

Mälardalens högskola
Akademin för hållbar samhälls- och teknikutveckling

Polisers upplevelser av kritiska incidenter med hot och våld

Andreas Liedholm

C-uppsats i psykologi, VT 2009
Handledare: Einar Jakobsson
Examinator: Anna-Christina Blomkvist

Polisers upplevelser av kritiska incidenter med hot och våld

Andreas Liedholm

Kritiska incidenter som ägt rum tidigt i en polis karriär har beskrivits vara de som upplevs mest intensiva och som polisen minns klarast. Enskild såväl som kumulativ exponering för kritiska incidenter har visat sig kunna ha både positiva och negativa konsekvenser. En stor del av den forskning som bedrivits har varit fokuserad på konsekvenser i form av psykisk ohälsa och upplevelserna i sig har sällan beskrivits. Åtta svenska poliser intervjuades och deras upplevelser återgavs i en deskriptiv analys av hur de upplever och hanterar kritiska incidenter med våld eller hot om våld. Upplevelserna under och efter kritiska incidenter varierade bland studiens deltagare. Vad gäller hanteringen av dessa upplevelser framkom dock att samtalen med kollegor var av stor betydelse.

Key words: critical incident, police officer, experience, violence, threat.

Inledning

Att uppleva kritiska incidenter

En kritisk incident har beskrivits vara en händelse som överskrider vad personer med högriskyrken för det mesta upplever (Reyes & Elhