Bulik, Lidę Cierpiakowską, Bohdanę Woronowiczę, Beatę Ziolkowską, Mariana Stepulakę, Roberta Porzaka, Szymona Grzelaka. Wymieniamy tylko część z osób, których dorobek kształtuje współczesny model profilaktyki. Niektóre z nich mają wyraźne, wręcz fundamentalne, powiązanie z założeniami ideowo-

-religijnymi (Dudziak, Dziewiecki, Cekiera, Wojcieszek, Grzelak), inne wychodzą przede wszystkim z fundamentów wiedzy o rozwoju człowieka oraz podejścia humanistycznego (Cierpiakowska, Woronowicz, Gaś, Jędrzejko). Zaznaczenia wymaga jednak, że pomiędzy poszczególnymi nurtami polskiej profilaktyki nie ma sprzeczności, jeśli chodzi o jej cel – eliminowanie źródeł ryzyka oraz skutków zachowań ryzykownych – są to z jednej strony działania wyprzedzające, z drugiej zaś strony ograniczające i eliminujące skutki sytuacji problemowych. Różne są natomiast podejścia w rozwiązywaniu problemów będących pochodną zagrożeń. Bardzo często drogowskazami dla idei profilaktycznych są szersze koncepcje naukowe, społeczne lub ideowe, np. związane z dorobkiem Kazimierza Dąbrowskiego (dezintegracja pozytywna), Karola Wojtyły (Jana Pawła II), czy Benedykta II. Zauważenia wymaga także poszerzanie się obszarów profilaktyki, jako pochodna głębokich zmian zachodzących w różnych sferach funkcjonowania człowieka, społeczeństwa i instytucji. Dotyczą one m.in. zdrowia somatycznego, psychicznego, jak i profilaktyki zagrożeń ekonomicznych, środowiska naturalnego oraz bezpieczeństwa, np. ruchu drogowego (tu warto przywołać inicjatywy Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego w Łodzi). Polska profilaktyka czerpie także z dorobku zagranicznych ośrodków naukowych, czego przykładem może być modna w wielu środowiskach koncepcja *resilience*. U podstaw modeli profilaktycznych leżą przede wszystkim wielkie osiągnięcia naukowe oraz będące ich zmaterializowaniem podejścia i teorie naukowe, np. Fromma³, Ericsona⁴, Lindemanna, Antonovsky’ego⁵ i Jessorów.

Kluczowe teorie będące podstawą programów profilaktycznych CPS



Profilaktyka CPS – od teorii do empirii

Przyjąć należy, że ta profilaktyka jest dobra, która jest skuteczna – ta teza, choć jest oczywista, w praktyce wygląda różnorodnie, np. w szkołach są preferowane wyłącznie programy rekomendowane, które są jedynie ułamkowym fragmentem trafnych rozwiązań profilaktycznych. Uwaga ta jest zasadna, bowiem szkodliwe dla profilaktyki jest jej regulowanie przez instytucje państwowe na zasadzie „certyfikacji” nieuwzględniającej podejść odmiennych od tych, jakie są przez nie preferowane. Zatem kluczowym kryterium oceny programów profilaktycznych powinna być ich skuteczność.

Przez skuteczność zawsze będziemy rozumieć zmianę postaw konkretnych osób lub działań podejmowanych przez instytucje w kierunku ograniczenia ryzyka i zwiększenia bezpieczeństwa – jeśli dane statystyczne i opinie społeczne wskazują na zmiany pozytywne, należy uznać, że program jest trafny. To, co wydaje się oczywiste, w praktyce już takie nie jest, gdyż

w wielu obszarach rzeczywistości społecznej (praktyki społecznej) podejmowane działania profilaktyczne w żadnym stopniu nie odpowiadają realnym zagrożeniom.

Podstawą programów CPS, w pełni ukształtowanych na początku poprzedniej dekady, stała się analiza kluczowych polskich raportów naukowych sporządzonych przez instytucje państwowe, NGO oraz instytucje samorządowe, a dotyczących głównych problemów społecznych, stanu zdrowia Polaków oraz zagrożeń przestępczością. Na podstawie ponad czterdziestu ogólnopolskich i multiregionalnych badań, a także raportów WHO, Interpolu, Europolu i EMCDDA⁶ stworzono siatkę wiodących problemów, będących zagrożeniem homeostazy życia jednostek, grup społecznych (szczególnie rodziny), społeczeństwa oraz stanowiących wyzwanie dla instytucji (państwowych i samorządowych).

Prawidłowość takiej ścieżki rozumowania i przyjętego modelu – od analiz makro do działań praktycznych w sferze mezo i mikro – ukazały oceny CPS dotyczące problemu dopalaczy. Centrum jako pierwsze w kraju wskazało na rodzący się w Polsce problem zupełnie nowych substancji psychoaktywnych, sprzedawanych pod „metką” środków legalnych z wykorzystaniem luk prawnych. Zagrożenie to zasygnalizowano wielu instytucjom państwowym i władzom regionalnym, a paradoksem jest, że owo zagrożenie zauważyły tylko dwie z nich: Policja i media. W wielu instytucjach państwowych i samorządowych artykułowano wyraźny dystans dla sformułowanych ocen. Z perspektywy czasu można stwierdzić, że gdyby niektóre instytucje państwowe oraz wojewódzkie i miejskie (np. Łódź) zareagowały 10–12 miesięcy wcześniej, obraz zagrożeń dopalaczami wyglądałby zupełnie inaczej. Podobnie sytuacja wyglądała z problematyką cyberzaburzeń – cyberuzależnień. Centrum, wykorzystując pionierskie amerykańskie (Kimberly Young) i polskie analizy (Józef Bednarek i Anna Andrzejewska), zrealizowało pierwsze w kraju ogólnopolskie badania dotyczące zjawiska nadużywania technologii cyfrowych, jednoznacznie wykazujące powstawanie nowego makroskalowego problemu. Także w tym przypadku w wielu instytucjach nie zauważono rodzącego się zjawiska i poddawano w wątpliwość prezentowane oceny. Trudno jest jednoznacznie wskazać na przyczyny takich postaw, ale najprawdopodobniej kluczowa jest biurokratyczna inercja, zjawisko charakterystyczne w systemach, które reglamentują rozwiązania. Dwie powyższe uwagi nie są przypadkowe, gdyż wiele problemów stanowiących zagrożenie dla zdrowia jest wyraźnie sygnalizowanych w systematycznie prowadzonych badaniach naukowych oraz powszechnie dostępnych statystykach (np. Narodowy Fundusz Ochrony Zdrowia). Przykładem może być przygotowany i szeroko omówiony przez media w 2016 r. problem nadużywania leków OTC (*Over the Counter* – bez recepty) w Polsce. W 2020 r. skala problemu skutkuje ogólnopolską kampanią informacyjno-profilaktyczną realizowaną na zlecenie Ministerstwa Zdrowia. Zauważenia wymaga jednak istotny paradoks – po raz kolejny prowadzimy za publiczne pieniądze wielkie kampanie, nie podejmując żadnych kroków ograniczających sprzedaż leków OTC. Podobnie jest z problemem ogromnego spożycia alkoholu w Polsce i postulowanym od wielu lat przez CPS zakazem reklamy alkoholu w mediach oraz wycofaniem jego sprzedaży ze stacji benzynowych.

Jest oczywiste, że żadna polska organizacja nie jest w stanie podejmować wszystkich istotnych zagadnień mogących być obszarem działań profilaktycznych. Analiza własnych możli-

wości oraz zagadnień, które będą aktualne co najmniej przez jedną – dwie dekady, stała się podstawą specjalizacji CPS w czterech obszarach problemowych. Z pewnością Centrum jest w nich instytucją ekspercką.

Obszary tematyczne (merytoryczne) działalności Centrum Profilaktyki Społecznej

Profilaktyka narkotykowa i NSP

Podnoszenie kompetencji zawodowych kuratorów i rodziców zastępczych

CPS

Profilaktyka uzależnień behawioralnych ze szczególnym ukierunkowaniem na cyberzaburzenia

Diagnozy społeczne i budowanie samorządowych programów profilaktyki

Analizy badań ogólnopolskich, regionalnych i lokalnych, zestawiane z bazami danych instytucji państwowych (GUS, NFOZ, MZ, PARPA, KBPN) oraz samorządowych są przekształcane w projekty programów profilaktycznych ujmowanych w trzech płaszczyznach:

- programy i działania informacyjne, których celem jest podnoszenie świadomości społecznej – są one realizowane we współpracy z ogólnopolskimi mediami (wiodącymi partnerami CPS w tym zakresie są „Rzeczpospolita”, program 2 TVP, programy poranne TVN oraz redakcja programów informacyjnych Polsat);
- działania edukacyjne (informacyjne oraz metodyczne) kierowane do wybranych grup zawodowych oraz społecznych (m.in. nauczycieli, rodziców, kuratorów sądowych, pracowników socjalnych, uczniów);
- działania wydawniczo-informacyjne, związane m.in. z przygotowaniem publikacji o charakterze naukowym, popularno-naukowym oraz informacyjno-profilaktycznym (są one realizowane przez ekspertów CPS oraz zewnętrznych autorów).

Przygotowane pod względem merytorycznym i funkcjonalnym programy są prezentowane różnym instytucjom i organizacjom. Dla popularyzacji tych inicjatyw wykorzystywane są własne kanały informacyjne (newsletter, media społecznościowe), bazy danych oraz działania celowe. Przykładem wypracowanych w CPS metod promowania własnych projektów mogą być:

- udział w konferencjach naukowych, metodycznych i środowiskowych organizowanych przez ośrodki akademickie, stowarzyszenia zawodowe, np. kuratorów sądowych, pracowników PCPR (powiatowych centrów pomocy rodzinie);
- udział w samorządowych konferencjach poświęconych różnym formom profilaktyki;
- organizowanie szkoleń i konferencji dla gminnych i miejskich komisji rozwiązywania programów alkoholowych, poradni psychologiczno-pedagogicznych oraz stowarzyszeń zawodowych;
- własne badania problemów i zjawisk społecznych, których wyniki prezentowane są w ogólnopolskich mediach;
- informowanie dziennikarzy o nowych ciekawych tendencjach, problemach i zagadnieniach społecznych.

Projektowane i oferowane programy są kierowane do kilkunastu grup odbiorców, przy czym najważniejsze są:

- placówki oświatowe (szkoły) oraz opiekuńczo-wychowawcze i resocjalizacyjne;
- zespoły kuratorów sądowych;
- gminne i miejskie komisje rozwiązywania problemów alkoholowych (w szerokim spectrum działania);

CENTRUM PROFILAKTYKI SPOŁECZNEJ

- powiatowe centra pomocy rodzinie (PCPR), MOPS i GOPS;
- instytucje bezpieczeństwa i porządku publicznego.

Autorską koncepcją i praktyką jest organizowanie regionalnych i lokalnych konferencji metodycznych adresowanych do pracowników instytucji samorządowych i porządku publicznego w trzech obszarach problemowych: „Zachowania ryzykowne dzieci i młodzieży – zjawisko, zagrożenia, profilaktyka”, „Cyberzaburzenia – cyberuzależnienia – zjawisko, zagrożenia i profilaktyka” i „Narkotyki i NSP. Rozpoznawanie zachowań narkotykowych. Podstawy pomocy przedmedycznej”. Są one realizowane we współpracy z Fundacją Bonum Humanum, założoną przez twórcę CPS. W latach 2017–2019 zrealizowano ponad sześćdziesiąt takich konferencji i blisko sto warsztatów specjalistycznych, m.in. dla nauczycieli, pracowników domów poprawczych, MOS (młodzieżowych ośrodków socjoterapii), PCPR, funkcjonariuszy służby więziennej, pracowników firm transportowych, funkcjonariuszy Policji i kadry Wojska Polskiego.

Nowym – od 2019 r. – obszarem aktywności CPS jest udział jego ekspertów w regionalnych konferencjach „Pediatria Polska” oraz „EBI – Psychiatria Polska”, na których zadaniem Centrum jest podnoszenie kwalifikacji zawodowych CPS w zakresie znajomości problematyki narkotyków i NSP, cyberzaburzeń, anoreksji i bulimii oraz innych uzależnień behawioralnych. Szereg inicjatyw CPS było realizowanych we współpracy z uznanymi partnerami – Inspektorem Logistyki MON, Stowarzyszeniem KARAN (Katolickim Ruchem Antynarkotycznym), Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego, komendami powiatowymi Policji, KIMZE (największą w Polsce platformą edukacyjną zajmującą się podnoszeniem kwalifikacji lekarzy).

Od badań do praktyki

Jak już zasygnalizowano, podstawą działań podejmowanych przez CPS są wyniki badań naukowych, diagnoz społecznych oraz sondaży. Centrum jednoznacznie odrzuca nienaukowe podejścia do rozwiązywania problemów indywidualnych, grupowych i społecznych. Część z podejmowanych projektów jest wynikiem własnych inicjatyw w postaci ogólnopolskich, regionalnych i lokalnych badań społecznych prowadzonych własnymi siłami lub we współpracy z innymi instytucjami. Niektóre mają charakter działań celowych, inne longitudinalnych (tzw. badań podłużnych, długookresowych). Przykładem takich inicjatyw mogą być:

- diagnozy społeczne w Oleśnicy i Nowym Tomyślu;
- badania skali i specyfiki zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży – „Narkotyki NSP – badanie łódzkie 2019”, „Używanie narkotyków i dopalaczy przez nastolatków w Ostrowcu Świętokrzyskim – 2018”, „Seks po polsku” – edycje 2017, 2018, 2018, 2019, 2020; „Nadużywanie technologii cyfrowych przez dzieci i młodzież w województwie mazowieckim – 2017”; „Ryzykowne zachowania seksualne polskich nastolatków – 2020”;
- badania specjalistyczne „Narkotyki a kierowanie pojazdami mechanicznymi” – edycje 2016 i 2020; „Rozpoznawanie zachowań narkotykowych i NSP” – edycje 2018, 2019, 2020;
- ogólnopolskie badania (2020) w grupie zawodowej pielęgniarzek „Pielęgniarki w dobie Covid-19 – wyzwania zawodowe, problemy psychologiczne”.

Wynikiem realizowanych badań są – jak już wspomniano – raporty prezentowane instytucjom państwowym, samorządowym oraz mediom, a także publikacje naukowe i popularnonaukowe. Jest to realizacja podstawowej idei CPS – „Profilaktyka przez wiedzę”. Każdy z przeprowadzonych programów,

niezależnie jakiego obszaru dotyczy, ma swoje twarde podstawy empiryczne. Jednocześnie – w takim zakresie, w jakim jest to możliwe, badania oraz wnioski z praktyki szkoleniowej opracowywane są w postaci publikacji adresowanych do różnych grup zawodowych. Niektóre z nich są często cytowane przez naukowców i praktyków, a cztery pozycje znalazły wiele tysięcy odbiorców: „Narkotyki i dopalacze (NSP)” – cztery edycje; „Cyberzaburzenia – cyberuzależnienia”; „Identyfikator narkotyków i NSP” – sześć edycji; „Zagrożone dorastanie”; „Rozpoznawanie zachowań narkotykowych i NSP” – trzy edycje. W 2020 r. Centrum wraz z Wydawnictwem Edukacyjnym AKAPIT uruchomiło dwie nowe serie wydawnicze dotyczące zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży oraz zdrowia (nowe publikacje to m.in. *Cyfrowy uczeń* autorstwa dr Małgorzaty Gosek, *Cukrzyca typu 2 – jakość życia pacjentów* Barbary Tomali; *Skuteczna pomoc przedmedyczna* – Tomasz Zagajewski, Tadeusz Zagajewski, Mariusz Jędrzejko; *Wybrane problemy geriatry*, red. Urszula Marcinkowska; *Człowiek wobec nieznane-go – psychiatry i pacjenci w dobie Covid-19*, red. Sławomir Murawiec). Nakładem wydawnictwa CPS ukazały się ważne na rynku naukowym publikacje naukowe – praca prof. Zdzisława Kosyrza *Oblicza człowieka*, będąca ukoronowaniem blisko 65-letniej pracy naukowej tego pedagoga, oraz unikalne studium socjologiczne prof. Pawła Prufera *Metamorfoza społeczeństwa*.

Najnowsze wydawnictwa CPS



Wybrane publikacje CPS

Profilaktyka integralna

Ważnym obszarem działań profilaktycznych Centrum są placówki oświatowe, szczególnie szkoły podstawowe i ponadpodstawowe, a także placówki przedszkolne. Każdego roku CPS realizuje szkolenia w ponad dwustu szkołach – od Podlasia po Górny Śląsk – okres pandemii Covid-19 zintensyfikował działania profilaktyczne w formie webinarowej (webinarium – rodzaj internetowego seminarium, realizowanego w technologii webcast). Model profilaktyki adresowanej do placówek oświatowych, a szerzej do instytucji samorządowych, opiera się na modelu profilaktyki integralnej, która polega na oferowaniu działań „zachodzących na siebie” i układanych w projekty rozpisane na cały rok szkolny lub kalendarzowy. Bardzo często są to projekty realizowane równocześnie we wszystkich placówkach oświatowych całych miast i gmin – przykładem mogą być programy realizowane w Mińsku Mazowieckim, gminie Jadów, Radzyminie, a ostatnio w miastach Górnego Śląska (we współpracy z Fundacją Bonum Humanum). Przykład takiego modelu prezentuje tabela nr 1. Dla zapewnienia efektywnego udziału rodziców CPS bardzo często współpracuje z lokalnymi parafiami, w wyniku czego informacje o planowanych zamierzeniach nie tylko umieszczane są na stronach internetowych gmin, ale także docierają do mieszkańców poprzez przekaz kanałami parafialnymi.

Tabela nr 1. Profilaktyka cyberzaburzeń – przykład projektów CPS we współpracy z Fundacją Bonum Humanum.

Punkt wyjściowy	Przedszkole	Szkoła		
		Nauczyciele	Uczniowie	Rodzice
Gminna/miejska konferencja profilaktyczno-metodyczna „Technologie cyfrowe a rozwój emocjonalny i edukacyjny dzieci. Cyberzaburzenia”	Warsztaty specjalistyczne dla rodziców przedszkolaków i nauczycieli przedszkolnych „Modelowanie relacji małe dzieci – technologie cyfrowe. Domowa edukacja medialna”	Warsztaty metodyczne dla rady pedagogicznej „Technologie cyfrowe w szkole – zasady, metody. Modelowanie relacji uczniowie – indywidualne urządzenia cyfrowe”	Warsztaty profilaktyczne „Jak być bezpiecznym w sieci. Netykieta”	Warsztaty profilaktyczne „Jak modelować relacje dziecka do technologii cyfrowych. Wskazówki praktyczne”
Kampania środowiskowa „Co warto wiedzieć o technologiach cyfrowych i cyberświecie?”				

Zalety powyższego modelu:

- działaniami edukacyjnymi i profilaktycznymi objęte są trzy kluczowe grupy społeczne i zawodowe;
- przekaz merytoryczny ma „potrójną siłę” oddziaływania;
- niższymi nakładami finansowymi odbiorcy (samorządy) uzyskują wyższe efekty profilaktyczne.

Bardzo często projekty CPS są realizowane we współpracy z instytucjami mundurowymi – przykładem może być najgłębsze polskie badanie problemów narkotykowych i NSP zrealizowane w 2019 r. w województwie łódzkim we współdziałaniu z Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego i Komendą Wojewódzką Policji w Łodzi.

Zespół ekspertów i trenerów

Wielopłaszczyznowe działania CPS realizowane są przez liczny zespół ekspertów, trenerów oraz współpracowników. Reprezentują oni kilka dziedzin nauki, m.in. nauki społeczne i nauki o zdrowiu. Ideą programów, wypracowaniem szerszej koncepcji i strategii zajmuje się Rada Programowa, którą kieruje wybitny polski pedagog prof. dr hab. Zdzisław Kosyrz. W gronie eksperckim znajdują się m.in. prof. Agnieszka Saracen (nauki o zdrowiu), prof. Marek Walancik (pedagogika), prof. Eugeniusz Moczuk (socjologia), dr Adam Szwedzik (teologia moralna), dr Tomasz Kozłowski (socjologia), dr Jarosław Bugajski (socjologia), dr Tomasz Saffański (prawo, nauki o bezpieczeństwie), dr Jan Malinowski (pedagogika), dr Dariusz Sarzała (pedagogika), dr Wojciech Piestrzyński (pedagogika, psychologia), dr Sylwester Bębas (pedagogika), dr Małgorzata Chmielewska (nauki o zdrowiu), mgr Leszek Roszczenko (pedagogika resocjalizacyjna), mgr Agnieszka Taper (socjologia), mgr Maciej Szczodrowski (psychologia sportu). Grono współpracowników CPS stanowi ponad dwudziestu pracowników naukowych i praktyków, w tym funkcjonariuszy Policji, prawników, lekarzy. Taki model funkcjonowania, gdzie refleksje końcowe w postaci programów profilaktycznych są wynikiem „sporu” naukowców (w tym badaczy) i praktyków, jest zdaniem autorów dobrym rozwiązaniem – teorie naukowe znajdują zmaterializowanie w praktyce edukacyjnej, diagnostycznej i profilaktycznej. Centrum nie jest powiązane z żadną ideą polityczną ani ideologiczną, a w swoich działaniach kieruje się – jako naczelną – ideą wartości życia, rozumianą w ujęciu humanistycznym.

Podsumowanie

Centrum Profilaktyki Społecznej jest jedną z wielu polskich pozarządowych platform edukacji i profilaktyki w obszarze zapobiegania zachowaniom problemowym i ryzykownym. Ideą przewodnią jest „Profilaktyka przez wiedzę” – każde działanie ma empiryczne potwierdzenie w badaniach naukowych lub diagnozach społecznych. Tym, co wyróżnia CPS od wielu innych tego typu

inicjatyw, jest łączenie badań naukowych, bezpośrednich działań profilaktycznych oraz wydawniczych, a od roku 2019 także diagnozy zaburzeń u dzieci i młodzieży. Ustalenia badań naukowych – ogólnopolskich, regionalnych lub lokalnych – są przekształcane w konkretne, dostosowane do potrzeb odbiorców programy realizowane z różnymi grupami zawodowymi i społecznymi. CPS preferuje programy długoterminowe tworzone w oparciu o rok szkolny (wrzesień – czerwiec) lub kalendarzowy. Wiodącymi obszarami działania CPS są profilaktyka narkotykowa, profilaktyka cyberuzależnień i uzależnień behawioralnych oraz podnoszenie kompetencji zawodowych profilaktyków, kuratorów sądowych, pracowników socjalnych i rodziców zastępczych. Każdego roku CPS rozwija wiedzę i umiejętności 12–15 tysięcy nauczycieli, pracowników instytucji samorządowych, rodziców, uczniów, kuratorów sądowych i funkcjonariuszy służb mundurowych.

¹ Zob. M. Pirożyński, CSsR, *Kształcenie charakteru*, Fundacja Nasza Przyszłość, Szczecinek 2018, s. 85–102; E. Smółka, *Kształtowanie woli. Wolańść woli w duchowo-materiałnej konstytucji człowieka*, w: *Wychować charakter*, red. A. Piątkowska, K. Stępień, Instytut Edukacji Narodowej, Lublin 2005, s. 133–150; M.A. Krapiec, „Poznaj samego siebie” – by działać po ludzku, w: *Wychować charakter*, red. A. Piątkowska, K. Stępień, s. 11–22.

² Zob. Z.B. Gaś, *Profilaktyka w szkole*, WSiP, Warszawa 2006.

³ E. Fromm, *Zdrowe społeczeństwo*, Wydawnictwo Vis-a-Vis Etiuda, Kraków 2012, s. 30–34.

⁴ E. Erikson, *Identity: Youth and crisis*, Norton, New York 1968.

⁵ A. Antonovsky, *Poczucie koherencji jako determinanta zdrowia*, w: *Psychologia zdrowia*, red. I. Heszen-Niedojek, H. Sęk, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1997.

⁶ Europejskie Centrum Monitorowania Narkotyków i Narkomanii w Lizbonie – agenda Unii Europejskiej.

Summary

The Centre for Social Prevention. Model of integral prevention based on knowledge

The Centre for Social Prevention is one of many Polish non-governmental platforms for education and prevention in the area of preventing risky behaviours of children, youth and adults. The guiding idea of the CPS is “Prevention through knowledge” – each action has an empirical basis in scientific research or social diagnosis. What distinguishes CPS from many other initiatives of this type is the combination of scientific research, direct prevention activities and publishing. The findings of scientific research – national, regional or local – are transformed into concrete, tailored programmes, implemented with different professional and social groups. CPS prefers long-term programmes based on the school year (September-June) or calendar year. The leading areas of activity of CPS are drug prevention, prevention of cyber-dependence and behavioural addiction, and improvement of professional competence of court officers, social workers and foster parents. Each year, the CPS trains 12–15 thousand teachers, employees of local government institutions, parents, pupils, court superintendents and uniformed services officers.

Thumaczenie: Autorzy

SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE

– od eksperymentowania do uzależnienia

sierż. szt. Paulina Dyl

Zakład Doradztwa Dydaktycznego i Psychologii CSP

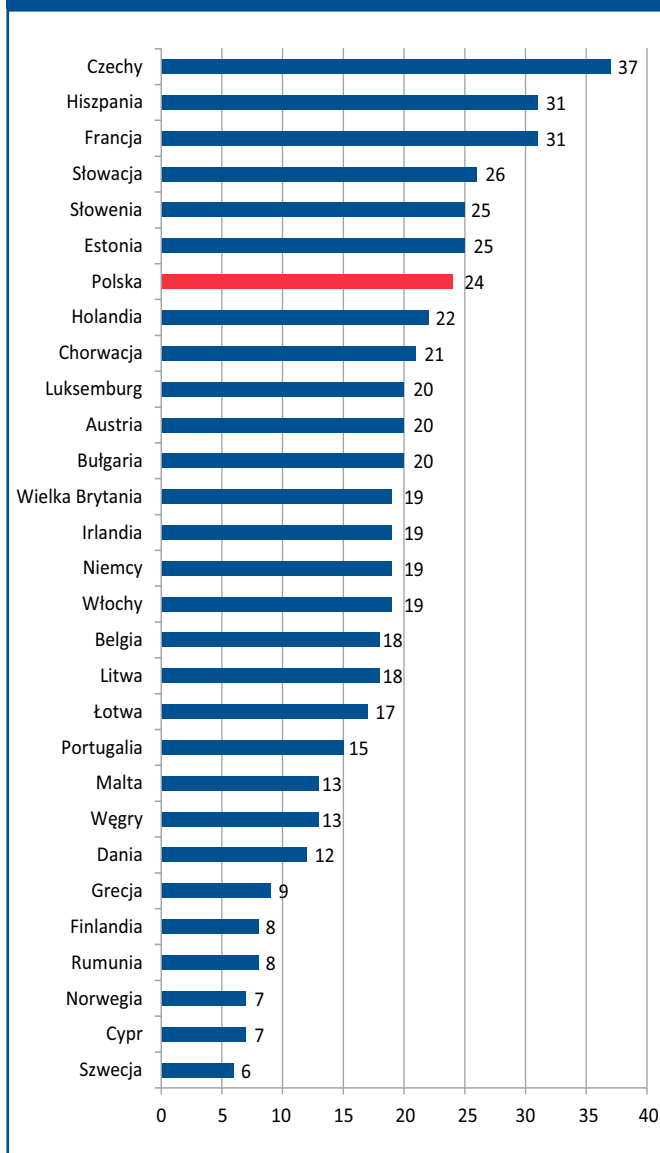
Będąc funkcjonariuszami Policji, większość z nas zetknęła się podczas wykonywania obowiązków służbowych z problematyką uzależnień. Przeprowadzaliśmy interwencje wobec osób nadużywających alkoholu, stykaliśmy się z osobami zażywającymi narkotyki, a część z nas prowadziła zajęcia profilaktyczne dla młodzieży poświęcone nałogom. Terapeuta uzależnień i autor licznych publikacji poświęconych ww. problematyce, Zbigniew Michalczyk, jako jedną ze strategii profilaktycznych wymienia strategię informacyjną¹. Zakłada ona, iż dostarczenie rzetelnych informacji na temat konsekwencji zachowań ryzykownych ułatwia dokonywanie racjonalnych i właściwych, z punktu widzenia zdrowia, wyborów. Niniejszy artykuł ma na celu działanie profilaktyczne poprzez zwiększenie wiedzy czytelników na temat substancji psychoaktywnych, uzależnienia od nich i jego możliwych konsekwencji. Zawarte w publikacji informacje mogą być przydatne zarówno dla rodziców młodzieży, jak i dla funkcjonariuszy organizujących spotkania poświęcone profilaktyce antynarkotykowej.

Statystyki dotyczące używania substancji psychoaktywnych

Używanie substancji psychoaktywnych nie jest zjawiskiem marginalnym. Informacje z Europejskiego Raportu Narkotykowego z 2017 r. wskazują, że przynajmniej raz w życiu z marihuany skorzystało 26% respondentów w wieku od 15 do 64 lat, kokainy próbowało ok. 5% osób, a po ecstazy i amfetaminę sięgnęło 4%. Liczby te mogą wydawać się niewielkie, należy jednakże pamiętać, iż w statystykach uwzględniono także osoby po 40. roku życia, na ogół stanowiące grupę mniej zainteresowaną eksperymentowaniem z używkami. Dane dotyczące młodzieży potwierdzają, że korzystanie z używek jest dosyć popularne. Badania ankietowe zrealizowane w Polsce w 2015 r. przez międzynarodowy projekt ESPAD² wskazują, iż 43% uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych i 25% uczniów III klas gimnazjów próbowało kiedykolwiek marihuany lub haszyszu³. Europejski Raport Narkotykowy z 2019 r.⁴ potwierdza, iż niemalże jedna czwarta polskich uczniów w wieku 15–16 lat spróbowała chociaż raz marihuany. Warto podkreślić, że wynik ten umieszcza Polskę na 8. pozycji spośród 29 krajów, które przedstawiły dane statystyczne dotyczące używania marihuany przez uczniów w wieku 15–16 lat⁵. Szacuje się, iż wysoki wskaźnik używania ma-

rihuany przez młodzież może mieć związek z niską ceną tegoż środka na terenie Polski (dla porównania – Holandia, w której marihuana jest legalna, ma niższy wskaźnik używania marihuany przez młodzież niż Polska). Optymizmem nie napawają także statystyki dotyczące innych substancji psychoaktywnych – 17% uczniów z II klasy gimnazjum stosowało leki nasenne i uspokajające w celu odurzania się, 11% korzystało z substancji wziewnych, takich jak gaz do zapalniczek, markery lub kleje, 5% sięgnęło po amfetaminę lub LSD, 4% próbowało kokainy, natomiast po heroinę, uważaną za najmocniejszy spośród narkotyków, sięgnęło 3% uczniów. Nie wiadomo, ile nastolatków z wyżej wymienionych grup w przyszłości się uzależni. Zbigniew Michalczyk szacuje, że do uzależnienia dojdzie u 2% osób spośród wszystkich próbujących substancji psychoaktywnych – większość poprzestanie na eksperymentalnym korzystaniu z substancji, czyli na używaniu nieregularnym, a często – jednorazowym⁶. Z kolei Mariusz Jędrzejko i Tomasz Białas wskazują, iż niektóre substancje mogą uzależnić nawet po pierwszym zażyciu (np. nowe generacje syntetycznych heroin, dopalacze na bazie syntetycznych katynonów lub syntetycznych kannabinoidów)⁷. Ciągłe powstawanie nowych, silnie działających substancji oraz modyfikacja składu już istniejących stwarzają ryzyko uzależnienia dla wielu osób.

Wykres 1. Szacunkowe wskaźniki procentowe używania konopi indyjskich przez młodzież szkolną w wieku 15–16 lat na przestrzeni życia.



Źródło: Europejski Raport Narkotykowy 2019.

Jakie sygnały wskazują na eksperymentowanie z substancjami psychoaktywnymi?

Skoro ustaliliśmy już, że eksperymentowanie z używkami jest zjawiskiem dosyć częstym (szczególnie u młodzieży), zastanówmy się zatem, jakie zachowania mogą wskazywać na kontakt osoby z substancjami psychoaktywnymi. Naszą uwagę powinny zwrócić przede wszystkim zmiany w zachowaniu i zwyczajach danego człowieka, np.: nadmierne pobudzenie bądź nietypowe dla osoby wyciszenie i uspokojenie, zaburzenie rytmu snu (bezsenność w nocy, spanie w dzień), zmiany w zakresie apetytu (zwiększony lub brak), trudności w funkcjonowaniu w pracy lub szkole (problemy z realizacją swoich obowiązków, zapomnianie ważnych informacji), a w przypadku młodzieży – pogorszenie ocen, wagarowanie, zaniedbywanie ważnych do tej pory sfer swojego życia (np. w przypadku osoby dorosłej – zaniedbywanie swoich dzieci i rodziny, w przypadku młodzieży – rezygnacja z dotychczasowego hobby, z ważnych

dla siebie zajęć), pogorszenie kontaktu z bliskimi (konflikty), brak dbałości o higienę osobistą i wygląd, brak reakcji zrenic na światło, charakterystyczny dla niektórych środków (np. marihuany) zapach pozostający na włosach i ubraniach. Należy pamiętać, iż ww. objawy nie wskazują jednoznacznie na zażywanie narkotyków, jednakże mogą być sygnałem alarmowym, iż z daną osobą dzieje się coś niepokojącego. Warto zwrócić także uwagę, czy oprócz opisanych zachowań, nastolatek nie posiada przy sobie akcesoriów wskazujących na korzystanie ze środków odurzających. Mogą to być tabletki, proszek lub kryształki w kolorze od białego do brązowego, susz roślinny, torebeczki foliowe z zapięciem strunowym, igły i strzykawki, okopcone łyżki, bibułki do tytoniu, fajki i szklane fiłki.

Substancje psychoaktywne – podział i charakterystyka

Rodzaj zażywanych substancji może mieć znaczenie dla objawów występujących po użyciu, a także dla szybkości powstania uzależnienia. Literatura podaje różne typologie substancji psychoaktywnych ze względu m.in. na postać, w jakiej występują (proszek, płyn, tabletki, papierki, susz roślinny, grzyby halucynogenne) czy pochodzenie (naturalne, syntetyczne, półsyntetyczne). Jednym z najbardziej znanych kryteriów podziału jest charakterystyka działania substancji na ośrodkowy układ nerwowy. Ze względu na to kryterium substancje psychoaktywne dzielą się na 4 grupy – na stymulanty, depresanty, psychodeliki i produkty konopi.

STYMULANTY

Stymulanty to substancje o działaniu pobudzającym, zwiększającym aktywność ośrodkowego układu nerwowego. Do grupy tej należą m.in. kofeina, nikotyna, efedryna, amfetamina i jej pochodne, kokaina, mefedron. Niektóre ze stymulantów bywają wykorzystywane w medycynie w leczeniu bulimii, narkolepsji i ADHD, gdyż zmniejszają łaknienie, znoszą uczucie zmęczenia i senność, zwiększają czujność i skupienie. Należy jednakże pamiętać, iż preparaty medyczne ze względu na dawkę substancji aktywnej i czas działania wpływają na organizm inaczej niż nielegalne środki przyjmowane poza kontrolą lekarza.

Jednym z bardziej popularnych nielegalnych stymulantów jest **amfetamina**. Występuje w postaci proszku w kolorze od białego do jasnobrązowego. Najczęściej jest używana poprzez wciąganie nosem, ale przyjmuje się ją także doustnie (np. w formie tabletek) bądź dożylnie. Osoba pod wpływem tego środka może być pobudzona, gadatliwa, skłonna do działań ryzykownych. Amfetamina przyjmowana długotrwale może wywoływać zaburzenia psychiczne (psychozy, lęki), a także szkody fizyczne (zaburzenia rytmu serca, krwotoki z nosa, wychudzenie i wyniszczenie organizmu). Należy podkreślić, iż amfetamina sprzedawana przez dilerów zawiera dużo innych substancji, często o nieznanych działaniach i nieznanych potencjalnie uzależniającym. Dane Centralnego Laboratorium Kryminalistycznego Policji⁸ wskazują, iż przeciętna próbka nielegalnie wprowadzonej do obiegu amfetaminy zawierała w 2018 r. jedynie 15% czystej amfetaminy, podczas gdy w 2005 r. było to 53%. W białym proszku od dilerów oprócz czystej amfetaminy znajdziemy zatem dużą ilość nieznanych nam wypełniaczy, niekiedy kofeinę, strychninę, a nawet potłuczone szkło, podrażniające śluzówki nosa, a co za tym idzie – potęgujące odczucie silnego działania narkotyku.

SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE

DEPRESANTY

Depresanty działają na układ nerwowy w sposób uspokajający i spowalniający. Znoszą odczuwanie bólu, obniżają lęk i dają poczucie odprężenia. Do tej grupy należy m.in. alkohol, benzodiazepiny, morfina, heroina, GHB (tzw. pigułka gwałtu).

Heroina jest narkotykiem prowadzącym do silnego uzależnienia fizycznego. Uzależnienia znacznie szybciej i silniej niż inne środki odurzające. Występuje w formie proszku w kolorze od białego do brązowego. Może być przyjmowana na różne sposoby (dożylnie, poprzez wciąganie nosem, palenie). Specyficznym objawem dla zażywania heroiny są wąskie źrenice niereagujące na światło (przy większości narkotyków źrenice są duże). Zażywanie heroiny wyniszcza organizm szybciej niż inne narkotyki, ponadto śmiertelność uzależnionych od niej również jest wyższa, gdyż częściej dochodzi do przedawkowania substancji.

PSYCHODELIKI

Psychodeliki – nazywane inaczej halucynogenami – zaburzają funkcjonowanie układu nerwowego. Wpływają na percepcję, sposób myślenia i świadomość. Wywołują silne halucynacje. Do halucynogenów zaliczamy LSD, ecstazy, grzyby halucynogenne, bielun, sporysz. Psychodeliki ze względu na swoje bardzo silne i długo utrzymujące się działanie bywają używane raczej okazjonalnie.

Łysiczka lancetowata jest jednym z grzybów halucynogennych występujących w Polsce. Najsilniej działa świeża, niesuszona. Zjedzenie łysiczki wywołuje halucynacje objawiające się np. prowadzeniem rozmowy z nieistniejącą osobą. Co ciekawe, halucynacje mogą nawracać nawet, gdy osoba nie jest pod wpływem środka (mogą wystąpić tzw. flashbacki).

PRODUKTY KONOPI

Produkty konopi (marihuana, haszysz, olej konopny) wymienia się jako odrębną grupę środków psychoaktywnych, gdyż nie mają jednolitego wzorca działania – mogą oddziaływać zarówno w sposób stymulujący, halucynogenny, jak i depresyjny w zależności od proporcji między zawartością THC i CBD w konkretnej partii narkotyku. Zarówno THC, jak i CBD to substancje należące do grupy kannabinoidów. Różnica między nimi polega na tym, że THC wykazuje działanie psychoaktywne, natomiast CBD – nie. Warto podkreślić, iż tzw. marihuana medyczna zawiera duże ilości CBD, a niewielkie THC, z kolei marihuana sprzedawana przez dilerów jako używka wyróżnia się większym stężeniem THC. Dane Centralnego Laboratorium Kryminalistycznego Policji wskazują, iż przeciętna próbka marihuany badana w 2018 r. zawierała aż 12% THC, podczas gdy w 2004 r. THC stanowiło 1%. Pokazuje to, iż w ciągu 14 lat grupy przestępcze zaczęły selekcjonować konopie tak, aby do hodowli wybierać tylko te o największym stężeniu psychoaktywnego THC. Dodatkowo, marihuana sprzedawana przez dilerów oprócz większej zawartości THC bywa wzmacniana innymi substancjami chemicznymi, nierzadko mogącymi prowadzić do uzależnienia fizycznego. Nawet „czysta” marihuana, niezawierająca dodatków, ale używana regularnie może doprowadzić do uzależnienia psychicznego, a także do syndromu amotywowanego związanego z biernością i niechęcią do podejmowania aktywności. Ponadto badania amerykańskie, australijskie i szwedzkie⁹ (za: Jędrzejko, 2016) wskazują, iż palenie marihuany zwiększa ryzyko zapadnięcia na schizofrenię, szczególnie przy występującym już obciążeniu genetycznym w postaci posiadania w rodzinie chorego na tę chorobę.

Należy podkreślić, że powyżej przedstawiony opis substancji psychoaktywnych prezentuje jedynie najbardziej podstawowe informacje dotyczące popularnych narkotyków. Nie opisano dopalaczy, których zdobycie dalej jest łatwe, mimo iż sklepy z dopalaczami zostały oficjalnie zamknięte w Polsce w 2010 r. na mocy decyzji Głównego Inspektora Sanitarnego (sprzedaż przeniosła się do Internetu, gdzie dopalacze są oferowane jako produkty kolekcjonerskie lub środki pochłaniające wilgoć). Ponadto osoby uzależnione korzystają także z rzeczy ogólnodostępnych i legalnych. Szczególnie dużą pomysłowością wykazuje się młodzież, która wykorzystując informacje z Internetu, potrafi się odurzać za pomocą leków (w tym także dostępnych bez recepty), kosmetyków, artykułów przemysłowych (klejów, lakierów itp.), środków czystości, przypraw czy nawet roślin doniczkowych. Rok temu opinią publiczną wstrząsnęła informacja o śmierci 11-letniego chłopca, który zmarł wskutek odurzania się dezodorantem¹⁰.

Proces uzależnienia

Wszystkie substancje psychoaktywne przyjmowane regularnie mogą prowadzić do uzależnienia psychicznego, a znaczna część z nich – także do uzależnienia fizycznego. Zastanówmy się, jak dochodzi do procesu uzależnienia i jakie są jego cechy charakterystyczne.

Mechanizm uzależnienia bywa opisywany jako proces złożony z kilku faz. Mieczysław Wojciechowski wskazuje cztery stadia uzależnienia¹¹:

- **I STADIUM** – eksperymentowanie, przyjmowanie środków odurzających bez własnej inicjatywy w ich poszukiwaniu;
- **II STADIUM** – samodzielne poszukiwanie okazji do zażycia;
- **III STADIUM** – regularne zażywanie środków, utrata kontroli nad zażywaniem (nad ilością i częstotliwością zażywania), symptomy zaburzeń zachowania i osobowości, używanie szkodliwe;
- **IV STADIUM** – regularne zażywanie coraz większych dawek środka, podporządkowanie całej aktywności zdobyciu narkotyków, uzależnienie.

Uzależnienie jest ostatnim etapem wyżej wymienionego procesu. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) wymienia cechy charakterystyczne zespołu uzależnienia w Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób ICD-10¹²:

- silne pragnienie lub przymus przyjmowania substancji;
- utrata kontroli nad przyjmowaniem substancji (osoba mimo podejmowanych wysiłków i prób nie jest w stanie samodzielnie zmniejszyć ilości bądź częstotliwości przyjmowania substancji);
- objawy abstynencyjne po ograniczeniu lub przerwaniu przyjmowania substancji;
- zażywanie substancji w celu uniknięcia objawów abstynencyjnych;
- wzrost tolerancji na substancję (zmniejszony efekt działania substancji po pewnym czasie przyjmowania, konieczność zwiększania dawki);
- koncentracja na zażywaniu substancji przejawiająca się zmianą lub porzuceniem dotychczasowych zainteresowań i przeznaczaniem większości czasu na uzyskanie substancji lub jej zażywanie;
- zażywanie substancji mimo świadomości wywoływanych przez nią szkód (szkodami mogą być m.in. dolegliwości zdrowotne, rozpad związku, utrata pracy, konflikty z prawem).

Jak pomóc osobie uzależnionej?

Warto, abyśmy wiedzieli, jak reagować, gdy podejrzewamy, że bliska nam osoba jest uzależniona od substancji psychoaktywnych. Często otoczenie uzależnionych podejmuje działania, które zamiast motywować do zmiany, jedynie zapewniają komfort zażywania substancji psychoaktywnych i minimalizują doświadczane przez uzależnionego szkody, co w rzeczywistości nie zachęca do leczenia.

Podstawą naszego działania powinna być rozmowa z osobą uzależnioną. Wybierzmy moment, kiedy osoba nie jest pod wpływem środka odurzającego, i powiedzmy wprost o swoich podejrzaniach i obawach, powołując się na konkretne sytuacje i podając przykłady zdarzeń potwierdzających istnienie problemu. Starajmy się, aby rozmowa przebiegała w spokojnej atmosferze, nie podnośmy głosu. Pozwólmy rozmówcy odnieść się do naszej wypowiedzi i przedstawić swoją perspektywę. Powiedzmy jasno, czego nie będziemy robić, jeśli osoba nie zaprzestanie używania środków odurzających (np. nie będziemy ukrywać jej problemu przed szefem i rodziną, nie będziemy pożyczać pieniędzy). Podawajmy realistyczne przykłady, nie mówmy o rzeczach, których na pewno nie zrobimy. Ważne, abyśmy byli konsekwentni i wprowadzili później nasze słowa w życie. Wskażmy też miejsca oferujące fachową pomoc (warto przekazać informacje w formie pisemnej, np. dać ulotkę ośrodka terapii).

W przypadku nastolatka dobrze byłoby ustalić, czy kontakt z substancją psychoaktywną był jednorazowym zdarzeniem. Część terapeutów uzależnień postrzega eksperymentowanie ze środkami odurzającymi jako zjawisko wynikające z naturalnych potrzeb rozwojowych nastolatka (z ciekawości, chęci przeciwstawienia się światu dorosłych, z obawy przed odrzuceniem przez rówieśników)¹³. Oczywiście, nie oznacza to, że możemy bagatelizować kontakt dziecka z narkotykami, tym bardziej, iż ze względu na powstawanie coraz mocniejszych dopalaczy skracają się czas między pierwszym użyciem środka a powstaniem uzależnienia. Mariusz Jędrzejko¹⁴, pedagog i autor licznych publikacji dotyczących uzależnień, zwraca uwagę, że rodzic powinien się wcześniej przygotować do rozmowy z nastolatkiem o narkotykach poprzez czytanie fachowej literatury. Pozwoli to przedstawić rzetelne informacje o szkodach wywoływanych przez używki i o ich wpływie na młody organizm. Duże znaczenie będzie miała również postawa samego rodzica i przykład, jaki daje swoim postępowaniem (trzeźwość, unikanie używek), a także jasne postawienie granic i przedstawienie oczekiwań co do zachowania dziecka. Jeśli uważamy natomiast, że nastolatek po raz kolejny sięgnął po substancję odurzającą, to warto poszukać fachowej pomocy. Możemy udać się indywidualnie (na początek bez dziecka) na rozmowę z terapeutą uzależnień, podczas której opowiemy o swoich podejrzaniach, ustalimy plan działania i ewentualny termin spotkania terapeuty z nastolatkiem.

Listę placówek zajmujących się pomocą uzależnionym i ich bliskim znajdziemy na stronie internetowej <https://www.narkomania.org.pl/baza-placowek/>. Sposobem na szybkie i anonimowe uzyskanie odpowiedzi na niepokojące nas pytanie może być rozmowa nt. narkomanii z pracownikiem telefonu zaufania pod numerem 801-199-990. Infolinia działa codziennie, w godzinach od 16.00 do 21.00. Funkcjonariusze i pracownicy cywilni Policji mogą również liczyć na pomoc i wsparcie ze strony psychologów policyjnych. Ponadto na terenie jednostek Policji jest prowadzone ogólnopolskie szkolenie pt. „Profilaktyka zjawisk wynikających z używania środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych i nowych substancji psychoaktywnych

w miejscu pracy i pełnienia służby”. Zajęcia są przeznaczone dla wszystkich pracowników i funkcjonariuszy Policji, niezależnie od charakteru wykonywanej przez nich pracy i służby. W trakcie czterech godzin lekcyjnych prowadzący zajęcia omawia w szerszym stopniu zagadnienie uzależnień, a także kwestie związane z terapią i leczeniem. Mam nadzieję, iż zawarte w artykule informacje zachęcą czytelników do uczestnictwa w ww. szkoleniu.

- ¹ Z. Michalczyk, *Zażywanie substancji psychoaktywnych w okresie dorastania. Zrozumieć i pomóc rodzinie z dzieckiem zażywającym substancje psychoaktywne*, Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej, Warszawa 2018.
- ² Skrót ESPAD oznacza „European School Survey Project on Alcohol and Drugs”.
- ³ Z. Michalczyk, *Zażywanie substancji psychoaktywnych w okresie dorastania. Zrozumieć i pomóc rodzinie z dzieckiem zażywającym substancje psychoaktywne*.
- ⁴ *Europejski Raport Narkotykowy 2019. Tendencje i osiągnięcia*, http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724_TDAT19001PLN_PDF.pdf [dostęp: 7.10.2020 r.].
- ⁵ Pod względem częstotliwości używania marihuany przez młodzież wyprzedzają nas kraje, takie jak Słowenia, Estonia, Słowacja, Włochy, Bułgaria, Hiszpania, Francja i Czechy.
- ⁶ Z. Michalczyk, *Zażywanie substancji psychoaktywnych w okresie dorastania. Zrozumieć i pomóc rodzinie z dzieckiem zażywającym substancje psychoaktywne*.
- ⁷ M. Jędrzejko, T. Białas, *Narkotyki i nowe substancje psychoaktywne. Zjawisko, zagrożenia, profilaktyka*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa 2019, s. 93–100.
- ⁸ Za: A. Malczewski, *Raport o stanie narkomanii w Polsce 2019*, https://www.cinn.gov.pl/portal?id=15&res_id=1582296 [dostęp: 07.10.2019 r.].
- ⁹ *Narkotyki i dopalacze: zjawisko – zagrożenie – rozpoznawanie zachowań – profilaktyka – pierwsza pomoc*, red. M. Jędrzejko, Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego w Łodzi, Centrum Profilaktyki Społecznej w Milanówku, Oficyna Wydawnicza ASPRA JR, Warszawa–Łódź 2016.
- ¹⁰ *11-latek zmarł po wdychaniu oparów dezodorantu*, <https://uwaga.tvn.pl/reportaz/2671,n/11-latek-zmarl-po-wdychaniu-oparow-dezodorantu-oficjalna-strona-programu-uwaga-tvn,308642.html> [dostęp: 26.10.2020 r.].
- ¹¹ M. Wojciechowski, *Psychologia narkomanii*, Laboratorium Psychologii Stosowanej, Warszawa 1993.
- ¹² S. Pużyński, J. Wciórka, *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania w ICD-10. Badawcze kryteria diagnostyczne*, Versalius, Kraków 2000.
- ¹³ Z. Michalczyk, *Zażywanie substancji psychoaktywnych w okresie dorastania. Zrozumieć i pomóc rodzinie z dzieckiem zażywającym substancje psychoaktywne*.
- ¹⁴ *Narkotyki i dopalacze: zjawisko – zagrożenie – rozpoznawanie zachowań – profilaktyka – pierwsza pomoc*, red. M. Jędrzejko.

Summary

Psychoactive substances – from experimenting to addiction

The purpose of this publication is the transfer of information concerning the phenomenon of psychoactive substances addiction. The article presents statistics referring to drugs using, it also indicates what behaviours and possessed accessories can suggest that a given person, including the child, uses narcotics. Moreover there have been presented basic information on psychoactive substances – their division into 4 groups (stimulants, depressants, psychedelics and cannabis products) as well as characteristics of their effect. A mechanism of the development of the addiction and its diagnostic criteria have also been described, as well as practical tips concerning the conversation with the addicted person and looking for help.

Źródło: Renata Cedro

Zespół uzależnienia od alkoholu

Problem XXI wieku

st. sierż. Paweł Müller

Zakład Doradztwa Dydaktycznego i Psychologii CSP

Zapewne każdy zna kogoś, kto nie radzi sobie z problemem nadużywania alkoholu. Niejednokrotnie są to nasi koledzy i koleżanki, kuzyni, rodzice czy rodzeństwo. Byliśmy zapewne świadkami, jak przekraczanie kolejnych granic związanych z piciem powodowało, że tracali się coraz bardziej, ponosząc coraz większe koszty, podczas gdy my skupialiśmy się na bezskutecznych próbach pomocy, którym towarzyszyła z dnia na dzień coraz większa bezradność i niezrozumienie.

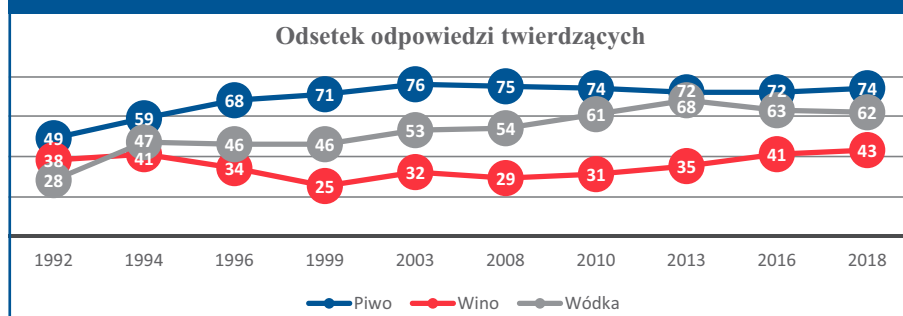
Niniejszy artykuł ma na celu zweryfikowanie nieprawdziwych przekonań odnoszących się do wpływu alkoholu na nasz organizm, poszerzenie świadomości społeczeństwa na temat szkodliwych skutków jego nadużywania, wytworzenie motywacji do ewentualnej zmiany wzorca zachowania, a także pomoc w uzyskaniu fachowej wiedzy na temat możliwości otrzymania różnorodnych form wsparcia.

Współczesna rzeczywistość charakteryzuje się niespotykanym dotąd cywilizacyjnym pośpiechem w każdym aspekcie naszego życia. Więzy rodzinne, społeczne czy religijne ubożeją i zaczynają się zatracać na rzecz „przymusu” realizacji zawodowej. Relacje z bliskimi zaczynają schodzić na dalszy plan, a system wartości ulega zauważalnym transformacjom. Coraz częściej jesteśmy zainteresowani błyskawicznym zaspokajaniem swoich potrzeb. Dotychczasowe aktywności bywają modyfikowane do ich uproszczonych, krótszych i łatwiejszych wersji. Szczególnie w większych aglomeracjach zaczynamy cierpieć na permanentny brak czasu. Konieczność odgrywania coraz to nowszych ról społeczno-zawodowych, lęk przed porażką i ciągłe dążenie do uzyskania zadowalającego poziomu aprobaty społecznej zaczynają być powodem trudnych do redukcji i zarazem niekończących się napięć i lęków. Każdy z nas, bez wyjątku, dąży do dostosowania się do ciągle zmieniającej się rzeczywistości i każdy robi to na swój wyuczony i znany sposób. Niektórzy wybierają konstruktywną metodę reorganizacji dotychczasowych schematów działania na rzecz wypoczynku, aktywności fizycznej lub pielęgnacji swoich relacji z bliskimi. Inni natomiast skupiają się na natychmiastowych i często łatwych w realizacji sposobach osiągania stanów relaksacji, dowartościowania czy w końcu zapomnienia, nie dbając o ulotność takich rozwiązań, nie mówiąc o ich

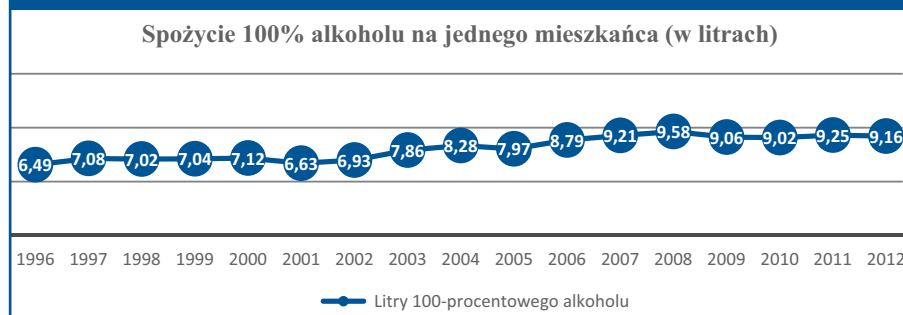
wątpliwie moralnym zabarwieniu. Taką metodą staje się nie-
rzadko spożywanie różnego rodzaju środków psychoaktywnych oraz coraz większych ilości alkoholu.

Skala problemu

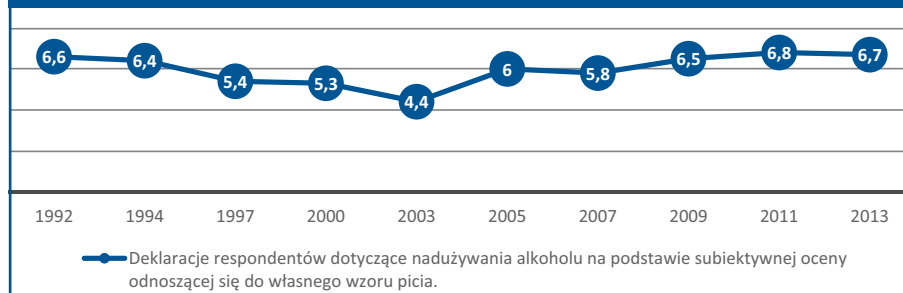
Ilość dostępnych na rynku środków psychoaktywnych pozwalających zapomnieć o otaczającej nas rzeczywistości stale rośnie. Na szczęście przyzwolenie społeczne na ich stosowanie jest w dalszym ciągu znikome. Nie można jednak tego samego powiedzieć o alkoholu. Zgodnie z badaniami prowadzonymi przez Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS) we współpracy z Krajowym Biurem ds. Przeciwdziałania Narkomanii napoje alkoholowe okazały się substancją psychoaktywną, po którą młodzież szkolna sięgała częściej niż po papierosy czy narkotyki¹. Rozmiar problemu prezentują poniższe wykresy. Z badania wynika, iż na przestrzeni lat spożycie alkoholu przez polską młodzież znacząco wzrastało. W 2018 r. 74% badanych deklaroowało, że przynajmniej raz w miesiącu poprzedzającym badanie sięgnęło po piwo, 43% ankietowanych spożywało wino i aż 62% – wódkę. Dane zostały zaprezentowane na wykresie 1. Z analizy ostatniego badania przeprowadzonego przez CBOS pod nazwą *Aktualne problemy i wydarzenia* (353) wynika również, że ponad połowa Polaków (56%) deklaruje, iż pije alkohol okazjonalnie, 8% spożywa go często, a tylko co trzeci unika okazji do picia lub nie spożywa go w ogóle (33%)².

Wykres 1. Czy w ciągu ostatniego miesiąca pił(a)ś piwo, wino lub wódkę?

Źródło: opracowanie własne na podstawie raportu z badania pn. *Młodzież 2018*, red. M. Grabowska, M. Gwiazda, Warszawa 2019, s. 238.

Wykres 2. Spożycie alkoholu w Polsce w przeliczeniu na jednego mieszkańca – dynamika zmian.

Źródło: Diagnoza społeczna 2013, za: Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych, *Alkohol a środowisko służby i pracy*, PARPA, 2015, s. 23.

Wykres 3. Odsetek osób nadużywających alkoholu w Polsce.

Źródło: dane GUS, wyliczenia PARPA, za: Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych, *Alkohol a środowisko służby i pracy*, PARPA, 2015, s. 22.

Niepokojąco wydawać się mogą również powyższe dane zaprezentowane na wykresie 2. Ilość spożywanego alkoholu wraz z upływem lat ma wyraźną tendencję wzrostową, co oznacza, że Polacy mimo szerokiego zakresu działań profilaktycznych uruchomionych w naszym kraju piją coraz więcej. Warto zaznaczyć, iż prowadzone badania dotyczyły jedynie alkoholu z legalnego źródła, bez uwzględnienia dobrze prosperującej szarej strefy. Nie bez znaczenia pozostaje także fakt, że wpływ na zwiększenie ilości spożywanego alkoholu miało również obniżenie podatku od wyrobów alkoholowych w roku 2003, natomiast podwyższenie podatku akcyzowego w roku 2009 ten wzrost zahamowało.

Wykres 3 przedstawia deklaracje respondentów dotyczące nadużywania alkoholu na podstawie subiektywnej oceny od-

noszącej się do własnego wzoru picia. Informacji tych nie powinno się jednak stosować w sposób bezrefleksyjny, gdyż ocena respondentów dotycząca ich wzorca picia była ich opinią. Ponownie jednak należy zauważyć wzrost liczby osób subiektywnie postrzegających się jako nadużywających od 2003 r. Liczby te pokazują, jaką istotną zmianą w walce z zespołem uzależnienia od alkoholu jest ustanawianie przez rząd prawo.

Szkody wygenerowane nadużywaniem alkoholu

Na przestrzeni lat w Polsce zmianom uległa kultura spożywania alkoholu. Jego nadużywanie doprowadza nie tylko do znaczących problemów społecznych i zdrowotnych, lecz także generuje szkody natury emocjonalno-ekonomicznej na gruncie rodzinnym. Nowe, niebezpieczne schematy picia to prosta droga do wyniszczenia psychofizycznego jednostki i w konsekwencji uzależnienia³.

Uzależnienie od alkoholu prowadzi najczęściej do przedwczesnej śmierci osoby uzależnionej. Negatywne skutki pojawiające się u członków rodzin alkoholowych to najczęściej zaburzenia psychosomatyczne i emocjonalne, chroniczny stres, ubóstwo czy zmniejszenie szans na dalszy rozwój kariery zawodowej⁴.

Dodatkowe problemy związane z nadużywaniem alkoholu to:

- **szkody zdrowotne i rozwojowe** – w kraju z przyczyn bezpośrednich lub pośrednio związanych ze spożyciem alkoholu ginie kilkanaście tysięcy osób; zgodnie z informacjami Światowej Organizacji Zdrowia (*World Health Organization – WHO*) liczba osób pijących ryzykownie lub szkodliwie to ok. 4 mln, a sam alkohol zajmuje już trzecią pozycję

wśród czynników ryzykownych dla zdrowia; wpływa on na wyczerpanie systemu odpornościowego naszego organizmu, czego rezultatem jest m.in. zwiększenie ryzyka występowania różnych odmian raka, ale również niedoboru witamin, zaburzenia widzenia, zmian skórnych czy zaburzenia cyklu rozrodczego; z perspektywy szkód psychologicznych należy wymienić także: bezsenność, zmiany osobowości, psychozy alkoholowe i próby samobójcze⁵;

- **zaburzenia życia rodzinnego włącznie z przemocą w rodzinie** – zjawisko przemocy w rodzinie często jest związane z nadużywaniem alkoholu, a jego negatywny wpływ rozprzestrzenia się na wszystkich jej członków, generując jednocześnie problemy zdrowotne, psychologiczne, społeczne i materialne⁶;

ZESPÓŁ UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

- **problemy alkoholowe w miejscu pracy** – przyzwolenie społeczne na spożywanie alkoholu w miejscu pracy staje się z biegiem lat coraz mniejsze, lecz nie niespotykane; problem ten dotyczy nie tylko pracowników będących pod wpływem alkoholu, ale również tych iluzorycznie trzeźwych – niedysponowanych z racji uprzedniego nadużycia alkoholu; uzależnienie oddziałuje bezpośrednio na zwiększając się absencję pracowników, trudności z koncentracją, zmniejszenie efektywności wykonywanych zadań, pogorszenie relacji interpersonalnych, a także wyższy poziom niebezpiecznych incydentów w trakcie wykonywania zawodu⁷.

Motywy sięgania po alkohol

Próba odnalezienia jednoznacznej odpowiedzi na pytanie: *dlaczego jedni ludzie nadużywają alkoholu częściej niż inni?* jest praktycznie niemożliwa. Prawdopodobnie ile osób, tyle różnych motywów i chęci wprowadzenia się w stan upojenia. Do najczęstszych należą: potrzeba błyskawicznego relaksu, odprężenia, snu, poprawienia nastroju, zapomnienia czy braku lepszego zajęcia. Według Jana Szczepańskiego, polskiego socjologa, profesora nauk humanistycznych i nauczyciela akademickiego, podstawowe przyczyny spożywania alkoholu to: chęć ucieczki od rzeczywistości, przyczyny ceremonialne związane z zabawą, chęć dodania sobie odwagi lub picie nałogowe⁸. Bohdan Woronowicz natomiast dzieli je na trzy płaszczyzny:

- **ucieczkową**, której właściwym zadaniem jest redukcja stresu, polepszenie humoru i zapomnienie o problemach;
- **społeczną**, czyli spożywanie alkoholu dla towarzystwa;
- **w poszukiwaniu przyjemności** – w celach poszukiwania różnorodnych walorów smakowych⁹.

Zróżnicowanie wzorców spożywania alkoholu

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) dzieli spożywanie alkoholu na cztery podstawowe typy, które zgodnie z jej stanowiskiem są szkodliwe nie tylko dla zdrowia człowieka, lecz także dla jego funkcjonowania w życiu publicznym.

Są nimi:

- **okazjonalne upijanie się** – spożywanie co najmniej 60 g alkoholu przez mężczyzn i 40 g przez kobiety – przy jednej okazji;
- **ryzykowne spożywanie alkoholu** – obejmuje spożywanie nadmiernych ilości alkoholu (jednorazowo i łącznie w określonym czasie) niepociągające za sobą w danym momencie negatywnych konsekwencji; przy założeniu, że mogą się one pojawić w przyszłości, o ile wzorzec zachowania nie zostanie zmieniony;
- **szkodliwe picie alkoholu** – traktowane jako picie powodujące szkody zdrowotne, zarówno psychiczne i fizyczne, jak i społeczne; przy czym nie mówimy jeszcze w tym przypadku o uzależnieniu od alkoholu; szkodliwe picie alkoholu można rozpoznać, gdy wzorzec ten utrzymuje się przez co najmniej jeden miesiąc lub powtarza się na przestrzeni jednego roku;
- **zespół uzależnienia od alkoholu** – cechuje go grupa mechanizmów fizjologicznych, behawioralnych i poznawczych, wśród których spożywanie alkoholu ma zdecydowane pierwszeństwo nad pozostałymi zachowaniami, często ważniejsze niż wszystko inne¹⁰.

WHO stwierdza, że do rozpoznania zespołu uzależnienia od alkoholu konieczne jest zaobserwowanie występowania przynajmniej trzech z poniższych objawów na przestrzeni ostatniego roku:

- „głód alkoholowy” – silna konieczność picia lub jego kompulsywne przyjmowanie,
- niemożność kontroli własnych zachowań związanych z piciem,
- zespół abstynencyjny i objawy z nim związane (nudności, biegunki, bezsenność, wzmożona potliwość, niepokój, lęki),
- zwiększenie tolerancji na przyjmowane dawki alkoholu (taka sama dawka alkoholu nie przynosi już oczekiwanych skutków),
- zaniedbywanie zainteresowań i przyjemności na rzecz picia,
- przyjmowanie alkoholu pomimo świadomości jego szkodliwości na własny organizm¹¹.

Należy pamiętać, iż wzorce spożywania alkoholu to kontinuum: od picia o niskim poziomie ryzyka lub całkowitej abstynencji, do picia wysoce szkodliwego dla życia i zdrowia – i w końcu do uzależnienia. Sytuacja przy wyczerpaniu wysiłku osoby uzależnionej może być również odwrócona, a wszystkich doraźnych szkód związanych z używaniem alkoholu można uniknąć. Warunkiem koniecznym jest jednak ograniczenie jego spożycia¹². Oprócz etapu zespołu uzależnienia od alkoholu pozostałe wzorce picia można przekształcić w picie o małym ryzyku szkód. Polskie leczenie odwykowe stoi na stanowisku, iż osoba uzależniona chcąc odzyskać nad sobą kontrolę, zmuszona jest utrzymać abstynencję. Należy jednak pamiętać, że charakterystyczną cechą zaburzenia związanego z alkoholem jest fakt, że osoba uzależniona lub nadużywająca najczęściej nie jest świadoma swoich objawów i grożącego jej niebezpieczeństwa, nie podejmuje więc żadnych kroków w celu poprawy jakości swojego życia, przeciwnie – dąży do ukrycia i deprecjonowania objawów przed otoczeniem¹³. Dlatego utrzymanie/rozpoczęcie przez nią abstynencji może być procesem niezwykle wymagającym, pracochłonnym oraz trudnym do osiągnięcia. Wybrzmieć powinno również, iż żaden z rodzajów picia nie jest stuprocentowo bezpieczny, jednakże picie niewielkich ilości napojów alkoholowych u większości z nas nie wygeneruje od razu wysokiego ryzyka wyżej opisanych szkód.

Etapy wsparcia

Niezwykle istotne jest, aby starać się systematycznie zmniejszać komfort picia osobie pijącej, a jednocześnie umiejętnie wskazywać konstruktywne możliwości rozwiązania problemu. Dużą rolę w procesie przywracania równowagi osoby pijącej odgrywa środowisko, w którym musi ona funkcjonować, mowa tu m.in. o kolegach i koleżankach z pracy¹⁴. Kilka podstawowych informacji o sposobach wsparcia osoby pijącej jest przedstawionych w tabeli 1.

Pomaganie osobom z problemem zespołu uzależnienia od alkoholu możemy podzielić na trzy rodzaje:

- 1) działania motywacyjno-wspierające prowadzone przez:
 - wspólnoty samopomocowe (np. Anonimowi Alkoholicy),
 - stowarzyszenia trzeźwościowe/abstynenckie,
 - psychologów w miejscu pracy;
- 2) leczenie:
 - przychodnie oraz poradnie,
 - oddziały uzależnień;

Tabela 1. W jaki sposób wspierać osobę pijącą w miejscu pracy?

CZEGO NIE ROBIĆ?	CO ROBIĆ?
Nie „obgaduj” za plecami.	Okaż zainteresowanie.
Nie rób zakładów o to, jak długo wytrzyma.	Wyraź aprobatę dla zmiany.
Nie proponuj picia.	Zaproponuj, że może na ciebie liczyć.
Nie zapraszaj na alkoholowe imprezy.	Zastanów się, co może mu/jej pomóc, a co zaszkodzić. Zaczepnij wiedzy na temat problemu.
„Oszczędzaj się” w rozmawianiu o picciu.	Postaw sobie pytanie: co jesteś w stanie zrobić w miejscu pracy i poza nim, aby tę osobę wesprzeć.
Nie rób z faktu bycia na terapii tematu tabu lub co gorsza czegoś wstydlwego.	
Nie wyśmiewaj się i nie stygmatyzuj.	

Źródło: Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych, *Alkohol a środowisko służby i pracy*, PARPA, 2015, s. 43.

3) działania rehabilitacyjne:

- wsparcie przełożonych i współpracowników,
- wsparcie najbliższych,
- wspólnoty samopomocowe¹⁵.

Zarówno picie ryzykowne, wysoce szkodliwe, jak i sam zespół uzależnienia od alkoholu są bez wątpienia poważnymi problemami ogólnospołecznymi, z którymi będziemy się zmagać jeszcze przez wiele lat. Wszystkie te zjawiska generują dużą liczbę szkód, nie tylko dla jednostki, ale również dla jej otoczenia. Dlatego też tak istotna jest systematyczna edukacja społeczeństwa w zakresie szkodliwości tych zjawisk, a także próba wzbudzenia w ludziach moralnej odpowiedzialności za niesienie w tym zakresie pomocy osobom, które jej potrzebują.

¹ *Młodzież 2018*, red. M. Grabowska, M. Gwiazda, Centrum Badań Opinii Społecznej i Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa 2019, s. 236.

² M. Bożewicz, *Aktualne problemy i wydarzenia (353)*, 2019, nr 151.

³ M. Jedynak, *Alkoholizm jako zjawisko patologiczne i społecznie destruktywne*, w: *Uzależnienia oraz związane z nimi zagrożenia społeczne*, red. D. Pstrąg, wyd. UR, Rzeszów 2014, s. 96–117.

⁴ Zob. J. Młyński, *Wykluczenie społeczne wyzwaniem dla współczesnego świata*, „Teologia i Moralność” 2012, nr 11, s. 63–92.

⁵ Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, *Szkody zdrowotne*, <http://www.parpa.pl/index.php/szkody-zdrowotne-i-uzaleznienie/szkody-zdrowotne> [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁶ M. Ciosek, *Sekretny świat rodziny z problemem alkoholowym*, Studia Gdańskie, „Wizje i Rzeczywistość” 2011, t. 8, s. 270–282.

⁷ J. Fudała, K. Dąbrowska, *Środowisko pracy a alkohol: działania profilaktyczne i aspekty prawne*, PARPA, 2013, s. 29–40.

⁸ I. Wald, *Spożycie alkoholu na tle uwarunkowań kulturowych*, w: *Alkohol oraz związane z nim problemy społeczne i zdrowotne*, red. I. Wald, PWN, Warszawa 1986.

⁹ Zob. B.T. Woronowicz, *Alkoholizm jest chorobą*, PARPA, Warszawa 1998.

¹⁰ M. Abramowicz, M. Brosz, B. Bykowska-Godlewska, T. Michalski, A. Strzałkowska, *Wzorce konsumpcji alkoholu – Studium socjologiczne*, Zakład Realizacji Badań Społecznych, Gdańsk 2015, s. 58–59.

¹¹ M. Frąckowiak, M. Motyka, *Charakterystyka problemów społecznych związanych z nadużywaniem alkoholu*, w: „Hygeia Public Health” 2015, t. 50, nr 2, s. 317.

¹² J. Fudała, *Czy moje picie jest bezpieczne?*, PARPA, Warszawa 2007, <http://www.parpa.pl/index.php/szkody-zdrowotne-i-uzaleznienie/picie-ryzykowne-i-szkodliwe> [dostęp: 23.10.2020 r.].

¹³ Zob. D. Pstrąg, *Wybrane zagadnienia z problematyki uzależnień*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Rzeszowie, Rzeszów 2000, s. 82.

¹⁴ Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych, *Alkohol a środowisko służby i pracy*, PARPA, 2015, s. 43.

¹⁵ Tamże, s. 49–50.

Summary

Syndrome of alcohol addiction – the problem of the XXI century

The purpose of the article is to promote the awareness of addictions among police officers. The objective of the study is to verify false stereotypes, referring to the impact of alcohol on the human body, expand the social awareness about the harmful effects of its abuse, create motivation for the possible change of the standard of behaviours, as well as the assistance in getting the specialist knowledge on the possibilities of receiving different forms of the support.

Tłumaczenie: Renata Cedro

UZALEŻNIENIA, ICH LECZENIE

Jak to wygląda w środowisku policjantów

Jerzy Jechalski

Kierownik Oddziału Leczenia Uzależnień
Szpital Specjalistyczny MSWiA w Otwocku

Niniejsze rozważania przedstawiam z perspektywy kierownika Oddziału Leczenia Uzależnień (OLU) Szpitala Specjalistycznego MSWiA w Otwocku. Dyrektorem Szpitala jest Dariusz Kołodziejczyk.

Oddział powstał ponad 21 lat temu, w okresie reformy służby zdrowia i powstawania Kas Chorych. Rozpoczął swoją działalność w oparciu o rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 31 grudnia 1999 r. (Dz. U. z 2000 r. Nr 3, poz. 44, z późn. zm.), które regulowało sposób oraz zasady leczenia osób uzależnionych od alkoholu.

Głównym zadaniem Oddziału było leczenie policjantów uzależnionych od alkoholu, a także pracowników innych służb mundurowych. Był to czas, gdy z jednej strony występowała potrzeba leczenia tej jednostki chorobowej – zespołu uzależnienia od alkoholu – u pracowników służb mundurowych, a z drugiej strony był to okres, gdy rozpoznanie uzależnienia u policjanta było równoznaczne z koniecznością wydalenia go ze służby przez komisję lekarską. Wtedy powstawały zespoły psychologów w Policji mające m.in. za zadanie rozpoznawanie problemów alkoholowych u policjantów i skuteczne ich rozwiązywanie. W tej sytuacji: leczyć i wyrzucać ze służby – było to arcytrudne zadanie. Dopiero zmiany zasad komisji lekarskich, najpierw Służby Więziennej, a potem MSWiA spowodowały, że leczenie policjantów stało się „legalne”, tzn. że chory policjant po przebytych leczeniu mógł dalej pracować w Policji.

Ten początkowy okres funkcjonowania Oddziału Leczenia Uzależnień w Otwocku charakteryzowała też duża liczba szkoleń, konferencji dla psychologów Policji, jak też kadry kierowniczej Policji w zakresie skutecznego podejmowania interwencji wobec osób z problemem alkoholowym. Był to okres intensywnych staży psychologów policyjnych, psychologów i psychiatrów resortowej służby zdrowia w Oddziale Leczenia Uzależnień.

Zasady leczenia uzależnień w OLU w Otwocku

1. Program Psychoterapii Uzależnień prowadzony w Oddziale Leczenia Uzależnienia od Alkoholu Szpitala Specjalistycznego MSWiA w Otwocku jest

zgodny z art. 21 ust. 1 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz. U. z 2019 r. poz. 2277, z późn. zm.) i z obowiązującym obecnie **rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 15 grudnia 2018 r. w sprawie funkcjonowania podmiotów leczniczych sprawujących opiekę nad uzależnionymi od alkoholu** (Dz. U. poz. 2410, z późn. zm.).

2. Założenia teoretyczne Programu uwzględniają udział psychologicznych patomechanizmów uzależnienia zarówno w procesie jego powstawania, jak i w trakcie jego leczenia.
3. Program dotyczy 6-tygodniowego okresu oddziaływań psychoterapeutycznych w stosunku do pacjentów uzależnionych od alkoholu i substancji psychoaktywnych. Jest tzw. programem podstawowym.
4. Celem Programu jest:
 - a) uzyskanie przez pacjenta tożsamości chorobowej,
 - b) rozpoznanie rozmiarów destrukcji, jakiej w życiu pacjenta dokonało używanie przez niego alkoholu i innych substancji psychoaktywnych,
 - c) doprowadzenie do podjęcia przez pacjenta decyzji o utrzymywaniu abstynencji z powodu utraty kontroli nad swoim zachowaniem w związku z używaniem substancji psychoaktywnych,
 - d) doprowadzenie do podjęcia przez pacjenta decyzji o kontynuowaniu zdrowienia w oparciu o dalsze leczenie w poradniach leczenia uzależnień i/bądź w oparciu o wspólnotę AA lub ruch abstynencki.
5. Ważnym elementem Programu jest zindywidualizowanie oddziaływań psychoterapeutycznych poprzez wprowadzenie osobistych planów terapii.

6. Program realizowany jest przez personel (specjalistów, psychologów) posiadający wymagane kwalifikacje zgodnie z przywołanym wyżej rozporządzeniem Ministra Zdrowia.
7. Warunkiem przyjęcia do OLU jest posiadanie skierowania i dostarczenie go do Oddziału z rozpoznaniem uzależnienia od alkoholu, substancji psychoaktywnych bądź hazardu.

Profilaktyka uzależnień wśród służb mundurowych

Z perspektywy doświadczenia zarówno z pacjentami – pracownikami służb mundurowych – jak też z ich przełożonymi w trakcie ich szkolenia pokusiłem się o podzielenie się kilkoma refleksjami dotyczącymi prowadzenia działań mających na celu profilaktykę uzależnień wśród służb mundurowych.

Wnioski praktyczne – to, co ważne w profilaktyce:

- **odpowiedni dobór kadr** – należy wziąć pod uwagę: wywiad rodzinny (genetykę), cechy osobowościowe;
- **kształcenie i wychowywanie funkcjonariuszy**: w procesie szkolenia ważne wydaje się kształtowanie postaw, przekonań, że szczególnie uwzględnieniem **systemu wartości**, poczucia godności własnej i poczucia godności funkcjonariusza, budowania zainteresowań i uczenia rozpoznawania i realizowania własnych potrzeb;
- **zadania kadry kierowniczej**: ważne wydaje się tu bycie wzorem dla podwładnych, reagowanie w sytuacjach problemowych, wsparcie w sytuacjach trudnych, stwarzanie poczucia bezpieczeństwa i oparcia dla podwładnych;
- **jasna polityka** wobec osób uzależnionych od alkoholu i określenie zasad interwencji wobec nich, stworzenie warunków do leczenia i rehabilitacji.

Czy jest jakaś specyfika pacjenta-policjanta i jego leczenia? Refleksje praktyczne

1. Na przestrzeni ponad 21 lat istnienia Oddziału Leczenia Uzależnień Szpitala Specjalistycznego MSWiA w Otwocku mogę stwierdzić, że w ostatnich kilku latach wyraźnie spadła liczba leczonych policjantów, jak też funkcjonariuszy innych służb mundurowych. Dziś są to pojedyncze przypadki wśród wszystkich leczonych pacjentów. Jeśli weźmiemy pod uwagę epidemiologię uzależnienia tylko od alkoholu, to na 100 000 policjantów co najmniej 2000 uzależnionych od alkoholu jest w służbie. A ilu z nich jest po leczeniu i zatrzymało chorobę, a u ilu choroba jest czynna i przysparza kłopotów otoczeniu?
2. Pacjent-policjant najczęściej trafia na leczenie dzięki interwencji swojego przełożonego, a nie tak jak pacjent-cywil, po interwencji rodziny lub sądu. Ale zdarzają się też pacjenci-policjanci, którzy trafiają na leczenie bez możliwości powrotu do służby, a to dlatego, że skutki służbowe i zawodowe picia są tak duże, że z powodów dyscyplinarnych powrót do pracy w Policji nie jest moż-

liwy, np. po wypadku z bronią po pijanemu, po wypadku samochodowym. Trafiają za późno! Kierowanie policjanta na leczenie przez przełożonego świadczy według mnie o tym, że przełożonym w Policji bardziej zależy na pracowniku niż przełożonym w cywilnych zakładach pracy, że przełożeni w Policji bardziej dbają o swoich podwładnych. Jest to również związane z tym, że szybciej dostrzegają problemy alkoholowe u swoich pracowników niż przełożeni cywilni; że podejmują interwencje szybciej niż same rodziny. Szkoda, że zdarza się to coraz rzadziej.

3. Dziś chory policjant po leczeniu podstawowym w naszym Oddziale może dalej być w służbie i nie boi się wracać do pracy. Jako zdrowiejący z uzależnienia ma takie same problemy jak pracownik cywilny. Głównym problemem jest przekonanie, że leczenie w szpitalu zostało zakończone, że nie trzeba go kontynuować. A leczenie uzależnienia jest przewlekłe i należy je kontynuować w trybie ambulatoryjnym. I tu pacjent-policjant jest w lepszej sytuacji, bo dzięki temu, że przełożony kierował go na leczenie, przełożony ma możliwość monitorowania kontynuacji jego leczenia. Jeśli tego nie robi, efektywność bardzo spada. I o tym przełożony powinien wiedzieć.
4. Korzystniej jest, gdy pacjenci-policjanci nie są leczeni w „grupach policyjnych”, gdyż dzięki różnorodności doświadczeń pacjentów z innych grup zawodowych nie nabierają przekonania, że to praca w Policji przyczynia się do rozwoju uzależnienia, i przekonują się, że zachowania związane z piciem są podobne u osób z różnych grup zawodowych i społecznych.

Zmiany w lecznictwie odwykowym w ostatnich kilkunastu latach

Do czego obecnie staramy się być przygotowani w OLU w Otwocku:

- coraz więcej jest leczonych pacjentów z mieszanymi uzależnieniami;
- coraz więcej jest pacjentów uzależnionych niechemicznie, behawioralnie;
- coraz bardziej obniża się wiek leczonych pacjentów;
- weryfikujemy cele, jakie chcemy osiągnąć u leczonych pacjentów: naszym jedynym celem do pewnego czasu była abstynencja od substancji uzależniających; dziś bardziej nam zależy na poprawie dobrostanu i dobrobytu pacjenta, na podniesieniu jakości jego życia w różnych wymiarach;
- coraz bardziej w naszym oddziale zajmujemy się pacjentem całościowo, a nie tylko samym uzależnieniem; dokonujemy pełnej diagnozy psychologicznej problemów leczonych pacjentów;
- jesteśmy przygotowani do pracy z pacjentami chcącymi ograniczać negatywne skutki picia, a nie samo picie, tzn. jesteśmy gotowi do pracy nad ograniczaniem picia, a nie tylko do utrzymywania pełnej abstynencji;
- korzystamy z superwizji i w miarę możliwości podnosimy nasze kwalifikacje;
- pracujemy zespołowo;
- w naszym oddziale dbamy o to, aby w psychoterapii uzależnień pracowali sami psycholodzy.

Zalecenia praktyczne dla przełożonych

I. Interwencje przełożonego wobec podwładnego nadużywającego alkoholu przed podjęciem leczenia (co robić, czego nie robić).

1. Nie udawać, że się nie wie o tym, że ktoś ma problem z alkoholem.
2. Szybko podjąć rozmowę (interwencję) z osobą nadużywającą alkoholu, aby zasygnalizować, że problem picia alkoholu jest widoczny.
3. Poprosić osobę nadużywającą alkoholu o kontakt z jej rodziną.
4. Zwrócić się o pomoc do psychologa policyjnego.
5. Zbierać fakty, informacje (i spisywać je) na temat zachowań związanych z piciem alkoholu przez osobę podejrzewaną o nadużywanie alkoholu.
6. Rozejrzeć się za sojusznikami, którzy mogą być pomocni w podjęciu interwencji kryzysowej.
7. Nie przenosić na inne stanowisko, do innego działu – to nie spowoduje, że dana osoba przestanie pić.
8. Sygnalizować, że widzi się częste zwolnienia.
9. Brak zgody na tzw. wolne z powodu zapicia, zamiany służb związane z piciem.
10. Wizyty w domu w trakcie zwolnienia.
11. Jeżeli po podjęciu interwencji wobec osoby nadużywającej alkoholu nie zdecyduje się ona na podjęcie leczenia – zwolnić ją z pracy.
12. Pomaganie osobie nadużywającej alkoholu to nieukrywanie jej picia – należy stosować tzw. twardą miłość.

II. Interwencje przełożonego wobec podwładnego nadużywającego alkoholu, który przebył leczenie (co robić, czego nie robić).

Leczenie w szpitalu to dopiero początek leczenia, które trwa do 24 miesięcy!

1. Warto wiedzieć, kto z podwładnych rozpoczął leczenie odwykowe.
2. Należy monitorować, czy podwładny kontynuuje leczenie, np. przez założenie dzienniczka obecności na zajęciach terapeutycznych w placówce odwykowej (odbywają się od 1 do 3 razy tygodniowo).
3. Można zlecić monitorowanie leczenia psychologowi policyjnemu.
4. Należy pomóc dopasować grafik pracy do dalszego programu leczenia – obecności na grupach terapeutycznych.
5. Nie namawiać podwładnego do uczestniczenia w spotkaniach, na których spożywany jest alkohol.

6. Powiedzieć podwładnemu o korzystnych zmianach w jego zachowaniu, jeśli takowe są widoczne.
7. Zadać o to, aby przenieść go do takiego pokoju, gdzie jest pewność, że nie pojawi się tam alkohol.
8. Nie wyśmiewać w związku z utrzymywaniem przez podwładnego abstynencji.
9. Traktować jak każdego innego pracownika.
10. W przypadku podejrzeń, czy podwładny utrzymuje abstynencję, badać alkomatem przed pracą i po niej.
11. Jeśli podwładny zaczyna być: wybuchowy, agresywny, urażliwy, niecierpliwy, zaczyna mieć zaległości w pracy, skarży się nieadekwatnie do sytuacji, należy poprosić o konsultację psychologa policyjnego.
12. Nie bać się rozmawiać z podwładnym o jego alkoholizmie, jeśli on rozpocznie taką rozmowę. Samemu jej nie rozpoczynać.
13. Nie mówić o podwładnym jako alkoholiku, a ewentualnie podawać go tylko za wzór osoby, która utrzymuje abstynencję.

Zakończenie

Powyższe opracowanie nie jest artykułem naukowym, lecz przedstawia wnioski płynące z praktyki psychologa klinicznego, specjalisty psychoterapii uzależnień, który nabywał doświadczenia w trakcie ponad 20-letniej pracy z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych oraz uzależnionymi od hazardu. Doświadczenie to zostało wzbogacone o prowadzenie szkoleń kadry kierowniczej służb mundurowych oraz o współpracę z psychologami pracującymi w Policji, Straży Granicznej, Państwowej Straży Pożarnej.

Autor ma nadzieję, że te refleksje będą przydatne dla środowiska policyjnego i staną się inspiracją do działań na rzecz trzeźwości w służbach mundurowych.

Summary

Addictions, their treatment: what it looks like in the environment of police officers

The author, the manager of the Addictions Treatment Ward of the Specialist Hospital of the Ministry of Internal Affairs and Administration in Otwock, described, in the present article, the Program of the Psychotherapy of Addictions, operated in this institution. He also indicated changes in the health care of addictions, which took place in the last few years. He paid special attention to specificity of the patient-policeman and his treatment, indicating, that the officer most often starts his therapy due to the intervention of his superior. Using observations and conclusions deriving from more than 20-year practice, the author also formulated certain guidelines referring to prevention of addictions amongst uniformed forces as well as practical recommendations for the superior, regarding the proceedings towards the subordinate abusing alcohol, before and after the treatment.

Tłumaczenie: Renata Cedro

A Anonimowy POLICJANT

„Artur”

*Mam na imię „Artur”
i jestem alkoholikiem.*

Tak się przedstawiam, kiedy biorę udział w mityngach Wspólnoty Anonimowych Alkoholików. Oprócz tego jestem policjantem w czynnej służbie. Na początku mojej obecności we Wspólnocie AA wstydziłem się publicznie przedstawiać jako alkoholik. Jeszcze trudniej było mi przyznać się do uzależnienia przed samym sobą. Bronilem się przed uznaniem faktu, że alkohol przejął nade mną kontrolę, że jestem wobec niego bezsilny. Musiałem to jednak zrobić, żeby żyć. Dzięki temu, że zaufałem AA, nie tylko zachowałem pracę, rodzinę i odzyskałem szacunek do siebie, ale przede wszystkim uniknąłem śmierci, która była już bardzo blisko.

Zanim opowiem swoją historię, przedstawię krótko, czym jest, jak również czym nie jest Wspólnota Anonimowych Alkoholików.

Preambuła AA

Anonimowi Alkoholicy są Wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązać swój wspólny problem i pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu.

Oznacza to, że mamy jeden główny cel – nieść trzeźwość innym alkoholikom. Tym ludziom, którzy potrzebują pomocy. Wierzmy, że z alkoholem żaden człowiek nie jest w stanie poradzić sobie sam. Dzięki temu, że pomagamy innym – sami nie pijemy. Pomoc innym jest dla nas kwestią życia i śmierci. Jeżeli wrócilibyśmy do picia, prawie na pewno czeka nas szpital, więzienie lub śmierć. Najczęściej śmierć.

Jedynym warunkiem uczestnictwa we Wspólnocie jest chęć zaprzestania picia. Nie ma w AA żadnych składek ani opłat, jesteśmy samowystarczalni poprzez własne dobrowolne datki.

Chodzi o to, że jedyne, czego potrzeba, aby być członkiem Wspólnoty AA, to chęć zaprzestania picia. Nie trzeba nawet przestać pić. Wystarczy chęć, aby zacząć zmieniać swoje życie. Niektórzy nie wyobrażają sobie życia bez alkoholu i perspektywa jego nagłego odstawienia jest dla nich na tyle drastyczna, że stanowi przeszkodę do podjęcia jakiegokolwiek działania. Zatem warto powtórzyć, że na początek wystarczy pragnienie zaprzestania picia. Większość ludzi pijących w sposób niebezpieczny i ponoszących z tego powodu straty deklaruje, że „muszą coś z tym zrobić”. Tym „czymś” może być na początek rozmowa z trzeźwym alkoholikiem.

Nikt nas nie finansuje. Nasze wewnętrzne uregulowania nie pozwalają nam od nikogo przyjmować pieniędzy ani darowizn. Wszystkie środki finansowe, którymi dysponujemy, pochodzą z naszych własnych dobrowolnych składek. Dzięki temu jesteśmy niezależni i możemy skupić się na jedynym celu – niesieniu pomocy cierpiącym alkoholikom.

Wspólnota AA nie jest związana z żadną sektą, wyznaniem, działalnością polityczną, organizacją lub instytucją, nie angażuje się w żadne publiczne polemiki, nie popiera ani nie zwalcza żadnych poglądów. Naszym podstawowym celem jest trwać w trzeźwości i pomagać innym alkoholikom w jej osiągnięciu.

Realizowanie jedynego celu Wspólnoty AA wymaga od nas pełnej niezależności. Dlatego nie popieramy ani nie zwalczamy żadnych poglądów, programów ani doktryn. Z nikim się nie łączymy, nie wchodzimy w żadne zależności. Z zasady też nie popieramy jakichkolwiek, nawet najbardziej szczytnych celów, organizacji i przedsięwzięć. Nasza nazwa nie może być nigdzie i do niczego wykorzystywana ani używana. Każdy członek AA wypowiada się tylko w imieniu własnym, nigdy zaś w imieniu całej Wspólnoty AA. Tylko pełna niezależność i neutralność wobec wszystkiego, co nie jest bezpośrednio związane z proponowanym przez nas sposobem zdrowienia, pozwala nam skutecznie realizować nasz cel.

HISTORIA ANONIMOWEGO POLICJANTA

Jak wspominałem na wstępie, choruję na chorobę alkoholową. Nie robię jednak z tego tragedii. Można z nią żyć i być przy tym szczęśliwym. Każdy człowiek, który sięga po alkohol, ryzykuje, że zostanie dotknięty alkoholizmem. Nikt tego oczywiście nie planuje, ale tak się dzieje. Ważne jest, żeby zaznaczyć, że jest to choroba niezawiniona. Nikt, kto sięga po alkohol, nie robi tego w celu zostania alkoholikiem. Niestety, statystyki pokazują, że spośród kilku osób przy stole, na którym jest alkohol, przynajmniej jedna z całą pewnością popadnie w uzależnienie. Mimo że każda z nich liczy, że nie padnie na nią. Albo w ogóle się nad tym nie zastanawia.

Jest to również choroba śmiertelna. Niezatrzymana w porę prowadzi do śmierci, więzienia lub szpitala psychiatrycznego, o czym już wspominałem. Niestety ci, których to dotknęło, nie mogą tego potwierdzić. Może tylko z wyjątkiem więźniów. AA działa również w zakładach karnych i aresztach śledczych, gdzie jest szansa na powrót do zdrowia i zmianę życia osadzonych. Wiele osób skorzystało z tej szansy i obecnie sami zajmują się niesieniem pomocy w miejscach, w których kiedyś ją otrzymali.

Niestety, alkoholizm jest również nieuleczalny. Kto raz zostanie alkoholikiem, jest nim do końca życia. Nigdy już nie będzie w stanie kontrolować swojego picia. W większości przypadków taka konstatacja przychodzi zbyt późno albo wcale. WAA mówimy, że: „z kiszzonego ogórka nigdy nie zrobi się surowego”.

Organizm alkoholika specyficznie reaguje na alkohol – wraz z wypiciem niewielkiej dawki pojawia się łaknienie i przymus dalszego picia, bez względu na konsekwencje. Ta obsesja sprawia, że kontakt z alkoholem zamienia się w kilkudniowy lub dłuższy ciąg alkoholowy. Taki ciąg może skończyć się w szpitalu, na detoksie lub nie skończyć nigdy.

Każdy alkoholik, który sięga po kieliszek, gorąco wierzy, że uda mu się przestać pić w dowolnym momencie, a jego picie nie spowoduje szkód i nie zrodzi przykrych konsekwencji. Nie bierze pod uwagę poprzednich złych doświadczeń i liczy na to, że tym razem mu się uda. Takie postępowanie powtarza w nieskończoność, póki nie wydarzy się coś, co sprawi, że znacznie on zmieniać swoje życie, albo... umrze.

Na szczęście jest to również choroba, którą można zatrzymać. Wymaga to jednak zmiany podejścia do życia i przestrzegania kilku prostych reguł. Często takie życie jest o wiele bogatsze, pełniejsze i bardziej świadome niż to, które się wiodło przed uzależnieniem. Alkoholik uczy się na nowo zdrowych relacji z ludźmi, po raz pierwszy opartych na uczciwości i zaufaniu. Poznaje swoje wady i ograniczenia, ale również mocne strony i korzyści płynące z postępowania zgodnego z własnym sumieniem. Poprawia się jego sytuacja rodzinna i finansowa. Odzyskuje zaufanie i szacunek najbliższych,

a także współpracowników, przełożonych i przede wszystkim szacunek do samego siebie. Wreszcie porządkuje swoje sprawy z przeszłości. Dociera do niego, że picie alkoholu nie było jego głównym problemem, że to tylko czubek góry lodowej lub „wysypka” choroby, zaś prawdziwe przyczyny nieszczęść, które go dotknęły, leżą w nim samym. Takie nowe, świadome życie, wolne od lęków, wstydu i poczucia winy możliwe jest tylko dzięki pomocy innych ludzi, którym udało się uporać z takim samym problemem. Im ta pomoc szybciej nadejdzie, tym więcej życiowych dramatów można uniknąć.

Ponieważ alkoholizm jest chorobą postępującą, bez wyżej opisanych działań z upływem czasu dzieje się tylko gorzej. Choroba nigdy się nie cofa sama. Opanowuje coraz to nowe przestrzenie życiowe i powoduje, że osoba uzależniona dopuszcza się czynów, o których całe życie sądziła, że mogą przydarzyć się tylko degeneratom.

Dlatego niesienie pomocy cierpiącym alkoholikom jest najważniejszym celem Wspólnoty AA. Przy czym koniecznie należy podkreślić, że zachowanie abstynencji jest co prawda warunkiem fundamentalnym, jednak jest to dopiero początek drogi ku świadomemu i godnemu życiu. Droga ta wymaga przewartościowania wszystkiego i jest trudna, ale także fascynująca. I niewątpliwie jest przygodą.

Oczywiście ja tego wszystkiego nie wiedziałem, kiedy zacząłem ponosić pierwsze konsekwencje picia. Miałem takie samo zdanie na temat AA jak większość ludzi. Sądziłem, że jest to sekta nawiedzonych, sfrustrowanych tym, że nie mogą się napić. Alkoholik kojarzył mi się z brudnym, śmierdzącym kłoszardem pijącym denaturat i żebrzącym o parę groszy na najtańsze wino. Nie wiedziałem, jak wielu cierpiących alkoholików jest wokół mnie. Nie wiedziałem, że ja sam nim jestem.

Do służby wstąpiłem ponad dwadzieścia lat temu. Już wówczas lubiłem się czasem napić. Robiłem to jednak sporadycznie i w sposób umiarkowany. Z czasem jednak alkohol stał się ważny w moim życiu. Nie obwiniam za to ani mojej pracy, ani ludzi, których w niej spotkałem. Nie piłem ani więcej, ani też częściej niż inni. A jednak to ja się uzależniłem. Powoli i niezauważenie zmieniały się moje nawyki. Przekraczałem kolejne granice. Na początku nie mieściło mi się w głowie, że można pić alkohol w pracy lub w dniu poprzedzającym służbę. Jednak wraz z rozwojem choroby zmieniały się również moje wyobrażenia, co wolno. Inny był też wówczas stosunek do spożywania alkoholu na służbie. Obchodzenie imienin, urodzin, awansów, premii czy opijanie sukcesów zawsze miało miejsce w pracy i istniało na to milczące przyzwolenie. Przełożony zwykle wypijał dwie, trzy kolejki i po słowach: „Uważajcie na siebie” zostawiał nas samych. Zdarzało się nieraz, że gdy szedłem korytarzem w mojej jednostce z dwóch, trzech pokoiów dochodziły odgłosy zakrapianej imprezy. Niepijących w zasadzie nie było.

Nawet jeśli ktoś nie gustował w piciu alkoholu, starał się to skrętnie ukrywać. Popularne powiedzenia: „Kto nie pije, ten kapuje”, „Po pracy to każdy głupi potrafi się napić” czy „Picie po pracy to strata czasu” doskonale oddają atmosferę tamtych czasów. Teraz wiele się zmieniło. Alkohol już nie jest tak wszechobecny, chociaż wciąż bywa – podczas odpraw, szkoleń czy delegacji służbowych. Dziś w Policji nadal jednak pracuje wiele osób pijących w sposób niebezpieczny, które zaczynały podobnie jak ja, 10–20 lat temu lub później. Niektórzy z nich zapewne mają problem z alkoholem, z którym nie będą w stanie uporać się na własną rękę.

Nie potrafię zliczyć dni urlopu na żądanie, które musiałem brać, gdyż nie mogłem wstać z łóżka. Wszystkie wyjazdy służbowe i szkolenia zlewały mi się w ciągły alkoholowy. Przyzwyczaiłem się do tego, że nie wolno mi się nad nikim pochylać, patrzeć w oczy, że cały czas muszę mieć w ustach gumę lub cukierka. Bardzo dbałem o swój wygląd i kiedy miałem przerwę w piciu, pracowałem, jakbym chciał odplacić wszystkim za dni, które wydarła mi choroba. Byłem wiecznie w lęku. Bałem się przełożonych, kolegów z pracy. Reagowałem strachem na dźwięk telefonu i czułem nieprzyjemny skurcz w żołądku, kiedy wzywali mnie do siebie przełożeni. Nigdy nie wiedziałem, czy tym razem nie czekają na mnie funkcjonariusze z BSW z alkoholem i czy nie idę do szefa po raz ostatni w karierze. Za każdym razem, wychodząc z pracy, cieszyłem się, że udało mi się przetrwać kolejny dzień. Obiecywałem sobie, że już ostatni raz tak się bałem. Zawsze jednak szedłem prosto do sklepu monopolowego, żeby napić się „na legalu”. Następnego dnia koszmar się powtarzał. Zdarzyło mi się w pracy zasłabnąć, wymiotować i udawać, że mój stan wywołany jest jakąś chorobą. Pamiętam, jak kiedyś, jadąc do pracy, zasłabłem w metrze. Zemdlałem też w autobusie. Uciekłem, zanim przyjechała karetka, bo bałem się, że lekarz zorientuje się, że jestem pod wpływem alkoholu.

Czułem się strasznie samotny i przerażony. Z nikim nie mogłem podzielić się swoim cierpieniem. Żyłem w ciągłym kłamstwie i lęku. Jedynym ratunkiem dla mnie było wypić tyle, żeby nic nie czuć i zasnąć choć na dwie godziny. Nie mogłem też spać. Byłem otepiały i zapomniałem o swoich obowiązkach. Czułem wstyd i pogardę wobec samego siebie.

Nikt sam z chorobą nie wygra. Potrzebni są inni ludzie. Mnie pomogli moi przełożeni i współpracownicy. Okazali zrozumienie dla mojej choroby. Dali mi szansę, którą staram się wykorzystywać każdego dnia. Codziennie o tym pamiętam i już zawsze będę im za to wdzięczny. Kiedy wreszcie przyznałem się do problemu, wyciągnęli do mnie rękę. Dostałem szansę, którą przyjąłem. Dziś inaczej patrzę na swoją przeszłość. Nie obwiniam się. Tłumaczę sobie, że na wiele rzeczy nie miałem wpływu. To się mogło przydarzyć każdemu. Wiem, że moja choroba jest śmiertelna, jednak udało mi się ją zatrzymać, mogę żyć i być szczęśliwy.

We Wspólnocie nikt mnie nie pyta, kim jestem, jaki mam zawód, co robiłem w życiu i jak to się stało, że zostałem alkoholikiem. Zaledwie kilka najbliższych osób wie, że jestem policjantem. Dzielę się z innymi tym, czym akurat mogę na danym etapie zdrowienia. Jeśli opowiadam o sobie, to tylko po to, żeby na własnym przykładzie pokazać, że można żyć bez alkoholu i być zadowolonym z jakości swojego życia. To bardzo dużo.

Kiedy piłem, byłem wiecznie niezadowolony, wszyscy mi przeszkadzali i mało kto mnie rozumiał. Widziałem u innych najgorsze cechy i przypisywałem im złe intencje, nie widząc tego samego u siebie. Plotkowałem, zazdrościłem innym i chodziłem sfrustrowany. Alkohol miał mi poprawić obraz rzeczywistości, ale jeszcze bardziej go wykrzywił. Miał zmienić rzeczywistość na taką, którą będę mógł zaakceptować. Tyle że wiecznie tak żyć się nie da. Nawet jeśli nie stracię pracy, rodziny czy nie popadnię w konflikt z prawem, to z pewnością w końcu zbuntuje się organizm. Zdarzało mi się wykorzystywać prawie cały urlop wypoczynkowy na leczenie się z przepicia, chodzić na zwolnienia lekarskie z powodu chorób wywołanych nadużywaniem alkoholu, wreszcie – dwukrotnie byłem w szpitalu. Mimo że na pewnym etapie organizm dość szybko się regeneruje po ciągu alkoholowym, każde następne zapicie trwa dłużej i jest o wiele straszliwsze w skutkach. Przełożony, zmuszony moimi ciągłymi nawrotami choroby, nie mógł mnie już dłużej chronić. Widział, że choć bardzo się staram, sam nie daję rady. Dał mi wybór: emerytura albo leczenie w ośrodku zamkniętym i dopiero po tym powrót do pracy. Wybrałem to drugie. Pojechałem na terapię do ośrodka pod Warszawą. Równolegle wstąpiłem do Wspólnoty AA i zacząłem w niej działać, żeby pomóc takim jak ja. Wróciłem do pracy. Kontynuowałem terapię w trybie ambulatoryjnym. Przeszedłem wszystkie jej etapy. Nie oznacza to jednak, że jestem w pełni zdrowy. Mam świadomość tego, że jestem dopiero na początkowym etapie zdrowienia, uczę się nowych zasad i życia według nowych reguł. Jestem jak cukrzyk, który, żeby żyć, musi przyjmować insulinę. Moją insuliną jest kontakt z ludźmi ze Wspólnoty AA. Wiem już z doświadczenia, że pomaga mi rozmowa z innym trzeźwym alkoholikiem. Ten kontakt jest najlepszym sposobem na chorobę, na którą lekarstwa nikt jeszcze nie wymyślił.

Jak każdemu alkoholikowi towarzyszyła mi obsesja picia. Szukanie okazji do wypicia, oszukiwanie najbliższych, że muszę zostać w pracy, że taki u nas zwyczaj, że wszyscy będą pili, to i ja muszę. Ukrywanie alkoholu, potrzeba posiadania zapasów alkoholu. Picie w inny sposób niż reszta. Dyktowanie tempa, przyspieszanie kolejek, picie przed imprezą oraz dopijanie się po imprezie. Poranne leczenie kaca, klinowanie, picie w ciągu dnia, picie z ludźmi, z którymi nie rozmawiałbym, gdyby nie alkohol. Nagradzanie się alkoholem za każdy wysiłek i sukces, a także pocieszanie po porażkach i rozczarowaniach. Utrzymywanie kontaktów głównie z pijącymi,

HISTORIA ANONIMOWEGO POLICJANTA

gdyż ludzie stroniący od alkoholu nie byli dla mnie atrakcyjni. Wybieranie imprez i wydarzeń kulturalnych, na których był alkohol. Picie podczas choroby jako „najlepsze lekarstwo” na każdą przypadłość. Lęk przed brakiem alkoholu. Kupowanie i ukrywanie na zapas. Znajomość okolicznych sklepów monopolowych oraz kupowanie w każdym po kolei, żeby nie wypaść na pijaka. Ukrywanie pustych butelek. Kilogramy gum do żucia i odświeżaczy do ust. Tuszowanie siniaków i drobnych obrażeń powstałych podczas picia. Zgubione telefony, portfele, szaliki i rękawiczki. Dziwne wydatki odnotowane na koncie, dziwne długie rozmowy telefoniczne, których treści nie pamiętam. Napady lęku, wstydu i zniechęcenia. Wyczekiwanie na moment, kiedy wreszcie będę mógł się napić. Tak wyglądało moje życie.

Już tak nie wygląda. Jestem przykładem, że można zmieniać swoje życie. Jeśli czyta te słowa ktoś, kto sądzi, że ma podobne do moich doświadczenia i chciałby wreszcie dać sobie szansę na znalezienie rozwiązania, zapewniam, że Anonimowi Alkoholicy, bazując na swoim wieloletnim doświadczeniu, takie rozwiązanie mogą zaproponować. Doskonale pamiętam, że kiedy inni alkoholicy opowiadali mi o dnie, na jakie się stoczyli, myślałem, że ja jeszcze tak nie mam. Czułem się lepszy i bezzasadnie łudziłem się, że mnie pewne klęski życiowe nie spotkają. Właśnie dlatego, że czułem się lepszy. Jednak powoli, ale systematycznie, doświadczałem wszystkich dramatów i porażek, o których opowiadali mi trzeźwi alkoholicy. Kwestią czasu było, kiedy dojdę do miejsca, w którym nie będzie już dla mnie ratunku. Ja się zatrzymałem w porę. Kilku moich kolegów nie. Odeszli na emeryturę, bo nie potrafili już funkcjonować w służbie. Zrobili to, zanim ktoś podjął decyzję za nich. Na emeryturze byli bardzo krótko. Kiedyś pełni nadziei, zdolni i elokwentni, dziś są dla mnie tylko mglistym wspomnieniem i świadectwem zmarnowanego, tragicznego życia. Byłem tego tak blisko...

Na koniec parę słów o tym, co było dla mnie najtrudniejsze. Kiedy podjąłem decyzję, żeby dać sobie szansę i spróbować żyć jak inni ludzie, musiałem przede wszystkim się odtruć. To jednak był tylko wstęp. Czekala mnie terapia. W moim wypadku w grę wchodziła tylko terapia zamknięta. Nie poradziłem sobie z pokusami, które czekają na spragnionego alkoholika na każdym kroku. Dzięki terapii w ośrodku osiągnąłem swój pierwszy miesiąc trzeźwości i pozbyłem się efektów zespołu odstawiennego. Mój umysł zaczął funkcjonować lepiej, a ja powoli dostrzegałem zalety trzeźwego życia. Żeby opanować lęki i chęć na alkohol, poszedłem do psychiatry, który przepisał mi odpowiednie antydepresanty. Chodziłem dalej na terapię ambulatoryjną i mityngi AA. Jednak największym problemem była dla mnie rozmowa z przełożonymi w mojej jednostce. Chcąc sobie zapewnić komfort zdrowienia, musiałem pokonać wstyd i przyznać się do mojej choroby. Kosztowało mnie to dużo strachu, ale przygotowałem się do

tej rozmowy i ją odbyłem. I nie żałowałem. Spotkałem się ze zrozumieniem i otrzymałem wyrazy wsparcia. Przy okazji dowiedziałem się, że jestem cenionym pracownikiem i dostałem tylko jedną przestrożę – nigdy mi nie wolno przyjść do pracy pod wpływem alkoholu. To żadna przestrożka. Przecież nikomu nie wolno przychodzić pijanym do pracy. Mogłem zwalniać się z pracy na terapię, nie musiałem uczestniczyć w imprezach, na których był alkohol. Postawiłem swoje zdrowienie na pierwszym miejscu. Ponad swoją dumę i obawę przed oceną i krytyką innych. Nikomu się nie tłumaczyłem, dlaczego nie piję. Zresztą okazało się, że tak naprawdę mało kogo to obchodzi. Bardzo się niepokoiłem, że ktoś będzie mnie namawiał na alkohol, ale okazało się to jedynie wytworem mojej wyobraźni. Nikomu nie kłamałem, że biorę leki albo że przyjechałem samochodem. Mówiłem, że nie piję, bo nie chcę. Wcześniej wydawało mi się, że wszyscy piją. Kiedy sam przestałem, okazało się, że niepijących jest więcej.

Wiem dobrze, że moja choroba może posłużyć komuś za argument, żeby nie dać mi jakiegos stanowiska albo mnie nie awansować. Wiedza o alkoholizmie nadal w społeczeństwie jest bardzo ograniczona i pełna stereotypów. Dla mnie jednak trzeźwość jest na pierwszym miejscu. Jest ważniejsza niż awans czy stanowisko w pracy. Dzięki niej mam tę pracę, rodzinę, stabilność finansową i poczucie bezpieczeństwa. Nikomu nie chwałę się, że jestem alkoholikiem. To moja sprawa. Ja wybieram osoby, które mogą w to wtajemniczyć. Ludzie najpierw reagują zdziwieniem, a potem zwykle gratulują, bo każdy z nich zna kogoś, kto przegrał walkę z alkoholem.

Muszę pamiętać, że inni, choćby mnie najmocniej kochali, nie są w stanie mi pomóc, dopóki ja sam nie postawię pierwszego kroku na drodze do godnego życia. Tylko ja mogę go wykonać i im później to zrobię, tym większe poniosę straty. I jeszcze jedno na koniec – nigdy w życiu nie potrafiłem prosić o pomoc, bałem się przyznać do tego, że z czymś sobie nie radzę albo po prostu potrzebuję rady i wsparcia. Tak było, dopóki los nie położył na szali mojego życia. Teraz jestem mu za to wdzięczny.

Summary

Anonymous police officer

The present article constitutes a very personal confession of a police officer suffering from alcohol addiction, who describes the process of slipping into alcohol abuse and the laborious road to the sobriety. The author breaks stereotypes associated with alcoholism. He also emphasizes that he experienced understanding and support from his superiors, who gave him the chance to come back to the healthy, normal life, however under the categorical condition to stay sober in the service. He speaks with simplicity and sincerity about his gratitude to the Community of Alcoholics Anonymous which granted him the selfless assistance. He emphasizes that he tells his story with hope that it will help somebody to take the first footstep to save one's life.

Tłumaczenie: Renata Cedro

PROFILAKTYKA I ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH W POLICJI

Perspektywa psychologów policyjnych

Krzysztof Skarzyński

Wydział Psychologów
Komendy Głównej Policji

dr Monika Pujdak-Brzezinka

Wydział Psychologów
Komendy Głównej Policji

Funkcjonariusze Policji wykonują zawód związany z dużym nasileniem stresu, co może powodować zwiększone używanie alkoholu jako niekonstruktywny sposób łagodzenia objawów stresu. Ryzyko destrukcyjnego oddziaływania nadmiernego spożywania alkoholu na zdrowie, zdolności do efektywnego wykonywania obowiązków służbowych i wizerunek formacji, wpływ na relacje pracownicze i rodzinne, a nawet zagrożenia związane z przekraczaniem prawa wymuszają podejmowanie szeroko zakrojonych działań zmierzających do ograniczenia skali tego zjawiska. W Policji obowiązują określone zasady postępowania wobec osoby, która przejawia symptomy nadużywania alkoholu, natomiast profilaktyka w obszarze przeciwdziałania uzależnieniom i pomoc osobom doświadczającym problemów alkoholowych, eliminowanie problemów alkoholowych ze środowiska policyjnego należą do zadań psychologów policyjnych mogących prowadzić działalność profilaktyczną i pomocową w zakresie uzależnień, nie tylko od alkoholu.

Pierwsze wzmianki o spożywaniu alkoholu, które zachowały się w materiałach pisanych, pochodzą z ok. 4000 r. p.n.e. z terenów Mezopotamii. Do napojów alkoholowych znanych najdłużej należy wino oraz piwo, natomiast w Polsce miód pitny. Sam termin „alkohol” przypisywany jest Paracelsusowi, zwanemu ojcem medycyny nowożytnej (XVI w.), natomiast za odkrywcę etanolu pochodzącego z destylacji wina uznaje się arabskiego alchemika Gebera (VIII w.). Określenie *spiritus vini* wywodzi się od łacińskich słów *spiritus* – duch oraz *vinum* – wino, co tłumaczy się jako: duch wina, esencja wina.

Alkohol spożywany był nie tylko w celach społecznych, dla przyjemności lub w celu zmiany stanu świadomości i emocji. W czasach, kiedy dostęp do czystej wody pitnej był ograniczony, alkohol (wino i piwo) był sposobem na dostarczenie organizmowi płynów wolnych od drobnoustro-

jów. Już w starożytności używano go również w celach leczniczych oraz rytualnych. Znane było ogólnoustrojowe i miejscowe działanie tej substancji, np. alkoholem polewano rany, aby przyspieszyć proces gojenia, sam Hipokrates (IV/V w. p.n.e.), najwybitniejszy prekursor współczesnej medycyny, zalecał stosowanie białego wina w zwalczaniu obrzęków, zaś czerwonego na poprawę apetytu. Z kolei o problemach powodowanych przez niewłaściwe picie alkoholu dowiadujemy się ze źródeł pochodzących ze starożytnego Egiptu.

W obecnych czasach picie alkoholu, przynajmniej w naszym kręgu kulturowym i cywilizacyjnym, straciło wymiar pragmatyczny. Dostęp do wody pitnej dobrej jakości mamy, nawet w farmacji i lecznictwie odchodzi się od używania alkoholu, chociaż wciąż bywa stosowany w produkcji leków. Używamy zatem alkoholu z powodów społecznych

PROFILAKTYKA ALKOHOLOWA – PERSPEKTYWA PSYCHOLOGÓW POLICYJNYCH KG P

i kulturowych, w celach rozrywkowych lub w celu uzyskania określonych zmian w stanie świadomości i przeżywaniu emocji.

Badania prowadzone na populacji Polaków wskazują, że ponad 80% dorosłych Polaków pije alkohol, przy czym większość z nich używa alkoholu na poziomie niskiego ryzyka szkód. Około 12% dorosłych konsumentów alkoholu spożywa go w sposób szkodliwy lub jest od niego uzależnionych. W przeliczeniu na liczbę ludności stanowi to ok. 3 mln osób doświadczających szkód, w tym 600 tys. uzależnionych.

Mając na uwadze, że policjanci i pracownicy Policji pochodzą z populacji Polaków i w niej funkcjonują oraz że funkcjonariusze wykonują zawód związany z dużym nasileniem stresu (co może powodować zwiększone używanie alkoholu jako niekonstruktywny sposób łagodzenia objawów), należy liczyć się z tym, że problemy alkoholowe dotyczą i naszej formacji.

Wiedza o destrukcyjnym oddziaływaniu nadmiernego spożywania alkoholu na zdrowie jego użytkowników, na ich zdolności do efektywnego wykonywania obowiązków służbowych, na relacje pracownicze i rodzinne (co również nie pozostaje przecież bez wpływu na jakość służby i pracy), na rozwój zagrożeń związanych z przekraczaniem prawa oraz o wpływie na wizerunek formacji powoduje, że konieczne stało się podejmowanie działań zmierzających do ograniczenia skali tego zjawiska.

Jednym ze sposobów systemowego podejścia do problemów alkoholowych w Policji jest wprowadzenie przepisów penalizujących używanie alkoholu w sposób wpływający na służbę i pracę. Przepisy takie znajdują się w ustawie o Policji, Kodeksie pracy, ustawie o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi i rozporządzeniach do tej ustawy, w przepisach wykonawczych do ustawy o służbie cywilnej. Kwestie związane z nadużywaniem alkoholu mogą być rozpatrywane na gruncie zasad etyki zawodowej policjanta.

Kolejnym działaniem wpływającym na redukcję problemów alkoholowych w służbie i pracy w Policji jest kształtowanie postaw kadry kierowniczej w kierunku zdecydowanego reagowania na wszelkie naruszenia prawa, w tym dyscypliny służbowej i zasad etyki zawodowej, mające jakikolwiek związek z nadużywaniem alkoholu. Przyjęte rozwiązania zobowiązują przełożonych do wszczynania postępowań dyscyplinarnych oraz nakładania surowych kar, z wyłączeniem ze służby włącznie.

Trzecia, równolegle stosowana droga zmierzająca do eliminowania problemów alkoholowych ze środowiska policyjnego to oddziaływanie psychologiczne. Dzięki temu, że w strukturach Policji funkcjonują komórki organizacyjne właściwe w sprawach psychologii, w których pełni służbę i pracuje 189 psychologów (stan na 31 grudnia 2019 r.), formacja dysponuje wykwalifikowanymi specjalistami mogącymi prowadzić działalność profilaktyczną i pomocową na polu problematyki uzależnień.

Z uwagi na różnorodność działań podejmowanych przez psychologów policyjnych na terenie kraju w Komendzie Głównej Policji zapadła decyzja o usystematyzowaniu profilaktyki alkoholowej w skali formacji, z wykorzystaniem bogatych doświadczeń psychologów. Po zebraniu informacji o stosowanych praktykach zdecydowano, by do współpracy przy tworzeniu nowoczesnego programu profilaktycznego

Warto wspomnieć, że pierwsze stanowiska psychologów policyjnych zostały utworzone w roku 1996. Struktura organizacyjna komórek, w których pracowali i pełnili służbę psychodzy, ewoluowała, ale pomoc psychologiczna, promocja zdrowia psychicznego oraz profilaktyka problemów w tym obszarze, w tym przeciwdziałanie uzależnieniom i pomoc osobom doświadczającym problemów alkoholowych, od początku należała do podstawowych zadań psychologów. Skala działań psychologów była różnorodna, od pojedynczych szkoleń profilaktycznych i reagowania na konkretne przypadki osób doświadczających problemów alkoholowych, aż do rozbudowanych, systematycznych działań w postaci programów profilaktycznych (program „Trzeźwe spojrzenie” wprowadzony w garnizonie warmińsko-mazurskim w 2004 r., program garnizonu mazowieckiego „W stronę trzeźwości” z 2005 r.) i działającej w latach 2003–2018 grupy wsparcia dla trzeźwiejących alkoholików, prowadzonej w Wydziale Psychologów KWP w Łodzi.

zaprosić zewnętrzną instytucję, która mogłaby wesprzeć psychologów policyjnych wiedzą ekspercką. W 2010 r. nawiązano współpracę z Państwową Agencją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA). Ówczesny dyrektor tej instytucji, zgodnie z jej zadaniami statutowymi, uruchomił projekt, którego celem miało być stworzenie i wdrożenie nowoczesnego, spójnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych. W projekcie, obok Policji, uczestniczyli przedstawiciele Ministerstwa Obrony Narodowej, Żandarmerii Wojskowej, Komendy Głównej Państwowej Straży Pożarnej, Komendy Głównej Straży Granicznej i Centralnego Zarządu Służby Więziennej. Ponadto Narodowy Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych na lata 2011–2015 nakładał obowiązek wdrożenia takiego programu m.in. w służbach podległych ministrowi spraw wewnętrznych.

Pierwszy etap prac stanowiło sprawdzenie skali zjawiska używania alkoholu w Policji oraz zbadanie przekonań na temat używania i obecności alkoholu w sytuacjach związanych ze służbą. W badaniu wzięło udział 771 policjantów i pracowników Policji z terenu całego kraju. Posłużono się ankietą wypracowaną przez Zespół Roboczy działający w PARPA. Analogiczne badania, z wykorzystaniem tego samego narzędzia, prowadzone były w pozostałych służbach mundurowych zaangażowanych w projekt. Badania przeprowadzono w 2011 r. Łącznie we wszystkich wskazanych służbach badania objęły 4937 osób.

WYNIKI BADANIA

w środowisku policyjnym były zbieżne z wynikami obliczonymi na podstawie danych z całej próby 4937 osób. Poniżej przedstawiono najważniejsze wnioski z badania:

- im węższy obszar i bliższy ankietowanym, tym rzadziej dostrzegają oni problem nadużywania alkoholu,
- znaczna większość respondentów wyraża przekonanie, że nadużywanie alkoholu jest obecnie mniejszym problemem niż 10 lat temu,
- większość badanych twierdzi, że pije alkohol nie częściej niż raz w tygodniu,
- mężczyźni piją alkohol częściej niż kobiety,
- niezależnie od płci, częstotliwość picia alkoholu jest nieznacznie wyższa wśród funkcjonariuszy niż wśród pracowników,
- respondenci zwykle piją alkohol w dni wolne od pracy, przede wszystkim w sytuacjach towarzyskich (najczęściej jest to piwo),
- najczęstszym problemem osób pijących alkohol jest wypicie większej jego ilości niż początkowo zakładana,
- picie alkoholu w pracy ma miejsce rzadko, jeśli już, to w szczególnych okolicznościach lub podczas wyjazdów służbowych,
- picie alkoholu w czasie służby czy przychodzenie do pracy pod wpływem alkoholu nie jest tolerowane,
- względnie najłagodniej traktuje się przychodzenie do pracy na tzw. kacu (co też zdarza się stosunkowo najczęściej),
- co trzeci respondent zna pojedyncze przypadki nadużywających alkoholu współpracowników,
- główne czynniki powstrzymujące osoby nadużywające alkoholu przed szukaniem pomocy to – zdaniem respondentów – przede wszystkim obawa utraty pracy, lęk, że sprawa wyjdzie na jaw, ale też wstyd i niedostrzeganie wagi problemu,
- ankietowani opowiadają się raczej za konsekwentnym stosowaniem istniejących przepisów dyscyplinarnych niż za wprowadzaniem nowych (lub zaostreżeniem dotychczasowych), opowiadają się także za kontynuowaniem pracy/służby przez osoby uzależnione podejmujące leczenie,
- dwie trzecie przełożonych w takiej sytuacji zareagowało – w sposób oficjalny lub nieoficjalny,
- większość przełożonych byłaby skłonna do dalszej współpracy z osobą mającą problemy z alkoholem, co czwarty przełożony nie widzi takiej możliwości,
- w badanej próbie osoby pijące ryzykownie lub szkodliwie stanowiły od kilku do kilkunastu procent,
- w porównaniu do ogółu respondentów znalazło się wśród nich proporcjonalnie więcej mężczyzn zatrudnionych na etatach mundurowych, najczęściej w przedziale wieku 31–39 lat,
- w przypadku problemów z alkoholem pijący ryzykownie lub szkodliwie częściej niż pozostali szukaliby wsparcia w środowisku kolegów i rzadziej decydowałoby się korzystać z pomocy instytucjonalnej,
- przełożony pijący ryzykownie lub szkodliwie byłby bardziej skłonny do współpracy z uzależnionym od alkoholu podwładnym.

Na podstawie wyników badania rozpoczęto prace nad przygotowaniem materiałów do prowadzenia szkoleń profilaktycznych oraz sformułowaniem zasad postępowania, które można wdrożyć w przypadku rozpoznania symptomów świadczących o problemowym spożywaniu alkoholu przez funkcjonariusza lub pracownika.

Jako rezultat tych prac powstały następujące opracowania:

- 1) Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w środowisku służb mundurowych – założenia teoretyczne i programowe do prowadzenia profilaktyki;
- 2) „Alkohol a środowisko służby i pracy” – prezentacja do szkolenia profilaktycznego dla kadry wykonawczej;
- 3) „Interwencja wobec osoby, u której rozpoznano symptomy problemów związanych z konsumpcją alkoholu” – prezentacja do szkolenia dla kadry kierowniczej;
- 4) „Zasady postępowania w sytuacji ujawnienia symptomów mogących świadczyć o problemie alkoholowym funkcjonariusza/pracownika” – wytyczne do postępowania wobec osoby, która przejawia symptomy problemu alkoholowego, ale nie nastąpiły zdarzenia uzasadniające wszczęcie postępowania dyscyplinarnego lub karnego.

Opracowania te zostały przekazane Komendantowi Głównemu Policji przez Dyrektora PARPA jako wynik prac Zespołu Roboczego. Po adaptacji treści do sposobu funkcjonowania, organizacji pracy i służby w Policji program został przedstawiony do akceptacji Komendantowi Głównemu Policji. Akceptację wraz z określeniem daty wejścia programu do realizacji na 1 stycznia 2016 r. wyraził gen. insp. Krzysztof Gajewski.

Zgodnie z programem **cele szkolenia profilaktycznego dla kadry wykonawczej** są następujące:

- ukształtowanie wśród uczestników przekonań o negatywnym wpływie ryzykownej lub szkodliwej konsumpcji alkoholu na etos instytucji i efektywność wykonywania przez jej personel obowiązków;
- uświadamianie uczestnikom – konsumentom alkoholu – potrzeby stałej samokontroli nad ilością i sposobem spożywania alkoholu w celu utrzymania stylu picia o niskim poziomie ryzyka;
- zdobycie wiedzy dotyczącej wpływu alkoholu na ludzki organizm, możliwości i sposobu obliczania ilości spożywanego czystego alkoholu, aktualnie obowiązujących wzorców picia alkoholu oraz proponowanego sposobu autodiagnozy używania alkoholu;
- zdobycie umiejętności obliczania liczby porcji standardowych i stężenia alkoholu we krwi, ustalania wzorców picia, dokonywania autodiagnozy używania alkoholu;
- zdobycie wiedzy o możliwości uzyskania pomocy w przypadku występowania problemów związanych z konsumpcją alkoholu oraz ukształtowanie postaw sprzyjających korzystaniu z takiej pomocy;
- zdobycie podstawowych umiejętności postępowania wobec osób mających problemy z alkoholem, w szczególności w bezpośrednich relacjach z tymi osobami.

Szkolenia profilaktyczne dla osób na stanowiskach wykonawczych prowadzone są w formie 4-godzinnych wykładów interaktywnych w grupach do 15 osób.

Zajęcia dla kadry kierowniczej realizują te same cele co zajęcia dla kadry wykonawczej, natomiast są uzupełnione o cele związane z zadaniami przełożonego, czyli:

- ukształtowanie przekonań o potrzebie i możliwości udzielania skutecznego wsparcia podległym funkcjonariuszom i pracownikom, u których występują problemy związane

Źródło: Raport z badań dotyczących problematyki używania alkoholu w służbach mundurowych, oprac. M. Weseliński, PARPA, 2013.

PROFILAKTYKA ALKOHOLOWA – PERSPEKTYWA PSYCHOLOGÓW POLICYJNYCH KGP

z konsumpcją alkoholu, w szczególności mającego na celu ograniczenie zagrożeń związanych z wykonywaną pracą i możliwych szkód wywołanych konsumpcją alkoholu;

- zdobycie umiejętności rozpoznawania, wspierania oraz motywowania osób, u których występują problemy związane z konsumpcją alkoholu, w tym planowania i przeprowadzania skutecznej interwencji w oparciu o obowiązujące w Policji zasady postępowania w sytuacji ujawnienia symptomów mogących świadczyć o problemie alkoholowym funkcjonariusza/pracownika.

Szkolenia dla przełożonych mają formę 8-godzinnego warsztatu, a wielkość grupy to 12 osób. Należy przy tym zaznaczyć, że założeniem programu jest to, aby kompetencje związane z rozpoznawaniem problemów alkoholowych i właściwym na nie reagowaniem przekazywać wszystkim osobom sprawującym nadzór nad służbą i pracą policjantów oraz pracowników. W związku z tym na zajęcia dla kadry kierowniczej zaprasza się również osoby niezajmujące formalnie stanowisk kierowniczych, a jednak kierujące zespołami (koordynatorzy, asystenci, radcy etc.).

Przyjęte **zasady postępowania wobec osoby, która przejawia symptomy nadużywania alkoholu**, wskazują następujące możliwości działania i obowiązki przełożonego:

- samodzielne przeprowadzenie rozmowy z policjantem/pracownikiem, w czasie której może zaproponować podwładnemu pomoc psychologiczną;
- nawiązanie kontaktu z psychologiem policyjnym i wspólne opracowanie strategii działania;
- skierowanie policjanta do komisji lekarskiej MSWiA w celu ustalenia jego zdolności do dalszej służby w Policji;
- wspieranie podwładnego w podejmowanych działaniach na rzecz zmiany zachowań związanych z problemowym sposobem używania alkoholu (m.in. umożliwienie udziału w terapii poprzez dostosowywanie grafiku lub godzin służby/pracy);
- aktywne uczestnictwo w monitorowaniu zachowań związanych z używaniem alkoholu przez podwładnego oraz podejmowanych przez niego działań na rzecz zmiany problemowego sposobu używania alkoholu.

Należy przy tym podkreślić, że główny ciężar rozpoznania i zareagowania na symptomy destrukcyjnego picia spoczywa na bezpośrednim przełożonym policjanta lub pracownika, jako osobie, która ma największą wiedzę na temat funkcjonowania podwładnego w służbie i pracy. W ramach zajęć profilaktycznych zwraca się jednak dużą uwagę na działania, które mogą podjąć również funkcjonariusze i pracownicy na równorzędnych stanowiskach – ich obserwacje nierzadko mogą dostarczać znacznie więcej informacji niż doświadczenia przełożonego.

Tyle o rozwiązaniach systemowych. Czas na informacje o realizacji programu w Policji.

Za realizację programu odpowiedzialni są psycholodzy policyjni. Każdy tzw. bezpośredni realizator został do tej funkcji przygotowany przez liderów programu, których jest w Policji czworo. Do tej pory wiedzę i umiejętności potrzebne do prowadzenia działań profilaktycznych zdobyło ok. 130 psychologów policyjnych.

Wraz z początkiem funkcjonowania programu w Policji ruszyły szkolenia profilaktyczne dla kadry wykonawczej i kierowniczej. Szczegółowe rozwiązania organizacyjne przyjęte w poszczególnych garnizonach nieznacznie się różnią, ale generalna zasada jest taka, że komórki organizacyjne właściwe w sprawach planowania lokalnego doskonalenia zawodowego w porozumieniu z psychologami proponują roczny plan szkoleń, a psycholog gdzie do konkretnej jednostki Policji poprowadzić zajęcia. W la-

tach 2016–2019 w zajęciach tego rodzaju łącznie udział wzięło 87 587 policjantów i pracowników Policji¹.

Równolegle psycholodzy uczestniczyli w działaniach zorientowanych na pomaganie osobom doświadczającym problemów alkoholowych. Przybierały one dwojaką formę. Po pierwsze udzielano wsparcia kadrze kierowniczej w rozpoznawaniu symptomów destrukcyjnego picia przez podwładnych, planowaniu działań motywujących do zmiany sposobu picia alkoholu (w tym do podjęcia leczenia odwykowego) oraz monitorowaniu sytuacji podwładnego. W czasie realizacji programu „Alkohol a środowisko służby i pracy” tego rodzaju wsparciem objęto w sumie 694² osoby z kadry kierowniczej. Po drugie pomocy udzielano osobom, które doświadczają problemów alkoholowych. Pomoc polegała na rozpoznaniu skali problemu, wzmacnianiu motywacji do podjęcia leczenia oraz kierowaniu do specjalistycznych instytucji zajmujących się terapią uzależnień. W latach 2016–2019 pomocy udzielono łącznie 697³ osobom nadmiernie pijącym. Należy w tym miejscu podkreślić, że psycholodzy policyjni nie prowadzą terapii uzależnienia od alkoholu. Tego rodzaju działalność prowadzą osoby posiadające certyfikat psychoterapeuty uzależnień.

¹ Dane szczegółowe: 2016 r. – 20 166 osób, 2017 r. – 23 948 osób, 2018 r. – 20 957 osób, 2019 r. – 22 516 osób.

² Dane szczegółowe: 2016 r. – 165 osób, 2017 r. – 193 osoby, 2018 r. – 165 osób, 2019 r. – 171 osób.

³ Dane szczegółowe: 2016 r. – 174 osoby, 2017 r. – 170 osób, 2018 r. – 183 osoby, 2019 r. – 170 osób.

Bibliografia

Kondycja psychiczna mieszkańców Polski. Raport z badań „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostęp do psychiatrycznej opieki zdrowotnej – EZOP Polska”, red. nauk. J. Moskalewicz, A. Kiejna, B. Wojtyński, Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2012, https://ezop.edu.pl/wp-content/uploads/2019/07/EZOP-I_Raport_min.pdf [dostęp: 10.11.2020 r.].

Raport z badań dotyczących problematyki używania alkoholu w służbach mundurowych, oprac. M. Weseliński. PARPA, 2013 (niepublikowany).

Wzory konsumpcji alkoholu w Rzeczypospolitej Polskiej, wnioski z badania zrealizowanego przez Centrum Badania Opinii Społecznej na zlecenie PARPA w 2008 r., <http://www.parpa.pl/download/wzory%202008%20wnioski%20.pdf> [dostęp: 10.11.2020 r.].

Żukowska-Lyko J., *Krótką historią alkoholu*, <https://histmag.org/Krotka-historia-alkoholu-14314> [dostęp: 10.11.2020 r.].

Summary

Prevention and resolving alcohol problems in the police. Perspective of police psychologists

Police officers practise a profession connected with the significant increase in stress, what can result in the extended consumption of alcohol as the unconstructive way of relieving the symptoms of stress. The risk of the destructive influence of the extended consumption of alcohol on health, skills for the effective performance of official duties and the image of the formation, employee and family relations, as well as threats associated with the violation of legal regulations require to take wide-scale actions aimed at limiting the scale of this phenomenon.

In the Police force there are some defined, obligatory procedures used against a person who manifests the symptoms of the extended consumption of alcohol whereas the prevention in the area of the counteracting addictions and assistance for persons experiencing alcohol problems, as well as eliminating alcohol problems from the police environment are included into tasks of police psychologists, being entitled to conduct preventive and aid activities in the field of addictions, not only connected with alcohol.

Actions of police psychologists associated with the prevention of addictions were described in five consecutive articles, developed by the representatives of the National Police Headquarters and provincial police headquarters in Łódź, Katowice, Olsztyn and Radom.

Tłumaczenie: Renata Cedro

Współpraca Wydziału Psychologów garnizonu śląskiego ze Wspólnotą AA

Wydział Psychologów garnizonu śląskiego od 2017 r. aktywnie współpracuje z przedstawicielami Wspólnoty AA Regionu Katowice. Psycholodzy, realizując szkolenia z zakresu: „Alkohol a środowisko służby i pracy”, zapraszają przedstawicieli Wspólnoty AA, aby wzbogacić prezentowane treści szkoleniowe o **wystąpienie spikerskie**. Podczas takiego spotkania jeden z zaproszonych gości przedstawia historię swojego „pijackiego życia”, szczególnie akcentując proces rozwoju choroby alkoholowej, mechanizmy iluzji i zaprzeczeń oraz doznane na skutek nałogu straty. Omawia również etapy abstynencji i trzeźwienia, ze szczególnym eksponowaniem wyzwalaczy i czynników leczących oraz zachowań otoczenia bliskich, które wspomagają proces leczenia lub też mogą powodować nawroty choroby alkoholowej. Oczywiście podczas takiego spotkania jest również czas na ożywioną dyskusję i „krzyżowy ogień pytań” do naszych gości.

Mityngi spikerskie są szczególnie wartościowe na szkoleniu z przełożonymi, ponieważ celnie wskazują te zachowania, które można rozpoznać u osób borykających się z problemem alkoholowym. Często potem, podczas wspólnego przygotowania interwencji alkoholowej wobec podległego policjanta/pracownika, przełożeni odwołują się do wcześniej poznanego „katalogu zachowań usprawiedliwiających picie”. Posiłkują się również przekazem trzeźwiejących alkoholików, że: „tylko twarda miłość może pomóc w wyjściu z nałogu”. Pomaga im to zrozumieć, że zauważenie „postępu” w nadużywaniu alkoholu, konfrontacja z problemem i stanowcze postawienie ścisłych wymagań mogą być „leczące”. Potwierdza to, że ignorowanie problemu będzie nieuchronnie prowadziło do jego pogłębiania się.

Podczas spotkań przedstawiciele Wspólnoty AA prezentują również jej rys historyczny, zasady funkcjonowania i warunki uczestniczenia w spotkaniach.

Spotkanie z trzeźwiejącym alkoholikiem w ramach szkolenia przygotowuje funkcjonariuszy i pracowników do profesjonalnego i skutecznego reagowania wobec osób z problemem alkoholowym i wspierania ich motywacji do zmiany wzorca używania alkoholu, szczególnie w miejscu pracy. Wspólnota AA stanowi jedną z możliwości utrzymania trzeźwości, motywowania do podjęcia leczenia, dostrzeżenia, że z tą chorobą da się żyć i to żyć całkiem komfortowo, szczęśliwie... Funkcjonariusze wykorzystują uzyskane podczas szkolenia informacje w swojej codziennej służbie, edukując osoby nadużywające alkoholu oraz udzielając im wsparcia informacyjnego, gdzie szukać pomocy.

Przedstawiciele Wspólnoty AA dostarczają ulotki dotyczące uzależnienia i jego leczenia w celu przekazania ich osobom zainteresowanym. Często po szkoleniach dzielnicowi zapraszają przedstawicieli Wspólnoty AA do udziału w debatach społecznych, by wskazywać możliwości pomocy osobom uzależnionym i ich bliskim. Korzystają również (podobnie jak psycholodzy policyjni) ze współpracy z tzw. **emisariuszami 12. kroku** – trzeźwiejącymi alkoholikami, którzy nawiązują bezpośredni kontakt z osobą uzależnioną i wspierają ją w podjęciu decyzji o leczeniu, towarzyszą w spotkaniach AA.

Nie bez znaczenia pozostaje również współpraca z tzw. sponzorami. Sponsor to osoba uzależniona wybrana przez klienta – osobę z chorobą alkoholową, pomagającą mu przejść przez **Program 12 Kroków** i wspierającą w sytuacjach kryzysów, zagrożenia nawrotami.

W szkoleniach przeprowadzonych z gośćmi zaproszonymi ze Wspólnoty AA uczestniczyło około 1500 funkcjonariuszy i pracowników cywilnych. Około 500 szkoleń odbyło się z udziałem przedstawicieli siostrzanej wspólnoty Al-Anon – pracującej w oparciu o 12 stopni grupy samopomocowej skupiającej krewnych i przyjaciół alkoholików – którzy zaprezentowali zmaganie się z problemem choroby alkoholowej ze strony osoby współuzależnionej. Al-Anon pomaga zrozumieć zachowania, mechanizmy u osób, które pozostają w związku z osobą uzależnioną.

Psycholog Wydziału Psychologów KWP w Katowicach uczestniczył w spotkaniu przedstawicieli Wspólnot AA oraz Al-Anon ze studentami psychologii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach, prezentując wzajemną współpracę. Został również zaproszony na Zlot Radości z okazji 45-lecia AA w Polsce w sierpniu 2019 r. w Spodku. W tym czasie uczestniczył także w warsztatach i prelekcjach w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach. W panelu głównym reprezentował Wydział Psychologów KWP w Katowicach, omawiając dotychczasową współpracę psychologów i funkcjonariuszy z przedstawicielami Wspólnoty AA w ramach szkoleń profilaktycznych prowadzonych w Garnizonie Śląskim oraz działań związanych ze wspieraniem promocji trzeźwości i rozwiązywania problemów z alkoholem w społeczności lokalnej.

We wrześniu 2019 r. psycholog Wydziału Psychologów KWP w Katowicach wziął udział w IV Ogólnopolskich Warsztatach Informacji Publicznej na Górze Św. Anny, uczestnicząc w wypracowaniu ścieżek dostępu do informacji o Wspólnocie AA dla szerszej społeczności na podstawie dotychczasowej współpracy.

Współpraca z przyjaciółmi z AA nauczyła mnie profesjonalnej postawy wobec osoby nadużywającej alkoholu. Lepsze zrozumienie intencji, zachowań, emocji osoby uzależnionej zdjęło ze mnie ciężar konieczności wymuszania konkretnych działań z jej strony i uwolniło od złości w relacji pacjent – psycholog. Nawet jeśli podczas niektórych szkoleń pojawiała się ironia, niechęć czy złość wobec przedstawicieli Wspólnoty AA, to ważne, że zostały wzbudzone emocje. Warto bowiem pamiętać, że:

„Każdy alkoholik przestaje kiedyś pić, niektórym udaje się to jeszcze za życia”.

kom. Marzena Zagdan
Wydział Psychologów, KWP w Katowicach

Doświadczenia z wdrażania programu profilaktyki alkoholowej w garnizonie łódzkim z pozycji lidera oraz bezpośredniego realizatora

Program profilaktyczny „Alkohol w środowisku służby i pracy” był realizowany w garnizonie łódzkim głównie przez psychologów ze specjalizacji OPiP¹ (jedna osoba była ze specjalizacji PZZL²) od roku 2015. Program spotkał się z pozytywnym odbiorem zarówno ze strony kadry zasadniczej, jak i zarządzającej. Większość uczestników szkoleń była w ich przebieg bardzo zaangażowana, uczestniczyli aktywnie, zadawali pytania. Nie było problemów z organizacją zajęć ani frekwencją.

W trakcie prowadzenia szkoleń zaobserwowałam, że ich uczestnicy posiadali podstawową wiedzę z zakresu profilaktyki uzależnień, mieli też świadomość, że systematyczne oraz nadmierne picie alkoholu przynosi jedynie krótkotrwały efekt ulgi i może prowadzić do rozwoju uzależnienia.

Uczestników interesowały głównie takie zagadnienia, jak: statystyki spożycia alkoholu i liczba osób uzależnionych w innych krajach europejskich; możliwości i formy pomocy osobom uzależnionym; motywowanie ich do leczenia; różnicowanie wzorców picia – czyli czym uzależnienie różni się od picia szkodliwego.

Podczas szkoleń kadry kierowniczej wyższego szczebla widoczne było na zajęciach niewielkie zainteresowanie u niektórych przełożonych, chociaż w przeprowadzeniu tych szkoleń korzystaliśmy dodatkowo z pomocy ekspertów zewnętrznych – osób ze Wspólnoty AA.

Moim zdaniem temat uzależnień nie jest już zagadnieniem ukrywanym ani wstydlivym w środowisku policyjnym. Przykładem tego jest funkcjonująca kilkanaście lat w naszym garnizonie grupa wsparcia dla trzeźwiejących alkoholików policjantów oraz pracowników Policji. Niektórzy uczestnicy tej grupy ujawniali się w swoim środowisku zawodowym, otwarcie mówili o chorobie, aktywnie uczestniczyli w grupach AA i tym samym dawali świadectwo, że można zaakceptować siebie jako osobę uzależnioną i odbudować szacunek oraz odzyskać zaufanie otoczenia.

Ponadto poszerza się wiedza na temat uzależnień, a stereotypy dotyczące osób uzależnionych są mniej powszechne w użyciu.

Jak zmieniło się podejście do problemu alkoholowego oraz używania alkoholu w środowisku pracy i służby w ciągu kilku ostatnich lat?

- Przełożeni coraz częściej udzielają wsparcia osobom z problemem alkoholowym, z oddaniem tym osobom odpowiedzialności za to, czy skorzystają z oferowanej pomocy.
- Jasno brzmi przekaz polityki naszej organizacji w sprawie używania alkoholu w miejscu służby i pracy.
- Zmiany przepisów w 2014 r. dotyczących wykazu chorób i ułomności wraz z kategoriami zdolności do służby w Policji umożliwiły pozostawienie w służbie osób uzależnionych od alkoholu, które kontynuują leczenie odwykowe.
- Policjanci i pracownicy Policji chętniej korzystają z pomocy podmiotów zewnętrznych w obszarze leczenia odwykowego.
- Policjanci i pracownicy Policji coraz częściej szukają u psychologów policyjnych pomocy w sprawie postępowania wobec osób z problemem alkoholowym z ich najbliższego środowiska zawodowego bądź z otoczenia prywatnego.
- Uzależnienie przestaje być etykietą uniemożliwiającą rozwój zawodowy. Przełożeni awansują policjantów, którzy trzeźwieją i angażują się w służbę.
- Uzależnienie od alkoholu jest coraz częściej uznawane za chorobę i tym samym zmienia się nastawienie do osób z problemem alkoholowym.

¹ OPiP – Opieka Psychologiczna i Profilaktyka.

² PZZL – Psychologia Zarządzania Zasobami Ludzkimi.

*asp. szt. Agnieszka Świderek
Wydział Psychologów, KWP w Łodzi*

Doświadczenia z prowadzenia działań psychoedukacyjnych, interwencyjnych i wspierających w ramach profilaktyki alkoholowej w garnizonie warmińsko-mazurskim

Sekcja Psychologów KWP w Olsztynie od lat prowadzi szerokie działania psychoedukacyjne, interwencyjne i wspierające w ramach profilaktyki alkoholowej.

W 2004 r. został wprowadzony program „Trzeźwe spojrzenie” zatwierdzony przez Komendanta Wojewódzkiego Policji w Olsztynie. Był on pierwszym programem autorskim w kraju angażującym środowisko zawodowe policjantów, pracowników cywilnych i kadrę kierowniczą, a także rodziny policyjne na rzecz wczesnej interwencji wobec problemów alkoholowych. Program zawierał oddziaływania psychoedukacyjne i profilaktyczne, które obejmowały następujące cele w zakresie zapobiegania uzależnieniu alkoholowemu:

- uświadomienie wagi wczesnej interwencji w sytuacji nadużywania alkoholu przez policjantów i zapoznanie funkcjonariuszy z algorytmem postępowania w sytuacji rozpoznania problemu alkoholowego w swoim środowisku;
- przekazanie wiedzy na temat używania i nadużywania alkoholu oraz mechanizmów, objawów i faz uzależnienia;
- zapoznanie z metodami leczenia osób uzależnionych i możliwościami leczenia dla funkcjonariuszy resortu MSWiA w specjalistycznych placówkach;
- oddziaływania zorientowane na wspieranie rozwoju człowieka i udzielanie mu pomocy w sytuacjach kryzysowych; podjęcie to zakłada, że dobrze przystosowana jednostka będzie

zdolna do podejmowania racjonalnych decyzji także w sprawie używania alkoholu;

- zapoznanie z alternatywnymi dla alkoholu sposobami rozładowywania napięć emocjonalnych w oparciu o program „Jak radzić sobie ze stresem”;
- oddziaływania skierowane na promocję zdrowego stylu życia opierające się na założeniu, że najbardziej efektywną formą profilaktyki jest kształtowanie i rozwijanie dobrego funkcjonowania w sferze fizycznej, psychicznej, duchowej i społecznej;
- oddziaływania ukierunkowane na kształtowanie właściwych relacji interpersonalnych w miejscu pracy jako niezwykle ważny czynnik zapobiegający powstawaniu choroby alkoholowej;
- rozwijanie umiejętności psychologicznych w zakresie neutralizowania napięć emocjonalnych i posttraumatycznych reakcji lękowych, radzenia sobie z presją i manipulacją, reagowania na atak i krytykę;
- zwiększenie wśród policjantów poczucia własnej odpowiedzialności za swoje zdrowie i samopoczucie psychiczne;
- współpraca kadry kierowniczej z psychologami policyjnymi w zakresie wczesnego rozpoznawania u policjantów problemów związanych z nadużywaniem alkoholu;
- zorganizowanie sieci wsparcia dla policjantów z problemem alkoholowym oraz osób współuzależnionych.

W ramach programu „Trzeźwe spojrzenie” w latach 2004–2010 prowadziliśmy liczne szkolenia, warsztaty i konferencje dla kadry kierowniczej i policjantów z zakresu zapobiegania negatywnym zjawiskom w Policji. Konferencje i warsztaty zgodnie z celami programu „Trzeźwe spojrzenie” obejmowały nie tylko tematykę uzależnienia, ale również inne problemy policjantów, m.in. depresję, problemy suicydalne, przemoc, mobbing.

W każdej komórcie wytypowano konsultantów, którzy uczestniczyli w szczególnej formie warsztatów, pogłębiających ich wiedzę na temat m.in. problemów alkoholowych i możliwości radzenia sobie z nimi. Na szkolenia dla kadry kierowniczej i konsultantów zapraszano ekspertów: terapeutów uzależnień, lekarzy oraz policjantów, którzy odbyli terapię i utrzymywali trzeźwość. Ostatnie warsztaty dla konsultantów odbyły się w 2014 r.

Kwestie problemów alkoholowych, obok innych ważnych realizowanych przez nas zadań, traktowane są priorytetowo i poruszane są często w trakcie spotkań z policjantami i pracownikami Policji na stanowiskach wykonawczych i kierowniczych. W przypadku sygnałów mogących świadczyć o problemie w tym obszarze niezwłocznie proponowana jest pomoc

ze strony policyjnego psychologa i w razie konieczności przygotowywana interwencja alkoholowa.

Od 2010 r. psycholodzy policyjni uczestniczyli w pracach grupy roboczej, działającej przy Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA), której zadaniem było stworzenie nowoczesnego programu profilaktyki alkoholowej dla służb mundurowych. Grupa skupiała przedstawicieli Policji, Straży Granicznej, Państwowej Straży Pożarnej, Ministerstwa Obrony Narodowej, Żandarmerii Wojskowej i Służby Więziennej. Opracowany program przewiduje szeroką działalność psychoedukacyjną w zakresie problemów alkoholowych – przeszkolenie wszystkich funkcjonariuszy i pracowników Policji do roku 2021. W programie nie uwzględniono funkcji konsultanta.

W niektórych jednostkach konsultanci wyłonieni i przeszkoleni w latach 2006–2014 w ramach programu „Trzeźwe spojrzenie” nadal aktywnie działają. Nie są to, co prawda, obecnie działania bardzo szerokie, jednak w niektórych przypadkach konsultanci są osobami, które w sytuacji zgłoszenia problemu alkoholowego kierują osobę do psychologa i pomagają szybciej znaleźć właściwe rozwiązanie.

Każdego roku w związku z ujawnieniem problemów alkoholowych kilku policjantów zostaje kierowanych na leczenie w oddziałach leczenia uzależnień. Po powrocie z leczenia są objęci pomocą ze strony psychologa, m.in. uczestniczą w grupie wsparcia dla osób z problemem alkoholowym, która istnieje w naszej komórcie od 2006 r. Część z nich aktywnie angażuje się w pomoc innym policjantom zmagającym się z problemem alkoholowym. Od stycznia 2016 r. realizujemy szkolenia dla kadry kierowniczej i kadry zasadniczej w oparciu o nowy program. Dotychczas przeszkolono łącznie niemal 1900 osób w prawie 100 szkoleniach:

	Alkohol a środowisko służby i pracy			
	Kadra zasadnicza		Kadra kierownicza	
Rok	Liczba szkoleń	Liczba osób	Liczba szkoleń	Liczba osób
2017	27	494	4	70
2018	21	470	2	38
2019	40	784	1	21
Suma	88	1748	7	129

podinsp. Jacek Doliński
Kierownik Sekcji Psychologów, KWP w Olsztynie

Dobre praktyki wspomagające proces zdrowienia osób z problemem alkoholowym

Bogate doświadczenia policyjnych psychologów – zarówno realizujących szkolenia w zakresie programu: „Alkohol a środowisko służby i pracy”, jak i udzielających wsparcia połączonym podejmującym interwencje alkoholowe wobec podwładnych z podejrzeniem problemu alkoholowego – pozwalają sformułować wnioski i wskazać prawidłowości, które powtarzają się od lat.

Wieloletnia praktyka w prowadzeniu warsztatów o tematyce używania alkoholu pozwala stwierdzić, że świadomość w zakresie ryzyka nadmiernego używania alkoholu wśród funkcjonariuszy i pracowników Policji systematycznie wzrasta. Przed wdrożeniem ogólnopolskiego programu: „Alkohol a środowisko służby i pracy” przez wiele lat realizowałyśmy jako Sekcja Psychologów zs. w Radomiu program pod

PROFILAKTYKA ALKOHOLOWA – PERSPEKTYWA PSYCHOLOGÓW POLICYJNYCH KWP

nazwą: „W stronę trzeźwości”. Obydwa programy połączyło wiele dobrych praktyk.

W trakcie prowadzonych warsztatów w stronę psychologów coraz częściej kierowano pytania dotyczące indywidualnych różnic w zakresie używania alkoholu. Coraz rzadziej powielane były stereotypy w zakresie reakcji na alkohol oraz odnoszące się do osób z problemem alkoholowym. Część osób samodzielnie dochodziła do wniosku, że choroba alkoholowa rozwija się podstępnie, a osoby z takim problemem można zacząć wspierać znacznie wcześniej, niż dotychczas sądzono. Ważnym zadaniem wielu psychologów było wskazanie, czym jest pożyteczna koleżeńskość w sytuacji problemu alkoholowego pojawiającego się u koleżanek i kolegów. Ukrywanie trudności w tzw. dobrej wierze powoduje, że pomoc, która mogła dotrzeć znacznie wcześniej, jest udzielana zbyt późno lub w niewystarczającym zakresie. Zmieniło się też myślenie o formach wspierania chorujących znajomych. Częste myślenie pobłażliwe: „Aby dotrwał/dotrwała do emerytury” zostało zastąpione przez aktywne: „Może zareaguję i uda mi się pomóc”.

Oprócz wzrostu wiedzy zauważalna jest również zmiana kompetencji przełożonych w zakresie reagowania w sytuacji pojawienia się problemu alkoholowego u funkcjonariusza lub pracownika Policji. Kadra kierownicza przekazuje pozytywne komunikaty w związku z ćwiczeniem przeprowadzania interwencji alkoholowych podczas warsztatów: „Interwencja wobec osoby, u której rozpoznano symptomy problemów związanych z konsumpcją alkoholu”.

Interwencja alkoholowa to procedura mająca na celu przerwanie, zahamowanie lub modyfikację problemowego sposobu używania alkoholu.

W bezpiecznych warunkach przełożeni zwracają uwagę na rzeczywiste problemy, które pojawiają się w codziennej praktyce, i odgrywają je, wcielając się w role podczas ćwiczeń warsztatowych. Przełożeni mówią wprost, że dzięki temu czują się w tym zakresie pewniej, ponieważ zdobyte kompetencje przećwiczyli podczas treningów szkoleniowych. Z doświadczeń psychologów wynika, że w przypadku kadry dowódczej, mającej dosyć autorytarny styl zarządzania, należy spróbować wcześniej omówić przebieg podejmowanej przez nich interwencji alkoholowej. Zdarzało się wielokrotnie, że motywowanie do leczenia oraz wskazanie dalszych działań osobie z problemem alkoholowym odbywało się na zasadzie przekazania polecenia w formie monologu, niepodlegającego jakiegokolwiek dyskusji. W konsekwencji często atmosfera takiego spotkania była odbierana jako atakująca i niezyczliwa, przez co znacznie zmniejszała się jej skuteczność. Przełożeni w takich rozmowach chętnie wykorzystują umiejętności wyćwiczone podczas prowadzonych przez psychologów warsztatów, w trakcie których trenowali wczesne interwencje i wyznaczanie standardów jako proaktywni przełożeni. Pozwala to na zwiększenie skuteczności podejmowanych przez nich działań.

Kadra kierownicza dosyć chętnie wspiera się możliwością udokumentowania takiej rozmowy w formie proponowanej w Programie. Interwencji alkoholowej towarzyszy stworzenie notatki, którą przełożeni dokumentują przebieg rozmowy z osobą z zaobserwowanym problemem alkoholowym i poczynione ustalenia. Osoba, wobec której kadra dowódcza

podejmuje bezpośrednie działania, często dostrzega zaangażowanie i wsparcie przełożonego, co przekłada się na jej podejście do problemu. Zdecydowana większość przełożonych podejmuje próbę poradzenia sobie z problemem podwładnego samodzielnie lub przy niewielkim wsparciu psychologa, którego rola w chwili obecnej bardziej skupia się na konsultacji i wsparciu merytorycznym, kontynuowaniu pomocy w trzeźwieniu takiej osoby oraz w budowaniu motywacji do podjęcia leczenia.

Podczas procesu zdrowienia osób z problemem alkoholowym oraz w motywowaniu ich do podjęcia leczenia duże znaczenie mają spotkania z osobami, które są **trzeźwiejącymi alkoholikami** i funkcjonują w Policji. Świadczenia takich osób są skutecznym narzędziem, z którego z powodzeniem korzystamy od wielu lat. Ludzie, którzy przeszli tą drogą i mają duże doświadczenie w radzeniu sobie z problemem alkoholowym, są wiarygodnym źródłem informacji dla osób z podobnymi trudnościami. Często osoby takie udostępniają psychologowi swój numer telefonu do kontaktu z osobami potrzebującymi ich wsparcia w sytuacjach nieradzenia sobie z używaniem alkoholu.

Psycholodzy podkreślają, że kolejną wartościową praktyką funkcjonującą od lat jest prowadzenie **mitingów alkoholowych** w jednostkach organizacyjnych Policji. Z naszych obserwacji wynika, że pełnią one istotną funkcję w sytuacjach, kiedy kadra kierownicza w danej jednostce nie jest nastawiona na reagowanie. Takie spotkania przełamują bowiem opór kadry dowodzącej. Istotny jest również dobór płci osób w takiej grupie – grupa powinna być zróżnicowana pod tym względem, gdyż zwiększa w ten sposób swoją skuteczność. Zazwyczaj są to grupy 3–4-osobowe, w skład których wchodzi osoba ze wspólnoty AA oraz osoba z problemem alkoholowym.

Zaobserwowaliśmy, że niezwykle istotne jest podjęcie działania i leczenia w jakiegokolwiek formie. Często na początku wśród funkcjonariuszy i pracowników Policji pojawia się duży opór przed zamkniętym leczeniem stacjonarnym. Chętniej są wybierane leczenie w formie ambulatoryjnej w poradniach leczenia uzależnień od alkoholu oraz farmakoterapia i terapia indywidualna u terapeutów uzależnień. Zazwyczaj osoby z problemem alkoholowym dzielą się postęпами takiego leczenia z psychologiem opiekującym się jednostką organizacyjną Policji. Formy radzenia sobie z problemem zmieniają się wraz z upływem czasu ze względu na ich mniejszą skuteczność. Jest to jednak proces indywidualny i zdecydowanie lepiej, aby osoba z problemem alkoholowym wiedziała, jakie są dostępne metody radzenia sobie z kontrolą nadmiernego picia alkoholu, niż by miano jej narzucić jeden określony sposób działania, wskazując na przykład leczenie odwykowe stacjonarne jako jedyną opcję.

*kom. Anna Szymańska
podkom. Patrycja Dominiak-Szawiola
Aleksandra Osiecka
Sekcja Psychologów, KWP zs. w Radomiu*

EDUKACJA I PROFILAKTYKA

Współpraca Centrum Szkolenia Policji ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików

podkom. Dorota Kozłowska

Zakład Służby Prewencyjnej CSP

Wspólnota Anonimowych Alkoholików w Polsce powstała już w 1974 r. Natomiast Biuro Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce zostało powołane w 1995 r. Biuro posiada osobowość prawną i reprezentuje Wspólnotę Anonimowych Alkoholików wobec osób prawnych i fizycznych. Fundacja prowadzi działalność gospodarczą wyłącznie w zakresie: wydawania i kolportażu literatury AA, biuletynu „Zdrój”, znaczków, pamiątek i medali opatrzonych symbolem – znakiem Anonimowych Alkoholików. Wspólnota Anonimowych Alkoholików nie pobiera za swoje działania żadnego wynagrodzenia i utrzymuje się z własnych, dobrowolnych datków¹.

W Polsce istnieje około 2700 grup Anonimowych Alkoholików, co oznacza setki spotkań w tygodniu, w dużych miastach jest ich kilkanaście lub kilkadziesiąt dziennie. A to oznacza również, że mityngi różnią się między sobą: miejscem spotkań, klimatem, scenariuszem spotkania, czasem trwania. Bo te spotkania tworzą ludzie, a ludzie są różni. Jedno jest niezmiennie – w każdym miejscu w Polsce i na świecie na spotkaniu AA są alkoholicy, którzy opowiadają o tym, jak alkohol wpłynął na ich życie, co zrobili, żeby sobie pomóc i jak żyją teraz. Za darmo, bezinteresownie². Spis mityngów Anonimowych Alkoholików w Polsce można znaleźć na stronie internetowej <https://spis.aa.org.pl/>. W czasie pandemii i lockdownu anonimowi alkoholicy niemal z dnia na dzień przeorganizowali swoje mityngi w spotkania online, wykorzystując do tego niemal wszystkie dostępne platformy internetowe i telefoniczne. Większość z tych powołanych *ad hoc* mityngów kontynuuje działania niezależnie od stopnia restrykcji związanych z epidemią koronawirusa. Obecnie polskojęzyczne mityngi online i telefoniczne można liczyć w dziesiątkach. Można się na nie zalogować bez ograniczeń i wcześniejszych zapisów na stronie internetowej <https://aa24.pl/pl/mityngi-on-line>, a spotkania z adnotacją „mityng otwarty” są dostępne nie tylko dla osób z problemem alkoholowym.

Warto też wiedzieć, że działa Infolinia Anonimowych Alkoholików: codziennie od 8.00 rano do 22.00 wieczorem pod numerem telefonu: 801 033 242. Kryzys związany z pandemią koronawirusa zasiał swoje żniwo wśród osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin. W styczniu i lutym co prawda liczba połączeń na infolinię nie odbiegała od liczby tych połączeń w poprzednich miesiącach, ale już w marcu odnotowano wzrost telefonów na infolinię, natomiast w kwietniu przyrost o 100%. Co ciekawe, nie zawsze z infolinii korzystają uzależnieni. Często są to osoby, które nie radzą sobie z bliskim walczącym z nałogiem, np. pracodawcy, którzy nie mogą się dodzwonić do pracowników, zmartwione żony pijanych mężów, przestraszone dzieci pijanych rodziców³.

Historia współpracy Centrum Szkolenia Policji w Legionowie ze Wspólnotą Anonimowych Alkoholików

W związku z moim udziałem w marcu 2017 r. w konferencji dotyczącej przeciwdziałania przemocy w rodzinie w Ośrodku Wsparcia w Piastowie otrzymałam od jednego z przedstawicieli Biura Służby Krajowej Fundacji Anonimowych Alkoholików z siedzibą w Warszawie deklarację możliwości

EDUKACJA I PROFILAKTYKA. WSPÓŁPRACA CSP ZE WSPÓLNOTĄ AA

realizacji przez członków Wspólnoty nieodpłatnych mitingów informacyjnych na terenie CSP z zakresu przeciwdziałania alkoholizmowi.

Formuła tych spotkań miała polegać na wygłoszeniu wykładu interaktywnego nazwanego mityngiem informacyjnym AA przede wszystkim wśród słuchaczy CSP i ewentualnie zaproszonej kadry dydaktycznej. Po wyrażeniu zgody przez kierownictwo CSP na zorganizowanie ww. spotkania podjęto współpracę, której koordynatorem się stałam.

Tematyka proponowanego wykładu korelowała z zakresem tematycznym programu szkolenia zawodowego podstawowego: JM02 JS10, tj. „Przeprowadzanie interwencji oraz postępowanie z osobami znajdującymi się pod wpływem alkoholu lub środka działającego podobnie” oraz JM08 JS01, tj. „Rozpoznawanie i zapobieganie zjawiskom patologii społecznej” oraz z programem kursu specjalistycznego „PPwR”: zagadnienie nr 1, temat nr 2, tj. „Właściwe postępowanie w sytuacji ujawnienia przemocy domowej ze względu na charakter sprawy”.

W dniu 27 września 2017 r. w godz. 16.40–18.00 zorganizowałam w ramach Prewencyjnego Koła Zainteresowań Słuchaczy Zakładu Służby Prewencyjnej pierwszy taki wykład z udziałem słuchaczy szkolenia zawodowego podstawowego oraz kursu specjalistycznego z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Wygłoszony przez członków Wspólnoty AA wykład obejmował informacje na temat jej działalności, preambuły, historii, Programu Dwunastu Kroków oraz tradycji służb AA i literatury, natomiast terapeuta uzależnień z Nasielska, pani Maria Sierzputowska, wyjaśniła, czym jest choroba alkoholowa i jak można współpracować z AA, oraz omówiła metody i procedury działania mające na celu właściwe rozpoznanie zjawiska alkoholizmu oraz udzielanie skutecznej pomocy osobom, u których ten problem występuje. Realizatorzy przedstawili również historie osobiste, wobec których powyższe działania okazały się skuteczne, i udzielili informacji, gdzie można znaleźć Wspólnotę AA i nawiązać z nią kontakt (lokalnie). W spotkaniu wzięło udział około 140 słuchaczy.

W kolejnych spotkaniach w gronie zaproszonych prelegentów oprócz terapeuty uzależnień znaleźli się także czynni i emerytowani funkcjonariusze Policji – od szeregowego policjanta po policjanta pełniącego funkcję kierowniczą – którzy opowiedzieli swoje osobiste historie związane z problemem alkoholowym, szukaniem ratunku oraz wyjściem z nałogu, przy czym, jak sami mówią, mimo iż nie spożywają alkoholu już od kilku, kilkunastu lat, to będą

musieli przez resztę życia uważać, aby nie powrócić do nałogu. Były to niezwykle ciekawe, a zarazem poruszające historie nie tylko dla słuchaczy, co wiem z ich bezpośrednich relacji, ale również dla mnie. Zaskakujący, a nawet szokujący dla odbiorców prelekcji był fakt przyznania się przez członków AA do ich wieloletnich zachowań i skłonności związanych z uzależnieniem od alkoholu w tak dużym gronie osób. Można było być zaskoczonym, zszokowanym, ale to tylko pokazuje, że uzależnienie od alkoholu jest chorobą bardzo demokratyczną i dotyczącą przedstawicieli różnych grup zawodowych czy społecznych. Po wstępnym zdziwieniu przychodzi refleksja, jak dużą pracę nad sobą musieli wykonać, aż w końcu udało im się wydobyć z tej choroby, która zatacza bardzo szerokie kręgi społeczne i jest bardzo ciężka do zwalczenia. Na szczęście doświadczenie tych osób daje przykłady na to, że w umiejętny sposób można z nią żyć. Z perspektywy czasu i dzięki nabytej przeze mnie wiedzy na temat tego uzależnienia i działalności Wspólnoty AA wiem, że te – można powiedzieć – publicz-



**PREWENCYJNE KOŁO ZAINTERESOWAŃ
ZAKŁAD SŁUŻBY PREWENCYJNEJ**

ZAPRASZA

27 września 2017 r., godz. 16:40
do auli w budynku nr 40

**kadre dydaktyczną,
słuchaczy szkolenia zawodowego
podstawowego SZP-3/17
oraz kursu specjalistycznego
z zakresu przeciwdziałania
przemocy w rodzinie PPwR-5/17
na mityng informacyjny prowadzony
przez członków
Wspólnoty Anonimowych Alkoholików**

W trakcie spotkania zostaną omówione **metody i procedury działania mające na celu właściwe rozpoznanie zjawiska alkoholizmu** oraz udzielanie skutecznej pomocy rodzinom, w których ten problem występuje. Realizatorzy planują między innymi przedstawić **historie z życia osób, wobec których powyższe działania okazały się skuteczne**, i udzielić informacji, gdzie można znaleźć „Wspólnotę AA” i nawiązać z nią kontakt (lokalnie).

Szersza wiedza dotycząca tego tematu zwiększy przygotowanie do zawodu policjantów będących na etapie startu zawodowego oraz wykonujących zadania z zakresu przeciwdziałania zjawiskom patologii społecznej.

Informacji udziela:
asp. Dorota Kozłowska, tel. służbowy: 34-00

Plakat informujący o spotkaniu w ramach Prewencyjnego Koła Zainteresowań.
Oprac. graficzne: W. Kaczańska, WWiP.

ne wyznania służą czemuś bardzo ważnemu. Pierwszy aspekt – psychologiczny – odnosi się do tego, że każdy z członków AA (w tym również policjanci) zrozumiał i przyznał się przed samym sobą, że choroba nie tylko dotknęła go jako jednostkę społeczną, lecz także wywarła wpływ na funkcjonowanie jego rodziny, środowiska pracy itd. Drugi aspekt dotyczy ich wewnętrznej potrzeby związanej z przynależnością do Wspólnoty, która podała im pomocną dłoń w trudnej chwili. Ta niesamowita wdzięczność, że ktoś im pomógł wrócić do normalnego życia, spowodowała u nich nieodpartą chęć niesienia „posłania” drugiemu człowiekowi. Tak, członkowie AA nazywają to, co robią „niesieniem posłania”, w którym wyraża się m.in. krzewienie wiedzy na temat Wspólnoty AA w celu udzielania realnej pomocy drugiemu, potrzebującemu człowiekowi. To etap już po rozpoczęciu trudnej drogi leczenia tej choroby i ciągłej wytrwałości w trzeźwieniu, podczas której gotowi są wreszcie przyznać się przed innymi ludźmi, że należą do grupy tzw. trzeźwiejących alkoholików.

Na spotkania w CSP może przyjść każdy słuchacz czy pracownik CSP, ale szanując anonimowość jako jedną z zasad Wspólnoty AA, na spotkaniach tych nie można robić zdjęć czy rejestrować ich w jakikolwiek inny sposób.

Na mityngach informacyjnych słuchacze zwykle byli aktywni, zadawali dużo pytań m.in. o formy pomocy osobom uzależnionym od alkoholu, z którymi stykają się bezpośrednio w ramach obowiązków służbowych oraz w relacjach rodzinnych czy w gronie znajomych. W dyskusji poruszano również kwestię tych osób, którym dużo trudniej pomóc ze względu na to, że mieszkają poza granicami naszego kraju, w związku z czym szukano sposobu, jak udzielić im pomocy. Na uwagę zasługuje fakt, że grupy należące do Wspólnoty AA są obecne na całym świecie. Słuchacze otrzymują ulotki informacyjne i kontakt do AA, a osoby zainteresowane po zakończeniu spotkania mogą zostać i porozmawiać osobiście z członkami Wspólnoty.

Wyrażam głęboką nadzieję, że szersza wiedza nabyta podczas zorganizowanych na terenie CSP spotkań dotyczących uzależnienia od alkoholu zwiększy przygotowanie do zawodu policjantów będących na etapie startu zawodowego oraz wykonujących zadania w komórkach organizacyjnych w zakresie przeciwdziałania zjawiskom patologii społecznej. Jako nauczyciel i opiekun dydaktyczny prowadzący zajęcia na szkoleniu zawodowym podstawowym i kursach specjalistycznych zawsze bardzo zachęcam słuchaczy do uczestnictwa w tego rodzaju formie szkolenia, gdyż spotkania te są źródłem cennych wskazówek dotyczących realizacji interwencji wobec osób nadużywających alkoholu oraz oczekiwań wobec interweniujących funkcjonariuszy. Rozwijają też u policjantów poczucie empatii, cechy niezwykle pożądanej w postawie „interwenta” oraz znacząco wpływają na podniesienie u nich poziomu rozumienia ważności tej tematyki. W rezultacie można oczekiwać, że spotkania te zwiększą wiedzę słuchaczy, uświadomią im na dramaty ludzkie związane z uzależnieniem od alkoholu, co tym samym podniesie ich kwalifikacje zawodowe.

Myślę, że w pewien sposób (choć nie było to od początku ideą przyświecającą organizowaniu tych spotkań) mityngi te wpisują się w profilaktykę uzależnień samych policjantów jako przedstawicieli tzw. zawodu wysokiego ryzyka. Wykonywanie czynności pod wpływem dużej presji czasu i zagrożenia bezpieczeństwa osobistego, a co za tym idzie – ogromnego stresu – może wywoływać negatywne skutki dla organizmu i rodzić różne pomysły na jego redukcję, zwłaszcza gdy stres ten jest długotrwały i intensywny. Wiedza na temat szkodliwości nad-

używania alkoholu (w celu m.in. rozładowania stanu napięcia emocjonalnego) dla życia osobistego, społecznego oraz zawodowego przekazywana z ust ludzi doświadczonych tym problemem ma czasami dużo większy walor profilaktyczny niż najlepszy wykład teoretyka.

Warto wiedzieć, że wspólnota AA realizuje zajęcia dydaktyczne ze studentami wielu wyższych uczelni, m.in.: Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Akademii Pedagogiki Specjalnej, Uniwersytetu Warszawskiego, a także w Centralnym Ośrodku Szkolenia Służby Więziennej w Kaliszu, Ośrodku Szkolenia Służby Więziennej w Kulach i Ośrodku Szkolenia Policji w Sieradzu. Ponadto Wspólnota AA nawiązała kontakty z Komendą Stołeczną Policji, Komendą Główną Policji oraz jednostkami terenowymi Policji w kraju w zakresie współpracy międzyinstytucjonalnej.

Aktualnie ze względu na sytuację epidemiologiczną w kraju mityngi te zostały zawieszone do odwołania, natomiast gdyby sytuacja uległa zmianie, o planowym przedsięwzięciu będą informować umieszczone na terenie CSP plakaty.

Inna aktywność CSP związana ze Wspólnotą AA

Spotkanie Przyjaciół AA w Regionie AA „Warszawa” – „Kawa z AA”

W dniu 14 czerwca 2018 r. w godzinach 12.00–14.00 przy ul. Kolskiej 2/4 w Warszawie odbyło się spotkanie „Kawa z AA”. Organizatorem był Region AA „Warszawa” oraz Biuro Służby Krajowej AA, a zaproszeni goście – profesjonalistami różnych dziedzin na co dzień mający styczność z alkoholikami. Gości powitał Dyrektor BSK, który krótko omówił kwestie organizacyjne. Nawiązał do 83. rocznicy powstania Wspólnoty Anonimowych Alkoholików w USA. Zaznaczył, że rocznica jest ważna także dla AA w Polsce – jako części światowej Wspólnoty. Zaznaczył, że jest to pierwsze tego typu spotkanie na poziomie regionalnym i wyraził nadzieję, że zapoczątkuje ono spotkania cykliczne w podobnej formule. Zaproponował luźną formułę spotkania, która pozwoli na swobodną wymianę doświadczeń, a także na omawianie najważniejszych problemów. Należy zaznaczyć, że od samych początków AA bardzo ważna jest współpraca z osobami z zewnątrz, z przedstawicielami bardzo różnych środowisk, np. dziennikarzami, finansistami czy społecznikami, którzy w USA przyczynili się do rozpropagowania Wspólnoty i jej szybkiego rozwoju.

Następnie moderator spotkania przedstawił plan i proponowane cele, tj.:

- 1) współpraca AA z profesjonalistami;
- 2) zapoczątkowanie cyklu spotkań i wymiany doświadczeń;
- 3) propozycje tematów tego typu spotkań w przyszłości.

Poprosił o przedstawienie się wszystkich zaproszonych gości oraz o krótką informację o swojej współpracy z AA, jej rodzaju lub oczekiwaniach dotyczących przyszłej współpracy. W spotkaniu wzięło udział 49 osób zaproszonych spoza Wspólnoty AA. Wśród profesjonalistów byli obecni reprezentanci różnorodnych instytucji z Warszawy oraz miejscowości województwa mazowieckiego, m.in.:

- Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych;
- miejskich i gminnych ośrodków pomocy społecznej;
- miejskich i gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych;

EDUKACJA I PROFILAKTYKA. WSPÓŁPRACA CSP ZE WSPÓLNOTĄ AA

- jednostek pomocy społecznej urzędów miast i dzielnic;
- placówek i ośrodków leczenia uzależnień od alkoholu;
- Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego;
- Policji (w tym CSP);
- Straży Miejskiej;
- kuratorów zawodowych;
- zakładów karnych i aresztów śledczych;
- zakładów poprawczych;
- kościołów i duchowieństwa,

a także profesjonaliści niezależni: psychologowie, pedagodzy i inni współpracujący z różnymi instytucjami oraz przedstawiciele Wspólnoty AA-Anon.

Większość przybyłych profesjonalistów ma już krótsze lub dłuższe doświadczenia współpracy ze Wspólnotą AA. Zazwyczaj dotyczą one organizowania spotkań informacyjnych, umożliwienia niesienia „posłania” do pacjentów lub osadzonych w zakładach karnych, aresztach śledczych czy zakładach poprawczych. Często również w budynkach poszczególnych instytucji odbywają się mityngi AA. Niektóre osoby od wielu już lat współpracują ze Wspólnotą AA, mają bardzo dobre doświadczenia i stąd ich obecność również na tym spotkaniu. Część osób zadeklarowało swoją sympatię dla Wspólnoty AA, kierowanie do niej np. pacjentów, ale bez ścisłego osobistego kontaktu z AA lub dopiero na etapie początkowym nawiązywania współpracy. Poprzez to spotkanie mieli nadzieję tę współpracę zacieśnić.

Następnie głos zabrał pan Robert, który przedstawił również krótko historię współpracy AA z profesjonalistami, podkreślając, jak znaczny wkład w rozwój Wspólnoty włożyli m.in. lekarze, dziennikarze oraz działacze społeczni. Przypomniał kamienie milowe w społecznym postrzeganiu AA, takie jak artykuł Jacka Aleksandra z 1941 r., a w Polsce artykuł Wiktora Osiatyńskiego *Grzech czy choroba* z 1985 r. W okresie powstawania Wspólnoty AA to również z niealkoholikami konsultowane było 12 kroków AA. Następnie omówił podstawowe zasady postępowania Anonimowych Alkoholików w kontaktach zewnętrznych. Poinformował, że jedynym celem Wspólnoty jest nieść „posłanie” AA innym alkoholikom, ponieważ tylko na tym się znają jako Wspólnota. Dlatego na mityngach otwartych mile widziani są wszyscy zainteresowani. Zgodnie z przedstawionymi informacjami członkowie AA nie angażują się w inne inicjatywy, co wynika również z tego, że nie znają się na pomocy w innych uzależnieniach. Wspólnota chętnie współpracuje z profesjonalistami i instytucjami pomagającymi alkoholikom, pod warunkiem jednak, że respektują ich zasady. Anonimowość, szczególnie wobec mediów, stanowi gwarancję bezpieczeństwa dla Wspólnoty AA oraz wyraz pokory własnej. Wspólnota zdaje sobie sprawę, że niektórzy jej członkowie świadomie lub nieświadomie łamią tradycje AA. Nawet wtedy jednak nikt ich nie może i nie chce wyrzucać w imię być może najważniejszej dla przetrwania Wspólnoty AA tradycji – tradycji jedności.

Następnie poprosił powierników klasy A obecnych na spotkaniu o krótkie wypowiedzi na temat dotychczasowej współpracy z członkami AA i Wspólnoty jako całości. Pani Hanna Ostrowska-Biskout – specjalista terapii uzależnień, opowiedziała o swoich doświadczeniach z pracą z jednym z członków Wspólnoty AA. Zaobserwowane zmiany zachodzące w tym człowieku, który początkowo był również jej pacjentem, takie jak: pokora, spokój ducha, umiejętność słuchania, pozwoliły jej zrozumieć działanie Wspólnoty oraz Programu 12 kroków AA. Jest on również

dobrym pośrednikiem ze Wspólnotą AA oraz pomaga cierpiącym alkoholikom, szczególnie wówczas, gdy potrzebna jest pomoc natychmiastowa, której instytucje często nie mogą udzielić.

Pan Paweł Suski, inny powiernik klasy A, opowiedział o swoich pozytywnych doświadczeniach ze współpracy z AA w służbie więziennej. O ile na gruncie zawodowym i finansowym, jako działanie społeczne, współpraca taka może nie przynosić dodatkowych profitów, o tyle w sferze duchowej czy też osobistej daje wiele satysfakcji. Mógł obserwować rozwój grup AA w zakładach karnych oraz postępy osadzonych realizujących Program 12 kroków AA. Razem ze Wspólnotą m.in. ma możliwość nieść „posłanie” AA do zakładów karnych na Białorusi, pokazując tamtejszym służbom więziennym wpływ AA na pracę z uzależnionymi więźniami, pomagając organizować mityngi w zakładach karnych i przekazując doświadczenia ze współpracy na linii AA – profesjonalści.

Powiernik pan Jurek Rećko opowiedział o najważniejszych sprawach zawodowych, które pojawiały się we współpracy z AA, w jego przypadku również w służbie więziennej. Przede wszystkim zaznaczył, że po 25 latach współpracy ze Wspólnotą nie wyobraża sobie pracy z osobami uzależnionymi bez AA. Szczególnie ważne jest, aby w instytucji współpracującej z AA była osoba zaangażowana, która będzie zabiegała o te kontakty, będzie umiała wyjaśnić zasady takiej współpracy oraz, co najważniejsze, przekonywać do niej kierownictwo placówki. Druga część spotkania poświęcona była odpowiedziom na pytania ze strony zaproszonych gości. Jedna z profesjonalistek poruszyła sprawę podejścia do zasad AA, w szczególności tego, czy ona jako niealkoholiczka może promować działalność Wspólnoty. Niektórzy z uczestników AA, z którymi się zetknęła, sugerowali jej bowiem, że jest to niewłaściwe postępowanie. Poinformowano, że niealkoholików tradycje Wspólnoty AA nie obowiązują i profesjonalści mogą postępować, jak chcą i zgodnie z własnym sumieniem. Dr Bohdan Woronowicz dodał również, że on od 37 lat informuje o Wspólnocie AA i nigdy nie było z tym problemu, jest to jak najbardziej właściwe postępowanie.

Przedstawicielka kuratorów zawodowych z Legionowa poruszyła kilka kwestii związanych z rolą Wspólnoty w swojej pracy zawodowej. Zauważyła, że w ramach rozwoju zawodowego ma dostęp do dużej liczby szkoleń związanych z uzależnieniami, które dają wyczerpującą wiedzę teoretyczną, natomiast odczuwa brak bezpośredniej współpracy z AA. Stąd pytanie, w jaki sposób lepiej i dokładniej zrozumieć, na czym polega trzeźwienie w AA. Zwróciła też uwagę na fakt, że mniejsze miejscowości mogą borykać się z problemem komunikacyjnym pacjentów („do Warszawy na mityngi nie będę jeździł”). Natomiast inne formy wsparcia w mieście, jak ośrodki i poradnie terapeutyczne wydają się niewystarczające.

Pani Hanna Ostrowska-Biskout wskazała, że nie ma lepszego sposobu na poznanie AA niż uczestnictwo profesjonalistów w mityngach otwartych AA. Wtedy też, mając osobisty kontakt ze Wspólnotą, można ją bardziej wiarygodnie przedstawiać pacjentom i zachęcać do pójścia na mityng. AA ma również ważną zaletę czysto „techniczną”: instytucje pomocy dla alkoholików są uzależnione głównie od dotacji NFZ lub innych źródeł, natomiast do AA można przyjść zawsze, nie trzeba oczekiwać na zapisy, a uczestnictwo w mityngu jest bezpłatne. Bywa to o tyle istotne, że w przypadku niemożności zapewnienia cierpiącym natychmiastowej pomocy instytucjonalnej AA może być jedyną alternatywą.

Dr Bohdan Woronowicz opowiedział o sposobie, w jaki on prowadzi szkolenia na temat alkoholizmu. Ma zwyczaj oddawać część czasu zaproszonym przez siebie Anonimowym Alkoholikom, dzięki czemu słuchacze (np. lekarze) mogą dowiedzieć się o chorobie od strony praktycznej, tj. alkoholika, i o roli, jaką w procesie trzeźwienia odgrywa AA. Wydaje się to dobrym sposobem na przybliżenie Wspólnoty i na pokazanie pozytywnego wizerunku „trzeźwego alkoholika”, ale także – dzięki świadectwom Anonimowych Alkoholików – na ukazanie skali problemu oraz tego, że dotyczy on każdej grupy społecznej.

Pani Ewa Wojdyłło-Osiatyńska – doktor psychologii i terapeuta uzależnień, powiedziała, że zajmując się urzędowo alkoholizmem, nie zawsze można znaleźć czas na bezpośredni kontakt z AA czy bywanie na mityngach grup AA w okolicy. Sprawdzonym narzędziem jest kontakt poprzez telefon BSK lub dyżurny telefon kontaktowy AA. Można w ten sposób znaleźć pomoc dla pacjenta w prawie każdym miejscu i niemal natychmiast. Wspólnota AA dysponuje bowiem odpowiednimi strukturami, a także chęcią pomocy w bardzo różnych sytuacjach. Zwróciła również uwagę, że jej zdaniem od lat brakuje pewnych rozwiązań, które funkcjonują od dawna np. w USA, polegających na wytworzeniu kanałów współpracy pomiędzy poszczególnymi grupami zawodowymi mającymi styczność z alkoholikami a Anonimowymi Alkoholikami. Dotyczy to zarówno profesjonalistów pomagających alkoholikom, jak i różnych instytucji społecznych czy służb mundurowych, w szczególności straży miejskiej, która na co dzień ma styczność z alkoholikami. W takich sytuacjach może brakować nie tylko informacji o chorobie alkoholowej, lecz także wiedzy na temat postępowania z takimi osobami, a błędne zachowania, takie jak karanie czy napiętnowanie, nie są rozwiązaniem. W tym aspekcie wydaje się dużo do zrobienia dla samej Wspólnoty, jeśli chodzi o szerzenie świadomości społecznej na temat AA. Podała przykład innych krajów, gdzie np. w telewizji wyświetlane są informacje o Wspólnocie wraz z danymi kontaktowymi. Wielu ludzi nie wie nic o Wspólnocie lub ma mylne, „zmitologizowane” pojęcie o AA.

Na zakończenie poproszono również o krótkie informacje na temat propozycji częstotliwości kolejnych spotkań oraz tematów, które mogą być na nich poruszone. Jeśli chodzi o proponowaną częstotliwość spotkań AA z profesjonalistami, przewały opinie, aby odbywały się one raz na pół roku lub co kwartał. Zasugerowano wysłuchanie głosu większej liczby trzeźwiejących alkoholików i ich problemów we współpracy z profesjonalistami; pytano, jakie formy współpracy może AA zaoferować Policji, straży miejskiej i innym służbom; zaproponowano wspólną listę mailingową⁴.

Seminarium szkoleniowe z zakresu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych

W dniu 21 lutego 2019 r. w Urzędzie Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy odbyło się seminarium szkoleniowe zorganizowane z okazji 84. rocznicy powstania Wspólnoty Anonimowych Alkoholików. Do udziału w nim zostali zaproszeni również funkcjonariusze Centrum Szkolenia Policji, a także przedstawiciele Służby Więziennej, ośrodków pomocy społecznej, gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, szkół oraz kuratorzy sądowi, psychologowie

z Komendy Głównej Policji i Komendy Stołecznej Policji, terapeuci, lekarze i duchowni. Przedstawiciele zaproszonych instytucji i podmiotów zapoznali się z działalnością Wspólnoty Anonimowych Alkoholików, opartą m.in. na Programie 12 kroków, a także wymienili się doświadczeniami wynikającymi z bieżących kontaktów ze Wspólnotą. Jednym z punktów programu seminarium była wygłoszona przeze mnie prelekcja na temat zakresu i roli współpracy CSP ze Wspólnotą AA. W swoim wystąpieniu odniosłem się m.in. do spotkań informacyjnych, cyklicznie prowadzonych w Centrum Szkolenia Policji przez przedstawicieli tej instytucji.

Warto nadmienić, że od września 2017 r. do dnia seminarium w spotkaniach informacyjnych organizowanych przez Centrum Szkolenia Policji w Legionowie i realizowanych przez Wspólnotę AA wzięło udział około 460 słuchaczy CSP.

Ogólnopolskie Spotkanie Przyjaciół AA

Wspólnota Anonimowych Alkoholików w dniach 16–18 sierpnia 2019 r. obchodziła 45-lecie istnienia. Z tej okazji na kanwie współpracy zawodowej ze Wspólnotą AA zostałam zaproszona przez Region AA Mazowsze, Radę Powierników, Biuro Służby Krajowej AA na Ogólnopolskie Spotkanie Przyjaciół AA, tzw. Złot Radości, które odbywało się w Hali Widowiskowo-Sportowej „Spodek” oraz Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach. Doświadczenie to przyniosło dużo korzyści. Miałam okazję po raz pierwszy uczestniczyć w ogólnopolskim mityngu („Złocie Radości”), który chyba na każdym, a już zwłaszcza na nowicjuszu, robi piorunujące wrażenie. Radość osób wytrwałych w trzeźwieniu jest tak wielka, że nie sposób jej nie dzielić razem z nimi. Ponadto możliwość udziału w różnych warsztatach i wykładach stanowiła dla mnie nieocenioną wartość poznawczą. Organizatorzy zaplanowali na tyle czas uczestnikom, że nie można było się nudzić. Było to prawdziwe święto AA.

¹ Uzyskane dane pochodzą z materiałów Biura Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce.

² M. Dunin, *Anonimowi Alkoholicy – instrukcja obsługi*, <https://deon.pl/inteligentne-zycie/anonimowi-alkoholicy-instrukcja-obslugi,311937> [dostęp: 18.11.2020 r.].

³ Szymon Krawiec, *Infolinia Anonimowych Alkoholików. „Mamy o 100 procent więcej połączeń”*, <https://zdrowie.wprost.pl/psychologia/uzaleznienia/10316495/infolinia-anonimowych-alkoholikow-mamy-o-100-procent-wiecej-polaczen.html>.

⁴ Na podstawie sprawozdania Wspólnoty AA ze spotkania Przyjaciół AA w Regionie AA „Warszawa” – „Kawa z AA”.

Summary

Education and prevention Cooperation of the Police Training Centre with the Community of Alcoholics Anonymous

The article in its introduction refers to the activity of the Community of Alcoholics Anonymous. Next the author of the article presents the genesis and development of cooperation of the Police Training Centre with the Community of Alcoholics Anonymous and in particular concentrates the reader's attention on the form and principles of cooperation of these two entities, presenting training values for trainees of basic professional training courses and specialist courses deriving from information meetings organised in the PTC facilities with representatives of the Community.

Tłumaczenie: Renata Cedro

WSPÓLNOTA

Kroki, tradycje i koncepcje



Niniejsze opracowanie ma na celu przybliżenie informacji na temat działalności Wspólnoty Anonimowych Alkoholików, z którą w ramach edukacji i profilaktyki współpracują jednostki organizacyjne Policji, w tym również Centrum Szkolenia Policji.

*Boże, użyż mi pogody ducha,
abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić,
odwagi, abym zmieniał to, co mogę zmienić,
i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego.*

Modlitwa o pogodę ducha (Serenity Prayer)

Tekst wspólnego powitania lub pożegnania na wielu spotkaniach Anonimowych Alkoholików.

Jej autorem jest prawdopodobnie amerykański teolog Reinhold Niebuhr (niektóre źródła podają Marka Aureliusza jako autora).

O Programie Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików

Współzałożyciel Wspólnoty AA Bill W. nazywa Dwanaście Kroków zbiorem „zasad duchowych, które stosowane jako sposób życia mogą uwolnić od obsesji picia i dopomóc cierpiącemu, by stał się zdrowym, szczęśliwym i pożytecznym człowiekiem”. Drugi współzałożyciel AA Dr Bob powiedział: „W postaci skondensowanej naszych Dwanaście Kroków sprowadza się do słów: miłość i służba”. Pracować nad Programem AA to znaczy pracować nad Krokami. Cały Program Dwunastu Kroków wymaga stałego i osobistego wysiłku w stosowaniu się do jego zasad i ma na celu zmianę określonych nawyków, utartych schematów myślenia i zmianę dotychczasowego oglądu siebie i świata. Praca nad Krokami pozwala osiągnąć trzeźwość i trwać w niej. Program Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików znajduje także zastosowanie w codziennym życiu poza Wspólnotą AA – część Kroku Dwunastego mówi: „i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach”. Wielu ludzi niebędących alkoholikami uważa, że w rezultacie stosowania Dwunastu Kroków udało się rozwiązać inne problemy życiowe. Dwanaście Kroków to droga do szczęśliwego i wydajnego życia, zarówno dla alkoholików, jak i niealkoholików.

12 KROKÓW

- 1.** Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu – że nasze życie stało się niekierowalne.
- 2.** Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowy rozsądek.
- 3.** Podjęliśmy decyzję, aby powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, tak jak Go rozumieliśmy.
- 4.** Zrobiliśmy wnikliwą i odważną osobistą inwenturę moralną.
- 5.** Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
- 6.** Staliśmy się całkowicie gotowi, żeby Bóg usunął wszystkie te wady charakteru.
- 7.** Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.
- 8.** Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy, i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
- 9.** Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
- 10.** Prowadziliśmy nadal osobistą inwenturę, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.
- 11.** Staraliśmy się przez modlitwę i medytację poprawiać nasz świadomy kontakt z Bogiem, tak jak Go rozumieliśmy, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia.
- 12.** Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków staraliśmy się nieść to pośłanie innym alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.

Wersja po 47. Konferencji Służby Krajowej AA

Źródło: Wspólnota Anonimowych Alkoholików, 12 Kroków AA, <https://aa24.pl/pl/12-krokow-aa/12-krokow-aa> [dostęp: 2.12.2020 r.].

Tradycje AA

Tradycje to wskazania i wytyczne regulujące życie Wspólnoty i gwarantujące jej jedność. Według nich AA układa swoje stosunki ze społeczeństwem.

„Nasze Tradycje są przewodnikiem do lepszego planowania naszej pracy i życia” – powiedział współzałożyciel AA Bill W. – „I mają tę samą wagę i znaczenie dla grupowego przeżycia i harmonii, co Dwanaście Kroków dla trzeźwości i spokoju ducha indywidualnego uczestnika... Większość nie może zdrowieć bez pomocy grupy. Grupa musi przetrwać, aby przetrwała jednostka...”.

12 TRADYCJI

- 1.** Nasze wspólne dobro powinno być zawsze na pierwszym miejscu; powrót do zdrowia każdego z nas zależy od jedności AA.
- 2.** Dla naszego grupowego celu istnieje tylko jedna ostateczna władza – miłujący Bóg, tak jak może On wyrażać Siebie w naszym grupowym sumieniu. Nasi liderzy są tylko zaufanymi sługami; oni nie rządzą.
- 3.** Jedynym warunkiem członkostwa w AA jest pragnienie zaprzestania picia.
- 4.** Każda grupa powinna być niezależna we wszystkich sprawach z wyjątkiem tych, które dotyczą innych grup lub AA jako całości.
- 5.** Każda grupa ma jeden główny cel – nieść posłanie alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi.
- 6.** Grupa AA nigdy nie powinna popierać, finansować ani używać nazwy AA żadnym pokrewnym ośrodkom ani zewnętrznym przedsięwzięciom, ażeby problemy związane z finansami, majątkiem lub prestiżem nie odrywały nas od głównego celu.
- 7.** Każda grupa AA powinna być całkowicie samowystarczalna i nie przyjmować dotacji z zewnątrz.
- 8.** Wspólnota Anonimowych Alkoholików powinna na zawsze pozostać nieprofesjonalna, lecz nasze biura służb mogą zatrudniać niezbędnych pracowników.
- 9.** AA, jako takie, nie powinno nigdy stać się organizacją, ale możemy tworzyć zespoły i komisje bezpośrednio odpowiedzialne wobec tych, którym służą.

10.

Anonimowi Alkoholicy nie zajmują stanowiska wobec problemów spoza ich wspólnoty, ażeby imię AA nie zostało nigdy uwiłkane w publiczne polemiki.

11.

Nasze oddziaływanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu; musimy zawsze zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, radia i filmu.

12.

Anonimowość stanowi duchową podstawę wszystkich naszych Tradycji, przypominając nam zawsze, że zasady są ważniejsze od osobowości.

Wersja po 47. Konferencji Służby Krajowej AA

Źródło: Wspólnota Anonimowych Alkoholików, *12 Tradycji AA*, <https://aa24.pl/pl/12-krokow-aa/12-tradycji-aa> [dostęp: 2.12.2020 r.].

Koncepcje AA

„Dwanaście Koncepcji dla służb AA w Polsce” ma zastosowanie w pełnieniu służby na wszystkich poziomach struktur AA w Polsce – w Służbie Krajowej AA, w regionach AA, w intergrupach AA oraz w grupach AA. Stosowanie zasad zawartych w Dwunastu Koncepcjach ma także znaczenie dla osobistego rozwoju indywidualnego członka.

12 KONCEPCJI

- 1.** Ostateczna odpowiedzialność oraz najwyższe uprawnienia dla służb AA w Polsce powinny zawsze należeć do zbiorowego sumienia całej naszej Wspólnoty.
- 2.** Konferencja Służby Krajowej AA w Polsce jest niemal we wszystkich sprawach aktywnym głosem i skutecznie działającym sumieniem całej naszej społeczności.
- 3.** Aby zapewnić skuteczne przewodzenie, powinniśmy przyznać tradycyjne „Prawo do Decyzji” każdemu elementowi służby AA – Konferencji, Radzie Powierników, Radzie i Zarządowi Fundacji „Biuro Służby Krajowej AA w Polsce” i zespołom powierniczym.
- 4.** Wszystkie poziomy służby AA powinny mieć przyznane tradycyjne „Prawo do Uczestnictwa”, pozwalające na głosowanie proporcjonalne do ponoszonej odpowiedzialności.
- 5.** Na wszystkich poziomach naszej struktury powinno obowiązywać tradycyjne „Prawo do Apelacji”, gwarantujące wysłuchanie głosu mniejszości i wnikliwe rozpatrzenie skarg.

WSPÓLNOTA AA. KROKI, TRADYCJE I KONCEPCJE

6.

Konferencja Służby Krajowej AA w Polsce uznaje, że główna inicjatywa i odpowiedzialność za większość spraw związanych ze służbami AA powinna należeć do obdarzonych zaufaniem członków Konferencji, działających jako Rada Powierników Służby Krajowej AA w Polsce.

7.

Statut i regulaminy Fundacji „BSK AA w Polsce” są instrumentami prawnymi, upoważniającymi Powierników do kierowania i prowadzenia spraw Wspólnoty AA. Karta Konferencji nie jest dokumentem prawnym; opiera się na tradycji, a jej skuteczność zależy od dobrowolnych datków członków AA i posiadanego budżetu.

8.

Członkowie Rady Powierników są planistami głównych działań Wspólnoty AA w Polsce. Zarządzają finansami AA i sprawują nadzór nad Fundacją BSK AA, zachowując prawo wyboru jej Zarządu.

9.

Dla naszego przyszłego funkcjonowania i bezpieczeństwa nieodzowne jest dobre przywództwo w służbach. Przewodzenie służbom, pierwotnie sprawowane przez Założycieli, powinno być sprawowane przez Powierników.

10.

Z każdą służbą w jednakowym stopniu powinny wiązać się odpowiedzialność i uprawnienia, których zakres powinien być zawsze wyraźnie określony.

11.

Radzie Powierników powinno się zawsze zapewnić dobór optymalnych zespołów powierniczych, dyrektorów, członków zarządu, personelu i konsultantów. Przedmiotem najwyższej troski zawsze pozostaną: ich skład, kwalifikacje, procedury wyboru oraz uprawnienia i obowiązki pełniących służbę.

12.

We wszystkich swoich poczynaniach Konferencja Służby Krajowej AA w Polsce ma się kierować duchem tradycji AA, dbając o to, by sama nigdy nie stała się ośrodkiem niebezpiecznego bogactwa lub władzy. Podstawową zasadą finansową ma być zapewnienie wystarczających funduszy operacyjnych i rozsądnej rezerwy budżetowej. Żaden z członków Konferencji nie może mieć nieuzasadnionej władzy nad innymi. Wszystkie ważne decyzje powinny być podejmowane w drodze dyskusji i głosowania, i – jeśli to tylko możliwe – jednomyślnie. Działania Konferencji nigdy nie mogą powodować pociągnięcia jej członków do odpowiedzialności karnej lub wywołania publicznej polemiki. Konferencja nigdy nie będzie rządziła i – tak jak Wspólnota, której służy – na zawsze pozostanie demokratyczna w duchu i działaniu.

GWARANCJA 1

Konferencja nigdy nie stanie się ośrodkiem niebezpiecznego bogactwa lub władzy.

GWARANCJA 2

Podstawową zasadą finansową ma być zapewnienie wystarczających funduszy operacyjnych i rozsądnej rezerwy budżetowej.

GWARANCJA 3

Żaden z członków Konferencji nie może znaleźć się w pozycji nieuzasadnionej władzy nad innymi.

GWARANCJA 4

Wszystkie ważne decyzje mają być podejmowane w drodze dyskusji i głosowania, i jeśli to tylko możliwe, głosem większości.

GWARANCJA 5

Działania Konferencji nigdy nie mogą spowodować pociągnięcia jej członków do karnej odpowiedzialności lub wywołania publicznej polemiki.

GWARANCJA 6

Chociaż Konferencja pełni służbę na rzecz Wspólnoty Anonimowych Alkoholików, nigdy nie będzie nią rządziła i tak jak Wspólnota, której służy, na zawsze pozostanie demokratyczna w duchu i działaniu.

Źródło: Wspólnota Anonimowych Alkoholików, *12 Koncepcji AA*, <https://aa24.pl/pl/12-krokov-aa/12-koncepcji-aa> [dostęp: 2.12.2020 r.].

Oprac. Fundacja Biuro Służby Krajowej AA w Polsce na podstawie: Wspólnota Anonimowych Alkoholików, *12 Kroków, 12 Tradycji i 12 Koncepcji AA*, <https://aa24.pl> [dostęp: 2.12.2020 r.].

Summary**AA Fellowship. Steps, traditions, and concepts**

The present study aims to bring closer the information about the activity of the Community of Alcoholics Anonymous with which the organizational units of Police, including the Police Training Centre, cooperate as part of education and prevention. In the material there have been described: the Program of 12 Steps, i.e. spiritual principles being supposed to help suffering persons to free from the drinking obsession and to recover; 12 Traditions, i.e. recommendation regulating the life of the Community; as well as 12 Concepts which determine the principles of service on all levels of AA structures.

The information was prepared by the representative of the Foundation Office of the National AA Service in Poland, with the use of information provided on <https://aa24.pl> website.

Tłumaczenie: Renata Cedro

KURATORZY SĄDOWI

Zadania, metody pracy i współpraca z Policją

podinsp. Maciej Antas

Zakład Służby Prewencyjnej CSP

Polska Policja ma ustawowy obowiązek ochrony życia i zdrowia ludzi oraz mienia przed bezprawnymi zamachami naruszającymi te dobra. Jest to najważniejsze zadanie, które znalazło się na pierwszym miejscu katalogu celów tej instytucji. Wśród tysięcy interwencji codziennie przeprowadzanych w naszym kraju przez komórki patrolowo-interwencyjne jednostek Policji sporą ich część stanowią ingerencje w sferę prywatną Polaków, czyli tzw. interwencje domowe związane z przemocą w rodzinie, niewłaściwym sprawowaniem opieki nad małoletnimi czy nadużywaniem alkoholu lub narkotyków. Są to interwencje niełatwe do rozstrzygnięcia, a kieruje się często na nie funkcjonariuszy najmłodszych służb, czasem nieposiadających doświadczenia niezbędnego do tego, by działać profesjonalnie. Rodzi to wiele problemów i obaw wśród policjantów, którzy wówczas nie czują się na siłach, aby rozstrzygać o zatrzymaniu nietrzeźwych rodziców czy umieszczeniu małych dzieci w placówce opiekuńczej.

Celem artykułu jest przybliżenie instytucji państwowej, jaką jest kurator sądowy, który może być pomocny w rozwiązaniu konkretnej sytuacji z racji jego wiedzy wynikającej z doświadczenia zawodowego oraz który bardzo często będzie spotykany na miejscu zdarzenia jako świadek ujawnienia sytuacji nagłej, nierzadko kryzysowej, lub jako osoba zgłaszająca, pokrzywdzona i wymagająca pomocy oraz wsparcia Policji.

Kuratela sądowa ma za zadanie wspierać rodzinę, a także prowadzić profilaktykę i prewencję społeczną. Kurator to przedstawiciel prawny osoby, która potrzebuje pomocy lub sama nie jest w stanie prowadzić swoich spraw¹.

W myśl artykułu 115 § 13 pkt 3 Kodeksu karnego² kurator sądowy jest to funkcjonariusz publiczny, a więc z uwagi na szczególną pozycję zawodową lub posiadane kompetencje związane ze sprawowaniem władzy publicznej korzysta na gruncie polskiego prawa karnego ze szczególnej ochrony prawnej, jednocześnie podlegając szczególnej odpowiedzialności karnej.

Kuratorzy pełniący swoje obowiązki realizują określone przez prawo zadania o charakterze wychowawczo-resocjalizacyjnym, diagnostycznym, profilaktycznym i kontrolnym, które są związane z wykonywaniem orzeczeń sądu. Wykonują swoje zadania zarówno w środowisku osób, których dotyczy postępowanie, czyli podopiecznych, w miejscu ich zamieszkania, jak i na terenie zakładów zamkniętych i placówek ich pobytu, w szczególności na terenie zakładów karnych, placówek opiekuńczo-wychowawczych oraz leczniczo-rehabilitacyjnych. Jednym z najprostszych podziałów kuratorów sądowych jest podział na:

- kuratorów zawodowych:
 - dla dorosłych – wykonujących orzeczenia w sprawach karnych,
 - rodzinnych – wykonujących orzeczenia w sprawach rodzinnych i nieletnich;
- kuratorów społecznych – wykonujących orzeczenia w jednym z dwóch powyższych zespołów, lecz pełniących swoje zadania społecznie³.

Metody pracy kuratorów sądowych

Z danych za rok 2017 wynika, że w Polsce wykonywało wtedy bezpośrednią pracę z podopiecznymi 2067 rodzinnych zawodowych kuratorów sądowych, wspieranych przez 11 885 kuratorów społecznych⁴. To właśnie z nimi najczęściej się spotykamy na miejscu interwencji policyjnych. W każdym powierzonym przypadku dokonują autonomicznego wyboru stosownej, konkretnej metody i sposobu pracy wobec osób pozostających pod ich oddziaływaniem.

Zadania wykonywane przez kuratorów rodzinnych to:

- wywiady środowiskowe;
- sprawowanie nadzoru w sprawach opiekuńczych;

KURATORZY SĄDOWI

- sprawowanie nadzoru nad nieletnimi;
- sprawowanie nadzoru nad osobami zobowiązanymi do leczenia odwykowego;
- udział w ustanowionych przez sąd kontaktach rodziców z małoletnimi dziećmi;
- przymusowe odbieranie osoby podlegającej władzy rodzicielskiej oraz umieszczanie w rodzinie zastępczej lub placówce opiekuńczo-wychowawczej;
- kontrola warunków życiowych osób poddanych opiece prawnej i przebywających w rodzinie zastępczej;
- udział w pracach gminnych zespołów interdyscyplinarnych i grupach roboczych w sprawach dotyczących przemocy w rodzinie;
- organizacja i kontrola pracy podległych kuratorów społecznych oraz innych osób uprawnionych do wykonywania nadzoru;
- współpraca ze szkołami, ośrodkami opieki społecznej, powiatowymi centrami pomocy rodzinie, poradniami psychologiczno-pedagogicznymi, rodzinnymi ośrodkami diagnostyczno-konsultacyjnymi, młodzieżowymi ośrodkami socjoterapii, młodzieżowymi ośrodkami wychowawczymi, zakładami poprawczymi, schroniskami dla nieletnich, samorządem terytorialnymi, Policją, organizacjami pozarządowymi i uczelniami wyższymi⁵.

Sposób pracy kuratorów sądowych umożliwia im prowadzenie zindywidualizowanych działań, z reguły w ramach ogólnej metody pracy, określonej mianem metody indywidualnych przypadków. Oprócz tego kuratorzy zawodowi i społeczni w zależności od rodzaju nadzoru stosują następujące metody i techniki gromadzenia danych:

- 1) w sprawach rodzinnych: analiza akt i dokumentów zastanych, wywiad w środowisku, standaryzowane narzędzia, obserwacja i wywiad; po zdiagnozowaniu środowiska i przyczyn dysfunkcji kuratorzy podejmują następujące czynności: udzielają porad w zakresie opieki nad dzieckiem, doradzają w zakresie metod wychowawczych, przeprowadzają rozmowy motywujące, kontrolują podopiecznych, wspierają emocjonalnie i duchowo, pomagają w uzyskaniu środków materialnych, organizują czas wolny, zachęcają do udziału w zajęciach terapeutycznych, pomagają w rozwiązywaniu konfliktów z otoczeniem i problemów rodzinnych;
- 2) w sprawach nieletnich: rozmowy wychowawcze i motywujące, kontrolowanie, doradzanie, przekonywanie i metoda przykładu osobistego.

Z uwagi na obserwowaną w ostatnich latach tendencję do występowania zjawiska demoralizacji wśród nieletnich w coraz młodszym wieku oraz zmieniający się obraz przestępczości ewaluujący w kierunku szeroko pojętej cyberprzestępczości, kuratorzy również modyfikują swe działania, wspierając rodzinę i nieletniego w zakresie pomocy psychopedagogicznej, emocjonalnej, doradztwa wychowawczego i zawodowego oraz sposobów uzyskania wsparcia materialnego.

Działalność profilaktyczna

Profilaktyka to umożliwienie ludziom uzyskania pomocy potrzebnej im do konfrontacji ze złożonymi, stresującymi warunkami życia oraz umożliwienie jednostkom osiągnięcia satysfakcjonującego, społecznie akceptowanego, bogatego życia. Definiowana jest także jako ogół wszystkich działań podejmowanych w celu zapobiegania pojawieniu się i/lub rozwojowi niepożądanych zachowań i stanów rzeczy (dysfunkcji, chorób,

zaburzeń rozwoju itp.), czyli zjawisk stanowiących zagrożenie dla danej zbiorowości społecznej⁶. Termin ten odnosi się do różnorodnych obszarów funkcjonowania jednostek i grup społecznych. Rozumiany jest on więc jako działalność różnych osób i instytucji (również kuratora sądowego) mająca na celu przeciwdziałanie problemom społecznym, zdrowotnym i ekologicznym. W takim ujęciu działania profilaktyczne obejmują zarówno identyfikację przyczyn danego problemu, poszukiwanie sposobów jego usunięcia poprzez wdrożenie odpowiednich strategii i programów zapobiegawczych, jak i bieżące monitorowanie ich realizacji oraz ewaluację efektów.

Wszelkie działania profilaktyczne – niezależnie od ich specyfiki i różnych ujęć definicyjnych – mają wspólne cele. W dostępnej literaturze proponowany jest następujący ich podział⁷:

- 1) rozpowszechnianie prawdziwych i rzetelnych informacji o zjawisku, którego profilaktyka dotyczy;
- 2) kształtowanie umiejętności intrapersonalnych, a w szczególności: samoświadomości, samooceny i samodyscypliny;
- 3) rozwijanie umiejętności interpersonalnych, a w szczególności umiejętności empatycznych, współpracy, komunikowania się oraz rozwiązywania konfliktów;
- 4) rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji oraz rozwiązywania problemów;
- 5) kształtowanie m.in. zdolności do wybierania pozytywnych, a nie negatywnych stylów życia;
- 6) rozwijanie związków z grupą społeczną i poczucia odpowiedzialności za grupę, do której jednostka należy (rodzina, lokalna społeczność, ogół społeczeństwa);
- 7) rozwijanie dojrzałej odpowiedzialności jako właściwego wzorca do naśladowania przez innych (obejmującej m.in.: styl życia, postawy wobec używania środków odurzających, podejmowanie decyzji);
- 8) rozwijanie środowiska rodzinnego, społecznego i środowiska pracy, które podnosiłyby jakość życia wszystkich jego członków;
- 9) kształtowanie reguł prawnych i publicznych w taki sposób, by były zgodne z ludzkimi potrzebami i wspierały pozytywne style życia;
- 10) umożliwienie wczesnego rozpoznawania, diagnozowania zagrożeń oraz rozwijania strategii przeciwdziałania, bazujących na znajomości przyczyn szkodliwych uwarunkowań.

Działalność profilaktyczna w obrębie wykonywanego nadzoru skłania się ku bardziej liberalnym, opiekuńczo-terapeutycznym sposobom sprawowania pieczy kuratorskiej z ujęciem nawiązującym do kontrolnego modelu nadzoru. Czynności podejmowane przez kuratorów w codziennej pracy wiążą się wprawdzie z pewnymi elementami działalności opiekuńczej, ale są to zabiegi polegające na interwencji już po wystąpieniu dysfunkcji, czyli *post factum*⁸. Nadzór powierzony kuratorowi postanowieniem sądu uniemożliwia mu działanie prewencyjne z uwagi na wcześniej zaistniałe w rodzinie zaburzenia. Bez względu jednak na fakt, że większość osób i środowisk objętych opieką kuratorską nosi znamiona patologii i rozpoznana sytuacja najczęściej potwierdza obecność nieodwracalnych zmian, nie dotyczy to ogółu spraw oraz nie wyklucza podejmowania przez kuratorów czynności uprzedzających, koncentrujących się na identyfikowaniu i wzmacnianiu czynników chroniących, czyli elementów pozytywnych, potencjałów, „mocnych stron”, możliwych do zdiagnozowania zarówno w odniesieniu do jednostki, jak i jej otoczenia⁹.

Z ankietowych badań przeprowadzonych w Polsce i obejmujących ostatnią dekadę wynika, że większość rodzinnych kurato-

rów zawodowych była czynnie zaangażowana w realizację programów profilaktycznych w swoim środowisku lokalnym. W tej grupie znajdowały się zarówno osoby, które były pomysłodawcami, inicjatorami, koordynatorami i organizatorami działań, jak i – wspólnie z innymi podmiotami – ich wykonawcami. Najczęściej uczestnictwo badanych w lokalnych inicjatywach prewencyjnych było powiązane z funkcjonowaniem międzyresortowych zespołów interdyscyplinarnych i grup roboczych¹⁰. Wśród projektów najczęściej realizowanych przy współudziale kuratorów rodzinnych znajdowały się przede wszystkim programy zapobiegające uzależnieniom oraz problemom związanym z agresją i przemocą. Jako podstawowi partnerzy pomocni w realizacji tych celów znalazły się szkoły, ośrodki pomocy społecznej i Policja. Mniej popularne natomiast były wszelkie przedsięwzięcia promujące szeroko rozumiane zdrowie i wzmacniające kompetencje społeczne.

Kuratorzy najchętniej podejmują działania o charakterze profilaktycznym w obszarze poprawy relacji w rodzinie (szeroko rozumiana pedagogizacja rodziców).

Na drugim miejscu pod względem popularności poszczególnych rodzajów praktyki profilaktycznej kuratorów znajdują się zabiegi związane z edukacją podopiecznych. W tym obszarze najczęściej wykorzystywanym działaniem przez badanych jest – oparte na kontroli i współpracy z pedagogami – motywowanie do nauki i systematyczne monitorowanie sytuacji szkolnej osób nadzorowanych. Dziedzina dość zaniedbaną natomiast jest udział kuratorów w szkolnych programach profilaktycznych oraz w komisjach wychowawczych.

Obszar działań związanych ze zdrowiem znalazł się na trzeciej pozycji w hierarchii ważności. Działalność profilaktyczna kuratorów rodzinnych w Polsce to także zabiegi prewencyjne polegające m.in. na kierowaniu podopiecznych do ośrodków terapii uzależnień oraz promowanie zdrowego stylu życia. Najmniej popularnym działaniem z tego obszaru był systematyczny kontakt badanych z lekarzem rodzinnym i placówkami ochrony zdrowia.

Kuratorzy wysoko oceniający skuteczność swojej pracy profilaktycznej podawali najczęściej następujące argumenty, stanowiące dla nich indywidualne mierniki efektywności:

- 1) brak recydywy i zmiany środków na ostrzejsze wobec osób nadzorowanych oraz ograniczenie ogólnej liczby spraw wpływających do sądu z terenu działania kuratora;
- 2) obserwowane korzystne zmiany w nadzorowanych środowiskach rodzinnych;
- 3) pozytywny wizerunek kuratora (jako osoby godnej zaufania) w środowisku lokalnym;
- 4) ponadstandardowe osobiste zaangażowanie w codzienne życie podopiecznych (również w weekendy i święta), załatwianie konkretnych spraw, udane mediacje;
- 5) dobra współpraca z lokalnymi instytucjami;
- 6) wysokie kompetencje, stale podnoszone kwalifikacje, dzielenie się wiedzą z kuratorami społecznymi, oceny przełożonych i wysokość ryczałtów (w przypadku wolontariuszy)¹¹.

Na podstawie uzyskanych rezultatów badawczych, odnoszących się do problemów społecznych oraz doświadczanych przez kuratorów rodzinnych trudności w codziennym sprawowaniu nadzoru, można wysnuć następujące wnioski:

- do najczęściej występujących problemów społecznych dostrzeganych przez kuratorów okręgowych na terenie ich jurysdykcji należą: uzależnienia (przede wszystkim alkoholizm), bezrobocie, ubóstwo, niekompletność rodzin (również w wyniku emigracji zarobkowej), przemoc, nie-

pełnosprawność intelektualna, somatyczna lub psychiczna osób nadzorowanych; w wielu przypadkach problemy te są ze sobą sprzężone, a ich pochodną są niewłaściwe zachowania i postawy osób podsądnych, związane m.in. z agresją w stosunku do kuratora, utrudnianiem kontaktu, niskim poziomem kompetencji rodzicielskich, wyuczoną bezradnością, postawami roszczeniowymi itp.;

- wśród utrudnień w codziennej pracy kuratorów rodzinnych można wymienić również przede wszystkim nieprawidłowości w sprawnym funkcjonowaniu kuratorskiej służby sądowej, a w szczególności nadmierne obciążenie badanych obowiązkami służbowymi (np. jednorazowymi wywiadami środowiskowymi, czasochłonnymi czynnościami administracyjno-biuroowymi) przy rozległym terenie działania i wyraźnym niedostatku w zakresie wyposażenia ich w niezbędne narzędzia pracy (np. służbowe samochody, telefony, alkomaty, narkotesty) oraz środki finansowe na pokrycie dodatkowych kosztów;
- istotną przeszkodą w realizacji statutowych zadań kuratora sądowego jest wciąż niedoskonały system pomocy, profilaktyki i resocjalizacji w warunkach polskich; przyczyną tego stanu rzeczy jest niewystarczająca sieć instytucji (zwłaszcza w zakresie terapii różnorodnych zaburzeń i dysfunkcji somatycznych oraz psychicznych), brak adekwatnej do potrzeb oferty programów terapeutycznych (np. adresowanych do osób uzależnionych), brak określonych, czytelnych standardów dotyczących międzyresortowej współpracy poszczególnych podmiotów w przestrzeni lokalnej.

Aktualny sposób funkcjonowania kurateli rodzinnej jest ugruntowany wieloletnią tradycją, związaną ze specyficznym usytuowaniem instytucji kuratora w strukturach sądownictwa. Wiąże się on z wykonywaniem poleceń sędziów, którzy – niestety – wydają się bardziej zainteresowani przekazywanymi informacjami na temat nadzorowanych (istotnie ułatwiającymi im podejmowanie jakichkolwiek decyzji) niż sprawnością metodyczną kuratorów, dzięki której sprawy podopiecznych mogą przybierać pozytywny obrót i być zwieńczone szczęśliwym finałem¹².

Współpraca policji z kuratorami sądowymi – pożądany kierunek zmian

Instytucja kuratora sądowego w realiach dzisiejszego świata wydaje się pracą (służbą) niemalże heroiczną. Jest ona osadzona w skomplikowanej rzeczywistości społeczno-wychowawczej. Nagromadzenie i często występujące sprzężenie wielu problemów w jednej wspólnotie rodzinnej implikuje wiele niepożądanych zachowań i postaw osób nadzorowanych. Z jednej strony jawna agresja, nieuzasadnione pretensje i postawy roszczeniowe, a z drugiej – permanentne unikanie lub utrudnianie kontaktu, zupełna bezradność życiowa i nieudolność wychowawcza – to stałe elementy codziennych zmagani kuratorów rodzinnych¹³. Kuratorzy starają się wspierać swoich podopiecznych w pokonywaniu różnych życiowych przeszkód i jednocześnie realizować się w służbie państwu, wykonując swoistą misję. Jednak nierzadko są atakowani przez tych samych ludzi poprzez znieważanie, poniżanie, szczucie psem¹⁴ i sfrustrowani przez słabe skoordynowanie działań instytucji wspomagających.

Zadania realizowane przez zespół kuratorskiej służby sądowej i Policję mają wiele wspólnego z uwagi na zbieżne cele w dążeniu do niesienia pomocy. Warto by było więc zastanowić się, jak można usprawnić współpracę w tym zakresie.

KURATORZY SĄDOWI

Opublikowany przez Ministerstwo Sprawiedliwości w czerwcu 2019 r. projekt nowej ustawy o kuratorskiej służbie sądowej zakładał wiele nowości i usprawnień. Jedną z nich było kierowanie patrolu Policji (dzielnicowego) do zapewnienia pomocy kuratorowi podczas przeprowadzanych wywiadów środowiskowych, jeśli istniałoby zagrożenie jego bezpieczeństwa. W praktyce wspólne wizyty wśród podopiecznych w znaczny sposób ograniczyłyby zagrożenie przestępczością, podniosłyby poczucie bezpieczeństwa kuratorów i pozwoliły na zacieśnienie współpracy. Projekt został skierowany do uzgodnień międzyresortowych, konsultacji publicznych i jak na razie nie został uchwalony.

W dniu 30 listopada 2020 r. weszła w życie nowelizacja ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie¹⁵. Polska po jej wprowadzeniu dołączyła do krajów Europy Zachodniej, w których dotknięci przemocą domową mogą liczyć na natychmiastową pomoc dzięki nowym narzędziom. Policjanci mogą wydać zakaz zbliżania się sprawcy do miejsca zamieszkania, a także nakaz natychmiastowego jego opuszczenia oraz wskazać instytucje pomocowe. Wydawanie tych obostrzeń jest rejestrowane w systemach komputerowych Policji w celu kontrolowania ich przestrzegania przez sprawcę. Dodatkowo w tych samych systemach można było rejestrować uruchomioną procedurę „Niebieskie Karty”, która funkcjonuje już kilkanaście lat¹⁶ i kiedyś była już w nich wprowadzana. Obecnie nie jest ona rejestrowana, a przepis wymaga, by podczas każdej następnej interwencji z symptomami (podejrzeniem) przemocy w rodzinie zakładać (wdrażać procedurę) po raz kolejny. Najczęściej kolejny druk wnosi niewiele nowości, a jeżeli się pojawiają, można je ująć w sporządzanej przez funkcjonariuszy notatce urzędowej. Następnie „Niebieska Karta” jest powielana (czasami interwencji jest kilka w tygodniu lub miesiącu pod tym samym adresem) i przekazywana do innych instytucji pomocowych.

Rejestracja „Niebieskich Kart” w Krajowym Systemie Informacji Policji usprawniłaby działania funkcjonariuszy. System Wspomagania Dowodzenia, do którego dyżurny wprowadza interwencje, mógłby pobierać dane z KSIP-u tak jak jest to w przypadku np. posiadania broni palnej. Policjanci ze stanowiska kierowania mogliby przekazać patrolowi interweniującemu, że pod tym adresem, pod który zostali skierowani, jest już wdrożona procedura „Niebieskie Karty”. Dodatkowo mogliby do systemu wprowadzić dane o nadzorze kuratorskim w rodzinie. Obecnie tylko dzielnicowy właściwy miejscowo i kierownik rewiru dzielnicowych są w posiadaniu informacji, czy w konkretnej rodzinie są prowadzone „Niebieska Karta” lub nadzór kuratora. Dane te są przechowywane najczęściej w wersji papierowej w teczkę rejonu i nieodstępne dla dyżurnego czy interweniujących policjantów. Wielokrotnie dzielnicowi sporządzają wywiady, ustalenia dla kuratorów, którzy podają do siebie kontakt i są gotowi do współpracy o każdej porze. Wystarczyłoby, mając taką wiedzę, uaktualnić dane informatyczne. Wprowadzenie do systemu zarówno „Niebieskiej Karty” w powiązaniu z konkretnym adresem, jak i danych pracownika sądu, który ma powierzony nadzór, znacznie usprawniłby pracę funkcjonariuszy na miejscu interwencji.

Podsumowanie

Jakość i poziom współpracy policjantów z kuratorami sądowymi są zależne od konkretnych osób, które spotykają się na miejscu interwencji czy odbędą rozmowę telefoniczną, oraz od wcześniejszych doświadczeń, wiedzy, empatii i chęci po-

mocy. Obie służby powinny w założeniu działać profesjonalnie i cieszyć się najlepszą z możliwych opinią społeczną. Życie pisze oczywiście różne scenariusze, ale zarówno policjanci, jak i kuratorzy muszą poradzić sobie z każdym z nich. Informacja jest obecnie bardzo cennym zasobem i jeśli to jest możliwe i wskazane ze względów prawnych, współpracujące służby powinny się nią dzielić tak, by skuteczniej realizować swoje zadania.

- ¹ Ł. Kwadrans, *Metody pracy wychowawczo-resocjalizacyjnej i profilaktycznej kuratorów sądowych wykonujących orzeczenia w sprawach rodzinnych i nieletnich*, „Prawo karne i kryminologia”, Instytut Wymiaru Sprawiedliwości, Warszawa 2019, s. 5.
- ² Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, z późn. zm.).
- ³ Wikipedia, *Kurator sądowy*, https://pl.wikipedia.org/wiki/Kurator_sadowy.
- ⁴ Ministerstwo Sprawiedliwości, Departament Strategii i Funduszy Europejskich, *Sprawozdanie z działalności kuratorskiej służby sądowej za 2017 r.*, MS-S40.
- ⁵ Ł. Kwadrans, *Metody pracy wychowawczo-resocjalizacyjnej i profilaktycznej kuratorów sądowych wykonujących orzeczenia w sprawach rodzinnych i nieletnich*, s. 13, 43, 147.
- ⁶ B. Wojnarowska, *Profilaktyka*, w: *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch, t. 4, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2005, s. 943–946.
- ⁷ B. Zinkiewicz, *Profilaktyczny wymiar działalności rodzinnych kuratorów sądowych*, Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2015, s. 42.
- ⁸ Tamże, s. 240.
- ⁹ Tamże.
- ¹⁰ Tamże, s. 209.
- ¹¹ Tamże, s. 236–237.
- ¹² Tamże, s. 42 i 247.
- ¹³ Tamże, s. 245.
- ¹⁴ A. Janus-Dębska, M. Gronkiewicz-Ostaszewska, *Bezpieczeństwo kuratorów sądowych w świetle badania ankietowego*, Instytut Wymiaru Sprawiedliwości, Warszawa 2016, s. 104.
- ¹⁵ Ustawa z dnia 30 kwietnia 2020 r. o zmianie ustawy – Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. poz. 956).
- ¹⁶ Rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta” z dnia 13 września 2011 r. (Dz. U. Nr 209, poz. 1245), § 9.

Summary

Probation officers. Tasks, methods of work and cooperation with the Police

Amongst thousands of interventions conducted every day by the Polish Police the substantial part includes interferences in the private sphere of Poles, i.e. so-called home interventions associated with domestic violence, improper care execution of minors or alcohol and drug abuse. These interventions are not easy to resolve and they are often executed by young police officers, often without the necessary experience to act professionally. It generates a lot of problems and anxieties amongst police officers who do not feel competent enough to decide about the apprehension of intoxicated parents or putting small children in the care centre.

The purpose of the article is to bring closer the state institution of a probation officer, who can be helpful in solving a specific situation due to his knowledge resulting from his professional experience and who will be very often met at the incident scene as the witness of revealing the emergency situation, frequently a crisis one, or as the reporting, aggrieved person, requiring assistance and support from the Police.

Tłumaczenie: Renata Cedro

WYPADKI SPOWODOWANE PRZEZ NIETRZEŻWYCH UŻYTKOWNIKÓW DRÓG

mł. insp. Jarosław Zgierski

Kierownik Zakładu Ruchu Drogowego CSP

W październiku br. na polskich drogach nietrzeźwi kierowcy spowodowali 109 wypadków drogowych, w wyniku których 14 osób zginęło, a 118 odniosło obrażenia, w tym samym miesiącu policjanci zatrzymali 5666 nietrzeźwych kierowców.

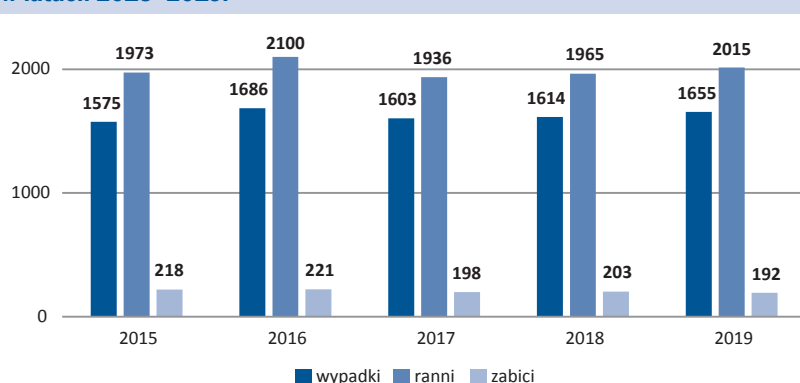
Przykłady tragicznych i niezwykle bulwersujących zdarzeń drogowych z ostatniego tygodnia października:

- 30 października 2020 r., m. Legarda, obwodnica Gostynina, pijany 18-latek bez prawa jazdy zabił 2 i ranił 3 osoby.
- 26 października 2020 r. w m. Przysań w województwie śląskim pijany kierowca audi doprowadził do zderzenia z autem tej samej marki kierowanym przez innego pijanego kierowcę. Co więcej, obaj kierowcy nie posiadali prawa jazdy.
- 25 października 2020 r. w Łodzi mający 1,2 promila alkoholu w organizmie kierowca samochodu BMW spowodował wypadek, w którego wyniku zginął prowadzący volkswagena 59-latek.

Wypadki drogowe powodowane przez nietrzeźwych kierowców nadal stanowią poważne zagrożenie na polskich drogach. Pomimo że zdarzenia te są niezwykle bulwersujące i wywołują dotkliwe skutki społeczne, nadal stanowią poważny odsetek ogólnej liczby wypadków drogowych. W 2019 r. na polskich drogach doszło do 30 288 wypadków, w tym 2717 – z udziałem użytkowników dróg będących pod wpływem alkoholu, z czego 1655 wypadków spowodowali nietrzeźwi kierowcy.

Ogółem w zeszłym roku w wypadkach drogowych śmierć poniosło 2909 osób, a 35 477 osób odniosło obrażenia, z czego nietrzeźwi kierowcy zabili 192 osoby, a raniili 1515 osób. Wynika z tego, że w minionym roku nietrzeźwi kierowcy byli sprawcami co dwudziestego wypadku oraz co dwudziestej tragedii dla bliskich ofiar.

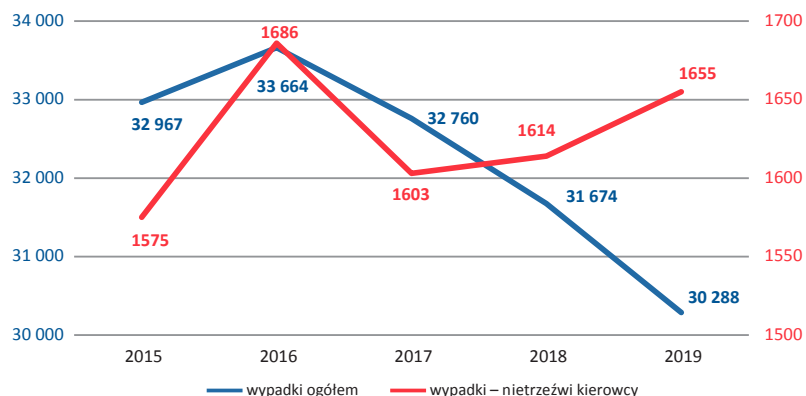
Wykres 1. Wypadki spowodowane przez nietrzeźwych kierowców oraz ich ofiary w latach 2015–2019.



Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji: Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562.Wypadki-dro-gowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

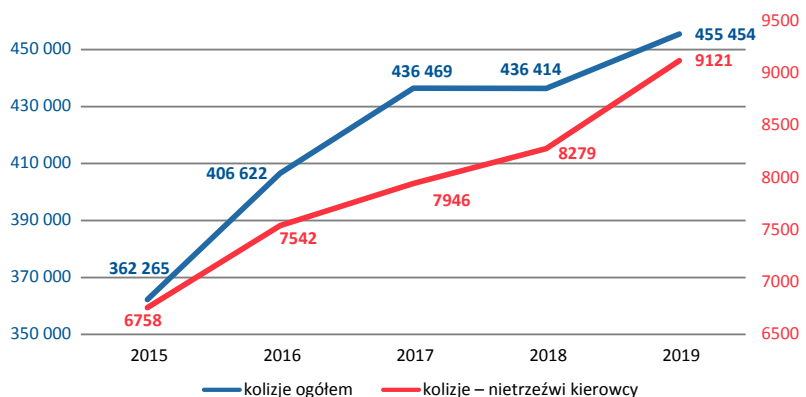
WYPADKI SPOWODOWANE PRZEZ NIETRZEŻWYCH UŻYTKOWNIKÓW DRÓG

Wykres 2. Wypadki drogowe w latach 2015–2019.



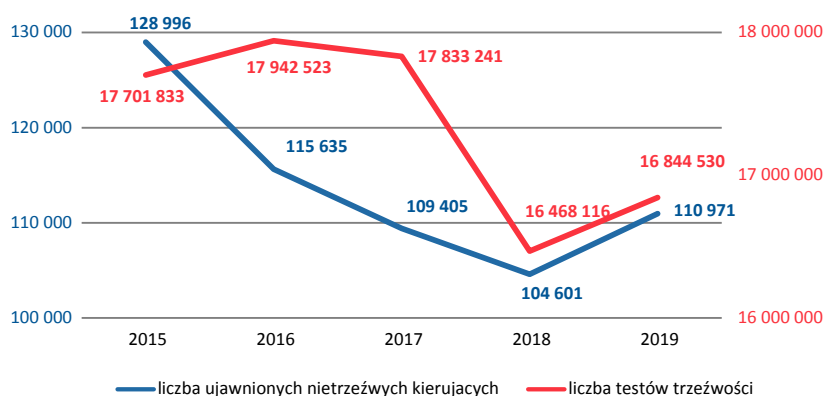
Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

Wykres 3. Kolizje drogowe w latach 2015–2019.



Oprac. własne autora na podstawie danych udostępnionych przez Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji.

Wykres 4. Testy trzeźwości oraz nietrzeźwi kierujący w latach 2015–2019.



Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

Odnosząc się do danych dotyczących wypadków spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców z ostatnich 5 lat, należy zauważyć, że w tym zakresie utrzymuje się trend wzrostowy. W 2019 r., w porównaniu do 2015 r., nastąpił także nieznaczny, 2-procentowy wzrost liczby osób rannych, natomiast znacząco, bo aż o 12%, zmniejszyła się liczba ofiar śmiertelnych.

Z danych dotyczących wszystkich wypadków drogowych w Polsce w ostatnich 5 latach wynika, że pomimo spadku ogólnej liczby wypadków drogowych utrzymuje się trend wzrostu liczby wypadków spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców.

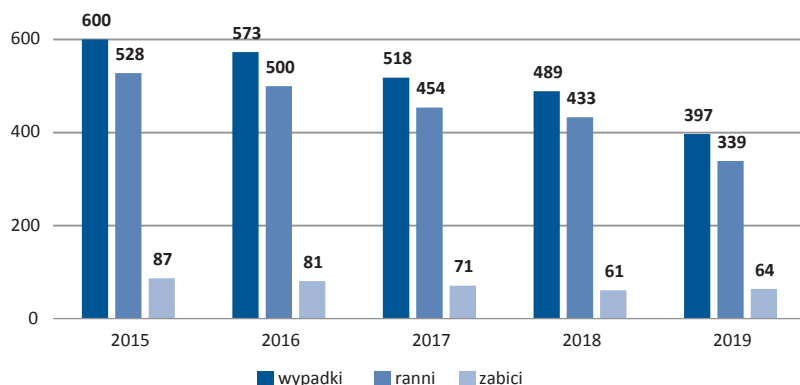
Analizując wpływ nietrzeźwych kierowców na stan zagrożenia na polskich drogach, nie można pominąć kolizji drogowych. W minionych 5 latach nastąpił zarówno wzrost ogólnej liczby kolizji drogowych, jak i wzrost liczby kolizji drogowych powodowanych przez nietrzeźwych kierowców. Kolizje spowodowane przez nietrzeźwych kierowców stanowią niespełna 2% ogólnej liczby zgłoszonych kolizji.

W okresie od 2015 do 2019 r. liczba badań stanu trzeźwości wykonywanych przez funkcjonariuszy Policji zmniejszyła się o 5%, tj. z 17 701 833 spadła do 16 844 530 testów. Natomiast liczba ujawnionych nietrzeźwych kierowców zmniejszyła się ze 128 996 do 110 971 osób, tj. aż o 14%. Niestety, w odniesieniu do wzrostu liczby wypadków drogowych oraz wzrostu liczby kolizji powodowanych przez nietrzeźwych kierowców, nie świadczy to o ograniczeniu przypadków kierowania pojazdem przez osoby będące pod wpływem alkoholu, lecz o braku skuteczności działań Policji w eliminowaniu tego negatywnego zjawiska. Pocieszające jest jednak to, że w 2019 r., w porównaniu do roku poprzedniego, nastąpił 6-procentowy wzrost liczby testów trzeźwości wykonywanych przez policjantów, co przełożyło się na wzrost liczby ujawnionych kierowców „na podwójnym gazie” o ponad 2%.

Na stan bezpieczeństwa na polskich drogach istotny wpływ mają także wypadki spowodowane przez pieszych będących pod wpływem alkoholu. W ciągu ostatnich 5 lat nastąpiła istotna poprawa bezpieczeństwa w tym zakresie, liczba wypadków spadła o blisko 34%, ponadto liczba zabitych zmniejszyła się o 27%, a rannych – o 36%.

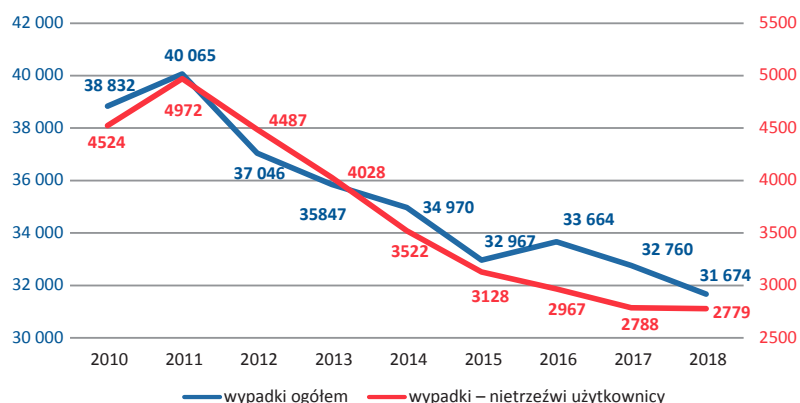
Z raportu Europejskiej Rady Bezpieczeństwa Transportu (ETSC) *Progress in reducing drink-driving and other alcohol-related road deaths in Europe* opracowanego w grudniu 2019 r. wynika, że 25% wszystkich śmiertelnych wypadków w Unii Europejskiej jest związanych z alkoholem. W 2018 r. w państwach członkowskich UE w wyniku wypadków drogo-

Wykres 5. Wypadki z udziałem nietrzeźwych pieszych oraz ich ofiary w latach 2015–2019.



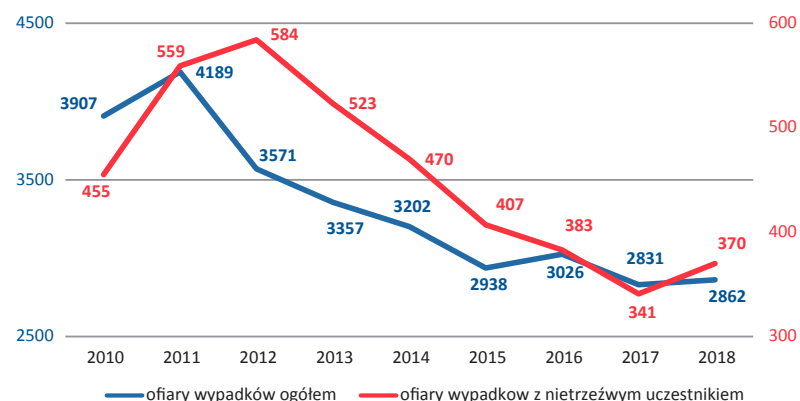
Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

Wykres 6. Wypadki drogowe ogółem oraz wypadki z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg w latach 2010–2018.



Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

Wykres 7. Ofiary śmiertelne wypadków drogowych w latach 2010–2018.



Oprac. własne autora na podstawie: Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, Wypadki drogowe – raporty roczne, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].

wych zginęło 25 150 osób. Jazda pod wpływem alkoholu jest jedną z czterech głównych przyczyn śmierci uczestników wypadków na drogach, obok przekroczenia prędkości, niezapięcia pasów i rozpraszania uwagi kierowcy. W 2018 r. w wypadkach związanych z alkoholem w 23 krajach UE ujętych w tym raporcie zginęły 2654 osoby, co w porównaniu do 2010 r., kiedy odnotowano 3544 ofiary śmiertelne, stanowi spadek o blisko 25%. W 15 krajach UE ograniczanie liczby śmiertelnych wypadków drogowych związanych z alkoholem było szybsze niż ogólny spadek liczby innych śmiertelnych wypadków drogowych, który wyniósł 20%.

W Polsce w latach 2010–2018 nastąpiła istotna poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego, a w szczególności zmniejszeniu uległy: liczba wypadków drogowych z 38 832 do 31 674, tj. o blisko 19%, oraz liczba wypadków z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg z 4524 do 2779, tj. o blisko 39%. W 2010 r. nietrzeźwi użytkownicy dróg uczestniczyli w ponad 11% ogółu wypadków drogowych, natomiast w 2018 r. ich udział spadł do niespełna 9%.

Na szczególne podkreślenie zasługuje fakt, że w latach 2010–2018 nastąpiło zmniejszenie liczby ofiar śmiertelnych wypadków drogowych z 3907 do 2862, tj. o blisko 27%, oraz zmniejszeniu uległa liczba ofiar śmiertelnych w wypadkach z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg z 455 do 370, tj. o niemal 19%. Komisja Europejska szacuje, że rzeczywista liczba śmiertelnych wypadków drogowych związanych z alkoholem w UE jest równa blisko 25% liczby wszystkich zgonów na drogach. Jednak na podstawie oficjalnych danych zgłoszonych przez państwa członkowskie UE odsetek zgonów związanych z alkoholem w UE wynosi około 14% wszystkich zgonów na drogach. Istnieją różnice w krajowych definicjach śmiertelnych wypadków drogowych przypisywanych alkoholowi. W ramach europejskiego projektu SafetyNet zalecono stosowanie następującej definicji: *wszelkie zgony, które nastąpiły w wyniku wypadku drogowego, w którym stwierdzono u każdego aktywnego uczestnika poziom alkoholu we krwi przekraczający ustawowy limit*. Powyższe zalecenia do analizy stanu bezpieczeństwa w tym zakresie przyjęły Austria, Cypr, Niemcy, Dania, Francja, Chorwacja, Polska i Portugalia. Pozostałe kraje UE inaczej określają dane statystyczne w tym zakresie. Ponadto w poszczególnych krajach przyjęto różne prawne limity stężenia alkoholu we krwi. Dziewięć krajów wprowadziło standardowy limit stężenia alkoholu we krwi wynoszący 0,2 g/l, w tym: Czechy, Węgry, Rumunia, Słowacja, Estonia, Polska, Szwecja, Norwegia i Serbia. Natomiast 17 krajów

WYPADKI SPOWODOWANE PRZEZ NIETRZEŻWYCH UŻYTKOWNIKÓW DRÓG

Tabela 1. Oficjalnie zgłoszone ofiary śmiertelne w wypadkach drogowych z udziałem osób pod wpływem alkoholu, ujęte w raporcie Europejskiej Rady Bezpieczeństwa Transportu (ETSC) – wybrane kraje.

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Chorwacja	152	151	147	96	85	115	99	92	72
Czechy	108	100	50	56	68	72	58	53	71
Dania	64	53	24	41	37	27	30	36	32
Francja	1230	1220	1130	952	958	1057	1009	1035	985
Litwa	32	24	41	32	49	17	16	16	22
Łotwa	22	26	25	10	29	18	17	12	11
Niemcy	342	400	338	314	260	256	225	231	244
Słowacja	26	37	32	23	38	35	40	29	31
Rumunia	194	164	224	166	181	174	160	148	118
Węgry	61	57	52	49	47	80	77	69	65
Polska	455	559	584	523	470	407	383	341	370

Oprac. własne autora na podstawie: P. Le Lièvre, D. Adninaite, G. Jost, F. Podda, Progress in Reducing Drink-Driving and Other Alcohol-Related Road Deaths in Europe, grudzień 2019, s. 33, https://etcs.eu/wp-content/uploads/reducingdrinkdriving_031219_design_final.pdf [dostęp: 30.10.2020 r.].

ze standardowym limitem stężenia alkoholu we krwi wynoszącym 0,5 g/l wprowadziło niższe limity jedynie dla kierowców początkujących i zawodowych.

Z uwagi na rozbieżności w danych statystycznych dotyczących wypadków śmiertelnych z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg nie jest możliwe miarodajne porównanie stanu bezpieczeństwa w poszczególnych krajach w tym zakresie. Jednym z zaleceń raportu Europejskiej Rady Bezpieczeństwa Transportu (ETSC) jest ujednolicenie i usprawnienie gromadzenia danych na temat wypadków drogowych z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg.

Badanie nastawienia użytkowników dróg ESRA (2019) ujawniło, że średnio w Europie tylko 2% ankietowanych uważa, że prowadzenie pojazdu pod wpływem alkoholu jest dopuszczalne lub raczej akceptowalne. Jednak aż 27% kierowców płci męskiej i 13% kierowców płci żeńskiej stwierdziło, że prowadzili samochód po spożyciu alkoholu w ciągu ostatnich 30 dni. Chociaż użytkownicy dróg w Europie rozumieją zagrożenia związane z jazdą pod wpływem alkoholu, zjawisko to pozostaje powszechne.

Działania zmierzające do poprawy bezpieczeństwa ruchu drogowego, a w szczególności ograniczenia liczby wypadków z udziałem nietrzeźwych użytkowników dróg będą kontynuowane. W czerwcu 2019 r. przyjęto do realizacji dokument roboczy służb Komisji Europejskiej *Ramy polityki bezpieczeństwa ruchu drogowego UE na lata 2021–2030 – Kolejne kroki w kierunku realizacji „wizji zero”*. Jednym z głównych obszarów interwencji i pomiarów wskazanym w tym dokumencie jest trzeźwość na drodze. Jako kluczowy wskaźnik efektywności w tym zakresie przyjęto odsetek kierowców prowadzących pojazdy bez przekraczania prawnych ograniczeń dotyczących maksymalnego stężenia alkoholu we krwi.

Bibliografia:

- Biuro Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*, Policja.pl, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Informacja dzienna, Policja.pl, <https://policja.pl/pol/form/1,dok.html> [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Kołodziejska Ż., *Pijany 18-latek nie miał nawet prawa jazdy*, Gostynin24, <https://gostynin24.pl/index.php/item/4608-pijany-18-latek-nie-mial-nawet-prawa-jazdy> [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Komisja Europejska, *Dokument roboczy służb Komisji. Ramy polityki bezpieczeństwa ruchu drogowego UE na lata 2021–2030 – Kolejne kroki w kierunku realizacji „wizji zero”*, Bruksela 19 czerwca 2019 r., https://ec.europa.eu/transport/road_safety/sites/roadsafety/files/move-2019-01178-01-00-pl-tra-00f.pdf [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Le Lièvre P., Adninaite D., Jost G., Podda F., Progress in Reducing Drink-Driving and Other Alcohol-Related Road Deaths in Europe, grudzień 2019, https://etcs.eu/wp-content/uploads/reducingdrinkdriving_031219_design_final.pdf [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Pijany kierowca audi zderzył się z... pijanym kierowcą audi, Polsatnews.pl, <https://www.polsatnews.pl/wiadomosc/2020-10-26/pijany-kierowca-audi-zderzil-sie-z-pijanym-kierowca-audi/> [dostęp: 30.10.2020 r.].
- Wypadek w Łodzi. Nietrzeźwy kierowca zabił 59-latkę, Polsatnews.pl, <https://www.polsatnews.pl/wiadomosc/2020-10-25/wypadek-w-lodzi-pijany-kierowca-zabil-59-latka/> [dostęp: 30.10.2020 r.].

Summary**Car accidents caused by intoxicated road users**

In the article there has been presented the data analysis related to traffic incidents caused by intoxicated drivers in Poland in the years 2015–2019, as well as the amount of conducted sobriety tests and the number of intoxicated drivers revealed by the Polish Police in the years 2015–2019. Referring to the report of the European Transport Safety Council, concerning road traffic accidents caused by intoxicated road users of the European Union in the years 2010–2018, the author of the article pointed to continually decreasing trend in Poland and the EU, both in the total number of road traffic accidents, as well as number of accidents caused by intoxicated road users. He emphasized that there has been an improvement in the safety of road traffic, particularly in the decrease of number of car accidents resulting in death. He noticed discrepancies in the definition of the fatal road accident caused by the intoxicated perpetrator and the acceptable alcohol limit in a driver's blood, what affects the impossibility of a reliable comparison of the road safety in particular EU countries. The reference to the working document of the European Commission *The framework of the EU road safety for the years 2021–2030 – Subsequent steps towards “zero vision”* constitutes the recapitulation of the article.

Tłumaczenie: Renata Cedro

OFIARY WYPADKÓW DROGOWYCH

Polska na tle państw Unii Europejskiej

mł. asp. Łukasz Trzeciak

Zakład Ruchu Drogowego CSP

Chociaż już od ponad pół wieku problematyka bezpieczeństwa ruchu drogowego wydaje się traktowana poważnie, liczba ofiar wypadków na drogach wciąż jest przytłaczająca. Jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), na świecie każdego roku w wyniku takich zdarzeń śmierć ponosi ponad 1,3 mln osób, a 50 mln doznaje poważnych obrażeń ciała¹. Dane te oznaczają, że średnio co 24 sekundy ktoś traci życie na drodze. Obecnie wypadki drogowe są główną przyczyną śmierci dzieci i młodych ludzi w wieku od 5 do 29 lat². Mimo że w Europie, w odniesieniu do pozostałych kontynentów, liczba ofiar względem liczby mieszkańców jest niższa, to i tak podawane w zestawieniach dane, za którymi kryją się ludzkie dramaty i cierpienie, są zatrważające.

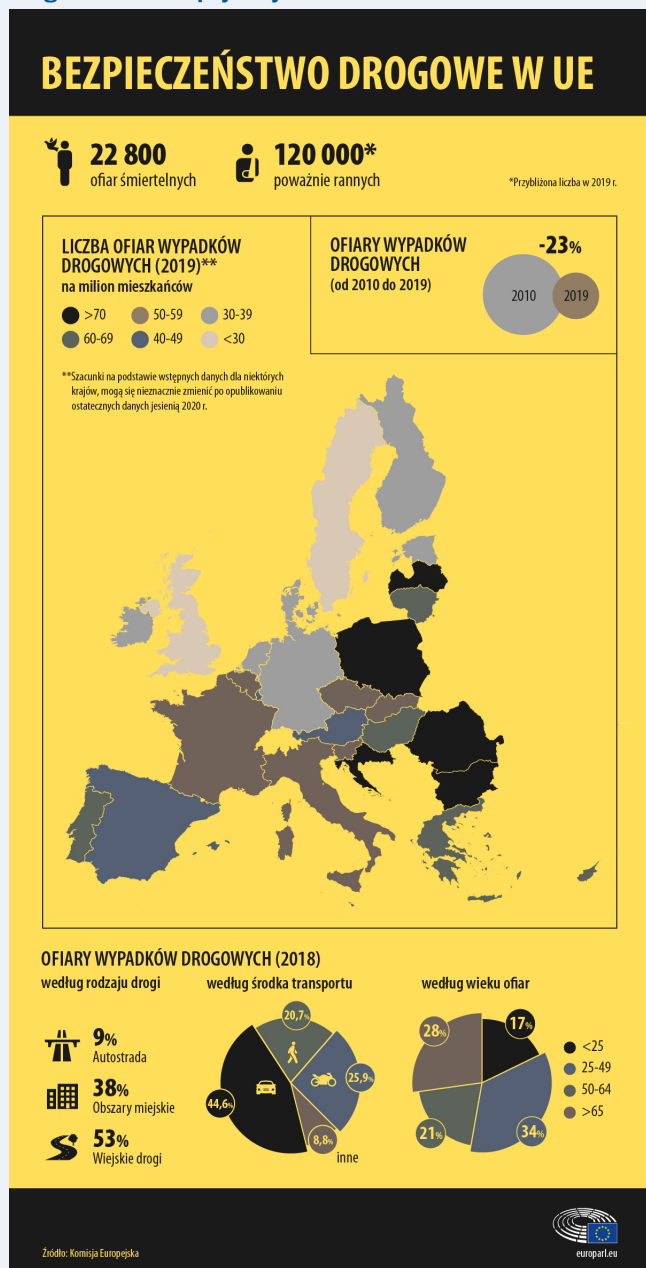
Według Komisji Europejskiej³ w 2019 r. na drogach wszystkich państw Unii Europejskiej zginęło 22 800 uczestników ruchu – kierujących pojazdami, pasażerów oraz pieszych (wykres 1). Wynika z tego, że każdego dnia średnio niemal 63 osoby, które wyszły z domu do pracy, szkoły czy na zakupy, nie wróciły już do swoich rodzin. Nie można także pominąć 120 000 ciężko rannych, których życie prawdopodobnie już nigdy nie będzie wyglądało tak jak przed wypadkiem. Nawet dziś nie wszyscy zdają sobie sprawę z tego, jak poważne, rozległe konsekwencje społeczne rozpatrywane w wielu aspektach (medycznym, psychologicznym, socjologicznym, ekonomicznym i prawnym) niosą za sobą wypadki drogowe. Często nie tylko śmierć członka rodziny czy bliskiego znajomego, ale także doznanie przez niego obrażeń ciała, ma bardzo negatywny wpływ na życie wielu osób. Niejednokrotnie sam poszkodowany oprócz tego, że odczuwa bezpośrednie fizyczne następstwa zdarzenia, staje przed całkowicie nową, niespodziewaną sytuacją, której musi sprostać (np. przekwalifikowanie i zmiana dotychczasowego zajęcia zarobkowego w celu utrzymania rodziny).

Chociaż zauważono⁴ – jak się wydaje, związany ze sporym ograniczeniem przemieszczania się ludzi – dość znaczny (ok. 36%) spadek liczby śmiertelnych ofiar wypadków drogowych w kwietniu 2020 r. (w porównaniu z tym samym okresem w latach 2017–2019), to najprawdopodobniej nie uda się osią-

gnąć założonego w kierunkach polityki bezpieczeństwa ruchu drogowego na lata 2011–2020 celu, którym jest ograniczenie liczby zabitych o połowę – w odniesieniu do roku 2010, w którym życie na unijnych drogach straciły 29 682 osoby. Jak podaje Europejska Rada Bezpieczeństwa Transportu (ETSC)⁵ najwyższy, bo aż 84-procentowy, spadek liczby ofiar wypadków odnotowano we wskazanym okresie we Włoszech, co bez wątpienia ma bezpośredni związek z restrykcjami dotyczącymi przemieszczania się, wprowadzonymi w związku z pandemią COVID-19, która wówczas mocno dotknęła ten kraj. W tym czasie o ponad 59% zmniejszyła się ponadto liczba osób zabitych na drogach w Belgii, Hiszpanii, Francji oraz Grecji, a w Polsce o 28%. Poparciem tej tezy są dane dotyczące Szwecji, w której w tym okresie nie wdrożono tak daleko idących ograniczeń podróżowania. W odniesieniu do kwietnia 2019 r. w tym kraju odnotowano nawet 2-procentowy wzrost liczby ofiar wypadków drogowych.

Choćby więc udało się w bieżącym roku osiągnąć cel, jakim jest zmniejszenie liczby ofiar na unijnych drogach o połowę – względem 2010 r. – to na podstawie danych dotyczących lat ubiegłych już w tej chwili z dużym prawdopodobieństwem można stwierdzić, że będzie to przede wszystkim skutek funkcjonowania w nowej rzeczywistości pandemii związanej ze zmianami także w obszarze dynamiki oraz natężenia ruchu pojazdów.

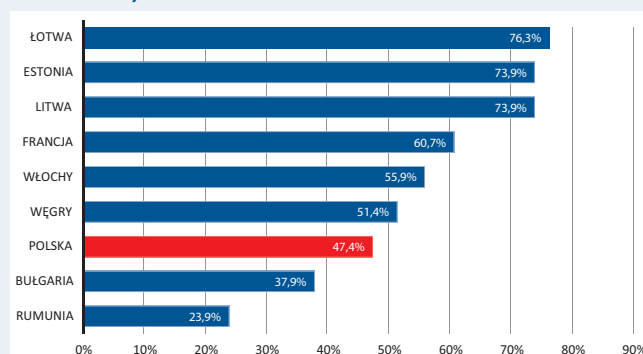
OFIARY WYPADKÓW DROGOWYCH

Ryc. 1. Podstawowe dane dotyczące bezpieczeństwa na drogach Unii Europejskiej w 2019 r.

Źródło: Parlament Europejski, Statystyki śmiertelności na drogach w UE (infografika), https://www.europarl.europa.eu/resources/library/images/20200727PHT84161/20200727PHT84161_original.jpg [dostęp: 23.10.2020 r.].

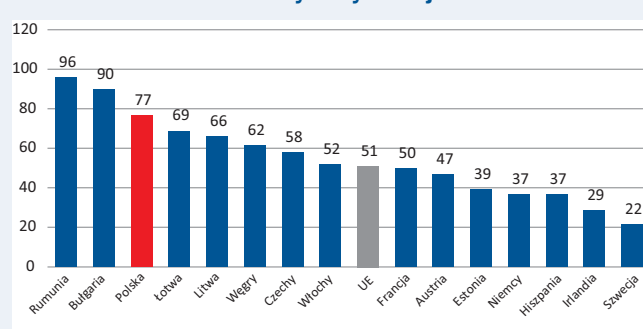
Analiza zmian zachodzących w bezpieczeństwie ruchu drogowego w ciągu ostatnich dwóch dekad na obszarze obecnych państw Unii Europejskiej wprawdzie pozwala dostrzec znaczącą poprawę w tej materii, jednakże tuż przed wprowadzeniem ograniczeń w przemieszczaniu się z powodu rozprzestrzeniającej się pandemii zauważono poważne spowolnienie dotychczasowej, pozytywnej tendencji spadkowej liczby ofiar. O ile bowiem w ujęciu ogólnym w latach 2001–2010 liczba śmiertelnych wypadków na uniijnych drogach spadła o 43%, natomiast w latach 2010–2018 o kolejne 21%, o tyle w 2019 r. liczba zabitych w stosunku do 2018 r. zmniejszyła się jedynie o 2%⁷. Ponadto pomiędzy poszczególnymi krajami dostrzegalne są wyraźne dysproporcje w ograniczeniu liczby zgonów będą-

cych skutkami wypadków drogowych. Przykładowo, w latach 2001–2019 na drogach Litwy, Łotwy i Estonii udało się zmniejszyć liczbę śmiertelnych ofiar aż o ponad 70%⁸. Z kolei w Polsce w tym samym czasie wskaźnik ten zmalał o nieco ponad 47%, a w Rumunii jedynie o niespełna 24% (wykres 1).

Wykres 1. Spadek liczby zabitych w wybranych krajach UE (lata 2001–2019).

Źródło: opracowanie własne na podstawie: <https://etsc.eu/wp-content/uploads/Background-tables-web.xlsx> [dostęp: 23.10.2020 r.].

Wśród 63 osób na obszarze Unii Europejskiej, które w każdym dniu ubiegłego roku nie wróciły już do swoich domów, jest 8, które zginęło na polskich drogach. Według danych Komendy Głównej Policji⁹ w 2019 r. w naszym kraju doszło do 30 288 wypadków, które kosztowały życie 2909 osób, a 35 477 odniosło w nich obrażenia ciała. Oznacza to, że liczba ofiar śmiertelnych na milion mieszkańców w Polsce wyniosła 77, znacznie przewyższając wartość średnią w Unii Europejskiej, tj. 51 zabitych na milion mieszkańców¹⁰ (wykres 2).

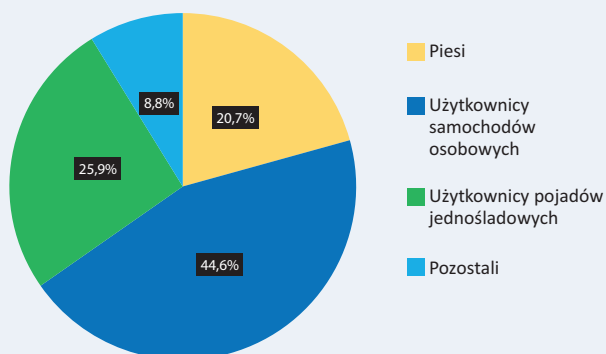
Wykres 2. Liczba osób zabitych w wypadkach drogowych na milion mieszkańców w wybranych krajach UE w 2019 r.

Źródło: opracowanie własne na podstawie: <https://etsc.eu/wp-content/uploads/Background-tables-web.xlsx> [dostęp: 23.10.2020 r.].

Z przedstawionych danych wynika, że w przeliczeniu na liczbę ludności w takich krajach, jak Rumunia czy Bułgaria na drogach ginie czterokrotnie więcej osób niż w Szwecji. Niestety także w Polsce uczestnicy ruchu drogowego są znacznie bardziej narażeni na utratę życia, nie tylko w porównaniu do krajów o aktualnie najwyższym poziomie bezpieczeństwa, ale także do średniej wszystkich państw członkowskich.

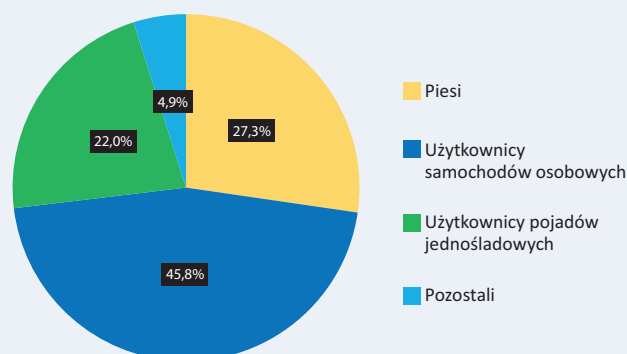
W 2019 r. w całej Unii Europejskiej 44,6% wszystkich ofiar śmiertelnych wypadków drogowych było użytkownikami samochodów osobowych (kierującymi i pasażerami), 25,9% – użytkownikami pojazdów jednośladowych, a piesi stanowili 20,7% ofiar (wykres 3).

Wykres 3. Śmiertelne ofiary wypadków według charakteru uczestnictwa w ruchu drogowym (dane dotyczące UE).



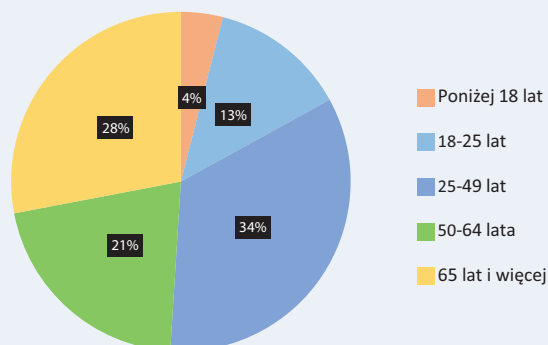
Źródło: opracowanie własne na podstawie: Komisja Europejska, *Statystyki bezpieczeństwa ruchu drogowego za 2019 r.: co kryje się za danymi?*, https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/pl/qanda_20_1004 [dostęp: 23.10.2020 r.].

Wykres 4. Śmiertelne ofiary wypadków według charakteru uczestnictwa w ruchu drogowym (dane dotyczące Polski).



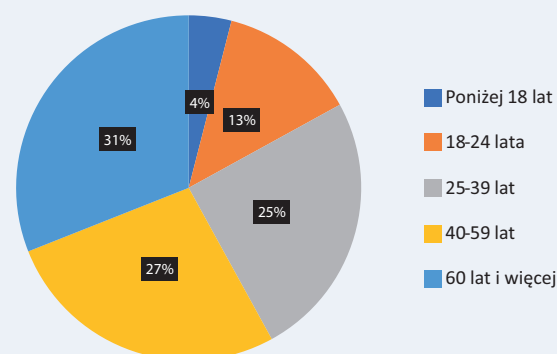
Źródło: opracowanie własne na podstawie: Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 23.10.2020 r.].

Wykres 5. Przedział wiekowy osób zabitych w wypadkach na drogach całej Unii Europejskiej.



Źródło: opracowanie własne na podstawie: Parlament Europejski, *Statystyki śmiertelności na drogach w UE (infografika)*, <https://www.europarl.europa.eu/news/pl/headlines/society/20190410STO36615/statystyki-smiertelnosci-na-drogach-w-ue-infografika> [dostęp: 23.10.2020 r.].

Wykres 6. Przedział wiekowy osób zabitych w wypadkach na polskich drogach.



Źródło: opracowanie własne na podstawie: Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 23.10.2020 r.].

W Polsce wyraźnie większy udział – wynoszący 27,3% – wśród osób zabitych na drogach mają piesi (wykres 4). Sytuacja jest jednak porównywalna, jeśli chodzi o wypadki na obszarze zabudowanym (miejskim), ponieważ w naszym kraju osoby piesze stanowią tutaj nieco ponad 43% ofiar śmiertelnych¹¹, podczas gdy dla całej Unii wskaźnik ten wynosi niespełna 40%¹². W tym miejscu trzeba zauważyć, że zdarzenia z udziałem pieszych, do których doszło poza obszarem zabudowanym w 2019 r. na terenie Polski, miały zdecydowanie bardziej poważne konsekwencje, bowiem prawie w co drugim wypadku zginął człowiek, podczas gdy na obszarze zabudowanym – w co dwunastym.

Okazuje się, że w całej Unii Europejskiej trzy czwarte ofiar, bo aż 76%, stanowią mężczyźni¹³. Sytuacja pod tym względem jest zbliżona we wszystkich krajach i nie zmienia się od wielu lat. Z kolei 28% wszystkich śmiertelnych ofiar wypadków drogowych w 2018 r. stanowiły osoby w wieku 65 lat i starsze¹⁴. Są one szczególnie narażone na śmierć jako piesi – to 58% wszystkich pieszych ofiar śmiertelnych na obszarach miejskich. Jednak chociaż osoby w wieku od 18 do 25 lat stanowią 13% ofiar wypadków w państwach członkowskich, to przy udziale tej grupy

wiekowej w całkowitej liczbie ludności (wynoszącym zaledwie 8%) oznacza to, że ci młodzi ludzie są najbardziej narażeni na utratę życia na drogach w ogóle. Większość z nich (64%) była kierującymi lub pasażerami samochodów osobowych, a tylko 8% stanowili piesi.

Udział poszczególnych grup wiekowych w ogólnej liczbie ofiar śmiertelnych wypadków drogowych podobnie przedstawia się w Polsce. W 2019 r. osoby w wieku 60 lat i więcej stanowiły niemal 31,5% wszystkich zabitych w wypadkach na naszych drogach¹⁵. Jeżeli chodzi o wypadki drogowe z udziałem pieszych, to w Polsce, podobnie jak w całej Unii Europejskiej, w najbardziej zagrożonej śmiercią grupie wiekowej znalazły się osoby starsze, w wieku 60 lat i więcej. W ubiegłym roku stanowiły one 50,3% wszystkich ofiar śmiertelnych wśród tych uczestników ruchu. Jednakże najwyższy wskaźnik ofiar na 1 mln populacji także w naszym kraju niezmiennie jest obserwowany w przedziale wiekowym od 18 do 24 lat.

Powyższe dane, zaokrąglone do pełnych punktów procentowych, przedstawiono na wykresach 5 i 6.

Poprawa sytuacji w obszarze bezpieczeństwa ruchu drogowego z całą pewnością wymaga dalszej, pogłębionej analizy,

OFIARY WYPADKÓW DROGOWYCH

a także konkretnych działań, zarówno na szczeblu unijnym, jak i krajowym. Trzeba tutaj wziąć pod uwagę również znaczne rozbieżności pomiędzy poszczególnymi państwami w kontekście stopnia ochrony uczestników ruchu drogowego¹⁶. Z tego powodu bardzo pożądana jest współpraca oraz wymiana doświadczeń na szczeblu międzynarodowym.

Komisja Europejska oraz państwa członkowskie wyznaczyły na lata 2020–2030 nowy cel, którym jest zmniejszenie liczby ofiar śmiertelnych i poważnie rannych w wypadkach drogowych o połowę¹⁷. Bardzo pozytywnie należy ocenić wprowadzony w związku z tymi założeniami trzyletni projekt zarządzany przez Europejską Radę Bezpieczeństwa Transportu (ETSC), którego fundamentem jest wymiana informacji na temat bezpieczeństwa ruchu drogowego w celu zniwelowania istniejących różnic. Mają w nim wziąć udział przedstawiciele Austrii, Bułgarii, Francji, Grecji, Hiszpanii, Holandii, Irlandii, Litwy, Polski, Portugalii, Rumunii oraz Szwecji¹⁸. Eksperti do spraw transportu będą dzielić się między sobą sprawdzonymi rozwiązaniami dotyczącymi dopuszczalnej prędkości jazdy, budowy bezpiecznej infrastruktury drogowej, poprawy egzekwowania przepisów, zbierania danych, a także bezpieczeństwa niechronionych uczestników ruchu na obszarach miejskich. Warto dodać, że celem długoterminowym podejmowanych starań jest niedopuszczenie do jakiegokolwiek śmiertelnego wypadku drogowego w państwach Unii Europejskiej do 2050 r. (tzw. wizja zero).

Aktualnie są prowadzone prace nad przepisami, które mają umożliwić osiągnięcie tych założeń oraz dostosować prawodawstwo do rozwoju technologicznego i zmian społecznych, przede wszystkim takich, jak: rosnąca liczba niechronionych uczestników ruchu drogowego (w tym poruszających się z wykorzystaniem tzw. urządzeń transportu osobistego – np. elektrycznych hulajnóg), rozproszenie uwagi kierujących korzystających z urządzeń mobilnych czy starzenie się społeczeństwa. Szczególny nacisk zostanie położony na¹⁹:

- systemy inteligentnego dostosowania szybkości, informujące kierującego o przekroczeniu dopuszczalnej prędkości jazdy;
- systemy ostrzegania o senności lub rozproszeniu uwagi kierującego pojazdem;
- system informowania określonym sygnałem świetlnym o hamowaniu awaryjnym, ostrzegający z wyprzedzeniem kierujących nadjeżdżających z tyłu;
- systemy monitorowania ciśnienia powietrza w oponach, ostrzegające o jego nagłym spadku lub nieprawidłowej wartości;
- systemy wykrywania przeszkód w trakcie cofania, pomagające uniknąć kolizji z ludźmi i przedmiotami znajdującymi się za pojazdem;
- rozwiązania prawne w zakresie montażu w pojazdach rejestratorów danych na temat zdarzeń krótko przed kolizją, w jej trakcie i bezpośrednio po niej (z ang. *Event Data Recorder*).

Ponadto samochody osobowe i lekkie pojazdy dostawcze obowiązkowo mają posiadać zaawansowane systemy hamowania awaryjnego oraz kontroli niezamierzonej zmiany pasa ruchu. Pojazdy ciężarowe i autobusy będą wyposażane w systemy ostrzegawcze wykrywające obecność niechronionych uczestników ruchu drogowego w pobliżu – w miejscu, w którym z uwagi na budowę pojazdu mogą oni nie zostać dostrzeżeni przez kierującego.

Można oczekiwać, że powyższa strategia pozwoli wpłynąć na poprawę bezpieczeństwa i przyczyni się do znacznego zmniejszenia

liczby ofiar wypadków drogowych w całej Unii Europejskiej. Należy jednakże przy tym pamiętać, że poza działaniami na szczeblu międzynarodowym nie mniej istotne mogą się okazać kroki podjęte na poziomie regionalnym lub wręcz lokalnym, niekiedy w odniesieniu nawet jedynie do konkretnego miejsca występowania zdarzeń drogowych.

¹ *Global Status Report on Road Safety 2018*, Geneva: World Health Organization, <https://www.who.int/publications-detail/global-status-report-on-road-safety-2018> [dostęp: 23.10.2020 r.].

² Tamże.

³ Komisja Europejska, *Statystyki bezpieczeństwa ruchu drogowego za 2019 r.: co kryje się za danymi?*, https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/pl/qanda_20_1004 [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁴ *The Impact of Covid-19 Lockdowns on Road Deaths in April 2020*, European Transport Safety Council, July 2020, online: https://etsc.eu/wp-content/uploads/PIN-Corona-Briefing_final.pdf [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁵ Tamże.

⁶ *Ramy polityki bezpieczeństwa ruchu drogowego UE na lata 2021–2030. Kolejne kroki w kierunku realizacji „wizji zero”*, dokument roboczy służb Komisji, Bruksela 2019, https://ec.europa.eu/transport/road_safety/sites/roadsafety/files/move-2019-01178-01-00-pl-tra-00f.pdf [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁷ *Road safety: Europe's roads are getting safer but progress remains too slow*, https://ec.europa.eu/transport/media/news/2020-06-11-road-safety-statistics-2019_en [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁸ <https://etsc.eu/wp-content/uploads/Beckground-tables-web.xlsx> [dostęp: 23.10.2020 r.].

⁹ Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*, <https://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562,Wypadki-drogowe-raporty-roczne.html> [dostęp: 23.10.2020 r.].

¹⁰ <https://etsc.eu/wp-content/uploads/Beckground-tables-web.xlsx> [dostęp: 23.10.2020 r.].

¹¹ Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*.

¹² Komisja Europejska, *Statystyki bezpieczeństwa ruchu drogowego za 2019 r.: co kryje się za danymi?*

¹³ Tamże.

¹⁴ Tamże.

¹⁵ Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe – raporty roczne*.

¹⁶ *Ramy polityki bezpieczeństwa ruchu drogowego UE na lata 2021–2030. Kolejne kroki w kierunku realizacji „wizji zero”*, dokument roboczy służb Komisji.

¹⁷ Tamże.

¹⁸ Komisja Europejska, *Bezpieczeństwo drogowe*, https://ec.europa.eu/transport/road_safety/road-safety-exchange-twelve-eu-member-states-team-improve-road-safety_pl [dostęp: 23.10.2020 r.].

¹⁹ Parlament Europejski, *Bezpieczniejsze drogi: nowe środki UE na rzecz zmniejszenia liczby wypadków samochodowych*, <https://www.europarl.europa.eu/news/pl/headlines/society/20190307STO30715/bezpieczniejsze-drogi-nowe-srodki-ue-na-rzecz-zmniejszenia-liczby-wypadkow> [dostęp: 23.10.2020 r.].

Summary

Victims of road accidents – Poland against the background of European Union countries

According to the European Commission, 22,800 people died on the roads of EU countries in 2019. The article discusses data on accident victims in Poland in relation to the general level of safety on European roads.

Thumaczenie: Autor

PROWADZENIE POJAZDÓW POD WPŁYWEM ALKOHOLU

Aspekty prawne

mł. insp. Robert Maciejczyk

ORCID 0000-0003-3111-0555

Zastępca Kierownika

Zakładu Służby Kryminalnej CSP

Niniejsze opracowanie zawiera definicje czynów zabronionych, które związane są z prowadzeniem pojazdu i użyciem alkoholu. Ponadto scharakteryzowano wykroczenie i przestępstwo związane z użyciem alkoholu, stanem nietrzeźwości oraz stanem upojenia alkoholowego. Zostały również opisane najważniejsze różnice między wskazanymi czynami; miejsce, gdzie mogą zostać popełnione; oraz konsekwencje prawne, jakie niesie za sobą ich popełnienie.

WSTĘP

Motoryzacja stanowi ważny element w życiu człowieka. Przynosi ona zarówno wiele korzyści, jak i szereg negatywnych zjawisk. Samochody są najpopularniejszym środkiem transportu naszych czasów, ale również najgroźniejszym. Społeczeństwo nie zdaje sobie sprawy, że zdarzenia drogowe to swoista epidemia, pochłaniająca największą liczbę ofiar. Niestety bezmyślność i brak poszanowania prawa sprawia, że wiele osób siada za kierownicą po wcześniejszym spożyciu alkoholu, nie mając świadomości skutków, jakie może spowodować takie postępowanie.

Niniejszy artykuł stanowi analizę sankcji karnych, jakie mogą dotyczyć sprawców czynów zabronionych w ruchu drogowym w obszarze prowadzenia pojazdów pod wpływem lub po użyciu alkoholu. W opracowaniu zostały opisane dwa czyny zabronione: przestępstwo i wykroczenie, związane z użyciem alkoholu przez kierujących pojazdami, niemniej jednak we wstępie do studium omawianych przypadków zostaną przypomniane przestępstwa i wykroczenia przeciwko bezpieczeństwu w ruchu drogowym.

Kluczową rolę wśród czynów zabronionych związanych z komunikacją stanowią przestępstwa i wykroczenia drogowe, które zajmują pierwsze miejsce pod względem liczby i częstotliwości ich popełniania. Przestępstwem drogowym jest naruszenie, chociażby nieumyślnie, zasad bezpieczeństwa w ruchu

lądowym, jeżeli skutkiem tego naruszenia było: spowodowanie katastrofy w ruchu lądowym, spowodowanie bezpośredniego niebezpieczeństwa takiej katastrofy, śmierć, uszkodzenie ciała lub rozstrój zdrowia innej osoby albo poważna szkoda w mieniu nienależącym do sprawcy. Kolejnymi przestępstwami są:

- prowadzenie pojazdu mechanicznego pod wpływem alkoholu lub środków odurzających;
- niezatrzymanie się kierowcy na polecenie osoby uprawnionej do kontroli ruchu drogowego, która przy pomocy świateł i sygnałów dźwiękowych wydaje polecenie zatrzymania pojazdu;
- prowadzenie pojazdu na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub w strefie ruchu przez osobę nieposiadającą stosownych uprawnień¹.

Do wykroczeń mających miejsce w ruchu drogowym zalicza się²:

- brak oświetlenia lub nieprawidłowe oświetlenie miejsc robót drogowych, przedmiotów, urządzeń czy też wszelkich przeszkód znajdujących się na drodze;
- samowolne ustawianie, przestawianie, zasłanianie, niszczenie, usuwanie, włączanie lub wyłączanie urządzeń ostrzegawczych lub zabezpieczających;
- niewłaściwe oznakowanie dróg wewnętrznych;
- niezachowywanie ostrożności powodującej zagrożenie bezpieczeństwa w ruchu drogowym zarówno pod wpływem alkoholu lub podobnego środka, jak i w trzeźwości;

PROWADZENIE POJAZDÓW POD WPLYWEM ALKOHOLU – ASPEKTY PRAWNE

- prowadzenie pojazdu mechanicznego lub innego pod wpływem alkoholu lub innego środka;
- prowadzenie lub pozostawianie pojazdu bez stosownego oświetlenia;
- pozostawienie przez opiekuna małoletniego do lat 7 bez opieki na drodze publicznej;
- tamowanie, utrudnianie ruchu;
- zanieczyszczanie drogi publicznej, pozostawianie na niej zwierząt, pojazdów, co powoduje niebezpieczeństwo lub utrudnianie ruchu drogowego;
- ignorowanie ograniczenia prędkości, znaków, sygnałów drogowych;
- nieudzielenie pomocy ofierze wypadku przez kierowcę uczestniczącego w wypadku drogowym;
- prowadzenie pojazdu bez stosownych uprawnień i wymaganych dokumentów;
- brak stosownych badań technicznych pojazdu w dowodzie rejestracyjnym lub niezgodne ze stanem faktycznym dane techniczne pojazdu;
- udostępnianie przez właściciela, użytkownika, posiadacza, prowadzącego pojazd osobom, które w wyniku niesprawności fizycznej lub psychicznej nie nadają się do prowadzenia pojazdu, nie posiadają prawa jazdy, spożyły alkohol lub podobnie działający środek;
- udostępnianie niesprawnego pojazdu i wykorzystywanie go w sposób do tego nieprzeznaczony;
- oznakowanie i wyposażenie pojazdu jak pojazdu uprzywilejowanego;
- niezachowywanie ostrożności, co zagraża bezpieczeństwu innej osoby;
- niszczenie, uszkodzanie: dróg, przynależności, urządzeń drogowych, zasłon śnieżnych, pasów drogowych lub przydrożnych;
- nieusuwanie zanieczyszczeń, pozostałości po opadach atmosferycznych zarówno w miastach, jak i innych terenach zabudowanych.

Spośród wskazanych czynów zabronionych jednym z najbardziej nieodpowiedzialnych jest jazda pod wpływem alkoholu. Znanе hasło głosi: „Pileś? Nie jedź!”. Czy wypicie jakiegokolwiek ilości alkoholu wyklucza jazdę samochodem? W praktyce bardzo trudno odpowiedzieć jednoznacznie na takie pytanie, ponieważ to zależy od wielu czynników – ilości i rodzaju alkoholu, czasu, jaki minął od jego spożycia, oraz od metabolizmu alkoholu w organizmie. Dlatego zawsze po użyciu jakiegokolwiek alkoholu definitywnie zaleca się, aby po prostu zrezygnować z jazdy. Prowadzenie samochodu po pijanemu to jedno z najsurowiej karanych przestępstw, jakie popełniają kierowcy. Największe kłopoty grożą jednak kierowcy, który kierując w stanie nietrzeźwości, zrobi komuś krzywdę lub choćby spowoduje kolizję: do kary więzienia należy doliczyć odpowiedzialność finansową³.

ALKOHOL I PROWADZENIE POJAZDU

Z definicji prawnych wynika, że:

- **stan nietrzeźwości** ma miejsce, gdy zawartość alkoholu we krwi przekracza 0,5 promila lub prowadzi do przekroczenia takiego stężenia alkoholu we krwi; jest to **przestępstwo**, za które sąd wymierza karę pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5;

- **stan po użyciu alkoholu** ma miejsce, gdy zawartość alkoholu we krwi wynosi 0,2–0,5 promila lub spożycie prowadzi do stężenia alkoholu we krwi na tym poziomie; to „tylko” **wykroczenie**, zagrożone karą aresztu (areszt nakłada się na okres od 5 do 30 dni) oraz grzywny (do 5 tys. zł); dodatkową karą jest zakaz prowadzenia pojazdów na okres od 6 miesięcy do 3 lat. Jak wskazuje prof. Paweł Daniuluk⁴: nie ulega wątpliwości, że znajdowanie się przez osoby kierujące pojazdami w stanie po użyciu alkoholu lub innego podobnie działającego środka, a tym bardziej w stanie nietrzeźwości lub stanie pod wpływem środka odurzającego, stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa ruchu z powodu obniżenia ich sprawności psychomotorycznej. Stąd też ustawodawca już dawno zdecydował się na wprowadzenie karalności tego typu zachowań. Na gruncie obowiązującego Kodeksu wykroczeń czyni to w ramach konstrukcji art. 87 § 1–4.

Art. 87 kw [Użycie alkoholu]

§ 1. *Kto, znajdując się w stanie po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka, prowadzi pojazd mechaniczny w ruchu lądowym, wodnym lub powietrznym, podlega karze aresztu albo grzywny nie niższej niż 50 złotych.*

§ 1a. *Tej samej karze podlega, kto, znajdując się w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem podobnie działającego środka, prowadzi na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub w strefie ruchu inny pojazd niż określony w § 1.*

§ 2. *Kto, znajdując się w stanie po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka, prowadzi na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub strefie ruchu inny pojazd niż określony w § 1, podlega karze aresztu do 14 dni albo karze grzywny.*

§ 3. *W razie popełnienia wykroczenia określonego w § 1 orzeka się zakaz prowadzenia pojazdów.*

§ 4. *W razie popełnienia wykroczenia określonego w § 1a lub 2 można orzec zakaz prowadzenia pojazdów innych niż określone w § 1.*

W przeszłości wskazywane typy zachowań były częściowo objęte kryminalizacją na podstawie art. 21 ustawy z dnia 10 grudnia 1920 r. o budowie i utrzymaniu dróg publicznych w RP (Dz. U. z 1921 r. Nr 6, poz. 32). Sprawca podlegał karze grzywny do 1000 zł lub aresztu do 6 tygodni, albo obu tym karom łącznie za zachowanie opisane w § 53 ust. 2 lit. a rozporządzenia Ministrów Komunikacji, Spraw Wewnętrznych i Spraw Wojskowych, wydanego w porozumieniu z Ministrem Opieki Społecznej z 27 października 1937 r. w sprawie ruchu pojazdów mechanicznych na drogach publicznych (Dz. U. Nr 85, poz. 616, z późn. zm.). W świetle tego przepisu zabraniano się kierowcy „w czasie prowadzenia pojazdu mechanicznego lub w czasie postoju okolicznościowego używać bądź znajdować się w stanie wskazującym na użycie alkoholu lub innych podobnie działających środków”. Następnie z mocy art. 24 pkt 12 ustawy z dnia 10 grudnia 1920 r. o budowie i utrzymaniu dróg publicznych w RP ustawodawca wprowadził zagrożenie karą grzywny do 4500 zł czynu tego sprawcy, który „kierując pojazdem znajduje się w stanie wskazującym na użycie alkoholu lub innego podobnie działającego środ-

ka”. Warto wspomnieć, że w pierwotnym brzmieniu art. 87 § 1 i 2 kw chodziło o „stan wskazujący na użycie alkoholu lub podobnie działającego środka”. Jednocześnie w art. 87 § 1 kw wskazywano na prowadzenie pojazdu służącego do komunikacji lądowej, wodnej lub powietrznej. Z mocy noweli z 1 lipca 1985 r. (Dz. U. Nr 23, poz. 100) zmieniono jednak znamiona tego typu na „stan po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka” oraz „ruch lądowy, wodny lub powietrzny” jako miejsce popełnienia wykroczenia z art. 87 § 1 kw. Jednocześnie ustawodawca wprowadził obligatoryjny zakaz prowadzenia pojazdów wobec sprawców czynu z art. 87 § 1 i 2 kw. Następnie miejscem popełnienia wykroczenia z art. 87 § 2 kw stała się obok drogi publicznej także strefa zamieszkania (nowela z 1 września 1998 r., Dz. U. Nr 113, poz. 717, z późn. zm.), a później również strefa ruchu (nowela z 4 września 2010 r., Dz. U. Nr 152, poz. 1018, z późn. zm.). Wreszcie szczególnie znaczący charakter miała ustawa nowelizująca z 9 listopada 2013 r. (Dz. U. poz. 1247, z późn. zm.). W myśl jej przepisów uchylono art. 178a § 2 kk, przenosząc zamieszczoną w nim regulację do art. 87 § 1a kw. Dokonano zarazem istotnych zmian w obrębie regulacji zakazu prowadzenia pojazdów. Wszak obligatoryjny zakaz prowadzenia pojazdów został połączony jedynie z wykroczeniem z art. 87 § 1 kw, podczas gdy w ramach czynu z art. 87 § 1a i 2 kw orzeczenie takiego środka stało się fakultatywne.

Za przedmiot ochrony w ramach regulacji art. 87 § 1–2 kw należy uznać bezpieczeństwo ruchu lądowego, wodnego i powietrznego. Może ono być zagrożone przez prowadzenie pojazdu w stanie po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka. Ustawodawca wychodzi z założenia, że samo prowadzenie przez osobę znajdującą się w takim stanie już jest niebezpieczne. Nie ma więc potrzeby wykazywania, że w związku z takim zachowaniem zaistniało jakiekolwiek niebezpieczeństwo⁵.

Sprawcą czynu z art. 87 § 1, 1a i 2 kw może być wyłącznie ten, kto prowadzi pojazd. W świetle art. 2 pkt 31 ustawy – Prawo o ruchu drogowym⁶ za pojazd należy uznać „środek transportu przeznaczony do poruszania się po drodze oraz maszynę lub urządzenie do tego przystosowane”. Chodzi zatem nie tylko o te pojazdy, które pełnią funkcję środka transportu, są przystosowane do przewozu osób lub rzeczy (np. samochód osobowy, autobus, samochód ciężarowy, taksówka), lecz również te maszyny i urządzenia, które są przystosowane do poruszania się po drodze, np. koparki, walce drogowe, kombajny.

Ponadto pojazdem mechanicznym jest pojazd wprawiany w ruch bądź tylko poruszany za pomocą umieszczonego w nim silnika. W świetle poglądów SN: „Za pojazdy mechaniczne należy uznać pojazdy zaopatrzone w poruszający je silnik (pojazdy samochodowe, maszyny rolnicze, motocykle, lokomotywy kolejowe, samoloty, helikoptery, statki wodne i inne), jak również pojazdy szynowe zasilane z trzaski elektrycznej (tramwaje, trolejbusy)” (wyr. SN z 25.10.2007 r., III KK 270/07, PiP 2008, Nr 5, poz. 2). Błędem byłoby jednak odnoszenie kryterium pojemności silnika do określenia kategorii pojazdu (mechaniczny lub inny niż mechaniczny), w szczególności zważywszy pod uwagę osiągi współczesnych pojazdów zaopatrzonych w silnik o niewielkiej czasami pojemności. Dodatkowo trzeba zauważyć, że źródłem napędu pojazdu mechanicznego może być silnik innego rodzaju, np. elektryczny. Trafnie w innych orzeczeniach SN stwierdza: „Pojazdem mechanicznym w ruchu lądowym jest każdy pojazd drogowy lub szynowy napędzany umieszczonym na nim silnikiem, jak również maszyna samobieżna i motorower. Nie są pojazdami mechanicznymi rowery zaopatrzone

w silnik pomocniczy o pojemności nieprzekraczającej 50 cm³ pod warunkiem, że zachowują wszystkie normalne cechy charakterystyczne budowy umożliwiające ich zwykłą eksploatację jako rowerów” (wyr. SN z 4.2.1993 r., III KRN 254/92, OSP 1993, Nr 10, poz. 198; uchw. SN z 12.5.1993 r., I KZP 9/93, OSNKW 1993, Nr 5–6, poz. 27).

Sprawca wykroczenia z art. 87 § 1a i 2 kw realizuje jego znamiona poprzez prowadzenie pojazdu innego niż mechaniczny. Do takich pojazdów należy zaliczyć zaprzęgi konne, rowery, w tym także te „zaopatrzone w silnik pomocniczy o pojemności skokowej nieprzekraczającej 50 cm³, które zachowują wszystkie normalne cechy charakterystyczne budowy, umożliwiające ich zwykłą eksploatację jako rowerów” (wyr. SN z 25.10.2007 r., III KK 270/07, PiP 2008, Nr 5, poz. 2). Dodatkowo można wskazać na wózek inwalidzki, riksę, hulajnogę czy deskorolkę. Nie wyczerpuje natomiast znamion prowadzenia pojazdu innego niż mechaniczny z art. 87 § 1a i 2 kw jazda wierzchem, albowiem konia czy innego zwierzęcia nie sposób uznać za pojazd (uchw. SN z 22.3.1968 r., VI KZP 47/67, NP 1969, Nr 3, s. 505). Sprawca takiego zachowania może jednak ponieść odpowiedzialność za wykroczenie z art. 97 kw, gdyż ustawodawca wyraźnie zabrania go z mocy art. 45 ust. 1 pkt 1 ustawy – Prawo o ruchu drogowym. Oczywiście do pojazdów innych niż mechaniczne należy zaliczyć także statki żaglowe, łodzie, kajaki, szybowce itd., niemniej ich prowadzenie we wskazanych w art. 87 § 1, 1a i 2 kw okolicznościach nie wyczerpuje znamion ujętych w tych przepisach zachowań karalnych. Sprawca prowadzący obiekt pływający w ruchu wodnym może ponieść odpowiedzialność z mocy art. 35 ustawy z dnia 18 sierpnia 2011 r. o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych⁷.

• Stan nietrzeźwości

Stan nietrzeźwości należy do zespołu znamion czynu z art. 87 § 1a kw. Według art. 46 ust. 3 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi⁸ stan nietrzeźwości zachodzi wtedy, gdy zawartość alkoholu w organizmie wynosi lub prowadzi do:

- 1) stężenia we krwi powyżej 0,5‰ alkoholu albo
- 2) obecności w wydychanym powietrzu powyżej 0,25 mg alkoholu w 1 dm³.

W rozumieniu art. 115 § 16 kk stan nietrzeźwości zachodzi, gdy:

- 1) zawartość alkoholu we krwi przekracza 0,5‰ albo prowadzi do stężenia przekraczającego tę wartość lub
- 2) zawartość alkoholu w 1 dm³ wydychanego powietrza przekracza 0,25 mg albo prowadzi do stężenia przekraczającego tę wartość.

W świetle powyższego stwierdzenie stanu nietrzeźwości następuje poprzez badanie na zawartość alkoholu we krwi lub zawartość alkoholu w wydychanym powietrzu. Obowiązujące przepisy rozporządzenia Ministra Zdrowia i Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 28 grudnia 2018 r. w sprawie badań na zawartość alkoholu w organizmie⁹ przewidują tego typu badania w celu stwierdzenia omawianego stanu (§ 2 ust. 1). Badanie wydychanego powietrza przeprowadza się w sposób nieinwazyjny przy użyciu urządzenia elektronicznego dokonującego pomiaru stężenia alkoholu w wydychanym powietrzu metodą spektrometrii w podczerwieni lub utleniania elektrochemicznego (analyzer wydechu). Z kolei badanie krwi przeprowadza się, jeżeli: osoba badana odmawia poddania się badaniu wydychanego powietrza; osoba badana,

PROWADZENIE POJAZDÓW POD WPLYWEM ALKOHOLU – ASPEKTY PRAWNE

pomimo przeprowadzenia badania wydychanego powietrza żąda badania krwi; stan osoby badanej, zwłaszcza wynikający ze spożycia alkoholu, choroby układu oddechowego lub innych przyczyn, uniemożliwia przeprowadzenie badania wydychanego powietrza; wystąpił brak wskazania stężenia alkoholu w wydychanym powietrzu spowodowany przekroczeniem zakresu pomiarowego analizatora wydechu (§ 8 ust. 1).

W myśl art. 129i ust. 1–2 ustawy – Prawo o ruchu drogowym badanie w celu ustalenia zawartości alkoholu w organizmie przeprowadza się przy użyciu urządzeń elektronicznych dokonujących pomiaru stężenia alkoholu w wydychanym powietrzu. Badania takiego nie przeprowadza się, jeżeli stan osoby podlegającej badaniu uniemożliwia jego przeprowadzenie urządzeniem elektronicznym lub osoba ta odmawia poddania się takiemu badaniu. W takim przypadku ustalenie zawartości w organizmie alkoholu następuje na podstawie badania krwi. Dla zaistnienia stanu nietrzeźwości konieczne jest, by wartość stężenia alkoholu przekraczała 0,5‰ we krwi albo 0,25 mg w 1 dm³ wydychanego powietrza. Należy również zwrócić uwagę na użyty we wspomnianym przepisie zwrot „prowadzi do” określonych wartości. Chodzi o kwestię tzw. resorpcji alkoholu. Niejednokrotnie bowiem sprawca w czasie zdarzenia znajduje się w fazie wchłaniania alkoholu, a więc wtedy, gdy cały alkohol nie przeniknął jeszcze z przewodu pokarmowego do krwiobiegu, co sprawia, że stężenie alkoholu może jeszcze rosnąć. Użyte określenie „prowadzi do” pozwala na przyjęcie, że sprawca był w stanie nietrzeźwości, jeżeli spożył taką ilość alkoholu, która po pełnej absorpcji spowoduje osiągnięcie ww. stężenia¹⁰.

• Stan po użyciu alkoholu

W myśl art. 46 ust. 2 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi stan po użyciu alkoholu zachodzi, gdy zawartość alkoholu w organizmie wynosi lub prowadzi do:

- 1) stężenia we krwi od 0,2‰ do 0,5‰ alkoholu albo
- 2) obecności w wydychanym powietrzu od 0,1 mg do 0,25 mg alkoholu w 1 dm³.

Definiując stan po użyciu alkoholu, ustawodawca używa dwóch alternatywnych kryteriów. Możliwe jest bowiem jego stwierdzenie poprzez przeprowadzone badanie na zawartość alkoholu we krwi lub zawartość alkoholu w wydychanym powietrzu, do czego odwołują się przepisy wspomnianego wyżej rozporządzenia Ministra Zdrowia i Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 28 grudnia 2018 r. w sprawie badań na zawartość alkoholu w organizmie. Dla zaistnienia stanu po użyciu alkoholu wystarczy, że wartość stężenia alkoholu wynosi 0,2‰ we krwi albo 0,1 mg w 1 dm³ wydychanego powietrza.

Warto podkreślić, że mimo iż stan nietrzeźwości oraz stan po użyciu alkoholu rozdziela wyraźnie stopień intoksykacji alkoholowej, to jednak stan nietrzeźwości – jako pojęcie szersze – mieści w sobie stan po użyciu alkoholu.

• Miejsce popełnienia czynu zabronionego

Ustawodawca dokonuje znaczącego zróżnicowania miejsca popełnienia wykroczeń z art. 87 § 1, 1a i 2 kw. Otóż, o ile w przypadku czynu z art. 87 § 1 kw chodzi o każde miejsce, w którym odbywa się ruch lądowy, wodny lub powietrzny, czyli o miejsce, w którym ten ruch faktycznie się odbywa, o tyle zachowania z art. 87 § 1a i 2 kw mogą być zrealizowane wyłącznie na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub

strefie ruchu – a zatem także na drodze wewnętrznej, drodze rowerowej, parkingu, placu przeznaczonym do ruchu pojazdów, a także w innych miejscach dostępnych dla ruchu pojazdów. Do tych miejsc nie można natomiast zaliczyć takich, w których do ruchu dopuszczone jest tylko wąskie grono osób, np. podwórka prywatnej posesji, garażu, terenu prywatnego warsztatu samochodowego, dróg prywatnych, dróg leśnych, pól, sadów itd. Z perspektywy art. 87 § 1 kw miejscem popełnienia stypizowanego w tym przepisie wykroczenia jest jednak oczywiście nie tylko miejsce, w którym odbywa się ruch drogowy, ale także ruch kolejowy, ruch wodny (żegluga śródlądowa oraz morska) oraz ruch powietrzny.

Ustawowe znamiona przestępstwa i wykroczenia mogą być zrealizowane wyłącznie przez działanie. Ich sprawcą nie może być każdy uczestnik ruchu (np. pieszy), lecz tylko ten, który prowadzi pojazd. Stan nietrzeźwości lub stan pod wpływem środka odurzającego, podobnie jak stan po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka, odnosi się do podmiotu tego czynu. Wobec powyższego konieczne jest, by sprawca prowadził pojazd mechaniczny lub inny, a dodatkowo, by w czasie takiego prowadzenia znajdował się w stanie opisanym w powyższych przepisach.

Art. 178a kk [Nietrzeźwość kierowcy]

§ 1. Kto, znajdując się w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego, prowadzi pojazd mechaniczny w ruchu lądowym, wodnym lub powietrznym, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

§ 2. i § 3. (uchylony)

§ 4. Jeżeli sprawca czynu określonego w § 1 był wcześniej prawomocnie skazany za prowadzenie pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego albo za przestępstwo określone w art. 173, 174, 177 lub art. 355 § 2 popełnione w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego albo dopuścił się czynu określonego w § 1 w okresie obowiązywania zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych orzeczonego w związku ze skazaniem za przestępstwo, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.

Przedmiotem ochrony § 1 i 4 komentowanego przepisu jest bezpieczeństwo ruchu lądowego, wodnego i powietrznego (główny przedmiot ochrony) oraz życie i zdrowie (dodatkowy przedmiot ochrony). Dodatkowym przedmiotem ochrony art. 178a § 4 kk jest dobro wymiaru sprawiedliwości. W art. 178a kk opisane zostały dwa typy przestępstwa – typ podstawowy (§ 1) i typ kwalifikowany (§ 4).

• Podmiot

Przestępstwo to nie może być popełnione przez każdego sprawcę, ale tylko przez takiego, który znajduje się w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego, oraz jest prowadzącym pojazd mechaniczny (§ 1). Obie te okoliczności występujące łącznie charakteryzują sprawcę. Są to więc przestępstwa indywidualne właściwe (*delicta propria*). Podmiotem tego przestępstwa może być także instruktor nauki jazdy, który uczestniczy w ruchu. Uczestnikiem ruchu zgodnie

z art. 2 pkt 17 ustawy – Prawo o ruchu drogowym jest także inna osoba przebywająca w pojeździe lub na pojeździe znajdującym się na drodze – przede wszystkim z tego powodu, że jest współkierującym pojazdem.

Kierowanie pojazdem nie zawsze musi polegać na osobistym wykonywaniu wszystkich czynności związanych z nadawaniem kierunku pojazdowi, ale może obejmować także działanie zespołowe. Za tym, że ktoś jest współkierującym, przemawia fakt, że pojazdy używane do nauki jazdy muszą być wyposażone m.in. w dodatkowy pedał hamulca roboczego, który umożliwia przejęcie sterowania układem hamulcowym, a mogą posiadać inne dodatkowe urządzenia powtarzające istniejące mechanizmy sterowania i kierowania pojazdem (§ 43 ust. 1 pkt 3 i ust. 3 rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych pojazdów oraz zakresu ich niezbędnego wyposażenia, Dz. U. z 2016 r. poz. 2022, z późn. zm.). Te

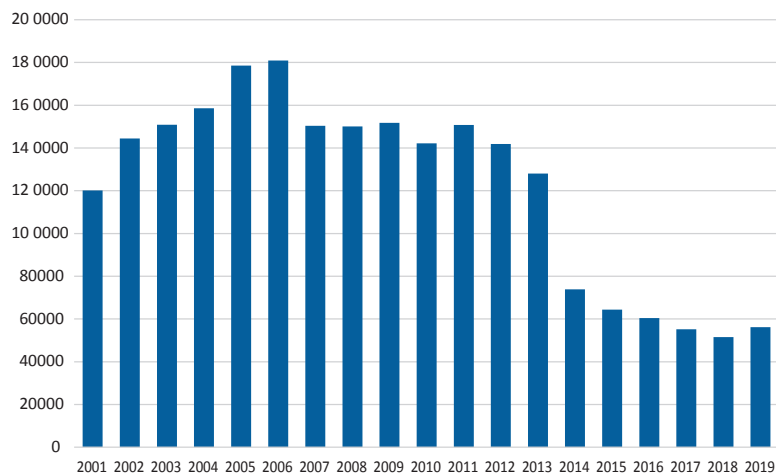
dodatkowe urządzenia pozwalają instruktorowi korygować błędy popełnione przez kursanta. Ma on więc realny wpływ na jazdę. Wprawdzie kursant posiada już pewne umiejętności kierowania pojazdem, lecz nie są one z reguły wystarczające do jego bezpiecznego prowadzenia, a o tym, czy może bezpiecznie uczestniczyć w ruchu jako kierujący pojazdem, przesądza pozytywny wynik egzaminu.

Niezależnie od tego, w jakim celu ktoś bierze udział w ruchu, jest uczestnikiem tego ruchu. Instruktor prowadzący naukę jazdy w stanie nietrzeźwości, jako współkierujący pojazdem mechanicznym, ponosi odpowiedzialność za przestępstwo z art. 178a § 1 kk. Z tych samych powodów współprowadzącym pojazd jest także egzaminator. Pojazdy używane do egzaminowania, tak samo jak do nauki jazdy, muszą być wyposażone m.in. w dodatkowe urządzenia powtarzające istniejące mechanizmy sterowania i kierowania pojazdem. Trafnie podkreśla się w literaturze, że kursant, a także osoba egzaminowana, w specyficzny sposób współprowadzi wraz z instruktorem lub egzaminatorem pojazd do nauki jazdy lub egzaminowania, bowiem zarówno instruktor, jak i egzaminator wydają polecenia odnośnie do uruchomienia pojazdu, kierunku jazdy, a ponadto przy pomocy znajdujących się w pojeździe urządzeń sprawują kontrolę nad przebiegiem jazdy¹¹.

• Strona podmiotowa

Każde z tych przestępstw może być popełnione umyślnie w formie zamiaru bezpośredniego (*dolus directus*) lub ewentualnego (*dolus eventualis*). Jeżeli czyn był popełniony nieumyślnie, sprawca nie może być pociągnięty do odpowiedzialności z tego przepisu. Odpowiedzialność na podstawie tego przepisu ma miejsce wówczas, gdy sprawca ma świadomość, że znajduje się w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego, jak i wtedy, gdy przewiduje, że w wyniku upływu czasu alkohol nie uległ jeszcze wydaleniowi z organizmu, i na to się godzi. O świadomości znajdowania się sprawcy w stanie nietrzeźwości świadczy poziom rozwoju psychicznego oraz rodzaj i ilość spożytego alkoholu. Musi to być taka ilość, która powoduje przekroczenie progu trzeźwości. Słusznie na świadomość sprawcy tego stanu zwrócił uwagę Sąd Najwyższy, stwierdza-

Wykres 1. Prowadzenie pojazdu w stanie nietrzeźwości, przestępstwa stwierdzone.



Źródło: opracowanie własne na podstawie: <https://statystyka.policja.pl/st/przestępstwa-ogolem/przestępstwa-drogowe/prowadzenie-pojazdu-w-s/122332,Prowadzenie-pojazdu-w-stanie-nietrzezwosci.html> [dostęp: 24.11.2020 r.].

jąc, że: „Kwestia dopuszczalnego błędu w urządzeniach pomiarowych nie ma przecież żadnego wpływu na stan świadomości osoby badanej co do tego, czy znajduje się lub też może się znajdować w stanie nietrzeźwości. Świadomość istnienia takiej okoliczności, tj. stanu nietrzeźwości, rozumiana być musi jako wynikająca z poziomu rozwoju psychicznego zdolność rozpoznania określonego stanu własnej osoby; w praktyce sądowo-psychiatrycznej termin świadomość oznacza przytomność”. Odpowiedzialności karnej z art. 178a § 4 kk podlega nie tylko sprawca, który w czasie popełnienia czynu, o którym mowa w § 1 wskazanego przepisu – a więc gdy prowadzi pojazd mechaniczny w ruchu lądowym, wodnym lub powietrznym, będąc w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego – był już uprzednio karany (prawomocnie skazany) za prowadzenie pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego albo za przestępstwo określone w art. 173, 174, 177 lub art. 355 § 2 kk, popełnione w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem środka odurzającego, ale także, gdy czynu określonego w § 1 dopuścił się w okresie obowiązywania zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych, orzeczonego w związku ze skazaniem za przestępstwo. W związku z użyciem przez ustawodawcę spójnika „albo”, dla wyczerpania znamion przestępstwa określonego w art. 178a § 4 kk wystarczające jest spełnienie jednego z zachowań wyrażonych w tym przepisie.

STAN UPOJENIA

Jedno z częstszych tłumaczeń przestępców dopuszczających się bezprawia pod wpływem alkoholu jest rozbijającą szczerze stwierdzenie, typu: „Byłem pijany i nic nie pamiętam”. Bardzo często, w zasadzie jedynie w ujęciu potocznym, uważa się spożycie alkoholu za okoliczność łagodzącą. Wszak pod wpływem alkoholu zdolność powzięcia racjonalnych działań jest mocno ograniczona, a czasem nawet sprawca czynu zabronionego w ogóle nie pamięta zdarzenia. Niektórzy, z reguły błędnie, zestawiają stan odurzenia alkoholem (bądź innymi środkami działającymi odurzająco) z niepoczytalnością.

PROWADZENIE POJAZDÓW POD WPLYWEM ALKOHOLU – ASPEKTY PRAWNE

Art. 31 kk [Niepoczytalność]

§ 1. Nie popełnia przestępstwa, kto, z powodu choroby psychicznej, upośledzenia umysłowego lub innego zakłócenia czynności psychicznych, nie mógł w czasie czynu rozpoznać jego znaczenia lub pokierować swoim postępowaniem.

§ 2. Jeżeli w czasie popełnienia przestępstwa zdolność rozpoznania znaczenia czynu lub kierowania postępowaniem była w znacznym stopniu ograniczona, sąd może zastosować nadzwyczajne złagodzenie kary.

§ 3. Przepisów § 1 i 2 nie stosuje się, gdy sprawca wprowadził się w stan nietrzeźwości lub odurzenia powodujący wyłączenie lub ograniczenie poczytalności, które przewidywał albo mógł przewidzieć.

Gdyby w owym przepisie nie znajdował się § 3, to stan nietrzeźwości lub odurzenia mógłby faktycznie wyłączyć odpowiedzialność sprawców przestępstw, co byłoby społecznie niepożądane. Prawo karne w najprostszym ujęciu jest wyrazem woli społeczeństwa mającego na celu ukaranie, w imieniu państwa, sprawców czynów niepożądanych. Z tego również powodu zdecydowano, że wprowadzenie się w stan nietrzeźwości nie jest okolicznością łagodzącą, co powoduje zarazem pewien paradoks – w psychice sprawcy może w ogóle nie zachodzić żadna relacja pozwalająca na przypisanie winy, a i tak można taką osobę ukarać. Zgodnie z § 3 wskazanego wyżej przepisu osoba nietrzeźwa w chwili popełnienia przestępstwa jest traktowana jak w pełni poczytalna. Mimo że literalne brzmienie przepisu jest na pierwszy rzut oka niewątpliwe, to warto dokładnie przeanalizować jego treść. Jak wskazuje prof. Lech Gardocki, wyróżnia się dwa warunki, które są niezbędne, aby można było osobie nietrzeźwej lub odurzonej przypisać winę:

- sprawca wprowadził się dobrowolnie i świadomie w stan nietrzeźwości lub odurzenia;
- sprawca przewidział lub mógł przewidzieć, że wprowadzając się w stan nietrzeźwości lub odurzenia, wywoła niepoczytalność lub znaczne ograniczenie poczytalności¹².

Powyższe oznacza, że wobec sprawcy, który został podstępem wprowadzony w stan nietrzeźwości lub odurzenia, nie będzie miał zastosowania ów przepis, a tym samym sprawca będzie traktowany jak osoba niepoczytalna. Tym samym zgodnie z definicją przestępstwa (czyn człowieka, bezprawny, zawiniony, szkodliwy społecznie w stopniu wyższym niż znikomy, zabroniony w dacie czynu ustawą), nie będzie można go ukarać. Problem patologicznego upicia dotyczy osób, wobec których alkohol zadziałał w sposób nienaturalnie nieadekwatny. Ma to miejsce np. z przyczyn zdrowotnych, kiedy spożycie nawet jednego piwa może skutkować całkowitym wyłączeniem świadomości. Wobec sprawcy przestępstwa popełnionego w powyższych okolicznościach również nie będzie można zastosować wyłączenia niepoczytalności¹³.

ZAKOŃCZENIE

Zdarzenia w ruchu drogowym są najbardziej niebezpieczne, gdy mamy do czynienia ze sprawcą w stanie nietrzeźwości. Ginie w nich duża liczba osób albo zostają ciężko ranni. Wynika to z nieznajomości przez kierowców prawa o ruchu drogowym,

ale to nie tylko ten czynnik wpływa na taki wysoki wskaźnik wypadków. Człowiek nie przestrzega zasad, jakie powinny panować na drogach. Zwalnia tylko wtedy, gdy widzi z daleka policję; wsiada pijany za kierownicę, myśląc, że ten jeden raz się „uda”, co często powoduje tragiczne skutki zdarzenia drogowego, z których najgorszym jest śmierć uczestników ruchu. Elementem prewencyjnym w przeciwdziałaniu popełnianiu omawianych czynów mogą być kampanie informacyjne, które prowadzą organy państwowe i instytucje pozarządowe. Ich przekaz powinien być dobrze zorganizowany i nagłaśniany, by wpływać na postawy ludzi, co poprawi bezpieczeństwo w ruchu drogowym. Do głównych przyczyn wypadków należą prędkość i alkohol, niezbędne jest zatem egzekwowanie kar. Jeśli nie zmieni się społeczeństwo, to na nic się zdadzą starania Policji w celu zmniejszenia liczby zdarzeń drogowych. To człowiek musi się zachowywać odpowiednio na drodze, powinien mieć świadomość, jakie niebezpieczeństwa występują w ruchu drogowym, i starać się zmniejszyć ryzyko ich wystąpienia.

Słowa kluczowe: stan nietrzeźwości, stan po użyciu alkoholu, bezpieczeństwo, prawo.

Key words: insobriety, condition after consumption of alcohol, safety, law.

¹ Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, z późn. zm.), art. 173–180a.

² Ustawa z dnia 20 maja 1971 r. – Kodeks wykroczeń (Dz. U. z 2019 r. poz. 821, z późn. zm.), art. 84–103.

³ M. Brzeziński, *Jazda po alkoholu – co za to grozi*, www.jazdapoaalkoholu.pl [dostęp: 20.11.2020 r.].

⁴ *Komentarz do artykułu 87 kw*, red. P. Daniluk, sip.lex.pl [dostęp: 7.11.2020 r.].

⁵ Zob. R.A. Stefański, *Wykroczenia drogowe*, 2011, s. 240; W. Radeccki, w: M. Bojarski, W. Radeccki, *Kodeks wykroczeń*, 2016, s. 720, sip.lex.pl [dostęp: 7.11.2020 r.].

⁶ Dz. U. z 2020 r. poz. 110, z późn. zm.

⁷ Dz. U. z 2020 r. poz. 350.

⁸ Dz. U. z 2019 r. poz. 2277, z późn. zm.

⁹ Dz. U. poz. 2472.

¹⁰ Zob. R.A. Stefański, *Nowe określenie*, sip.lex.pl [dostęp: 7.11.2020 r.].

¹¹ R. Pawlik, *Odpowiedzialność kursanta*, sip.lex.pl, s. 28 [dostęp: 7.11.2020 r.].

¹² L. Gardocki, *Prawo karne materialne*, C.H. Beck, Warszawa 2019, s. 70.

¹³ P. Mering, „Wysoki sędzie, byłem pijany i... nic nie pamiętam”. Czy takie wy tłumaczenie może przekonać sąd?, <https://bezpprawnik.pl/alkohol-a-wina-w-prawie-karnym/> [dostęp: 27.11.2020 r.].

Summary

Driving vehicles under the influence of alcohol. Legal aspects

This study contains definitions of criminal offences which are related to driving the vehicle and alcohol abuse. In the material in question there have been described a petty offence and a crime associated with alcohol abuse, insobriety and a state of intoxication. The most important differences between indicated acts, a place where they can be committed as well as resulting legal consequences were presented.

Tłumaczenie: Renata Cedro

STAN PSYCHOFIZYCZNY KIERUJĄCEGO A DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU przed przejściem dla pieszych

podinsp. Daniel Strzelczyk

Zakład Ruchu Drogowego CSP

Negatywny wpływ alkoholu i środków działających podobnie do alkoholu na organizm człowieka jest powszechnie znany. Autor artykułu, biorąc pod uwagę porę roku i zmienne, niedogodne warunki atmosferyczne panujące na polskich drogach, chce przybliżyć pewne istotne fakty mające wpływ na bezpieczeństwo w ruchu drogowym, a związane z prowadzeniem pojazdu przez człowieka.

Na początku autor chciałby przypomnieć pewne pojęcia prawne, które nie są tożsame, a funkcjonują w świadomości ludzi jako zamienne, i są często mylone.

Takimi pojęciami są kierowca i kierujący. Zgodnie z ustawą – Prawo o ruchu drogowym¹:

- **kierowca** to osoba uprawniona do kierowania pojazdem silnikowym lub motorowerem;
- **kierujący** to osoba, która kieruje pojazdem lub zespołem pojazdów, a także osoba, która prowadzi kolumnę pieszych, jedzie wierzchem albo pędzi zwierzęta pojedynczo lub w stadzie.

Oznacza to, że abyśmy mogli powiedzieć, że ktoś kieruje pojazdem, to musi fizycznie znajdować się w pojeździe i mieć wpływ na jego prędkość i kierunek ruchu. Natomiast, aby być kierowcą, wystarczy tylko posiadać prawo jazdy.

Osoba, która spożywała alkohol i kieruje pojazdem, wedle przepisów prawa może się znajdować w dwóch stanach:

- stanie po użyciu alkoholu,
- stanie nietrzeźwości.

Stan po użyciu alkoholu zachodzi, gdy zawartość alkoholu w organizmie wynosi lub prowadzi do:

- 1) stężenia alkoholu we krwi od 0,2‰ do 0,5‰ albo
- 2) obecności w wydychanym powietrzu od 0,1 mg do 0,25 mg alkoholu w 1 dm³.

Stan nietrzeźwości zachodzi, gdy zawartość alkoholu w organizmie wynosi lub prowadzi do:

- 1) stężenia alkoholu we krwi powyżej 0,5‰ albo
- 2) obecności w wydychanym powietrzu powyżej 0,25 mg alkoholu w 1 dm³.

Dokonując analizy ruchu jakiegokolwiek pojazdu, można stwierdzić, że pojazd zwykle porusza się ruchem jednostajnym lub zmiennym. Szczególnym przypadkiem ruchu zmiennego jest ruch opóźniony, w którym:

$$\frac{dV}{dt} = -a_h < 0$$

gdzie a_h – opóźnienie ruchu pojazdu;

dV – zmiana prędkości;

dt – czas, w którym nastąpiła zmiana prędkości.

STAN PSYCHOFIZYCZNY KIERUJĄCEGO A DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU PRZED PRZEJŚCIEM DLA PIESZYCH

Następne dwa pojęcia związane z ruchem pojazdu w ruchu opóźnionym również są czasami stosowane zamiennie, chociaż jest to błędem:

- droga hamowania pojazdu,
- droga zatrzymania pojazdu.

Droga hamowania – to odległość, którą przebywa samochód w czasie faktycznego hamowania.

Droga zatrzymania – to odległość, którą przejedzie samochód od chwili zauważenia przez kierowcę przeszkody wywołującej konieczność hamowania do zatrzymania samochodu.

Oczywiście, droga zatrzymania jest zawsze dłuższa niż droga hamowania.

Łączny czas, jaki upłynie od chwili zauważenia przeszkody będącej impulsem rozpoczęcia hamowania do zatrzymania pojazdu, można zapisać w postaci sumy:

$$t_z = t_{rk} + t_u + t_h$$

gdzie:

t_{rk} – czas reakcji kierowcy,

t_u – czas uruchamiania układu hamulcowego i narastania siły hamowania,

t_h – czas pełnego hamowania, czyli z maksymalną efektywnością.

Całkowity czas reakcji kierowcy można podzielić na trzy etapy:

- czas percepcji sygnału o konieczności hamowania;
- czas podejmowania decyzji;
- czas psychofizycznej reakcji kierowcy.

Czas uruchamiania układu hamulcowego dla współczesnych samochodów przy gwałtownym naciśnięciu na pedał hamulca wynosi:

- 0,15–0,30 s w hydraulicznych układach uruchamiania;
- 0,30–0,50 s w układach pneumatycznych;
- 0,15–0,35 s w układach elektropneumatycznych.

W celu obliczenia najkrótszej drogi zatrzymania pojazdu od prędkości początkowej oznaczonej V_p należy skorzystać z powszechnie znanego wzoru (oczywiście przy założeniu, że: $a_{hmax} = \mu \cdot g$ oraz V_k – prędkość końcowa = 0 m/s):

$$S_z = \left(t_{rk} + \frac{t_u}{2}\right) \cdot V_p + S_{hmin} = \left(t_{rk} + \frac{t_u}{2}\right) \cdot V_p + \frac{V_p^2}{2 \cdot g \cdot \mu}$$

gdzie:

V_p – prędkość początkowa pojazdu;

S_{hmin} – najkrótsza droga hamowania ograniczona przyczepnością opon do nawierzchni;

g – przyspieszenie ziemskie – 9,81 m/s²;

μ – współczynnik przyczepności poślizgowej.

Analizując powyższy wzór, można dojść do wniosku, że na długość drogi zatrzymania pojazdu ma wpływ wiele zmiennej. Jedną z nich jest współczynnik przyczepności uzależniony od rodzaju nawierzchni. Różne wartości współczynnika przyczepności prezentuje tabela nr 1¹.

Kolejnym elementem, który ma znaczący wpływ na długość drogi zatrzymania pojazdu, jest czas reakcji kierującego.

Tabela nr 1. Najczęściej występujące współczynniki przyczepności.

Rodzaj nawierzchni	Stan drogi	Współczynnik przyczepności ślizgowej
Beton	suchy	0,7–0,9
	mokry	0,15–0,65
Asfalt	suchy	0,6–0,9
	mokry	0,3–0,5
Droga gruntowa twarda	sucha	0,2–0,3
	mokra	0,2–0,3
Żwir		0,5
Droga pokryta śniegiem		0,1–0,3
Droga oblodzona		0,05–0,2

Źródło: *Wypadki drogowe. Vademecum biegłego sądowego*, red. A. Reza, J. Wierciński, Instytut Ekspertyz Sądowych, Kraków 2011, s. 300.

Średnie wartości czasu reakcji kierowcy wynoszą²:

- dzień, prosta sytuacja drogowa – 0,7–1,0 s;
- dzień, bardzo złożona sytuacja drogowa – 1,0–1,5 s;
- noc, oświetlenie sztuczne – 1,1–1,9 s;
- noc, droga oświetlona reflektorami pojazdu – 1,0–1,8 s.

Typowy czas reakcji kierującego samochodem to 0,8 s.

Natomiast jeżeli jest on pod wpływem alkoholu, to jego czas reakcji pokazuje tabela nr 2³.

Tabela nr 2. Wpływ alkoholu na czas reakcji.

Stężenie alkoholu w promilach	Czas reakcji (s)
0,0–0,4	1,00
0,4–0,8	1,15
0,8–1,2	1,20
1,2–1,6	1,40
Powyżej 2	Wzrasta nawet 3-krotnie

Źródło: *Wypadki drogowe. Vademecum biegłego sądowego*, red. A. Reza, J. Wierciński, Instytut Ekspertyz Sądowych, Kraków 2011, s. 541.

Poniżej przedstawiono wpływ stanu psychofizycznego kierującego samochodem na długość drogi zatrzymania pojazdu przed przejściem dla pieszych, na które wchodzi pieszy.

Dla $V_p = 50 \text{ km/h} \approx 13,88 \text{ m/s}$ – prędkość dozwolona na obszarze zabudowanym;
 $\mu \approx 0,7$ – suchy asfalt;
 t_{rk} – czas reakcji kierowcy – typowy $0,8 \text{ s}$;
 t_u – czas narastania siły hamowania – $0,35 \text{ s}$.

$$S_z = \left(0,8 + \frac{0,35}{2}\right) \cdot 13,88 + \frac{13,88^2}{2 \cdot 9,81 \cdot 0,7} \approx 26,50 \text{ m}$$

Droga zatrzymania wyniosła 26,50 metra.

Wizualizację zatrzymania pojazdu przed przejściem dla pieszych przedstawia ryc. 1 i 2.

Jak widać na wizualizacji symulacji zdarzenia, gdy kierujący jest skupiony na jeździe i prawidłowo reaguje na to, co dzieje się na drodze, to samochód zatrzyma się przed torem ruchu pieszego wchodzącego na przejście dla pieszych.

Następnie, zachowując pozostałe parametry niezmiennic, autor wyliczył drogę zatrzymania pojazdu, przyjmując $t_{rk} = 1,15 \text{ s}$ – czyli tak, jak dla kierującego będącego w stanie po użyciu alkoholu.

$$S_z = \left(1,15 + \frac{0,35}{2}\right) \cdot 13,88 + \frac{13,88^2}{2 \cdot 9,81 \cdot 0,7} \approx 31,50 \text{ m}$$

Droga zatrzymania wydłużyła się o ok. 5 metrów i doszło do potrącenia pieszego przechodzącego prawidłowo po przejściu dla pieszych. Samochód uderzył w pieszego z prędkością $7,74 \text{ m/s} \approx 27 \text{ km/h}$.

Wizualizację ruchu pojazdu i potrącenie pieszego przedstawia ryc. 3.

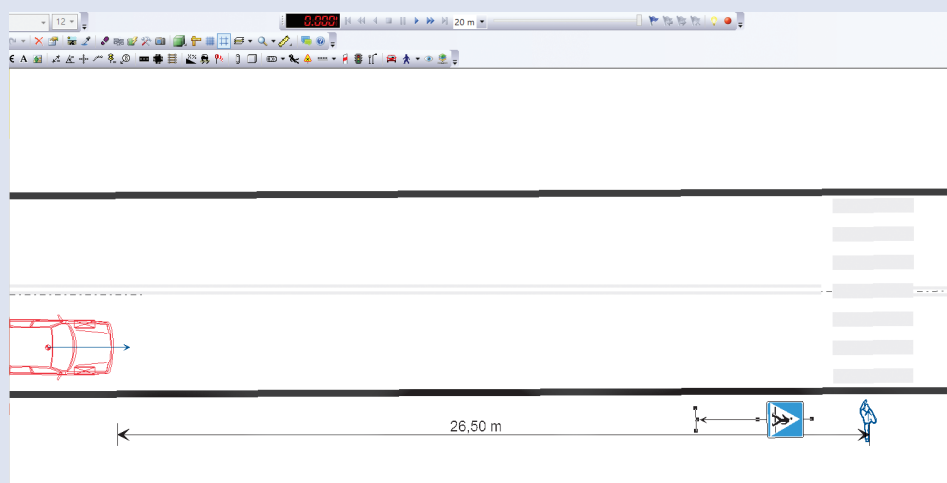
W dalszej kolejności, zachowując pozostałe parametry niezmiennic, autor wyliczył drogę zatrzymania pojazdu, przyjmując $t_{rk} = 1,40 \text{ s}$ – czyli tak, jak dla kierującego będącego w stanie nietrzeźwości – $1,2\%$ alkoholu we krwi.

$$S_z = \left(1,4 + \frac{0,35}{2}\right) \cdot 13,88 + \frac{13,88^2}{2 \cdot 9,81 \cdot 0,7} \approx 34,73 \text{ m}$$

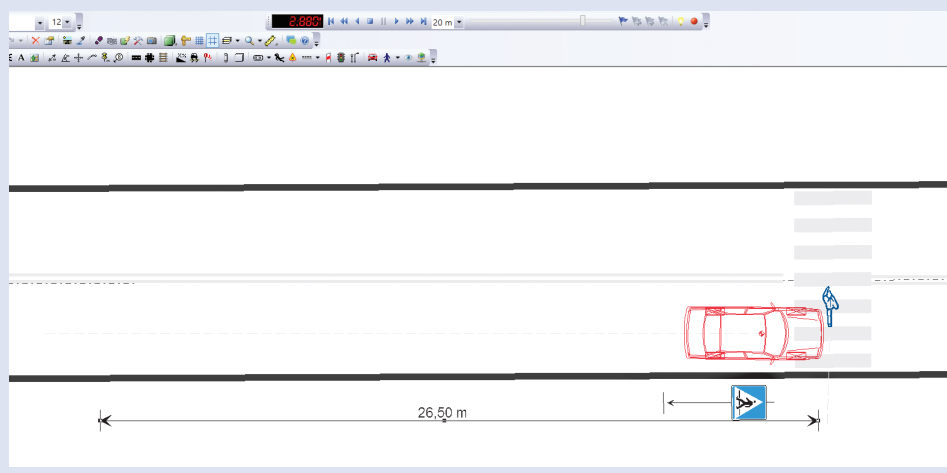
Droga zatrzymania samochodu wyniosła 34,73 m, czyli samochód zatrzymał się dopiero za przejściem dla pieszych, a wcześniej uderzył w pieszego z prędkością $10,41 \text{ m/s} \approx 37 \text{ km/h}$.

Wizualizację ruchu pojazdu przy przyjętych powyżej założeniach – uderzenie pieszego oraz zatrzymanie pojazdu za przejściem – przedstawia ryc. 4.

Ryc. 1. Wizualizacja zatrzymania pojazdu przed przejściem dla pieszych – początek symulacji.

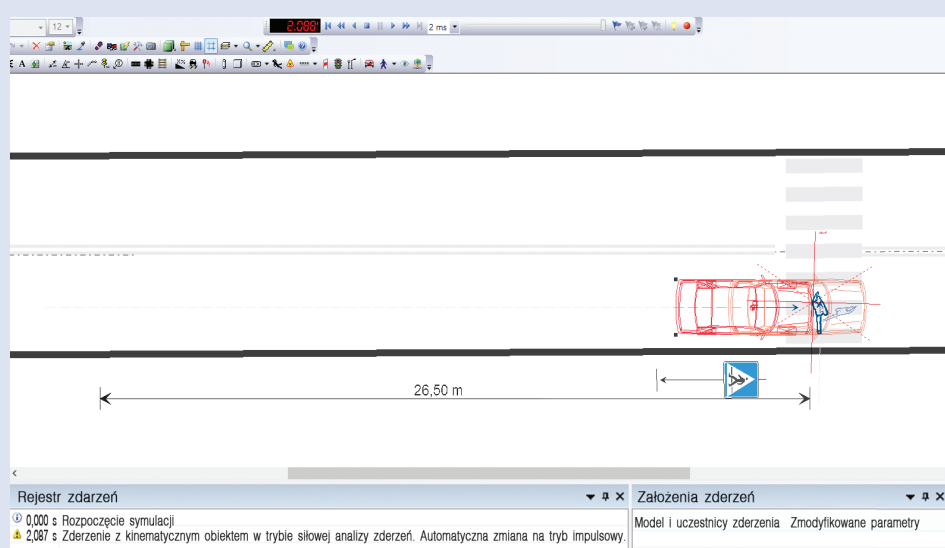


Ryc. 2. Wizualizacja zatrzymania pojazdu przed przejściem dla pieszych – trzeźwy kierujący.

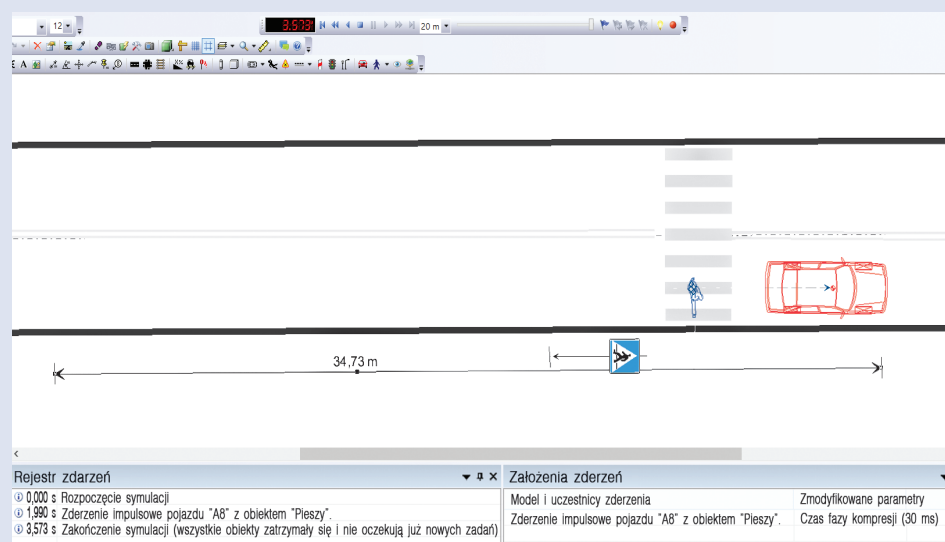


STAN PSYCHOFIZYCZNY KIERUJĄCEGO A DROGA ZATRZYMANIA POJAZDU PRZED PRZEJŚCIEM DLA PIESZYCH

Ryc. 3. Wizualizacja ruchu pojazdu i potrącenie pieszego – kierowca w stanie po użyciu alkoholu.



Ryc. 4. Wizualizacja ruchu pojazdu – kierowca w stanie nietrzeźwości uderzył w pieszego i zatrzymał pojazd za przejściem.



W badanej sytuacji droga zatrzymania wynosiła odpowiednio:

- 26,5 m – prawidłowy czas reakcji;
- 31,5 m – kierowca w stanie po użyciu alkoholu;
- 34,73 m – kierowca w stanie nietrzeźwości.

Podsumowując, należy stwierdzić, że stan psychofizyczny kierującego pojazdem odgrywa kluczową rolę w zachowaniu bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Jak zostało wykazane powyżej, do wypadku potrącenia pieszego nie doszło tylko w sytuacji, w której kierowca samochodem był skupiony na prowadzeniu pojazdu i prawidłowo zareagował na sytuację na drodze. Należy tutaj jeszcze zwrócić uwagę na to, że wpływ na opóźnienie czasu reakcji kierowcy mogą też mieć inne czynniki, np. rozmowa przez telefon komórkowy, co może przyczynić się do zaistnienia wypadku drogowego.

Literatura:

- Prochowski L., *Mechanika ruchu*, WKiŁ, Warszawa 2008.
 Prochowski L., *Podstawy rekonstrukcji wypadków drogowych*, WKiŁ, Warszawa 2014.
 Wicher J., *Bezpieczeństwo samochodów i ruchu drogowego*, WKiŁ, Warszawa 2012.
Wypadki drogowe. Vademecum biegłego sądowego, red. A. Reza, J. Wierciński, wyd. IES, Kraków 2011.

Summary

A psycho-physical condition of a driver and a stopping distance of a vehicle in front of a pedestrian crossing

Statutory concepts such as driver and vehicle driver as well as intoxication and condition after alcohol abuse are mentioned in the first part of the present article. Then the author defines the braking distance and the stopping distance of a vehicle. He presents the formula for calculating the shortest distance of stopping the vehicle and describes its components. In the final part he indicates the influence of the psycho-physical condition of a vehicle driver on the stopping distance and consequences of the excessive response time of a driving person.

Tłumaczenie: Renata Cedro

¹ Ustawa z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2020 r. poz. 110, z późn. zm.).

² L. Prochowski, *Mechanika ruchu*, WKiŁ, Warszawa 2008, s. 125.

³ *Wypadki drogowe. Vademecum biegłego sądowego*, Instytut Ekspertyz Sądowych 2011, s. 541.

ZNIESIENIE OBOWIĄZKU POSIADANIA PRZY SOBIE PRAWA JAZDY

przez kierującego pojazdem
i inne zmiany przepisów ruchu drogowego

mł. asp. Łukasz Trzeciak

Zakład Ruchu Drogowego CSP

asp. szt. Andrzej Polak

Zakład Ruchu Drogowego CSP

Ogłoszoną w dniu 3 września 2020 r. ustawą o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym oraz niektórych innych ustaw¹ wprowadzono znaczące zmiany przepisów w zakresie obowiązków i uprawnień uczestników ruchu drogowego, a – co za tym idzie – dotyczące także funkcjonariuszy Policji przeprowadzających kontrole związane z zapewnieniem porządku i bezpieczeństwa na drogach.

Głównym założeniem omawianych zmian było uproszczenie procesu rejestracji, czasowej rejestracji i wyrejestrowania pojazdów, a w konsekwencji zmniejszenie obciążeń administracyjnych dla organów samorządowych dokonujących rejestracji pojazdów oraz wprowadzenie pewnych ułatwień dla zmotoryzowanych uczestników ruchu drogowego². W związku z tym zaproponowano, aby znowelizowane przepisy ustawy – Prawo o ruchu drogowym³ dotyczyły m.in.:

- zwolnienia z obowiązku posiadania przy sobie i okazywania na żądanie uprawnionego organu kontroli ruchu drogowego wydanego w kraju dokumentu prawa jazdy;
 - zniesienia obowiązku wydawania karty pojazdu w procesie jego pierwszej rejestracji;
 - rezygnacji z obowiązku posiadania nalepki kontrolnej z numerem rejestracyjnym, umieszczanej wewnątrz pojazdu samochodowego (z wyjątkiem motocykla), w prawym dolnym rogu przedniej szyby;
 - wprowadzenia usługi rejestracji online pojazdu zakupionego w salonie sprzedaży pojazdów samochodowych, która umożliwi rejestrację przez ten salon w imieniu nabywcy;
 - umożliwienia zachowania dotychczasowego numeru rejestracyjnego pojazdu przy przerejestrowaniu go, jeżeli był on zarejestrowany na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
- Szczególnie istotną zmianą, zarówno z punktu widzenia kierujących pojazdami, jak i wykonujących czynności służbowe funkcjonariuszy Policji, jest zniesienie obowiązku posiadania przy sobie przez kierującego pojazdem prawa jazdy, a także pozwoleń na kierowanie tramwajem. Trzeba zaznaczyć, że – ze względu na możliwość weryfikacji danych o posiadanych uprawnieniach – chodzi tutaj wyłącznie o dokument wydany przez właściwy organ Rzeczypospolitej Polskiej. Podkreślono to w treści znowelizowanego art. 38 ust. 1 pkt 1 prd, nadając mu następujące brzmienie:

1. *Kierujący pojazdem jest obowiązany mieć przy sobie i okazywać na żądanie uprawnionego organu wymagane dla danego rodzaju pojazdu lub kierującego:*

- 1) *dokument stwierdzający uprawnienie do kierowania pojazdem inny niż wydane w kraju prawo jazdy albo pozwolenie na kierowanie tramwajem, jeżeli kierujący*

nie posiada wydanego w kraju prawa jazdy albo pozwolenia na kierowanie tramwajem; [...]

Nie ma tu więc znaczenia obywatelstwo kierującego, a jedynie fakt, czy dokument ten został wydany przez organ Rzeczypospolitej Polskiej. W centralnej ewidencji kierowców są bowiem gromadzone informacje o nadanych uprawnieniach do kierowania pojazdami, dostępne zarówno dla organów kontroli ruchu drogowego, jak i dla organów właściwych do wydawania dokumentów stwierdzających te uprawnienia. Dzięki temu w trakcie przeprowadzanych czynności kontrolnych funkcjonariusz Policji jest w stanie dokonać ustalenia dotyczącego uprawnień posiadanych przez kierującego.

Naturalnym następstwem powyższej nowelizacji jest zmiana sposobu zatrzymywania prawa jazdy, z uwzględnieniem procedury dotyczącej dokumentu wydanego w kraju i dokumentu wydanego przez organ innego państwa. Zatrzymanie prawa jazdy lub pozwolenia na kierowanie tramwajem wydanych w kraju nastąpi po wystąpieniu co najmniej jednej z przesłanek określonych w art. 135 ust. 1 prd i podobnie jak w przypadku dokumentu stwierdzającego dopuszczenie pojazdu do ruchu będzie polegało na wprowadzeniu przez uprawniony organ kontroli ruchu drogowego informacji elektronicznej o zatrzymaniu. W przypadku prawa jazdy dane te trafią do centralnej ewidencji kierowców (art. 135b ust. 1 prd). Kierującemu wydane zostanie pokwitowanie, które na mocy art. 38 ust. 1 pkt 4b prd ma on obowiązek posiadać przy sobie w okresie jego ważności i okazać na żądanie uprawnionego organu, jeżeli zezwolono na dalszą jazdę. Policja jest obowiązana do przekazania informacji o zatrzymaniu dokumentu zgodnie z właściwością prokuratorowi, sądowi lub staroście.

W przypadku prawa jazdy lub pozwolenia na kierowanie tramwajem wydanych w kraju wykluczono przesłanki do zatrzymania dokumentu w razie jego zniszczenia, podejrzenia podrobienia, wydania postanowienia lub decyzji o zatrzymaniu prawa jazdy, a także orzeczenia zakazu prowadzenia pojazdów lub wydanej decyzji o cofnięciu uprawnienia.

Konsekwencją elektronicznego zatrzymania prawa jazdy jest dokonanie jego zwrotu w tej samej formie. Czas zatrzymania będzie liczony od daty elektronicznego zatrzymania, wprowadza-

ZNIESIENIE OBOWIĄZKU POSIADANIA PRZY SOBIE PRAWA JAZDY

dzanej do centralnej ewidencji kierowców. Jednocześnie zniesiono wynikający z art. 43 § 3 ustawy – Kodeks karny⁴ oraz z art. 29 § 3 ustawy – Kodeks wykroczeń⁵ obowiązek zwrotu dokumentu uprawniającego do prowadzenia pojazdu w przypadku orzeczenia przez sąd środka karnego w postaci zakazu prowadzenia pojazdów. W momencie wejścia omawianych przepisów w życie na poczet okresu obowiązywania zakazu będzie zaliczony czas od momentu elektronicznego zatrzymania dokumentu. Przed nowelizacją okres obowiązywania orzeczonego zakazu nie biegł do chwili zwrotu dokumentu.

Fizyczne zatrzymanie prawa jazdy zgodnie z art. 135b ust. 2 prd może nastąpić jedynie w przypadku posługiwania się dokumentem wydanym przez państwo inne niż Rzeczpospolita Polska. Przesłanki jego zatrzymania wskazane w art. 135a ust. 1 prd utrzymano w dotychczas obowiązującym zakresie.

W związku z brakiem obowiązku posiadania przy sobie przez kierującego pojazdem prawa jazdy lub pozwolenia na kierowanie tramwajem wydanych w Rzeczypospolitej Polskiej do art. 129 ust. 2 prd dodano pkt 1a, zgodnie z którym policjant przeprowadzający czynności kontrolne jest uprawniony do ustalenia tożsamości kierującego pojazdem na podstawie danych z Rejestru Dowodów Osobistych. Należy zauważyć, że przepis ten mówi jedynie o kierującym pojazdem, wobec czego w przypadku legitymowania innego uczestnika ruchu, np. pieszego czy pasażera, podstawą ustalenia tożsamości w takim przypadku będzie nadal § 4 pkt 6 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 4 lutego 2020 r. w sprawie postępowania przy wykonywaniu niektórych uprawnień policjantów⁶, zezwalający na ustalenie tożsamości na podstawie informacji o osobie w postaci zdjęcia wraz z opisem wizerunku osoby lub odcisków linii papilarnych, zgromadzonych w policyjnych zbiorach danych lub zbiorach danych, do których Policja ma dostęp.

Zgodnie z wydanym w dniu 4 września 2020 r. komunikatem Ministra Cyfryzacji⁷ powyższe zmiany (poza obowiązkiem posiadania przez kierującego pojazdem przy sobie pokwitowania za zatrzymany dokument – przepis ten będzie obowiązywał już dzień wcześniej) wchodzi w życie z dniem 5 grudnia 2020 r.

Do art. 38 prd dodano z kolei ust. 2c, na mocy którego z dniem 4 grudnia 2020 r. kierujący pojazdem Policji, Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej, Służby Ochrony Państwa, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Straży Granicznej oraz Krajowej Administracji Skarbowej wykorzystywanym przez Służbę Celno-Skarbową jest obowiązany mieć przy sobie i okazywać na żądanie uprawnionego organu dokumenty, o których mowa w ust. 1 pkt 1, 4 i 5 art. 38 prd, a także dokument stwierdzający dopuszczenie pojazdu do ruchu.

Kolejna zmiana dotyczy art. 60 ust. 1 prd, do którego wprowadzono pkt 3a zabraniający umieszczania na pojeździe tablic (tablicy) rejestracyjnych w innym miejscu niż konstrukcyjnie do tego przeznaczone, a także pkt 3b zakazujący umieszczania na pojeździe jednorzędowych zmniejszonych tablic rejestracyjnych, jeżeli pojazd nie posiada zmniejszonych wymiarów miejsca konstrukcyjnie przeznaczonego do umieszczenia tablicy rejestracyjnej. Przepisy te są odpowiedzią na bardzo często spotykane w ruchu drogowym nieprawidłowości w zakresie miejsca przymocowania tablic rejestracyjnych, które niejednokrotnie użytkownicy pojazdów umieszczają za szybą, a także stosowania zmniejszonych tablic, pomimo że pojazd posiada miejsce konstrukcyjnie przystosowane do zamontowania tablic samochodowych jednorzędowych i dwurzędowych.

Ponadto do art. 60 prd dodano ust. 1a, na mocy którego do nakazu rangi ustawowej podniesiono obowiązujący dotychczas na podstawie § 36 rozporządzenia Ministra Infrastruktury i Budownictwa z dnia 11 grudnia 2017 r. w sprawie rejestracji i oznaczania pojazdów oraz wymagań dla tablic rejestracyjnych⁸ obowiązek utrzymywania przez kierującego pojazdem tablic rejestracyjnych i innych wymaganych oznaczeń pojazdu w należytym stanie oraz zapewnienia ich czytelności. Znowelizowany art. 60 prd wszedł w życie z dniem 4 grudnia 2020 r. Ważną nowelizację, również z punktu widzenia przeprowadzenia kontroli drogowej przez funkcjonariuszy Policji, stanowi zniesienie obowiązku posiadania nalepki kontrolnej z numerem rejestracyjnym, umieszczanej wewnątrz pojazdu samochodowego (z wyjątkiem motocykla) w prawym dolnym rogu przedniej szyby. Zmiany wprowadzone do art. 71 ust. 2, art. 73 ust. 1 i 2b–3a, art. 75 ust. 2, art. 76 ust. 1 pkt 1 lit. a oraz b i pkt 2 oraz ust. 4 pkt 2, art. 78b pkt 1, art. 79c i art. 80b ust. 1 pkt 9 prd przewidują rezygnację z wydawania nalepki kontrolnej podczas rejestracji pojazdu i gromadzenia o niej danych w centralnej ewidencji pojazdów. Ponieważ kierujący pojazdami zarejestrowanymi w kraju (poza nielicznymi wyjątkami) nie są obowiązani mieć przy sobie i okazywać na żądanie uprawnionego organu dokumentu stwierdzającego dopuszczenie pojazdu do ruchu, będzie to wymagało od funkcjonariuszy Policji zwiększonej czujności związanej z właściwą identyfikacją pojazdów w trakcie przeprowadzanych kontroli. Tablice rejestracyjne są bowiem elementem dość łatwym do przełożenia na inny pojazd, a nalepka kontrolna stanowi swego rodzaju zabezpieczenie przed tym i minimalizuje ryzyko błędnej identyfikacji przez kontrolującego. Trzeba przy tym mieć na uwadze, że same nalepki są tak wykonane, iż po umieszczeniu na wewnętrznej stronie przedniej szyby, przy każdej próbie oderwania czy przeklejenia ulegają zniszczeniu – a przynajmniej widocznemu uszkodzeniu. Wejście w życie przepisów znoszących obowiązek wydawania nalepki kontrolnej podczas rejestracji pojazdu planowane jest na 4 września 2022 r.

¹ Ustawa z dnia 14 sierpnia 2020 r. o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. poz. 1517).

² Zob. uzasadnienie z dnia 25 maja 2020 r. projektu ustawy o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym, druk sejmowy nr 388, <http://www.sejm.gov.pl/Sejm9.nsf/druk.xsp?nr=388> [dostęp: 1.11.2020 r.].

³ Ustawa z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2020 r. poz. 110, z późn. zm.) [dalej: prd].

⁴ Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, z późn. zm.).

⁵ Ustawa z dnia 20 maja 1997 r. – Kodeks wykroczeń (Dz. U. z 2019 r. poz. 821, z późn. zm.).

⁶ Dz. U. z 2020 r. poz. 192.

⁷ Dz. U. z 2020 r. poz. 1533.

⁸ Dz. U. poz. 2355, z późn. zm.

Summary

Amendment of regulations abolition of the obligation to carry a driving licence document whilst driving and other changes in traffic regulations

The article discusses the latest amendments to the Road Traffic Act, concerning, inter alia, the abolition of the obligation to carry a driving license issued in Poland whilst driving, a new method of confiscating a driving license by the police and the prohibition of fitting smaller number plates on a vehicle.

Thumaczenie: Łukasz Trzeciak

„Cofanie” liczników samochodowych

Aktualny stan prawny i faktyczny

asp. szt. Marek Maliszewski

Zakład Służby Kryminalnej CSP

mł. asp. Rafał Bloch

Zakład Służby Kryminalnej CSP

Kupno używanego samochodu jest skomplikowanym i czasochłonnym procesem. Wielu kierowców poszukuje kompromisu pomiędzy stanem auta, jego przebiegiem a ceną. Idealny samochód to taki, który jest niedrogi, a do tego jak najnowszy i dobrze wyposażony. Ogólny stan auta określa się m.in. poprzez jego przebieg. Każdy pojazd posiada licznik, który wskazuje, ile kilometrów przejechał dany samochód w całym okresie eksploatacyjnym. Odczyt z drogomierza odzwierciedla zużycie auta.

Na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat mówiło się o niechlubnym procederze „przekręcania” liczników w pojazdach mechanicznych. Cofnięcie wskazań drogomierza miało być m.in. sposobem na podniesienie wartości danego pojazdu podczas sprzedaży. Na stronach internetowych w miarę łatwo można było znaleźć usługę pod nazwą: „korekta licznika” lub „naprawa licznika”.

W niniejszym artykule zajmiemy się odpowiedzialnością karną za przestępstwo „korekty” licznika w pojeździe mechanicznym.

PODSTAWY PRAWNE

Na terenie Rzeczypospolitej Polskiej zasady ruchu po drogach publicznych, w strefie zamieszkania oraz w strefie ruchu określa **ustawa z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym**¹. Jak czytamy w art. 3 ust. 1 ww. ustawy: „Uczestnik ruchu i inna osoba znajdująca się na drodze są obowiązani zachować ostrożność albo gdy ustawa tego wymaga – szczególną ostrożność, unikać wszelkiego działania, które mogłoby spowodować zagrożenie bezpieczeństwa lub porządku ruchu drogowego, ruch ten utrudnić albo w związku z ruchem zakłócić spokój lub porządek publiczny oraz narazić kogokolwiek na szkodę”.

Nowelizacja ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny², która weszła w życie 25 maja 2019 r.³, w **art. 306a** nakłada surowe kary na osoby, które zmieniają wskazania drogomierza pojazdu mechanicznego, ingerując w prawidłowość jego pomiaru albo zlecają innej osobie wykonanie powyższych czynności. W świetle obowiązującego prawa osoby dopuszczające się tego przestępstwa mogą zostać skazane na karę pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.

Kolejną zmianą, jaką wprowadzono na podstawie art. 131 ust. 1 ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym, jest **rozporządzenie z dnia 5 listopada 2019 r. w sprawie kontroli ruchu drogowego**⁴, które zaczęło obowiązywać od dnia 7 listopada 2019 r. Wyjątkiem jest jedynie § 12, który obowiązuje od 1 stycznia 2020 r. i na podstawie którego kontrolujący dokonuje odczytu wskazań drogomierza pojazdu zatrzymanego do kontroli.

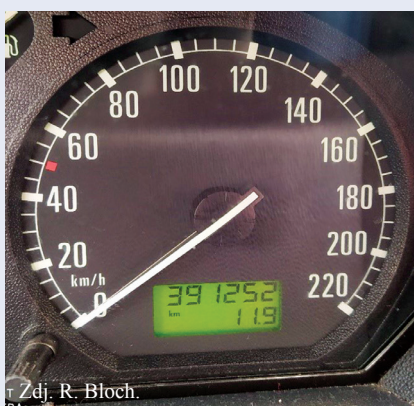
GDZIE SPRAWDZIĆ PRZEBIEG POJAZDU?

Przebieg samochodu to jeden z czynników mających wpływ na jego wartość. W powszechnym przekonaniu ideałem jest samochód z jak najmniejszym przebiegiem. Przy zakupie używanego samochodu nie można mieć całkowitej pewności co do jego przebiegu. Gdzie więc można sprawdzić realny przebieg samochodu? Na rządowej stronie internetowej **historiapojazdu.gov.pl** w 2014 r. została uruchomiona bezpłatna e-usługa pod nazwą „Historia pojazdu”. Można tam

DROGOMIERZE SAMOCHODOWE



Zdj. M. Maliszewski.



Zdj. R. Bloch.



Zdj. R. Bloch.

uzyskać m.in. informacje dotyczące danych technicznych pojazdu, wersji nadwozia, liczby miejsc. Ponadto można sprawdzić odczyt drogomierza zarejestrowany podczas badań technicznych.

Od dnia 1 stycznia 2014 r. podczas badania technicznego pojazdu diagności zobowiązani są **spisywać stan licznika kilometrów** i wprowadzać go do bazy Centralnej Ewidencji Pojazdów. Reguluje to rozporządzenie Ministra Transportu, Budownictwa i Gospodarki Morskiej z dnia 26 czerwca 2012 r. w sprawie zakresu i sposobu przeprowadzania badań technicznych pojazdów oraz wzorów dokumentów stosowanych przy tych badaniach⁵.

Ponadto od pierwszego kwartału 2020 r. zarówno diagnostów przeprowadzających badanie techniczne, jak i policjantów przeprowadzających kontrole drogowe obowiązuje **rozporządzenie Ministra Cyfryzacji z dnia 8 listopada 2017 r. w sprawie zakresu danych udostępnianych w postaci elektronicznej z centralnej ewidencji pojazdów**⁶ zmienione rozporządzeniem Ministra Cyfryzacji z dnia 13 lutego 2020 r.⁷

KARA ZA KOREKTĘ WSKAZAŃ DROGOMIERZA

Pomimo gromadzenia powyższych danych w centralnej ewidencji pojazdów od roku 2014 proceder tzw. korekty wskazań drogomierza nie był karalny. Można było w Polsce mó-

wić o istniej placdze „przekręcania” liczników samochodowych. Dopiero od 25 maja 2019 r., czyli, nowelizacji Kodeksu karnego, „korekta” liczników stała się karalna.

Na podstawie artykułu 306a kk osoba, która zmienia wskazanie licznika samochodowego, ingeruje w jego działanie lub innej osobie zleca powyższe czynności, podlega karze pozbawienia wolności nawet na okres 5 lat.

Z podobnymi sankcjami karnymi spotykamy się również w pozostałych krajach Unii Europejskiej. W Niemczech za „korektę” licznika w samochodzie można również otrzymać karę 5 lat więzienia, a we Francji – karę 2 lat. W Republice Czeskiej za ingerencję w stan licznika można stracić samochód oraz dostać rok więzienia. W Austrii z kolei za „korygowanie” danych technicznych pojazdu grozi kara pozbawienia wolności na okres 1 roku. Od 1 stycznia 2020 r., zgodnie z § 12 ust. 1 rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 5 listopada 2019 r. w sprawie kontroli ruchu drogowego⁸, kontrolujący dokonuje odczytu wskazań drogomierza pojazdu zatrzymanego do kontroli. Podczas tych kontroli można zauważyć, że coraz więcej jest pojazdów z dużym przebiegiem, rzędu 300–400 tys. kilometrów, co przed wejściem w życie art. 306a kk było raczej rzadkością.

Po wprowadzeniu kontroli drogomierzy mamy prawdziwe rekordy ujawnienia niezgodności stanu licznika, które przekraczają nawet 1 milion kilometrów. Można więc w tym przypadku mówić o korzystnych konsekwencjach nowych przepisów. Kierujący pojazdami oraz właściciele samochodów z większą ostrożnością podchodzą teraz do kupna pojazdów i do ich przebiegu. Liczą się z konsekwencjami prawnymi związanymi z ewentualną ingerencją w stan drogomierza.

Warto wspomnieć, że na podstawie art. 129l ust. 2 ustawy – Prawo o ruchu drogowym kierujący pojazdem jest obowiązany umożliwić uprawnionemu kierownikowi kontroli dokonania odczytu drogomierza pojazdu kierowanego, holowanego lub przewożonego.

WYMIANA DROGOMIERZA PO 1 STYCZNIA 2020 R.

Co natomiast zrobić, gdy licznik samochodowy ulegnie awarii? **Artykuły 81a i 81b** ustawy – Prawo o ruchu drogowym wprowadzają przesłanki dopuszczalności wymiany licznika, tj.:

„Art. 81a. Wymiana drogomierza jest dopuszczalna, gdy drogomierz nie odmierza przebiegu pojazdu w sytuacji, w której ze względu na przeznaczenie drogomierza powinien ten przebieg odmierzać lub gdy jest konieczna wymiana elementu pojazdu, z którym drogomierz jest nierozdzielnie związany. Wymiana drogomierza może nastąpić tylko na drogomierz sprawny i właściwy dla danego typu pojazdu.

Art. 81b. 1. Właściciel lub posiadacz pojazdu, pojazdu wolnobieżnego, pojazdu wolnobieżnego wchodzącego w skład kolejki turystycznej lub motoroweru, także niezarejestrowanego, który dokonał wymiany drogomierza, jest obowiązany w terminie 14 dni od dnia wymiany tego drogomierza przedstawić pojazd w stacji kontroli pojazdów w celu dokonania odczytu wskazania drogomierza, o którym mowa w art. 81a zdanie drugie, wraz z jednostką miary. Przepis art. 81 ust. 13 stosuje się odpowiednio.

2. Niedotrzymanie terminu, o którym mowa w ust. 1, nie stanowi podstawy odmowy przez stację kontroli pojazdów dokonania odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary.

3. Warunkiem dokonania odczytu, o którym mowa w ust. 1, jest uiszczenie przez właściciela lub posiadacza pojazdu opłaty za dokonanie odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary oraz opłaty ewidencyjnej.

4. Maksymalna wysokość opłaty za dokonanie odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary nie może przekroczyć 100 zł. Opłata stanowi przychód przedsiębiorcy prowadzącego stację kontroli pojazdów.

5. Czynność, o której mowa w ust. 1, przeprowadza się po złożeniu diagnoście przez właściciela lub posiadacza pojazdu pisemnego oświadczenia o wymianie drogomierza, sporządzonego na urzędowym formularzu. Oświadczenie zawiera:

- 1) imię i nazwisko składającego oświadczenie;
 - 2) numer PESEL składającego oświadczenie, a w przypadku osoby nieposiadającej numeru PESEL – serię, numer i nazwę dokumentu potwierdzającego tożsamość oraz nazwę państwa, które wydało ten dokument;
 - 3) adres zamieszkania składającego oświadczenie;
 - 4) dane identyfikujące pojazd;
 - 5) datę i przyczynę wymiany drogomierza;
 - 6) oznaczenie miejsca i datę złożenia oświadczenia;
 - 7) klauzulę o treści: „Jestem świadomy odpowiedzialności karnej za złożenie fałszywego oświadczenia.”;
 - 8) czytelny podpis składającego oświadczenie.
6. Oświadczenie, o którym mowa w ust. 5, składa się pod rygorem odpowiedzialności karnej za złożenie fałszywego oświadczenia. Klauzula, o której mowa w ust. 5 pkt 7, zastępuje pouczenie o odpowiedzialności karnej za złożenie fałszywego oświadczenia.
7. Datę i przyczynę wymiany drogomierza stwierdza, na podstawie oświadczenia, o którym mowa w ust. 5, uprawniony diagnosta zatrudniony w stacji kontroli pojazdów.
8. Minister Sprawiedliwości określi, w drodze rozporządzenia:
- 1) wzór urzędowego formularza oświadczenia właściciela lub posiadacza pojazdu o wymianie drogomierza, mając na uwadze rzetelne dokumentowanie czynności związanych z wymianą drogomierza;
 - 2) organ zobowiązany do przechowywania oświadczenia, o którym mowa w ust. 5, oraz sposób przekazywania tego oświadczenia, mając na uwadze znaczenie tego dokumentu dla gromadzonych informacji o pojeździe.

9. Minister właściwy do spraw transportu określi, w drodze rozporządzenia szczegółowe czynności uprawnionych diagnostów związane z dokonaniem odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary oraz wysokość opłaty za dokonanie odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary, mając na uwadze konieczność zapewnienia jednolitej procedury w zakresie dokonywania odczytu wskazania drogomierza wraz z jednostką miary, rzetelnego dokumentowania czyn-

ności związanych z wymianą drogomierza oraz koszty tych czynności, w tym niezbędny nakład pracy, a także zasady proporcjonalności opłat”.

Po wymianie drogomierza właściciel pojazdu jest zobowiązany do zgłoszenia tego faktu. W praktyce chodzi o stawienie się na stacji kontroli pojazdów w terminie do 14 dni od wymiany, a zgłoszenia do Centralnej Ewidencji Pojazdów dokonuje diagnosta po odczycie wskazania drogomierza. Aby mógł to zrobić, niezbędne jest złożenie oświadczenia z danymi wymienionymi w art. 81b ust. 5 prd.

Warto w tym miejscu zwrócić uwagę na ostatnie punkty oświadczenia, czyli podanie przyczyny wymiany drogomierza i świadomość konsekwencji za fałszywe oświadczenie. Jest to o tyle ważne, że jeśli przyczyna faktycznie była inna, niż przewiduje ustawodawca, to właściciel popełnia przestępstwo⁹.

Diagnosta nie może odmówić odczytu drogomierza, jeśli właściciel pojazdu nie dotrzymał 14-dniowego terminu, o którym mowa wyżej. W żaden sposób też nie sprawdza i nie wnika w przyczynę wymiany drogomierza oraz tego, czy faktycznie został wymieniony. Może natomiast stwierdzić negatywny odczyt w następujących przypadkach¹⁰:

- wartość wskazania drogomierza jest nieczytelna lub niekompletna,
- drogomierz nie pokazuje żadnej wartości,
- brak jest zamontowanego drogomierza lub jest nieprawidłowo zamontowany, w szczególności w miejscu do tego konstrukcyjnie nieprzeznaczonym,
- zamontowany drogomierz jest niewłaściwy do danego typu pojazdu.

Po odczycie diagnosta zgłasza nowy przebieg do centralnej ewidencji pojazdów, w której pojawia się informacja o nowym przebiegu oraz o wymianie licznika. Nowy przebieg zostaje w ten sposób „zalegalizowany”, choć należy pamiętać, że jeśli został sfalszowany (wymieniono licznik w celu zaniżenia przebiegu pojazdu), to wpis do CEP nie zwalnia z odpowiedzialności karnej¹¹.

CZY KIERUJĄCY POJAZDEM MOŻE ZOSTAĆ UKARANY ZA POSIADANIE SAMOCHODU Z „PRZEKRĘCONYM” LICZNIKIEM?

Na to pytanie można odpowiedzieć krótko – nie. Sam fakt posiadania pojazdu ze zmienionym licznikiem i poruszanie się nim nie jest podstawą do odpowiedzialności karnej. Odpowiedzialność będzie mogła nastąpić dopiero wówczas, kiedy właściciel pojazdu dowie się, że w jego aucie jest „przekręcony” licznik, nie przekaze informacji o tym fakcie nabywcy pojazdu przy sprzedaży i dzięki temu otrzyma wyższą cenę. Ale tu podstawa odpowiedzialności jest ta sama, co do tej pory, czyli przestępstwo oszustwa (art. 286 kk).

Od dnia 25 maja 2019 r. **zabroniona jest jakakolwiek zmiana wskazania drogomierza** i niestety nie ma tu żadnych przesłanek wyłączających. Jeżeli więc montujemy w aucie nowy licznik, to należy zamontować go z takim wskazaniem, z jakim jest. Jeżeli montujemy licznik fabrycznie nowy, to mon-

„COFANIE” LICZNIKÓW SAMOCHODOWYCH – STAN PRAWNY I FAKTYCZNY

tujemy go z wartością „0” lub ewentualnie z taką wartością, jaką miał, opuszczając fabrykę, ponieważ czasami urządzenia są wcześniej testowane. Jeżeli montujemy drogomierz z rynku wtórnego, to montujemy go z taką liczbą przejechanych kilometrów, jaką pokazywał w momencie zakupu. Różnica po 1 stycznia 2020 r. jest taka, że jeżeli wymieniamy drogomierz w sytuacji, gdy spełniamy przesłanki dopuszczające z art. 81a prd, to nie popełniamy czynu zabronionego. Jeżeli jednak wymieniliśmy licznik między 25 maja 2019 r. a 1 stycznia 2020 r., nawet jeśli były do tego obiektywne przesłanki, to popełniliśmy przestępstwo z art. 306a kk¹².

NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCE MODELE POJAZDÓW Z „COFNIĘTYM” LICZNIKIEM

CarVertical – jedna z firm sprawdzająca historię samochodów po numerze VIN – przeprowadziła badania mające na celu sprawdzenie, w których samochodach najczęściej dochodziło do tzw. korekty drogomierza. Informacje zostały zebrane z bazy danych tej firmy. Badania obejmują ponad pół miliona raportów w okresie od października 2019 r. do października 2020 r. Raporty zostały zebrane z różnych rynków na całym świecie, w tym z: Polski, Rumunii, Węgier, Francji, Słowenii, Słowacji, Czech, Łotwy, Bułgarii, Ukrainy, Serbii, Niemiec, Chorwacji, Rosji i Stanów Zjednoczonych.

Z badań przeprowadzonych przez firmę carVertical na przestrzeni roku wynika, że na liście samochodów z „cofniętym” licznikiem znajdują się pojazdy produkowane przez niemieckie koncerny samochodowe. Na pierwszym miejscu znajduje się koncern BMW. Według przedstawicieli firmy najczęściej „korygowane” są liczniki w takich autach, jak: BMW 7, BMW X5, BMW 5. Kolejne miejsca zajmują BMW 3, BMW X3, BMW 1. Drugim producentem z najczęściej „przekręconym” licznikiem jest Audi z modelem A6. Na trzecim miejscu znajduje się Volkswagen Touareg. Następne miejsca zajmują: Audi A5, Mercedes-Benz E, Volkswagen Passat, Skoda Superb, Audi A4, Skoda Octavia. Ostatnie miejsce zajmuje Volkswagen Transporter.

Jest to niechlubna lista, ponieważ ww. modele samochodów mają najczęściej korygowane drogomierze. Nie można tu jednak mówić o żadnej „liście wstydu”, gdyż ten proceder świadczy o tym, że te pojazdy mają dobre silniki, na których przejechano wiele tysięcy kilometrów.

Z powyższego zestawienia wynika jeszcze jedna zależność, a mianowicie – pojazdy klasy premium znacznie częściej mają „cofnięte” liczniki niż samochody klasy ekonomicznej. Wynika z tego, że nabywcy pojazdów klasy premium, a więc zazwyczaj lepiej wyposażonych i oczywiście droższych, muszą przed ewentualnym zakupem dokładniej zbadać przebieg samochodu. Ponadto z raportów firmy carVertical wynika, że częściej są „cofane” liczniki samochodów napędzanych silnikiem wysokoprężnym niż pojazdów z silnikiem benzynowym. Rzecz ciekawa, że najbardziej narażone na oszustwa „cofnięcia” licznika są pojazdy 10–15-letnie¹³.

CZYNNOŚCI PROCESOWE

Biuro Kryminalne Komendy Głównej Policji określiło sposób postępowania policjantów w przypadku stwierdzenia w toku kontroli drogowej niezgodności stanu drogomierza

z danymi zawartymi w centralnej ewidencji pojazdów. Taka niezgodność budzi uzasadnione podejrzenie popełnienia przestępstwa z art. 306a kk. W związku z tym funkcjonariusze przeprowadzający kontrolę drogową powinni podjąć **czynności zgodnie z art. 308 kpk¹⁴**, czyli tzw. czynności w niezbędnym zakresie.

Art. 308 § 1 kpk: „W granicach koniecznych dla zabezpieczenia śladów i dowodów przestępstwa przed ich utratą, zniekształceniem lub zniszczeniem, prokurator albo Policja może w każdej sprawie, w wypadkach niecierpiących zwłoki, jeszcze przed wydaniem postanowienia o wszczęciu śledztwa lub dochodzenia, przeprowadzić w niezbędnym zakresie czynności procesowe, a zwłaszcza dokonać oględzin, w razie potrzeby z udziałem biegłego, przeszukania lub czynności wymienionych w art. 74 § 2 pkt 1 w stosunku do osoby podejrzanej, a także przedsięwziąć wobec niej inne niezbędne czynności, nie wyłączając pobrania krwi, włosów i wydzielin organizmu”.

Ponadto Komenda Główna Policji nakłada na policjanta **wykonanie następujących czynności¹⁵**:

- 1) sporządzenie notatki urzędowej i udokumentowanie w niej przebiegu kontroli drogowej pojazdu mechanicznego i jej ustaleń, ze wskazaniem osoby kierującej, pasażerów, danych pojazdu i wskazań drogomierza;
- 2) dokonanie z udziałem kierującego pojazdem oględzin pojazdu, z uwzględnieniem w treści protokołu marki pojazdu, numeru rejestracyjnego, numeru VIN, wskazań drogomierza w postaci cyfr oraz wyrazów (słownie);
- 3) wykonanie dokumentacji fotograficznej drogomierza;
- 4) ustalenie z prokuratorem właściwym dla miejsca ujawnienia niezgodności wskazań drogomierza sposobu postępowania w odniesieniu do pojazdu mechanicznego, np. zatrzymanie pojazdu w trybie art. 217 kpk i oddanie na przechowanie osobie godnej zaufania lub podmiotowi, który gwarantuje prawidłowe wykonanie umowy przechowania;
- 5) przekazanie sporządzonej dokumentacji właściwej ze względu na miejsce ujawnienia przestępstwa jednostce prokuratury z wnioskiem o wszczęcie śledztwa.

Został tu zaproponowany algorytm postępowania dotyczący ujawnienia przestępstwa „korekty” wskazań drogomierza pojazdu mechanicznego. Oczywiście praktyka może być różna, zależnie od zasad wypracowanych przez daną jednostkę organizacyjną prokuratury i Policji.

WYROK SĄDU REJONOWEGO W DZIERŻONIOWIE

Nie ma społecznego przyzwolenia na sprzedaż samochodów z „cofniętym” licznikiem. Świadczą o tym liczne sprawy sądowe, gdzie pozwany jest osoba, która sprzedawała pojazd z „korektą” licznika. Poniżej zamieszczamy przykładowy wyrok sądu.

Sygn. akt I C 2359/17

WYROK
W IMIENIU RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Dnia 30 lipca 2019 roku

Sąd Rejonowy w Dzierżoniowie I Wydział Cywilny
w składzie:

Przewodniczący: SSR Radosław Florek

Protokolant: Marta Chęcińska

po rozpoznaniu w dniu 17 lipca 2019 roku w Dzierżoniowie
na rozprawie

sprawy z powództwa K. G.

przeciwko E. P. (1)

o zapłatę kwoty 7000 zł

I. zasądza od pozwanej E. P. (1) na rzecz powódki K. G. kwotę **7000 zł** (siedem tysięcy złotych);

II. oddala powództwo w pozostałym zakresie;

III. zasądza od pozwanej E. P. (1) na rzecz powódki K. G. kwotę **3050 zł** tytułem zwrotu kosztów procesu;IV. nakazuje pozwanej E. P. (1) zapłacić na rzecz Skarbu Państwa – Sądu Rejonowego w Dzierżoniowie kwotę **1476,36 zł** tytułem zwrotu wydatków tymczasowo poniesionych przez Skarb Państwa.

UZASADNIENIE

Powódka K. G. wniosła o zasądzenie na jej rzecz od pozwanej E. P. (1) kwoty 7000 zł wraz z odsetkami ustawowymi liczonymi od dnia wniesienia pozwu do dnia zapłaty.

Na uzasadnienie tego żądania wskazała, że w dniu 16 sierpnia 2016 roku zakupiła od pozwanej pojazd marki B. (...) o numerze rejestracyjnym (...) za kwotę 35 000 zł. Podała, że po pewnym czasie użytkowania odniosła wrażenie, iż pojazd jest zbyt głośny, a w związku z tym udała się do mechanika, który stwierdził, że został on pozbawiony filtra cząstek stałych. Wskazała, że zawiadomiła o tej wadze pozwaną. Oświadczyła, że następnie zwróciła się do (...) o wskazanie przebiegu spornego samochodu i uzyskała informacje, że w lutym 2013 roku miał on przejechane 283 000 km, a nie 182 000 km, jak wskazano w umowie sprzedaży zawartej przez poprzednich właścicieli. Podała, że w związku z tym wezwała pozwaną do zapłaty kwoty 7000 zł tytułem obniżenia ceny sprzedaży pojazdu, jednakże pozwana odmówiła uwzględnienia jej roszczenia.

W odpowiedzi na pozew z dnia 28 grudnia 2017 roku pozwana wniosła o oddalenie powództwa w całości.

Motywuując swoje stanowisko, wskazała, że na fakturze dotyczącej sprzedaży spornego pojazdu powódce nie podano jego przebiegu, a z dokumentów umowy sprzedaży zawartej pomiędzy nią i M. G. wynikało, iż ostatni zarejestrowany przebieg tego samochodu wynosił 182 170 km. Podkreśliła, że roszczenie powódki nie zostało w żaden sposób udowodnione, a ona dochowała należytej staranności, albowiem z umowy pomiędzy nią i poprzednim właścicielem wynikał podany powyżej przebieg tego samochodu, przy czym taki przebieg był wskazany także w historii pojazdu.

Sąd ustalił następujący stan faktyczny:

Samochód osobowy marki B. (...) o numerze identyfikacyjnym (...) został wyprodukowany we wrześniu 2007 roku.

Dowód: odpis faktury VAT Nr (...) z dnia 16 sierpnia 2016 roku – k. 7,

historia pojazdu – k. 8-14 i 26-27,

odpisy umowy kupna-sprzedaży pojazdu z dnia 2 lipca 2016 roku – k. 24 i 31,

odpis faktury VAT Nr (...) z dnia 5 lipca 2016 roku – k. 25.

W dniu 1 kwietnia 2011 roku jego przebieg wynosił 181 014 km, natomiast w dniu 13 lutego 2013 roku wynosił 283 334 km.

Dowód: historia pojazdu – k. 8-14.

W dniu 23 kwietnia 2013 roku sporny pojazd został po raz pierwszy zarejestrowany w Polsce.

Z kolei w dniu 3 czerwca 2014 roku przeprowadzono jego badanie techniczne. W jego trakcie ustalono, że stan licznika wynosi 145 123 km.

Następnie w dniu 18 czerwca 2015 roku przeprowadzono kolejne badanie techniczne. Wówczas jego licznik wskazywał przebieg wynoszący 163 301 km.

Kolejne badanie techniczne miało miejsce w dniu 22 czerwca 2016 roku i wtedy stan licznika wynosił 182 170 km.

Dowód: historia pojazdu – k. 26-27.

W dniu 2 lipca 2016 samochód ten został sprzedany M. G. przez E. O. za cenę 33 000 zł. W umowie wskazano, że jego przebieg wynosi 182 000 km.

Dowód: odpisy umowy kupna-sprzedaży pojazdu z dnia 2 lipca 2016 roku – k. 24 i 31.

Z kolei w dniu 5 lipca 2016 roku, M. G. sprzedał ten samochód pozwanej E. P. (2) za cenę 34 000 zł. Pozwana dokonała nabycia tego pojazdu w ramach działalności gospodarczej prowadzonej przez nią pod nazwą „Firma Handlowo-Usługowa (...) S.”.

Dowód: odpis faktury VAT Nr (...) z dnia 5 lipca 2016 roku – k. 25.

Następnie w dniu 16 sierpnia 2016 roku powódka K. G. nabyła od pozwanej sporny samochód za cenę 35 000 zł. Pozwana dokonała sprzedaży tego pojazdu w ramach działalności gospodarczej prowadzonej przez nią pod nazwą „Firma Handlowo-Usługowa (...) S.”.

Dowód: odpis faktury VAT Nr (...) z dnia 16 sierpnia 2016 roku – k. 7.

Na ten dzień pojazd ten miał przejechane około 328 540 km.

W samochodzie tym usunięta została masa ceramiczna w filtrze cząstek stałych, co spowodowało zniszczenie tego filtra, a w konsekwencji przyczynia się do nieprawidłowej pracy silnika.

Dowód: opinia pisemna biegłego sądowego z zakresu oceny technicznej pojazdów samochodowych i szacowania wartości pojazdów samochodowych Z. G. z dnia 5 października 2018 roku – k. 67–113, ustne wyjaśnienia opinii pisemnej biegłego sądowego z zakresu oceny technicznej pojazdów samochodowych i szacowania wartości pojazdów samochodowych Z. G. – k. 181.

Pismem z dnia 15 października 2016 roku powódka zawiadomiła pozwaną o tej wadzie.

Dowód: odpis zawiadomienia o wadzie fizycznej ruchomości z dnia 15 października 2016 roku – k. 32.

Pozwana odebrała to pismo.

Fakt przyznany

Dokumenty zawierające informacje dotyczące przebiegu spornego pojazdu przed jego zarejestrowaniem na terytorium Polski zostały wydrukowane w dniu 16 listopada 2016 roku.

Dowód: historia pojazdu – k. 8–14.

Pismem z dnia 14 sierpnia 2017 roku powódka zawiadomiła pozwaną o kolejnej wadzie fizycznej przedmiotowego samochodu, która polegała na ingerencji w jego licznik, co spowodowało, że kupując ten pojazd była ona przekonana, iż ma on przebieg o kilkadziesiąt tysięcy kilometrów mniejszy niż w rzeczywistości. W związku z tym oświadczyła, że wyżej wymieniona wada obniża wartość tego samochodu o kwotę 7000 zł i wezwała pozwaną do uiszczenia tej kwoty, w terminie 7 dni od dnia otrzymania tegoż pisma.

Dowód: odpis zawiadomienia o kolejnej wadzie fizycznej ruchomości wraz z oświadczeniem o obniżeniu ceny zakupu z dnia 14 sierpnia 2017 roku – k. 33–34.

Pozwana odebrała to pismo w dniu 17 sierpnia 2017 roku.

Dowód: wydruk e-monitoringu Poczty Polskiej – k. 36–37.

W piśmie z dnia 20 sierpnia 2017 roku pozwana odmówiła uwzględnienia tego roszczenia, wskazując, że nie doszło do zarzucanego jej cofnięcia licznika.

Dowód: odpis pisma pozwanej do pełnomocnika powódki z dnia 20 sierpnia 2017 roku – k. 15.

Wartość spornego pojazdu na dzień 16 sierpnia 2016 roku, przy uwzględnieniu opisanych powyżej wad, wynosiła 21 828,26 zł.

Dowód: opinia pisemna biegłego sądowego z zakresu oceny technicznej pojazdów samochodowych i szacowania wartości pojazdów samochodowych Z. G. z dnia 5 października 2018 roku – k. 67–113, ustne wyjaśnienia opinii pisemnej biegłego sądowego z zakresu oceny technicznej pojazdów samochodowych i szacowania wartości pojazdów samochodowych Z. G. – k. 181.

Sąd zważył, co następuje:

powództwo w znacznej części podlegało uwzględnieniu.

W niniejszej sprawie powódka wystąpiła o zasądzenie od pozwanej kwoty 7000 zł z tytułu obniżenia ceny zakupu spornego pojazdu ze względu na stwierdzone w nim wady fizyczne w postaci zaniżenia jego przebiegu i uszkodzenia filtra cząstek stałych. W tym zakresie skorzystała więc z uprawnień wynikających z rękojmi za wady rzeczy sprzedanej.

Na wstępie należy wskazać, że zgodnie z przepisem art. 556 k.c. sprzedawca jest odpowiedzialny względem kupującego, jeżeli rzecz sprzedana ma wadę fizyczną lub prawną (rękojmią). Istota odpowiedzialności z tytułu rękojmi za wady rzeczy sprzedanej sprowadza się do przywrócenia ekwiwalentności spełnionych przez strony świadczeń. Wykonanie przez kupującego uprawnienia z tytułu rękojmi ma doprowadzić do stanu, w którym sprzedający otrzyma świadczenie stanowiące rzeczywisty ekwiwalent zakupionej rzeczy. Co istotne, odpowiedzialność ta ma charakter obiektywny, co oznacza, że jest niezależna od winy (por. wyrok Sądu Apelacyjnego w Białymstoku z dnia 18 stycznia 2018 roku, I AGa 21/18, LEX nr 2449692). Jest to bowiem odpowiedzialność bezwzględna, której wystarczającą przesłanką faktyczną jest ustalenie, że sprzedana kupującemu rzecz wykazuje cechy kwalifikujące ją w danym stosunku prawnym jako rzecz wadliwą (por. wyrok Sądu Najwyższego z dnia 5 marca 2010 roku, IV CNP 76/09, LEX nr 852575). W związku z tym obciąża sprzedawcę niezależnie od tego, czy to on spowodował wadliwość rzeczy czy ponosi w tym zakresie jakąkolwiek winę, a nawet czy w ogóle wiedział lub mógł wiedzieć o tym, że sprzedawana rzecz jest wadliwa. Z takiego charakteru tej odpowiedzialności wynika w sposób oczywisty ten praktyczny wniosek, że w interesie sprzedawcy leży staranne badanie jakości towarów, które sam nabywa w celu odsprzedaży, to bowiem pozwala mu zmniejszyć ryzyko, jakie wiąże się ze sprzedażą towarów wadliwych (por. uzasadnienie wyroku Sądu Najwyższego z dnia 20 maja 1997 roku, II CKN 115/97, LEX nr 81134).

W rozpoznawanej sprawie Sąd ustalił, że w dniu 16 sierpnia 2016 roku pozwana sprzedawała powódce przedmiotowy pojazd za cenę 35 000 zł, przy czym dokonała sprzedaży tego pojazdu w ramach działalności gospodarczej prowadzonej przez nią pod nazwą „Firma Handlowo-Usługowa (...) S.”. W świetle więc przedstawionych powyżej ustaleń nie ma wątpliwości, że pozwana ponosi względem powódki odpowiedzialność z tytułu rękojmi za wszelkie stwierdzone w tym samochodzie wady fizyczne i prawne.

Wedle przepisów art. 556 § 1 pkt 1 k.c. wada fizyczna polega na niezgodności rzeczy sprzedanej z umową, przy czym w szczególności rzecz sprzedana jest niezgodna z umową, jeżeli nie ma właściwości, które rzecz tego rodzaju powinna mieć ze względu na cel w umowie oznaczony albo wynikający z okoliczności lub przeznaczenia. Wada fizyczna w ujęciu tegoż unormowania polega więc na niezgodności sprzedanej rzeczy z umową. Istotą wady fizycznej jest niezgodność przedmiotu świadczenia sprzedawcy, jakim jest rzecz, z umową sprzedaży. Ustawodawca wprowadził jako ogólną zasadę odpowiedzialność z tytułu rękojmi za te cechy rzeczy, które objęte były umową, a więc zostały uzgodnione w umowie, lub które rzecz powinna posiadać na podstawie umowy, ustalonych zwyczajów i zasad współżycia społecznego (art. 56 k.c.).

W tym przypadku zgodnie z zawartą przez strony umową sprzedaży należało przyjąć, że silnik spornego pojazdu jest w pełni sprawny i nie ma żadnych uszkodzonych elementów, a stan licznika odpowiada rzeczywistemu przebiegowi tego samochodu. Takie cechy powinien bowiem posiadać sprzedawany samochód używany i każda osoba nabywająca taki samochód jest przeświadczona o występowaniu w nim takich cech, o ile sprzedający wyraźnie jej nie poinformuje o występowaniu konkretnych wad w tym zakresie. Co istotne, takie założenie jest elementem umowy sprzedaży samochodu używanego nawet w przypadku, gdy nie było przedmiotem żadnych ustaleń pomiędzy stronami. Odpowiada ono bowiem zasadzie racjonalnego działania stron stosunku cywilnoprawnego. Nikt bowiem nie kupuje używanego samochodu z założeniem, że jest poważnie uszkodzony i ma sfałszowany licznik. W tym zakresie Sąd ustalił, że w spornym pojeździe usunięta została masa ceramiczna w filtrze cząstek stałych, co spowodowało zniszczenie tego filtra, a w konsekwencji przyczynia się do nieprawidłowej pracy silnika. Dodatkowo także stwierdził, że na dzień 16 sierpnia 2016 roku pojazd ten miał przejechane około 328 540 km, a nie około 182 000 km, jak wynikało to ze stanu jego licznika i dołączonych do umowy dokumentów. Nie ma przy tym wątpliwości, że informacje o jego przebiegu sprzed jego zarejestrowania na terytorium Polski są wiarygodne i nie mogą być efektem pomyłki pisarskiej. Dokumenty te obejmują bowiem nie tylko rok 2013, ale także rok 2011, a nie jest możliwe, aby osoba spisująca stan licznika aż dwukrotnie się pomyliła. Co istotne, wynika z nich, że w dniu 1 kwietnia 2011 roku przebieg tego samochodu wynosił 181 014 km, natomiast w dniu 13 lutego 2013 roku 283 334 km. Biorąc więc pod uwagę, że samochód ten wyprodukowany został w 2007 roku, należy wskazać, że rocznie przejeżdżano nim około 45 000 – 50 000 km, co odpowiada podanym stanom licznika i potwierdza ich wiarygodność. W świetle więc tych ustaleń należało przyjąć, że w tym zakresie doszło do niezgodności rzeczy sprzedanej z umową, a w konsekwencji wystąpiły opisane powyżej wady fizyczne sprzedanej rzeczy.

Zgodnie z przepisem art. 559 k.c. sprzedawca jest odpowiedzialny z tytułu rękojmi za wady fizyczne, które istniały w chwili przejścia niebezpieczeństwa na kupującego lub wynikły z przyczyny tkwiącej w rzeczy sprzedanej w tej samej chwili. Z kolei przepis art. 556 k.c. stanowi, że jeżeli kupującym jest konsument, a wada fizyczna została stwierdzona przed upływem roku od dnia wydania rzeczy sprzedanej, domniemywa się, że wada lub jej przyczyna istniała w chwili przejścia niebezpieczeństwa na kupującego. Sens tego ostatniego przepisu polega na ustanowieniu korzystnego dla konsumenta, istotnego z punktu widzenia przepisu art. 559 k.c., domniemania co do tego, że wada fizyczna rzeczy istniała w chwili przejścia niebezpieczeństwa na kupującego, co warunkuje odpowiedzialność sprzedawcy z tytułu rękojmi. Przyjęcie przedmiotowego domniemania powoduje, że konsument nie musi wykazywać, że wada lub też jej przyczyna istniały w chwili przejścia na niego niebezpieczeństwa. To na sprzedawcy będzie spoczywać, w celu uchronienia się od odpowiedzialności, obowiązek przeprowadzenia dowodu uchylającego domniemanie przez wykazanie, że stwierdzona przez kupującego w okresie roku od dnia wydania rzeczy wada lub przyczyna tej wady nie istniała w chwili przejścia na kupującego niebezpieczeństwa, czyli wydania mu sprzedanej rzeczy (art. 548 k.c.).

W świetle tych unormowań kluczowe znaczenie miało ustalenie, czy w rozpoznawanej sprawie powódka ma status konsumenta. Przepis art. 22 k.c. stanowi, że za konsumenta uważa się osobę fizyczną dokonującą z przedsiębiorcą czynności prawnej niezwiązanej bezpośrednio z jej działalnością gospodarczą lub zawodową. Powódka jest osobą fizyczną, a dochodzone roszczenie niewątpliwie wynika z dokonanej przez nią czynności prawnej, jaką było zawarcie przedmiotowej umowy sprzedaży. Nie ma także wątpliwości, że zawarcie tej umowy nie było związane z ewentualną działalnością gospodarczą powódki, natomiast pozwana przy zawarciu tej umowy działała w ramach prowadzonej przez nią działalności gospodarczej pod nazwą „Firma Handlowo-Usługowa (...) S.”, co wyraźnie wynika z treści dowodu w postaci odpisu faktury VAT nr (...) z dnia 16 sierpnia 2016 roku (k. 7 akt). Tym samym przy tej czynności prawnej pozwana działała jako przedsiębiorca. Oznacza to, że powódka występuje w tej sprawie w charakterze konsumenta.

Z zebranego materiału dowodowego wynika jednocześnie, że opisane powyżej wady fizyczne zostały stwierdzone przed upływem roku od dnia wydania powódce spornego pojazdu, co nastąpiło w dniu 16 sierpnia 2016 roku. O zniszczeniu filtra cząstek stałych powódka informowała bowiem w piśmie z dnia 15 października 2016 roku, czyli stwierdziła przedmiotową wadę w okresie dwóch miesięcy od wydania jej tego samochodu. Natomiast o przestawieniu licznika powódka wiedziała z dokumentów wydrukowanych w dniu 16 listopada 2016 roku, czyli powzięła o tym informację trzy miesiące po wydaniu jej rzeczy sprzedanej.

Oznacza to, że w rozpoznawanej sprawie miało zastosowanie domniemanie z przepisu art. 556 k.c. i to pozwana powinna udowodnić, że przedmiotowe wady fizyczne nie istniały w chwili wydania powódce spornego pojazdu. Pozwana nie wywiązała się jednak z tego obowiązku procesowego. Odnosnie bowiem do sfalszowania wskazań licznika należy podkreślić, że w świetle zgromadzonych dowodów z dokumentów nie ma wątpliwości, iż cofnięcie licznika nastąpiło w pierwszej połowie 2013 roku. Z kolei co do uszkodzenia filtra cząstek stałych należy wskazać, że w trakcie ustnych wyjaśnień opinii pisemnej biegły sądowy Z. G. nie był w stanie stwierdzić, kiedy doszło do tego uszkodzenia, a zwłaszcza, czy było to po wydaniu powódce spornego pojazdu (k. 194–195 akt). Pozwana nie zaoferowała natomiast żadnych innych dowodów w tym przedmiocie.

W konsekwencji należało uznać, że opisane wady fizyczne istniały w chwili przejścia niebezpieczeństwa przypadkowej utraty lub uszkodzenia rzeczy na powódkę.

W świetle tych ustaleń Sąd przyjął, że w tej sprawie zaistniały wszystkie przesłanki odpowiedzialności pozwanej z tytułu rękojmi za przedmiotowe wady fizyczne sprzedanej rzeczy.

Wedle przepisu art. 560 § 1 zd. 1 k.c., jeżeli rzecz sprzedana ma wadę, kupujący może złożyć oświadczenie o obniżeniu ceny albo odstąpieniu od umowy, chyba że sprzedawca niezwłocznie i bez nadmiernych niedogodności dla kupującego wymieni rzecz wadliwą na wolną od wad albo wadę usunie. Z kolei przepis art. 560 § 3 k.c. stanowi, że obniżona cena powinna pozostawać w takiej proporcji do ceny wynikającej z umowy, w jakiej wartość rzeczy z wadą pozostaje do wartości rzeczy bez wady. Regulacja ta oznacza, że o wysokości roszczenia decydują dwie wartości: wartość rzeczy wolnej od wad oraz wartość rzeczy obciążonej wadami (por. wyrok Sądu Apelacyjnego w Szczecinie z dnia 27 listopada 2014 roku, I ACa 558/13, LEX nr 1659134; wyrok Sądu Apelacyjnego w Warszawie z dnia 17 września 2015 roku, I ACa 3/15, LEX nr 1816108).

W tym przypadku należy wskazać, że w ramach zawartej przez strony umowy sprzedaży ustalono cenę spornego pojazdu na kwotę 35 000 zł, a jego wartość przy uwzględnieniu stwierdzonych wad na dzień zawarcia tej umowy sprzedaży wynosiłaby 21 828,26 zł. Oznacza to, że powódka mogła się domagać obniżenia ceny o kwotę 13 171,74 zł.

W orzecznictwie ugruntowany jest pogląd, że oświadczenie o obniżeniu ceny nie wymaga formy szczególnej, ale zważywszy na jego charakter jako prawo kształtujący i wynikający zeń skutek, powinno być złożone w taki sposób, aby nie nasuwało żadnych wątpliwości. Podkreślić przy tym należy, że dla przyjęcia złożenia oświadczenia w tym przedmiocie nie wystarczy sama intencja, wola zmiany treści umowy sprzedaży co do ceny, ale musi być złożone oświadczenie w taki sposób, aby sprzedawca mógł zapoznać się z jego treścią i odczytać wolę kupującego. Ponadto oświadczenie to jako oświadczenie woli, aby mogło wywołać skutek prawny, musi pochodzić od osoby, która takie oświadczenie mogła złożyć, czyli kupującego (por. wyrok Sądu Apelacyjnego w Katowicach z dnia 5 marca 2009 roku, V ACa 484/08, LEX nr 508538). Dodatkowo, w świetle przepisów art. 568 § 2 i 3 k.c., powinno być ono złożone przed upływem roku, licząc od dnia stwierdzenia wady.

W tym aspekcie należy wskazać, że w piśmie z dnia 14 sierpnia 2017 roku powódka oświadczyła, że ze względu na przedmiotowe wady obniża cenę tego samochodu o kwotę 7000 zł i wezwała pozwaną do uiszczenia tej kwoty, w terminie 7 dni od dnia otrzymania tegoż pisma, co nastąpiło w dniu 17 sierpnia 2017 roku. To oświadczenie złożyła przy tym przed upływem roku od stwierdzenia tych wad, gdyż zostały one stwierdzone w październiku i listopadzie 2016 roku. Tym samym powódka złożyła skutecznie oświadczenie o obniżeniu ceny o 7000 zł.

W konsekwencji, z tego tytułu Sąd był obowiązany zasądzić od pozwanej na rzecz powódki kwotę 7000 zł.

Powódka wystąpiła dodatkowo o zasądzenie odsetek ustawowych liczonych od kwoty 7000 zł od dnia wniesienia pozwu do dnia zapłaty.

Kodeks cywilny nie przewiduje generalnego obowiązku płacenia odsetek z tytułu zadłużenia pieniężnego. Obowiązek ich zapłaty musi mieć podstawę bądź w czynności prawnej (z reguły w umowie), bądź w ustawie, bądź też w orzeczeniu sądu lub w decyzji innego właściwego organu (art. 359 § 1 k.c.). Jednocześnie przepis art. 359 § 2 k.c. stanowi, że jeżeli wysokość odsetek nie jest w inny sposób określona, należą się odsetki ustawowe w wysokości równej sumie stopy referencyjnej Narodowego Banku Polskiego i 3,5 punktów procentowych. Są to odsetki zwykłe, mające charakter kredytowy. Od tego rodzaju odsetek (tzw. odsetek kapitałowych) należy odróżnić odsetki ustawowe za opóźnienie przysługujące w związku z opóźnieniem w wykonaniu zobowiązania pieniężnego (art. 481 § 1 k.c.), które można traktować jako quasi-odszkodowanie, odszkodowanie ryczałtowe czy też swoistą represję cywilną za nieterminowe spełnienie świadczenia pieniężnego i tym samym naruszenie interesu wierzyciela.

W niniejszej sprawie powódka, reprezentowana przez fachowego pełnomocnika, zażądała odsetek ustawowych, a nie odsetek ustawowych za opóźnienie. Tymczasem nie ma żadnych podstaw prawnych do tego, aby w tej sprawie uwzględnić żądanie zasądzenia odsetek ustawowych, czyli tzw. odsetek kapitałowych. Strony nie zastrzegły bowiem w umowie sprzedaży obowiązku ich płacenia w przypadku skorzystania z instytucji rękojmi. Obowiązek ich zapłaty w takim przypadku nie wynika także z przepisów ustawy ani orzeczenia sądu lub decyzji innego właściwego organu. W związku z tym należało oddalić powództwo w tym przedmiocie.

Wobec powyższego, w oparciu o powołane przepisy Sąd orzekł jak w punktach I i II wyroku.

Zgodnie z przepisem art. 98 § 3 k.p.c. do niezbędnych kosztów procesu strony reprezentowanej przez adwokata zalicza się wynagrodzenie, jednak nie wyższe niż stawki opłat określone w odrębnych przepisach i wydatki jednego adwokata, koszty sądowe oraz koszty nakazanego przez sąd osobistego stawiennictwa strony.

Stosownie do tych przepisów Sąd ustalił, że na koszty procesu poniesione przez powódkę składały się: opłata od pozwu w kwocie 250 zł (k. 17 i 19 akt), wynagrodzenie reprezentującego ją adwokata w kwocie 1800 zł i zaliczka na wynagrodzenie biegłego w kwocie 1000 zł (k. 54 akt), co daje łącznie kwotę 3050 zł.

Wedle przepisów art. 100 k.p.c. w razie częściowego tylko uwzględnienia żądań koszty będą wzajemnie zniesione lub stosunkowo rozdzielone, przy czym sąd może włożyć na jedną ze stron obowiązek zwrotu wszystkich kosztów, jeżeli jej przeciwnik uległ tylko co do nieznaczącej części swego żądania albo gdy określenie należnej mu sumy zależało od wzajemnego obrachunku lub oceny sądu.

W niniejszej sprawie oddalono roszczenie powódki jedynie co do żądania odsetek ustawowych, a tym samym przegrała ona sprawę w nieznaczącej części. W związku z tym należało pozwaną obciążyć w całości kosztami procesu poniesionymi przez powódkę.

Z tych względów, na podstawie powołanych przepisów orzeczono jak w punkcie III wyroku.

W rozpoznawanej sprawie strony były obowiązane pokryć część wynagrodzenia biegłego sądowego Z. G. z tytułu sporządzenia opinii pisemnej w kwocie 1085,08 zł (k. 118 akt) oraz zwrot kosztów jego stawienia w Sądzie w celu ustnego wyjaśnienia opinii pisemnej w kwocie 391,28 zł (k. 197 akt). Ostatecznie jednak wydatki w tym przedmiocie tymczasowo poniósł Skarb Państwa – Sąd Rejonowy w Dzierżoniowie.

W związku z powyższym, stosownie do przepisów art. 113 ust. 1 w zw. art. 83 ust. 2 ustawy z dnia 28 lipca 2005 roku o kosztach sądowych w sprawach cywilnych (tekst jednolity – Dz. U. z 2018 roku, poz. 300), stosowanych w tym przypadku w drodze analogii, Sąd nakazał pozwanej zapłacić na rzecz Skarbu Państwa – Sądu Rejonowego w Dzierżoniowie kwotę 1476,36 zł (1085,08 zł + 391,28 zł) tytułem zwrotu wydatków tymczasowo poniesionych przez Skarb Państwa. Zgodnie bowiem ze wskazanymi przepisami sąd w orzeczeniu kończącym sprawę w instancji tymi wydatkami obciąży przeciwnika, jeżeli istnieją do tego podstawy, przy odpowiednim zastosowaniu zasad obowiązujących przy zwrocie kosztów procesu, a więc w tym przypadku przepisu art. 100 zd. 2 k.p.c. W tych okolicznościach należało obciążyć tymi wydatkami w całości pozwaną.

Z tych powodów, w oparciu o wskazane przepisy, należało orzec jak w punkcie IV sentencji¹⁶.

PODSUMOWANIE

W podsumowaniu warto zaznaczyć, iż mimo częstych głosów, że art. 306a kk to martwy przepis, że dalej będą zdarzały się „korekty” liczników, że w jednostkach Policji są różnie wypracowane procedury postępowania przy ujawnieniu błędnego wskazania drogomierza, to z rozmów, które autorzy artykułu przeprowadzili z policjantami wydziałów ruchu drogowego czy wydziałów dochodzeniowo-śledczych różnych komend powiatowych na terenie Polski, wynika, że obywatele mają większą świadomość odpowiedzialności karnej za „korektę” licznika. Ponadto podczas kontroli drogowych przeprowadzanych od początku 2020 r. coraz więcej pojazdów ma na liczniku dosyć duży przebieg. Świadczy to o tym, że ich właściciele pojazdów obawiają się sankcji karnych zawartych w art. 306a kk.

zanych z odczytem wskazania drogomierza oraz wysokości opłaty z tym związanej (Dz. U. poz. 2390), § 6.

¹¹ M. Łobodziński, *Wymiana licznika w aucie – kiedy można, trzeba, a kiedy nie wolno tego robić?*

¹² Stowarzyszenie Prawników Rynku Motoryzacyjnego, *Wymiana drogomierza w pojeździe, oświadczenie i odczyt w SKP – odpowiadamy na najważniejsze pytania*, <https://sprm.org.pl/aktualnosci/serwisy/wymiana-drogomierza-w-pojeździe-i-odczyt-w-skp-odpowiadamy-na-najwazniejsze-pytania/> [dostęp: 25.11.2020 r.].

¹³ Zob. M. Michałak, *Cofanie licznika. Te modele aut mają najczęściej cofnięty licznik*, <https://www.motofakty.pl/arttykul/cofanie-licznika-te-modele-aut-maja-najczesciej-cofniety-licznik.html> [dostęp: 15.11.2020 r.].

¹⁴ Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks postępowania karnego (Dz. U. z 2020 r. poz. 30, z późn. zm.).

¹⁵ Pismo KGP BK nr KR-DŚ-235/20 z dnia 17 stycznia 2020 r.

¹⁶ Zob. Portal orzeczeń Sądu Rejonowego w Dzierżoniowie, I C 2359/17, *Wyrok z uzasadnieniem Sąd Rejonowy w Dzierżoniowie z 2019-07-30*, [http://orzeczenia.dzierzonow.sr.gov.pl/content/\\$N/155020050000503_I_C_002359_2017_Uz_2019-08-12_001](http://orzeczenia.dzierzonow.sr.gov.pl/content/$N/155020050000503_I_C_002359_2017_Uz_2019-08-12_001) [dostęp: 15.11.2020 r.].

¹ Dz. U. z 2020 r. poz. 110, z późn. zm.

² Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, z późn. zm.).

³ Ustawa z dnia 15 marca 2019 r. o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym oraz ustawy – Kodeks karny (Dz. U. poz. 870).

⁴ Dz. U. poz. 2141.

⁵ Dz. U. z 2015 r. poz. 776, z późn. zm.

⁶ Dz. U. poz. 2085, z późn. zm.

⁷ Dz. U. poz. 241.

⁸ Dz. U. poz. 2141.

⁹ M. Łobodziński, *Wymiana licznika w aucie – kiedy można, trzeba, a kiedy nie wolno tego robić?*, <https://autokult.pl/36467/wymiana-licznika-w-aucie-kiedy-mozna-jak-zglosic-podstawy-prawne> [dostęp: 24.11.2020 r.].

¹⁰ Rozporządzenie Ministra Infrastruktury z dnia 29 listopada 2019 r. w sprawie szczegółowych czynności diagnostów zwią-

Summary

“Rolling back” of odometers. Current legal status

Amendments to the provisions concerning odometers in vehicles were discussed in the present article. Legal grounds were presented; places, in which it is possible to confirm the correctness of odometers were indicated; and sanctions for “rolling back” of odometers, determined in the penal code, were described too. Moreover models of vehicles, in which “rolling back” of odometers appears most often, were presented. The authors also included into the article the information, in which situations it is possible to replace the odometer in vehicles after 1 January 2020.

Tłumaczenie: Renata Cedro

PRZEWOŻENIE DZIECI W POJEŹDZIE

Stosowanie fotelików bezpieczeństwa

asp. szt. Marcin Ogonek

Zakład Ruchu Drogowego CSP

Właściwe przewożenie dzieci w pojazdach, stosowanie fotelików ochronnych czy innych urządzeń przytrzymujących podnosi bezpieczeństwo najmłodszych uczestników ruchu. Obecnie obowiązujące przepisy prawne dotyczące stosowania fotelików do przewozu dzieci w pojazdach weszły w życie z dniem 15 maja 2015 r. i są określone w art. 39 ust. 3 ustawy – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2020 r. poz. 110, z późn. zm.).

W JAKICH POJAZDACH NALEŻY PRZEWOZIĆ DZIECI W FOTELIKU BEZPIECZEŃSTWA?

Foteliki bezpieczeństwa dla dzieci należy stosować w następujących pojazdach:

- pojazdy do przewozu osób mające nie więcej niż osiem miejsc oprócz siedzenia kierowcy (samochody osobowe);
- pojazdy zaprojektowane i wykonane do przewozu ładunków i mające maksymalną masę całkowitą nieprzekraczającą 3,5 t;
- pojazdy zaprojektowane i wykonane do przewozu ładunków i mające maksymalną masę całkowitą przekraczającą 3,5 t, ale nieprzekraczającą 12 t;
- pojazdy zaprojektowane i wykonane do przewozu ładunków i mające maksymalną masę całkowitą przekraczającą 12 t.

Jeżeli pojazdy te są wyposażone w pasy bezpieczeństwa lub urządzenia przytrzymujące dla dzieci, wówczas dziecko mające mniej niż 150 cm wzrostu powinno być przewożone w foteliku bezpieczeństwa lub innym urządzeniu przytrzymującym dla dzieci.

DOBÓR FOTELIKA

Fotelik bezpieczeństwa lub inne urządzenie przytrzymujące powinny spełniać dwa podstawowe warunki. Przede wszystkim powinny być odpowiednio dobrane do masy i wzrostu dziecka oraz być zgodne z właściwymi warunkami technicznymi. Warto w tym miejscu zaznaczyć, że na każdym foteliku powinna znajdować się etykieta wskazująca, jaką normę bezpieczeństwa spełnia dany fotelik. Na etykiecie znajduje się również znak bezpieczeństwa.

GRUPY WAGOWE FOTELIKÓW

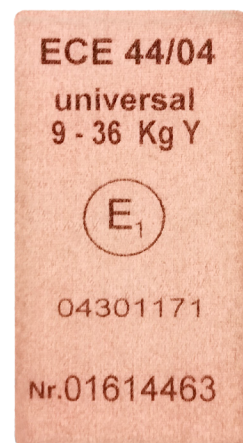
Foteliki dla dzieci klasyfikuje się według pięciu grup wagowych:

- **GRUPA 0**
– dla dzieci o wadze mniejszej niż 10 kg;
- **GRUPA 0+**
– dla dzieci o wadze mniejszej niż 13 kg;
- **GRUPA I**
– dla dzieci o wadze od 9 do 18 kg;
- **GRUPA II**
– dla dzieci o wadze od 15 do 25 kg;
- **GRUPA III**
– dla dzieci o wadze od 22 do 36 kg.



INSTALOWANIE FOTELIKA W POJEŹDZIE

Dla właściwego zabezpieczenia dziecka przewożonego w foteliku niezwykle ważne jest odpowiednie zainstalowanie fotelika w pojeździe. Fotelik powinien być zainstalowany zgodnie z zaleceniami producenta. Na każdym foteliku znajduje się instrukcja montażu. Warto zaznaczyć, że przewożenie dziecka w foteliku zainstalowanym niezgodnie z instrukcją montażu jest zabronione (art. 45 ust. 2 pkt 3 ustawy – Prawo o ruchu drogowym).



Etykieta informująca, jaką normę bezpieczeństwa spełnia fotelik.

WYJĄTKI

Od zasad wspomnianych wcześniej obowiązują następujące wyjątki.

Jeżeli dziecko osiągnęło wzrost co najmniej 135 cm, ale ze względu na masę jego ciała nie można dobrać odpowiedniego fotelika, wówczas dziecko może być przewożone na tylnym siedzeniu. Oczywiście w takiej sytuacji dziecko jest przytrzymywane za pomocą pasów bezpieczeństwa.

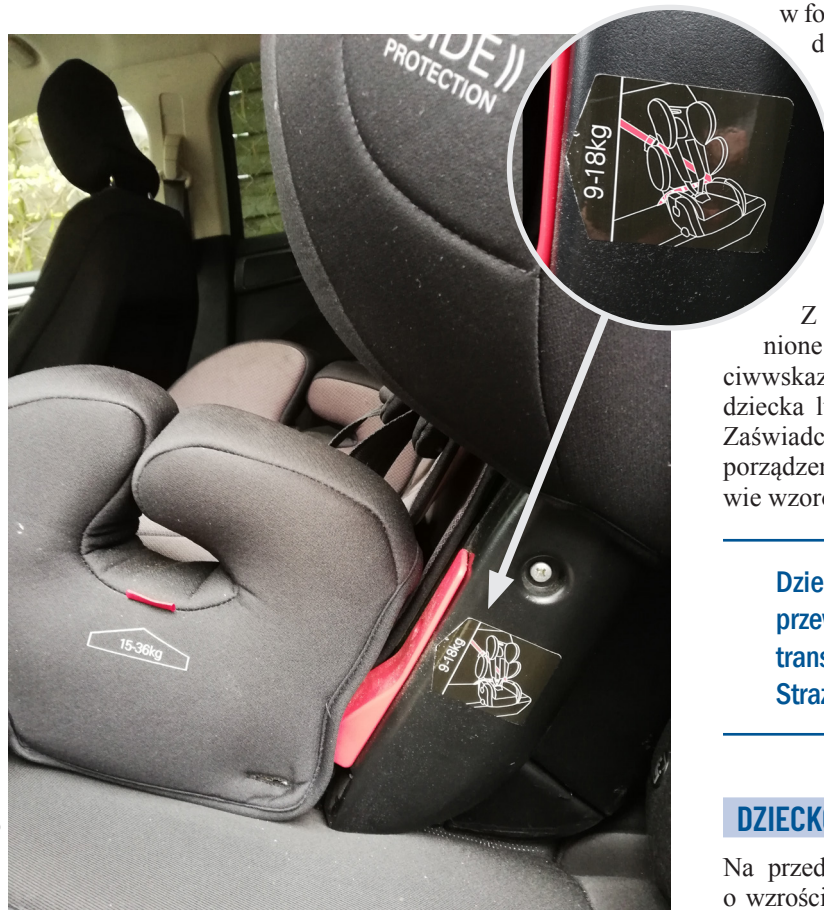
Kolejną sytuacją wyłączającą konieczność przewożenia dziecka w foteliku jest sytuacja gdy w pojeździe jest przewożonych dwoje dzieci w fotelikach i nie ma możliwości zainstalowania trzeciego fotelika. W takim przypadku dziecko może być przewożone poza fotelikiem, na tylnym siedzeniu. Warunkiem koniecznym do skorzystania z tego wyjątku jest, by dziecko miało co najmniej 3 lata. Należy jednak pamiętać, że wyjątek ten można stosować wyłącznie w samochodach osobowych oraz w pojazdach ciężarowych mających maksymalną masę całkowitą nieprzekraczającą 3,5 t.

Z obowiązku przewożenia dzieci w fotelikach zwolnione są dzieci mające zaświadczenie lekarskie o przeciwwskazaniu do przewożenia w foteliku bezpieczeństwa dla dziecka lub innym urządzeniu przytrzymującym dla dzieci. Zaświadczenie musi być zgodne z wzorem określonym w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 13 maja 2015 r. w sprawie wzorów zaświadczeń lekarskich (Dz. U. poz. 674).

Dzieci można przewozić poza fotelikiem, gdy są przewożone taksówką, specjalistycznym środkiem transportu sanitarnego, pojazdem Policji, pojazdem Straży Granicznej lub straży gminnej (miejskiej).

DZIECKO NA PRZEDNIM FOTELU POJAZDU

Na przednim fotelu pojazdu mogą być przewożone dzieci o wzroście do 150 cm pod warunkiem korzystania z fotelika ochronnego lub innego urządzenia przytrzymującego.



Instrukcja montażu fotelika naniesiona na fotelik.

Instrukcja montażu fotelika naniesiona na fotelik.

ZASADY PRZEWOŻENIA DZIECI W POJEŹDZIE

(oznaczenie podmiotu przeprowadzającego badanie lekarskie)	ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE o przeciwwskazaniu do używania pasów bezpieczeństwa nr/..... (rok)	
Na podstawie art. 39 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2012 r. poz. 1137, z późn. zm.) u Pani/Pana (imię i nazwisko)		
..... (numer ewidencyjny Powszechnego Elektronicznego Systemu Ewidencji Ludności (PESEL), a w przypadku osoby nieposiadającej numeru PESEL – seria, numer i nazwa dokumentu potwierdzającego tożsamość oraz nazwa państwa, które wydało ten dokument)		
stwierdzam przeciwwskazanie do używania pasów bezpieczeństwa		
od dnia do dnia (data) (data)		
..... (data wydania zaświadczenia) (podpis i pieczęć lekarza)		

Załącznik do rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 13 maja 2015 r. (Dz. U. poz. 674).

W „nosidełkach”, czyli fotelikach przeznaczonych do przewożenia niemowląt, dzieci mogą być przewożone na przednim fotelu tylko pod warunkiem, że poduszka powietrzna pasażera nie jest aktywna. Wynika to z konstrukcji takich fotelików, która wymusza ich montaż tyłem do kierunku jazdy.

CZYNNOŚCI KONTROLNE

Policjant, który podczas kontroli pojazdu stwierdzi, że w pojeździe jest przewożone dziecko, powinien sprawdzić:

- czy urządzenie służące do przewożenia dziecka odpowiada właściwym warunkom technicznym;
- czy urządzenie, z którego korzysta dziecko, jest dostosowane do jego wzrostu i masy ciała;
- czy urządzenie jest zamontowane zgodnie z zaleceniami producenta.

W przypadku ujawnienia nieprawidłowości policjant powinien zastosować środki przewidziane przepisami prawa.

NARUSZENIE PRZEPISÓW I WYSOKOŚĆ GRZYWIEN NAKŁADANYCH W DRODZE MANDATÓW KARNYCH^{1,2}**Art. 97 kw³ w zw. z art. 39 ust. 3 prd w zw. z ust. 3b lub 3c prd**

Przewożenie, w pojeździe wyposażonym w pasy bezpieczeństwa lub urządzenia przytrzymujące dla dzieci, dziecka mającego mniej niż 150 cm wzrostu, poza fotelikiem bezpieczeństwa dla dziecka lub innym urządzeniem przytrzymującym dla dzieci, zgodnym z masą i wzrostem dziecka oraz właściwymi warunkami technicznymi – mandat karny w wysokości 150 zł oraz 6 punktów karnych.

Art. 97 kw w zw. z art. 45 ust. 2 pkt 4 prd

Przewożenie, w foteliku bezpieczeństwa dla dziecka lub innym urządzeniu przytrzymującym dla dzieci, dziecka siedzącego

tyłem do kierunku jazdy na przednim siedzeniu pojazdu samochodowego wyposażonego w poduszkę powietrzną dla pasażera, która jest aktywna podczas przewożenia dziecka – mandat karny w wysokości 150 zł oraz 6 punktów karnych.

Art. 97 kw w zw. z art. 45 ust. 2 pkt 5 prd

Przewożenie dziecka w wieku poniżej 3 lat w pojeździe niewyposażonym w pasy bezpieczeństwa i fotelik bezpieczeństwa dla dziecka lub w pasy bezpieczeństwa i inne urządzenie przytrzymujące dla dzieci – mandat karny w wysokości 150 zł oraz 6 punktów karnych.

Art. 97 kw w zw. z art. 45 ust. 2 pkt 6 prd

Przewożenie na przednim siedzeniu pojazdu samochodowego, poza fotelikiem bezpieczeństwa dla dziecka lub innym urządzeniem przytrzymującym dla dzieci, dziecka mającego mniej niż 150 cm wzrostu – mandat karny w wysokości 150 zł.

Art. 97 kw w zw. z art. 45 ust. 2 pkt 3 w zw. z art. 39 ust. 3a prd

Przewożenie dziecka w foteliku bezpieczeństwa dla dziecka lub innym urządzeniu przytrzymującym dla dzieci zainstalowanym niezgodnie z zaleceniami producenta urządzenia, wskazującymi, w jaki sposób urządzenie może być bezpiecznie stosowane – mandat karny w wysokości 150 zł.

¹ Rozporządzenie Prezesa Rady Ministrów z dnia 18 lipca 2017 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie wysokości grzywien nakładanych w drodze mandatów karnych za wybrane rodzaje wykroczeń (Dz. U. poz. 1436).

² Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 25 kwietnia 2012 r. w sprawie postępowania z kierowcami naruszającymi przepisy ruchu drogowego (Dz. U. poz. 488) zostało wydane na podstawie art. 130 ust. 4 ustawy – Prawo o ruchu drogowym. Zgodnie z art. 16 ust. 1 ustawy z dnia 9 maja 2018 r. o zmianie ustawy – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. poz. 957) art. 130 wspomnianej ustawy zachowuje moc do dnia wdrożenia rozwiązań technicznych umożliwiających wprowadzenie, przekazywanie, gromadzenie i udostępnianie z centralnej ewidencji kierowców danych o naruszeniach przepisów ruchu drogowego. W pozostałej części rozporządzenie już nie obowiązuje.

³ Ustawa z dnia 20 maja 1971 r. – Kodeks wykroczeń (Dz. U. z 2019 r. poz. 821, z późn. zm.).

Summary

Transporting children in a vehicle, application of child safety seats

The Act on Road Traffic imposes the obligation on the driver to transport children up to 150 centimetres of height in a child safety seat, irrespective of his/her age. Provisions of law assume certain exceptions to this general rule. The author of the present article brings closer provisions and principles of transporting children in vehicles, enumerates exceptions imposed by the legislator as well as points out what control actions should be performed by a police officer when he states that a child is being transported in the vehicle.

Tłumaczenie: Renata Cedro

LEX UBER

Aspekty prawne przewozu osób samochodami osobowymi



Fot. 1. Uber – przewóz osób zamawiany poprzez aplikację mobilną.

kom. Krzysztof Łaszkowski

Zakład Ruchu Drogowego CSP

mł. asp. Marcin Gąsior

Zakład Ruchu Drogowego CSP

W przeciągu kilku ostatnich lat na terenie Polski wzrosła popularność przewozu osób samochodami osobowymi. Przewóz taki był zamawiany poprzez aplikację mobilną. Niejednokrotnie usługa wykonywana była przez podmioty/osoby nieposiadające odpowiedniej licencji w zakresie przewozu osób. Koszty tych przewozów z uwagi na uproszczone zasady w znaczny sposób odbiegały od kosztów prowadzenia licencjonowanego przewozu osób taksówką. Powodowało to fale niezadowolenia ze strony profesjonalnych korporacji taksówkowych, jak również podmiotów świadczących bezpośrednio tego typu przewozy w sposób legalny. W wyniku prac parlamentarnych z uwzględnieniem wielu uwag ekspertów 16 maja 2019 r. doszło do przyjęcia nowelizacji ustawy o transporcie drogowym¹. Potocznie zmianę tę określa się jako lex Uber (od nazwy „Uber” – największej korporacji świadczącej usługi przewozu osób).

Wieloletnie prace nad uregulowaniem zasad przewozu osób w tym segmencie można uznać za konsensus wypracowany przez ustawodawcę i uwzględniający interesy korporacji taksówkowych oraz podmiotów świadczących przewozy osób na zasadzie przewozów okazjonalnych. Tak więc od 1 października 2020 r. (data wejścia w życie części zmian w tym zakresie) większość przewozów osób będzie realizowana pojazdami oznakowanymi i wyposażonymi jako pojazd taxi. Wiąże się to z dodatkowymi wymogami stawianymi podmiotom świadczącym takie usługi.

PRZEWÓZ OSÓB SAMOCHODAMI OSOBOWYMI – NOWE PRZEPISY

Zgodnie z art. 5b ust. 1 ustawy o transporcie drogowym² (zwaną dalej u.t.d.) podjęcie i wykonywanie krajowego transportu drogowego w zakresie przewozu osób:

- 1) samochodem osobowym,
- 2) pojazdem samochodowym przeznaczonym konstrukcyjnie do przewozu powyżej 7 i nie więcej niż 9 osób łącznie z kierowcą,
- 3) taksówką

– wymaga uzyskania odpowiedniej licencji.

Dodatkowo należy wskazać, iż oprócz określenia w ustawie podmiotu świadczącego *stricte* przewóz osób, ustawodawca zdecydował się dodać nowy podmiot pośredniczący przy przewozie osób i wskazał zakres uprawnień i obowiązków tej jednostki. W związku z powyższym należy przytoczyć treść art. 4 pkt 24 u.t.d.: **pośrednictwo przy przewozie osób** – jest to działalność gospodarcza polegająca na przekazywaniu zleceń przewozu osób samochodem osobowym, pojazdem samochodowym przeznaczonym konstrukcyjnie do przewozu powyżej 7 i nie więcej niż 9 osób łącznie z kierowcą lub taksówką oraz:

- a) zawieraniu umowy przewozu w imieniu klienta lub przedsiębiorcy wykonującego przewóz osób lub
 - b) pobieraniu opłaty za przewóz osób, lub
 - c) umożliwianiu zawarcia umowy przewozu lub umożliwianiu uregulowania opłaty za przewóz osób
- samochodem osobowym, pojazdem samochodowym przeznaczonym konstrukcyjnie do przewozu powyżej 7 i nie więcej niż 9 osób łącznie z kierowcą lub taksówką za pośrednictwem dostarczonych lub udostępnionych do tych celów środków komunikacji elektronicznej, domen internetowych, aplikacji mobilnych, programów komputerowych, systemów teleinformatycznych lub innych środków przekazu informacji.

Warunki uzyskania przedmiotowej licencji są precyzyjnie określone w art. 5b ust. 2 oraz art. 5c i 5d u.t.d. W myśl powyższych zapisów świadczenie przewozu osób na podstawie aplikacji oraz przewozu podjętego z postoju taxi jest równoznaczne z wykonywaniem przewozu osób przez oznakowany i wyposażony pojazd taxi. W sposób naturalny kierujący powinien posiadać taką licencję. W momencie wprowadzenia licencji pośrednictwa przy przewozie osób – na pośredników zostały nałożone pewne obowiązki polegające m.in. na weryfikacji współpracujących z nimi kierowców w zakresie posiadania licencji na wykonywanie przewozu osób. Weryfikacja przeprowadzana jest przed rozpoczęciem współpracy oraz w terminie 7 dni od dnia upływu terminu ważności licencji posiadanej przez przedsiębiorcę (art. 27b ust. 1 u.t.d.). Należy wskazać, że ustawodawca ustanowił również obowiązek ciążyący na organie licencyjnym, polegający na informowaniu pośrednika (na jego wniosek) w zakresie ważności licencji danego przedsiębiorcy.

Ponadto podmiot, który nie posiada ważnej licencji albo zawiesił wykonywanie transportu drogowego, musi poinformować o zaistniałym fakcie pośrednika zlecającego mu przewóz osób (art. 14a u.t.d.). Zgodnie z powyższym zapisem przewoźnik ma na to 7 dni od dnia utraty licencji lub od dnia rozpoczęcia zawieszenia licencji. Za niedopełnienie wskazanego obowiązku sankcje prawne będą wyciągane wobec podmiotu wykonującego przewóz osób. Nie można również pominąć faktu, że przy przewozie osób, zgodnie z art. 27b u.t.d., na pośredniku spoczywa obowiązek prowadzenia i przechowy-

wania przez okres 5 lat (licząc od końca roku kalendarzowego) rejestru zleceń.

Rejestr zleceń winien zawierać poniższe informacje (art. 27b ust. 3 u.t.d.):

- firmę przedsiębiorcy, któremu zlecono przewóz osób;
- adres i oznaczenie siedziby albo miejsca wykonywania działalności przedsiębiorcy, któremu zlecono przewóz osób;
- numer identyfikacji podatkowej (NIP) przedsiębiorcy, któremu zlecono przewóz osób;
- w przypadku zlecenia przewozu osób taksówką – numer licencji oraz nazwę organu, który udzielił tej licencji;
- w przypadku zlecenia przewozu osób samochodem osobowym lub pojazdem samochodowym przeznaczonym konstrukcyjnie do przewozu powyżej 7 i nie więcej niż 9 osób łącznie z kierowcą – numer licencji i wypisu z licencji oraz nazwę organu, który udzielił tej licencji;
- numer rejestracyjny pojazdu, którym zrealizowano zlecony przewóz osób;
- datę oraz godzinę przekazania zlecenia przewozu osób.

Dodatkowo pośrednik powinien przechowywać ewidencję przedsiębiorców, którym zleca przewozy (art. 27b ust. 4 u.t.d.). W ewidencji powinny znajdować się zapisy dotyczące:

- firmy przedsiębiorcy, któremu zleca się przewóz osób;
- adresu i oznaczenia siedziby albo miejsca wykonywania działalności przedsiębiorcy, któremu zleca się przewóz osób;
- numeru identyfikacji podatkowej (NIP) przedsiębiorcy, któremu zleca się przewóz osób.

Realizacja opisanego powyżej obowiązków spoczywających na podmiotach odpowiedzialnych za wykonywanie przewozu osób ma na celu umożliwienie sprawnego i dogłębnego przeprowadzenia kontroli przez uprawnione organy państwa, tj. Inspekcję Transportu Drogowego lub Krajową Administrację Skarbową w zakresie prawidłowości wykonywania określonego rodzaju działalności gospodarczej. Ma to wyeliminować m.in. naruszenia związane z nieprzestrzeganiem czasu pracy kierowców oraz zatrudnianie kierowców pracujących równocześnie w kilku firmach transportowych.

Wskazany powyżej przepis wchodzi w życie 1 stycznia 2021 r. na podstawie ustawy z dnia 7 października 2020 r. o zmianie niektórych ustaw w celu przeciwdziałania społeczno-gospodarczemu skutkom COVID-19 (Dz. U. poz. 1747).

Analizując zapisy dotyczące zasad uzyskania licencji na wykonywanie krajowego transportu drogowego w zakresie przewozu osób taksówką, dostępność do tego zawodu oraz prowadzenie określonego rodzaju działalności gospodarczej, należy wskazać na pewne ułatwienia przy dostępie do reglamentowanego zakresu usług. Zasady i sposób uzyskania licencji na wykonywanie przewozu osób taksówką określa art. 6 ust. 1 u.t.d. Zgodnie ze zmianami ujętymi w ustawie podmiot ubiegający się o licencję na wykonywanie przewozów taxi nie musi zdawać egzaminu z topografii miasta. Została także zmniejszona opłata za wydanie licencji. Dodatkowo przy pojazdach taxi nastąpiło ujednolicenie przepisów dotyczących licencji. Aktualnie jest wydawany wypis z licencji taxi na samochód przedsiębiorcy, który ubiega się o licencję (ewentualnie już ją posiada), a nie na konkretnego kierowcę. Oznacza to, że z jednego pojazdu może korzystać wielu kierowców na zmianę. Ponadto ustawodawca, idąc w kierunku prężnie rozwijającej się technologii informatycznej, dopuścił zastąpienie tradycyjnych taksometrów aplikacją na smartfona, a rozliczenia finansowe mogą być dokonywane za pośrednictwem wirtualnej kasy fiskalnej – §1 pkt 1 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 29 maja 2020 r. w sprawie grup podatników lub rodzajów czynności, w odniesieniu do których możliwe jest używanie kas rejestrujących mających postać oprogramowania (Dz. U. poz. 965). Można stwierdzić, że bezpośrednio wpłynie to na odciążenie administracyjne przewoźników. Dodatkowo nie można pominąć również faktu, iż dostępność do wykonywania usług przewozowych zwiększy konkurencję na rynku, co niewątpliwie wpłynie na poprawę jakości świadczonych usług przewozowych. Pasażer korzystający z przewozu pojazdem taxi oznakowanym zgodnie z § 24 rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych pojazdów oraz zakresu ich niezbędnego wyposażenia (Dz. U. z 2016 r. poz. 2022, z późn. zm.) oraz przepisów prawa miejscowego w zakresie dodatkowego oznakowania i wyposażenia pojazdów taxi, wsiadając do takiego pojazdu, jest przeświadczony, że służba przewożona zostanie wykonana przez licencjonowanego kierowcę. Ponadto korzystanie z usług licencjonowanych taksówkarzy wpłynie na „bezpieczeństwo prawne” pasażerów korzystających z usług przewozowych. Do tej pory pasażer miał ograniczone możliwości złożenia skargi co do jakości świadczonej usługi na przewoźnika w ramach okazjonalnych przewozów osób i generalnie „zostawał sam z problemem”. W przypadku przewozów taxi organ wydający licencję posiada określone narzędzia prawne wobec niesumiennych podmiotów wykonujących określone usługi i może wyciągać wobec nich konsekwencje prawne.

Nie sposób przejść obojętnie obok zmian w rozdziale 11 u.t.d. dotyczących przepisów karnych i przepisów o administracyjnych karach pieniężnych określonych w załącznikach nr 1, 3 i 4 do wskazanej ustawy. Zaostrzono sankcje



Fot. 2. Tradycyjne taksówki

Fot. K. Łaskowski

w przypadku stwierdzenia naruszeń dotyczących przewozu osób.

Reasumując, zmiany dotyczące przewozu osób niewątpliwie można uznać niemalże za rewolucyjne, zmierzające w dobrym kierunku i niosące sprawiedliwe rozwiązania dla podmiotów związanych w szerokim znaczeniu z przewozem osób, jak również osób korzystających z wymienionych usług. Pojawiają się głosy populistyczne wskazujące, iż ujednolicenie przewozów pod znakiem „taxi” wpłynie na podniesienie cen usług przewozu osób w porównaniu do okazjonalnego przewozu osób wykonywanego na wcześniejszych warunkach. Faktycznie może dojść do takiej sytuacji, ale niewątpliwie ma to na celu standaryzację usług przewozu osób oraz poprawę „bezpieczeństwa prawnego” osób korzystających z opisanych usług.

¹ Ustawa z dnia 16 maja 2019 r. o zmianie ustawy o transporcie drogowym oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. poz. 1180, z późn. zm.).

² Ustawa z dnia 6 września 2001 r. o transporcie drogowym (Dz. U. z 2019 r. poz. 2140, z późn. zm.).

Summary

LEX UBER The legal aspects of the transport of persons by passenger cars

In the article the authors presented the amendment of legal regulations concerning the transport of persons by taxi vehicles. These changes are an effect of parliamentary works, which also include many experts' remarks. The present rules can be regarded as the agreement developed by the legislator, taking into account businesses of taxi corporations, as well as entities providing transport of persons as occasional carriages. In the article there has been presented a scope of entitlements and duties of intermediation with the transport of persons, conditions of obtaining a licence for performing the transport of persons by taxi and new methods of payment for the performed cartage service.

Tłumaczenie: Renata Cedro



WSPÓŁPRACA MIĘDZYNARODOWA CSP

z zagranicznymi jednostkami
edukacyjnymi zajmującymi się
szkolnictwem policyjnym



Część 3

WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA DLA PRACOWNIKÓW ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ, POLICJI ORAZ WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI W GÜSTROW

COOPERATION OF THE PTC

with foreign educational units dealing with police training

Part 3

THE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES FOR PUBLIC ADMINISTRATION, POLICE AND ADMINISTRATION OF JUSTICE IN GÜSTROW



Fachhochschule für öffentliche Verwaltung, Polizei
und Rechtspflege des Landes Mecklenburg-Vorpommern

Renata Cedro

Wydział Prezydialny CSP

WSTĘP

Konieczność budowania potencjału międzynarodowego, w tym stałego podnoszenia kompetencji zawodowych nauczycieli policyjnych oraz wymiany dobrych praktyk na poziomie międzynarodowym, zaowocowała współpracą Centrum Szkolenia Policji w Legionowie z wieloma nowoczesnymi europejskimi instytu-

INTRODUCTION

The necessity to build the international potential, including the consistent development of professional competence of police teachers and the exchange of good practices on the international level, resulted in the cooperation of the Police Training Centre in Legionowo with numerous European modern ed-

cjami edukacyjnymi. Jedną z nich jest Wyższa Szkoła Zawodowa dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości w Güstrow (Niemcy), która jest partnerem Centrum Szkolenia Policji w wieloletnim projekcie *Międzykulturowe Spotkania Młodych Policjantów Niemiec, Francji i Polski*, realizowanym wspólnie ze Szkołą Policji w Nîmes (Francja). W poniższym artykule przedstawiono zakres działalności, strukturę oraz zadania implementowane przez zaprzyjaźnioną szkołę.

INFORMACJE OGÓLNE

Wyższa Szkoła Zawodowa dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości kraju związkowego Meklemburgia-Pomorze Przednie jest jedną z siedmiu państwowych szkół wyższych. Stanowi również centrum studiów oraz szkoleń dla służby publicznej w landzie Meklemburgia-Pomorze Przednie. Szkoła podlega Ministerstwu Spraw Wewnętrznych i Europy. Studia są prowadzone głównie w formie praktycznej i oferują absolwentom dobre perspektywy w kontekście przyszłej pracy.

ROZWÓJ WYŻSZEJ SZKOŁY ZAWODOWEJ DLA PRACOWNIKÓW ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ, POLICJI ORAZ WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI

Jednostka została utworzona w roku 1991, pierwotnie jako Wyższa Szkoła Zawodowa dla Pracowników Administracji Publicznej. W roku 2000 Instytut Kształcenia Policji (BIP) został relokowany z Neustrelitz do Güstrow, by w roku 2006 połączyć się z Wyższą Szkołą Zawodową dla Pracowników Administracji Publicznej. Nowa organizacja została przemianowana na Wyższą Szkołę Zawodową dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości.

STRUKTURA SZKOŁY

Szkoła jest zarządzana przez Dyrektora, który nadzoruje następujące jednostki organizacyjne: Wydział Administracji Publicznej, Wydział Wymiaru Sprawiedliwości, Wydział Policji, Instytut Szkoleniowy dla Lokalnej i Regionalnej Administracji oraz Instytut Doskonalenia Zawodowego i Modernizacji Admini-

strucyjnej. Jedną z nich jest University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice in Güstrow (Germany), which is the partner of the Police Training Centre in the multiannual project *Cross-cultural meetings of young police officers from Germany, France and Poland*, implemented together with the Police School in Nîmes (France). In the present article there have been presented the scope of activities, structure and tasks implemented by the University.

GENERAL INFORMATION

The University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice of the federal state Mecklenburg-Vorpommern (FHöVPR M-V) belongs to the seven state-run universities and constitutes a centre for study as well as education and training of the public service in Mecklenburg-Vorpommern. The university is conducted by the Ministry of the Interior and Europe. Studies are mainly practice-oriented and offer the graduates good perspectives for future work.

DEVELOPMENT OF THE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES FOR PUBLIC ADMINISTRATION, POLICE AND ADMINISTRATION OF JUSTICE

The institution was established in 1991 as the University of Applied Sciences for Public Administration. In 2000 the Police Educational Institute (BIP) was relocated from Neustrelitz to Güstrow and in 2006 the Institute merged with the University of Applied Sciences for Public Administration. The new organization was renamed as the University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice.

THE STRUCTURE OF THE UNIVERSITY

The University is managed by its Director, who supervises the following organizational units: Department of Public Administration, Department of Administration of Justice, Police Department, Educational Institution for Local and Regional Administration as well as Institute for Advanced Training and

stracji. Ponadto w jej strukturze znajduje się Wydział ds. Administracyjnych (w tym Wydział Kadr) oraz Wydział Służb Centralnych (w tym służbę ds. doboru centralnego i rekrutacji).

TROCHĘ STATYSTYKI

210 specjalistów, zarówno z obszaru dydaktyki, jak i administracji, zapewnia obsługę około 450 słuchaczy oraz 10 000 uczestników doskonałych zawodowych i konferencji organizowanych corocznie przez Szkołę.

NOWOCZESNE ŚRODOWISKO SZKOLENIOWE

Nowoczesne zaplecze Szkoły, umożliwiające efektywne nabywanie wiedzy, składa się z: pomieszczeń seminaryjnych, sal wykładowych, biblioteki, hali sportowej, dwóch operacyjnych centrów szkoleniowych oraz strzelnicy. Wszystkie obiekty wyposażone są w zmodernizowane rozwiązania technologiczne. Szkoła posiada również w swoim zapleczu 450 miejsc noclegowych, kafenię, kantinę, jak również klub studenta. Natomiast zaplecze służące do kształcenia umiejętności z zakresu jazdy pojazdem oraz bezpieczeństwa znajduje się w Peenemünde.

DANE DOTYCZĄCE REKRUTACJI NA WYDZIAŁ POLICJI WYŻSZEJ SZKOŁY ZAWODOWEJ DLA PRACOWNIKÓW ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ, POLICJI ORAZ WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI

W roku 2019 zanotowano 151 osób, które przeszły pomyślnie rekrutację na szkolenie zawodowe realizowane przez Wydział Policji Wyższej Szkoły Zawodowej dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości oraz 141 osób na studia zawodowe. W sumie na Wydziale studiowało 292 studentów i słuchaczy w porównaniu do 92 pobierających naukę w roku 2010. Jeśli chodzi o kandydatów, to w roku 2010 złożono 2272 aplikacje, natomiast w roku 2019 było ich 1656.

Administrative Modernization. The University also consists of Administration (e.g. Human Resources) and Central Services (e.g. Central selecting and recruiting service).

SOME FIGURES

About 210 professionals from teaching and administration are service providers for ca. 720 students, ca. 450 trainees and ca. 10.000 participants taking part at advanced trainings and conferences organized by the University every year.

MODERN LEARNING ENVIRONMENT

The modern facilities of the University, enabling the effective knowledge acquisition, include: seminar rooms, lecture halls, a special library, a gym, two training centres for the operational training of the police and a shooting range. They are all equipped with up-to-date technical solutions. The University also consists of 450 dormitory places, a cafeteria and a canteen as well as a student club. Whereas facility for car driving and safety training is placed in Peenemünde.

RECRUITMENT FIGURES FOR POLICE DEPARTMENT OF THE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES FOR PUBLIC ADMINISTRATION, POLICE AND ADMINISTRATION OF JUSTICE

In 2019 the Police Department of the University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice recruited 151 persons for training courses and 141 persons for study courses. Altogether 292 students and trainees studied in the Department in comparison to 92 trained in 2010. As for applications, 2272 persons submitted them in 2010 and 1656 persons in 2019.

SZKOLENIE DLA FUNKCJONARIUSZY ORGANÓW ŚCIGANIA

Wymogi rekrutacyjne

- świadectwo ukończenia szkoły typu GCSE (General Certificate of Secondary Education) / ukończenia szkoły typu secondary modern / ukończenia średniej szkoły zawodowej;
- spełnienie wymogów prawnych dotyczących mianowania na stanowisko w służbie publicznej;
- maksymalny wiek: 29 lat;
- posiadanie kwalifikacji osobowych i zawodowych, sprawność fizyczna i dobry stan zdrowia.

Procedura doboru

- test ortograficzny,
- test ze zdolności poznawczych,
- test sprawności fizycznej,
- badanie lekarskie stwierdzające zdolność do służby,
- rozmowa kwalifikacyjna.

Treści kształcenia

Podczas szkolenia podstawowego słuchacze zapoznają się z teoretycznymi zagadnieniami w zakresie prawa cywilnego i konstytucyjnego, prawa karnego, prawa administracyjnego i prawa o ruchu drogowym. Szczególny nacisk kładzie się na trening sytuacyjny przygotowujący do pełnienia służby. Słuchacze muszą wykazać się wiedzą, umiejętnościami oraz nabytymi podczas szkolenia kompetencjami w trakcie testów, ćwiczeń i egzaminów ustnych oraz egzaminu częściowego. Szkolenie, trwające 2 lata, zwieńczone jest egzaminem końcowym.

POLICYJNE STUDIA LICENCJACKIE (B.A.)

Wymogi rekrutacyjne

- świadectwo ukończenia szkoły średniej lub podobne zaświadczenie o kwalifikacjach, uprawniające do podjęcia studiów wyższych;
- spełnienie wymogów prawnych dotyczących mianowania na stanowisko w służbie publicznej;
- maksymalny wiek: 33 lata;
- posiadanie kwalifikacji osobowych i zawodowych, sprawność fizyczna i dobry stan zdrowia.

Procedura doboru

- test ortograficzny,
- test ze zdolności poznawczych,
- test sprawności fizycznej,

TRAINING TO BECOME A LAW ENFORCEMENT POLICE OFFICER

Entry requirements

- GCSE (General Certificate of Secondary Education) / secondary modern school certificate / qualified vocational training
- fulfilment of the legal requirements for the appointment as a civil service
- maximum recruitment age: 29 years
- be personally and professionally qualified, physically fit and healthy.

Selection procedure

- dictation
- cognitive ability test
- physical fitness test
- medical check up
- interview.

Training contents

During the basic training law theoretical contents such as politics/public and constitutional law, criminal law, administrative law and traffic law are taught. An emphasis is placed on police specific training in which police situations are practiced. The knowledge, skills and competencies acquired during the training course have to be proved in exams, exercises and oral exams as well as an intermediate examination. The training course lasting 2 years ends with the final examination.

STUDY COURSE "POLIZEIVOLLZUGSDIENST" BACHELOR OF ARTS (B.A.)

Entry requirements

- holding a school-leaving certificate or similar qualification which qualifies for admission to university
- fulfilment of the legal requirements for the appointment as a civil service
- maximum recruitment age: 33 years
- be personally and professionally qualified, physically fit and healthy.

Selection procedure

- dictation
- cognitive ability test
- physical fitness test

- badanie lekarskie stwierdzające zdarność do służby,
- umiejętność prowadzenia dyskusji w grupie,
- rozmowa kwalifikacyjna.

Treści kształcenia

Trzyletnie studia licencjackie mają strukturę modułową. Moduły teoretyczne przeplatane są praktykami/stażami. Kładziony jest szczególny nacisk na efektywne i różnorodne metody nauczania i uczenia się. W trakcie całego interdyscyplinarnego cyklu szkoleniowego kadra wykwalifikowanych i doświadczonych szkoleniowców wspiera studentów oraz stanowi ich ciało doradcze. Podczas wdrażania modułów realizowane są takie przedmioty, jak: kryminalistyka, prawo karne czy prawo o ruchu drogowym, implementowane w trakcie zajęć międzywydziałowych. Każdy moduł zakończony jest modulem egzaminacyjnym. Przedmioty takie, jak: sprawność fizyczna, taktyka czy szkolenie strzeleckie realizowane są w trakcie szkolenia praktycznego, które prowadzone jest równolegle do modułów teoretycznych, realizowanych podczas trzyletnich studiów. W trakcie trzeciego roku studiów studenci zobowiązani są do napisania i obrony pracy licencjackiej. Cały kurs zakończony jest egzaminem ustnym.

WSPÓŁPRACA MIĘDZYNARODOWA

Wydział Policji Wyższej Szkoły Zawodowej dla Pracowników Administracji Publicznej, Policji oraz Wymiaru Sprawiedliwości współpracuje w zakresie szkoleń policyjnych z różnymi zagranicznymi instytucjami edukacyjnymi z takich krajów, jak: Dania, Estonia, Łotwa, Litwa, Norwegia, Polska, Francja, Słowacja oraz Republika Czeska. Szkole przyznano również tzw. „Kartę uczelni Erasmus (ECHE 2014–2020)”. W ramach studiów licencjackich organizowane są wizyty studyjne na uniwersytetach na Ukrainie, w Danii, Estonii, Francji, na Łotwie, Litwie, w Norwegii, Polsce oraz na Słowacji. Jeśli chodzi o kooperację Szkoły z jednostkami szkoleniowymi polskiej Policji, na szczególną uwagę zasługuje współpraca z Wyższą Szkołą Policji w Szczecinie w obszarze realizacji Programu Erasmus+ oraz z Centrum Szkolenia Policji w Legionowie w obszarze implementacji projektu pod nazwą *Międzykulturowe Spotkania Młodych Policjantów Niemiec, Francji i Polski*.

Artykuł został opracowany na podstawie broszur informacyjnych: Fachhochschule für öffentliche Verwaltung, Polizei und Rechtspflege des Landes Mecklenburg-Vorpommern, *University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice*, 01/2020; *Study course „Polizeivollzugsdienst” Bachelor of Arts (B.A.)*, 01/2020; *Training to become a Law Enforcement Police Officer*, 01/2020, Publikationen der Fachhochschule, <http://www.fh-guestrow.de/hochschule/Publikationen/> [dostęp: 3.12.2020 r.].

- medical check up
- group discussion
- interview.

Study contents

The three-year study has a modular structure. Theoretical study sections and internships alternate. The emphasis is put on a useful and balanced mixture of different teaching and learning methods. During the whole interdisciplinary study professional qualified and experienced teaching staff provides assistance and advice. In the modules different subjects such as criminalistics, criminal law and traffic law are taught in cross-departmental lessons. At the end of each module there is a module examination. Subjects like PE, action tactics, as well as weapons training and marksmanship belong to the practical police trainings which run parallel to the theoretical study sections extending over a period of three years. During the 3rd year of study the students write the bachelor thesis, which they defend at the end of the last study section. The course of study ends with an oral examination.

INTERNATIONAL COOPERATION

The Police Department of the University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice cooperates in the field of police training with various foreign institutions from the following countries: Denmark, Estonia, Latvia, Lithuania, Norway, Poland, France, Slovakia and the Czech Republic. The University has also been awarded with the “Erasmus Charter for Higher Education (ECHE 2014-2020)”. As part of the bachelor studies study visits abroad at universities in the Ukraine, Denmark, Estonia, France, Latvia, Lithuania, Norway, Poland and Slovakia take place. As far as relations with Polish Police training institutions are concerned a special attention should be paid to the cooperation with the Police Academy in Szczecin in the area of Erasmus+ Program and with the Police Training Centre in Legionowo in the area of the project *Cross-cultural meetings of young police officers from Germany, France and Poland*.

The article is based on the information from the brochures: Fachhochschule für öffentliche Verwaltung, Polizei und Rechtspflege des Landes Mecklenburg-Vorpommern, *University of Applied Sciences for Public Administration, Police and Administration of Justice*, 01/2020; *Study course “Polizeivollzugsdienst” Bachelor of Arts (B.A.)*, 01/2020; *Training to become a Law Enforcement Police Officer*, 01/2020, Publikationen der Fachhochschule, <http://www.fh-guestrow.de/hochschule/Publikationen/> [3.12.2020].

Techniki uPADania

w procesie szkolenia policjantów kursu podstawowego

nadkom. Grzegorz Leśniak
Zakład Interwencji Policyjnych CSP

Młodzi funkcjonariusze Policji na początku swojej drogi zawodowej uczestniczą w szkoleniu podstawowym, którego istotną częścią jest między innymi kształcenie technik i taktyki stosowania środków przymusu bezpośredniego, w tym siły fizycznej w postaci technik transportowych, obrony, ataku i obezwładnienia. Wielu specjalistów zajmujących się kształceniem umiejętności interwencyjnych słuchaczy to jednocześnie instruktorzy lub trenerzy sztuk walki.

Utylitarne systemy walki z zakresu obezwładniania osób wykorzystywane w procesie szkolenia policjantów byłyby ubogie, gdyby nie sztuki walki stworzone przez wielkich mistrzów wiele dekad wcześniej [1]. Jednym z nich był Japończyk, twórca judo, profesor Jigorō Kanō. Poza opracowywaniem, systematyzowaniem i doskonaleniem technik pod kątem ich przydatności w walce, zwracał on szczególną uwagę na bezpieczeństwo ćwiczących, kładąc duży nacisk na asekurację partnerów treningowych oraz naukę padów (ukemi). Podejście to zaowocowało powstaniem tzw. paradoksu Kanō, który polegał na tym, że trenujący judo dzięki opanowaniu podstaw, czyli technik upadania i asekuracji, odnosili zdecydowanie mniej obrażeń i mogli ćwiczyć z maksymalną intensywnością, co owocowało wzrostem dynamiki i skuteczności stosowanych technik, intensyfikowało przygotowanie motoryczne, a w efekcie istotnie sprzyjało wygranej w starciach z adeptami innych sztuk walki [2].

Funkcjonariusze Policji dzięki nauce właściwego upadania również mogą z zaangażowaniem trenować bez uszczerbku na zdrowiu i ryzyka doznania kontuzji. Umiejętność ta może okazać się również przydatna w realnych sytuacjach i starciach, podczas których zaszłaby potrzeba pokonania przeskody przy wykorzystaniu padu. Posługiwanie się padami

w różnych, dynamicznie zmieniających się sytuacjach będzie jednym z elementów świadczących o dobrym przygotowaniu motorycznym funkcjonariusza oraz jego dużej orientacji czasowo-przestrzennej [3].

PADY (UKEMI)

Każdorazowo szkolenie funkcjonariuszy rozpoczyna się od nauki padów. Można wyróżnić cztery ich rodzaje:

- w tył;
- na bok;
- w przód z przewrotem;
- płaski w przód.

W nauce padów stopniowo zwiększa się ich trudność poprzez przyspieszanie tempa ich wykonania oraz podwyższanie pozycji wyjściowej. Niezwykle istotne jest bardzo dobre opanowanie tych technik, gdyż obawa przed upadkiem będzie skutkować usztywnianiem mięśni i defensywnym zachowaniem, co z kolei sprzyja kontuzjom i uniemożliwia postęp i zdobywanie kolejnych umiejętności. W nauce padów zwraca się szczególną uwagę na kilka zasad, a mianowicie: zdobycie umiejętności padania na prawą i lewą stronę czy w przypadku padu w przód z przewrotem – przewrotu przez prawy i lewy bark, utrzymywania brody blisko klatki piersiowej, aby uniknąć uderzenia głową o podłoże, niekrzyżowania nóg podczas padania, gdyż grozi to kontuzją. Co więcej, ważny jest moment uderzenia kończyną górną o podłoże podczas wykonywania padu. Odpowiednio szybkie i mocne wykonanie tego uderzenia, gdy kończyna górna natychmiast odskakuje od podłoża, zmniejsza istotnie energię uderzenia tułowia, zapewniając mu tym samym ochronę. Zwraca się również uwagę na to, aby podczas wykonywania padu jak największa powierzchnia ciała zetknęła się z podłożem, gdyż umożliwia to rozłożenie siły zderzenia [4]. Ciało osoby wykonującej pad dąży do uzyskania ułożenia zbliżonego do okręgu, co szczególnie dobrze widać w przypadku padu w przód z przewrotem. Ułożenie to sprzyja amortyzacji upadku i umożliwia miękkie lądowanie [5].

PAD W TYŁ

Naukę padu w tył rozpoczyna się od pozycji leżenia tyłem z uniesionymi w górę kończynami dolnymi, brodą zbliżoną do klatki piersiowej i lekko zgiętymi w stawach łokciowych kończynami górnymi spoczywającymi na ziemi. W tej pozycji ćwiczący uczy się dynamicznych uderzeń kończynami górnymi o podłoże oraz pozycji końcowej padu. Następnie

pozycja ulega podwyższeniu. Z siadu prostego z plecami wygiętymi w łuk ćwiczący przetacza się w tył zachowując pozostałe znane mu już elementy padu. Pozycja stopniowo ulega podwyższeniu i pad wykonywany jest z przysiadu na palcach, a następnie z pozycji stojącej oraz w ruchu, np. idąc w tył. Pad ten można łączyć z przewrotem w tył [4].

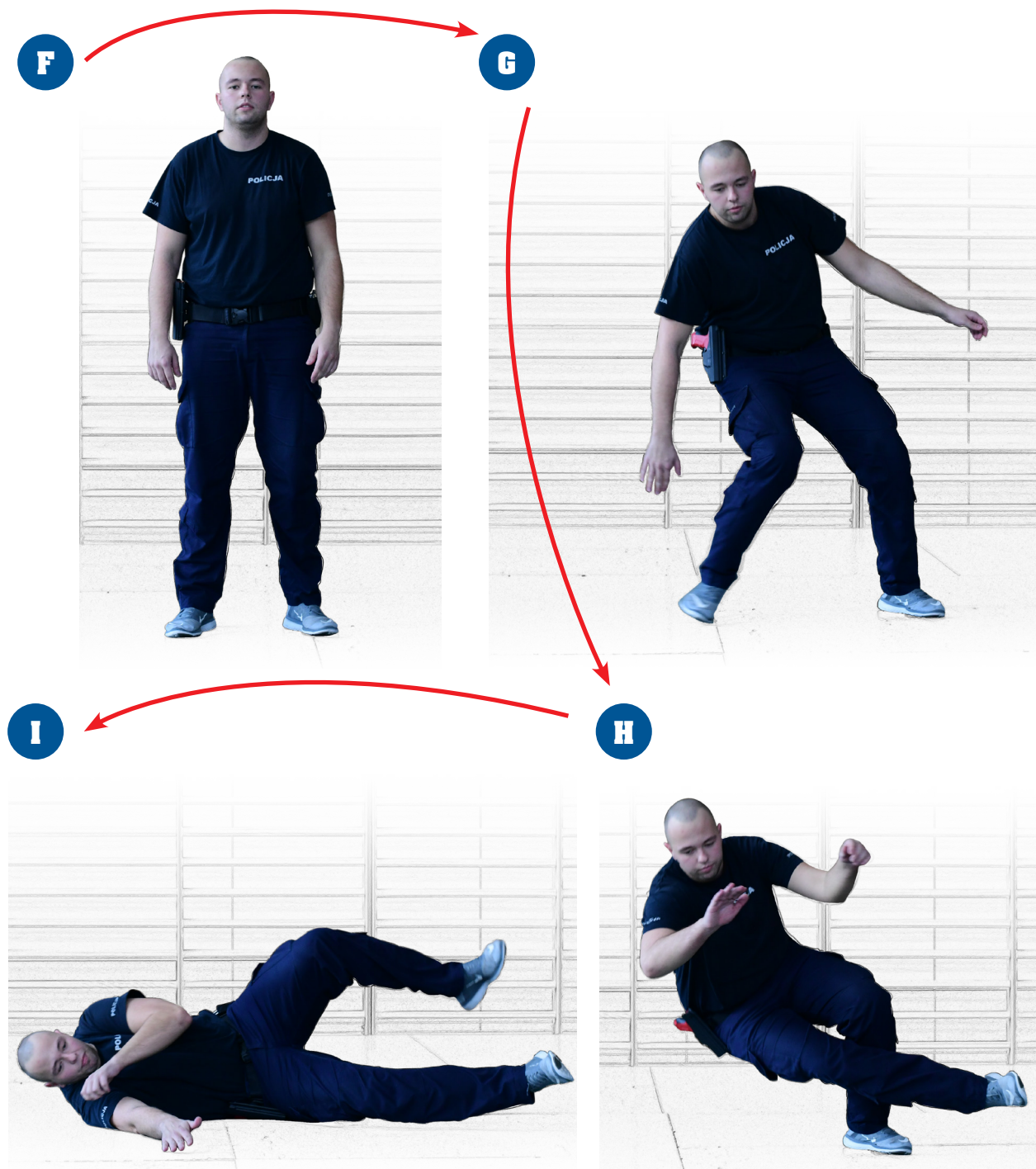


Fot. A–E2. Nauka padu w tył.

PAD NA BOK

Naukę tej techniki rozpoczyna się z pozycji siadu prostego. Utrzymując brodę blisko klatki piersiowej, należy unieść kończyny dolne i miękko przetoczyć się na bok, uderzając o podłoże kończyną górą po stronie boku, na

który nastąpiło przetoczenie. Kolejno ćwiczenie to wykonuje się z pozycji przysiadu na palcach, z pozycji stojącej oraz w ruchu, progresywnie zwiększając jego dynamikę [4].

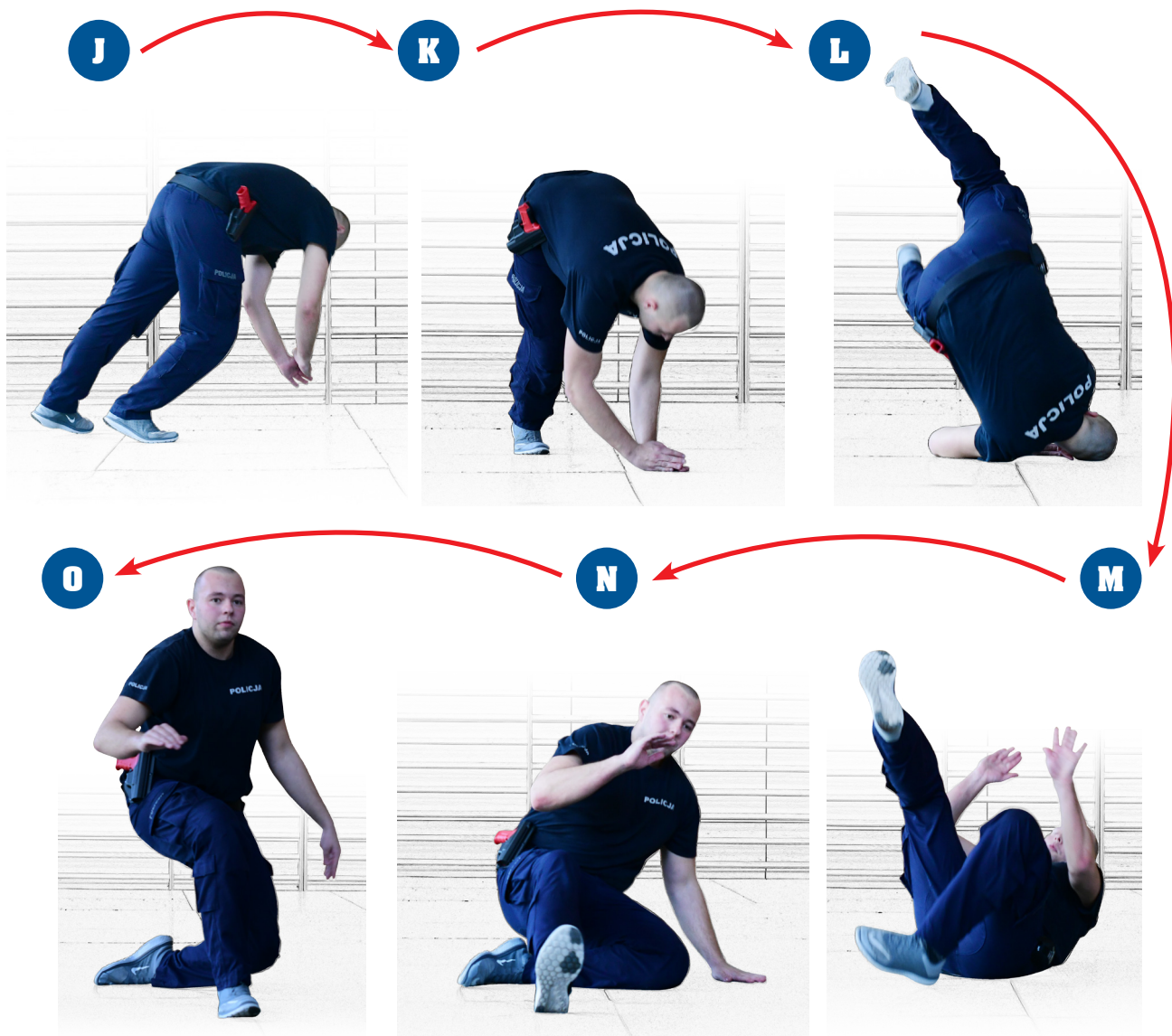


Fot. F–I. Nauka padu na bok.

PAD W PRZÓD Z PRZEWROTEM

Pozycją wyjściową, w której można rozpocząć naukę padu w przód z przewrotem, jest pozycja długiego wykroku. W przypadku wykroku prawą kończyną dolną można na początku nauczania położyć lewą dłoń na ziemi. Prawą dłoń, a dokładnie okolicę małego palca, należy delikatnie oprzeć o podłoże (pod tułowiem z palcami skierowanymi ku tyłowi). Przetoczenie będzie następować kolejno od małego palca prawej ręki przez przedramię, łokieć, bark, skośnie przez plecy do lewego biodra. Pad kończy się uderzeniem lewą kończyną górną o podłoże i pozostaniem w pozycji końco-

wej padu na bok lub płynnym przejściem do postawy naturalnej – stającej. Podobnie jak w przypadku innych padów istotna jest tu ochrona głowy przez utrzymanie brody blisko klatki piersiowej oraz pamiętanie o tym, by ruch był okrągły i przypominał toczenie się piłki. Następnie ćwiczący opanowują pad w przód z przewrotem, nie używając podporu ręki lewej, dodając zamach prawą kończyną górną, podwyższając pozycję, z których pad jest wykonywany, by na końcu móc go płynnie wykonać z marszu, biegu czy nawet pokonując przy jego użyciu różne przeszkody [4].



Fot. J–O. Nauka padu w przód z przewrotem.

PŁASKI PAD W PRZÓD

Naukę padu w przód można rozpocząć w pozycji klęku podpartego, z której należy jednocześnie oderwać obie kończyny górne i opaść na przedramiona, pamiętając o szerokim rozstawieniu palców obu rąk i skierowaniu ich do środka. Kolejno, z pozycji klęku, poza wykonaniem pracy górną połową ciała, jak w poprzednim ćwiczeniu, należy jednocześnie wyrzucić w tył kończyny dolne, osią-

gając tym samym właściwą pozycję końcową padu. Pad ten charakteryzuje się dużą pracą – napięciem mięśni obręczy barkowej, biodrowej i tułowia w chwili zetknięcia kończyn z podłożem, o czym nie należy zapominać. Tak jak poprzednie pady, również płaski pad w przód powinien być praktykowany w pozycjach wysokich, a także ze skoku lotnego [4].



Fot. P1–P2. Nauka padu płaskiego w przód.

Fot. M. Mazewski

NAUKA PADÓW

– istotny element szkolenia funkcjonariusza Policji

Tempo nauczania padów i przechodzenie przez kolejne etapy i utrudnienia zależne będzie od ćwiczących i tego, jak szybko będą oni nabywać kolejnych umiejętności. Może okazać się, że grupa szkoleniowa bardzo szybko zdobędzie wiedzę i umiejętności, co zdarza się, gdy ćwiczący mieli już do czynienia ze sportami czy sztukami walki, innym razem może zaistnieć potrzeba zwolnienia tempa nauczania, wielokrotnego powtarzania kolejnych elementów, a nawet wprowadzenia dodatkowych ułatwień w postaci np. obniżenia pozycji wyjściowej przy początkowym nauczaniu padu w przód z przewrotem do pozycji klęku jednonoż lub użyciu pomocy w postaci piłek czy wałków rehabilitacyjnych, które pomagają w oswajaniu ruchu ciała w przestrzeni. Jedno jest pewne, sumienna nauka padów nie może zostać pominięta w szkoleniu młodych adeptów Policji, gdyż narażałoby to funkcjonariuszy na kontuzje i problemy ze zdrowiem po ewentualnych starciach, ograniczało możliwości dalszego rozwoju w użytecznych systemach walki, a także zwiększało ich niepokój przed koniecznością sprawdzenia swoich umiejętności w trakcie wykonywania obowiązków służbowych.

Służby mundurowe, w tym Policja, szkoląc funkcjonariuszy, korzystają z bogatego źródła, jakim są sztuki walki, dostosowując tę wiedzę do swoich potrzeb. Jednym z systemów samoobrony w judo, na który warto zwrócić uwagę, jest Goshin-Jutsu. Poza tym, że system ten jest zbiorem chwytów, jakie można wykorzystać względem najczęściej spotykanych form ataków, na podkreślenie zasługuje podstawowa zasada judo, którą kieruje się ten system, zwana zasadą „wzajemnego dobra”. Oznacza to, że samoobrona ma służyć zapewnieniu szeroko rozumianego bezpieczeństwa, a obezwładnienie napastnika powinno następować bez szkody dla jego życia i zdrowia [6].

Bibliografia

1. K. Jankowiak, *Typologia sztuk walki*, „The Polish Journal of the Arts and Cultur” 2013, nr 7, s. 85–87.
2. W. Macioszyk, *Technika Kodokan Judo*, Judomarket, Warszawa 2016, s. 6–9.
3. S. Sterkowicz, E. Madejski, *ABC Hapkido*, Firma Handlowo-Uslugowa Kasper, Kraków 1999, s. 25–26.
4. J. Pawluk, *Judo sportowe*, „Sport i Turystyka”, Warszawa 1988, s. 17–21.
5. S. Sterkowicz, E. Madejski, *ABC Hapkido*, Firma Handlowo-Uslugowa Kasper, Kraków 1999, s. 60–64.
6. J. Pawluk, *Judo mistrzów*, „Sport i Turystyka”, Warszawa 1981, s. 94–95.

ZASADY PUBLIKOWANIA w „Kwartalniku Policyjnym”

1. Redakcja przyjmuje teksty dotąd niepublikowane o charakterze zawodowym lub naukowym, dotyczące zagadnień związanych z funkcjonowaniem Policji i z szeroko rozumianym bezpieczeństwem, a także z praktyką policyjną i współpracą formacji z innymi instytucjami ochrony porządku prawnego oraz z samorządem lokalnym.
 2. Materiały do publikacji należy przysyłać pocztą elektroniczną na adres: kwartalnik@csp.edu.pl lub składać w sekretariacie Wydziału Wydawnictw i Poligrafii Centrum Szkolenia Policji w Legionowie (ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo, tel. 47 725 58 81 lub 47 725 52 70).
 3. Prace są kwalifikowane do druku przez zespół redakcyjny czasopisma. Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i adiustacji tekstów oraz zmiany tytułów i śródtytułów.
 4. W celu zapobiegania wszelkim przejawom nierzetelności, w tym zjawisku *ghostwriting* i *guest authorship*, redakcja wymaga ujawnienia przez autorów wkładu w powstanie publikacji.
 5. Materiały mogą być weryfikowane w systemie antyplagiatowym, zgodnie z procedurą obowiązującą w Centrum Szkolenia Policji.
 6. Materiały są publikowane w „Kwartalniku Policyjnym” nieodpłatnie, po złożeniu przez autora pisemnego oświadczenia, zgodnie z otrzymanym od redakcji wzorem.
 7. Nadesłanych materiałów do publikacji redakcja nie zwraca.
 8. Wersją pierwotną (referencyjną) czasopisma jest wydanie papierowe. Ponadto poszczególne numery są również dostępne w wersji elektronicznej na stronie internetowej: www.kwartalnik.csp.edu.pl.
 9. Wskazówki edytorskie dotyczące przygotowania materiału przez autorów:
 - format A4, czcionka Times New Roman, wielkość 12 punktów, interlinia 1,5 wiersza, marginesy – 2,5 cm;
 - na pierwszej stronie należy podać imię i nazwisko autora materiału, stopień (lub tytuł) naukowy (tytuł zawodowy), nazwę instytucji, w której autor jest zatrudniony, nr telefonu, adres e-mailowy;
 - do tekstu należy dołączyć streszczenie oraz tytuł pracy w języku angielskim;
 - materiał ilustracyjny powinien być dostarczony w oddzielnych plikach (rysunki lub fotografie w formacie jpg, rozdzielczość 300 dpi, minimalna wielkość 1,5 MB);
 - schematy i wykresy muszą być edytowalne, tak aby można było nanieść korektę;
 - przypisy należy umieścić na dole strony lub na końcu pracy; przypisy wstawia się automatycznie i oznacza się cyframi arabskimi;
 - zgodnie z normami wydawniczymi przypis bibliograficzny powinien zawierać:
 - imię i nazwisko autora, tytuł, wydawcę, miejsce i rok wydania, numer strony:
M. Olbrycht, J. Rutkowski, *Taktyka minersko-pirotechniczna w działaniach antyterrorystycznych*, Centrum Szkolenia Policji, Legionowo 2003, s. 35–36;
 - jeżeli dzieło jest pracą zbiorową:
Nowy leksykon PWN, red. A. Dyczkowski, Warszawa 1998, s. 684;
 - jeżeli jest to artykuł w pracy zbiorowej:
J. Szreniawski, *Prawo do dobrej administracji prawem podmiotowym obywatela*, w: *Dobra administracja. Teoria i praktyka*, red. J. Łukasiewicz, S. Wrzosek, Radom 2007, s. 256;
 - jeżeli jest to artykuł w czasopiśmie:
B. Jankowska, *Odpowiedzialność karna osób prawnych*, „Państwo i Prawo” 1996, nr 7, s. 46;
 - jeżeli jest to akt prawny (należy wskazać publikator):
Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji (Dz. U. z 2020 r. poz. 360, z późn. zm.);
 - jeżeli jest to tekst opublikowany w Internecie:
J. Kowalski, *Edukacja online*, www.gazeta.pl/forum?forumedukacyjne5645 [dostęp: 12.03.2004 r.]
-
- ## Zasady recenzowania artykułów
1. Artykuły o charakterze naukowym są recenzowane przez dwóch niezależnych recenzentów zewnętrznych, zgodnie z zasadami dotyczącymi tego rodzaju prac, w tym z *Dobrymi praktykami w procedurach recenzyjnych w nauce*, oprac. Zespół do Spraw Etyki w Nauce pod przewodnictwem prof. dr. hab. W. Marciszewskiego, Warszawa 2011, https://www.archiwum.nauka.gov.pl/g2/oryginal/2014_02/307f933b1a75d6705a4406d5452d6dbf.pdf [dostęp: 18.06.2020 r.].
 2. Autorzy i recenzenci nie znają swoich tożsamości, w innych przypadkach recenzenci podpisują oświadczenie o niewystępowaniu konfliktu interesów między nimi a autorami, w tym m.in. bezpośrednich relacji osobistych, relacji podległości zawodowej, bezpośredniej współpracy.
 3. Recenzja ma formę pisemną. Zawiera syntetyczną charakterystykę artykułu, część analityczną, ocenę ogólną i kończy się jednoznaczną konkluzją, tj. jest pozytywna, negatywna lub warunkowo pozytywna, jeśli recenzent wskazuje na konieczność wprowadzenia poprawek. Autorzy artykułów są zobowiązani do ustosunkowania się do uwag i uwzględnienia sugerowanych zmian.
 4. Nazwiska recenzentów poszczególnych publikacji nie są ujawniane. Lista recenzentów współpracujących z czasopismem w każdym roku kalendarzowym jest publikowana w ostatnim numerze danego roku.



**CENTRUM SZKOLENIA POLICJI
W LEGIONOWIE**

**05-119 Legionowo
ul. Zegrzyńska 121**

www.csp.edu.pl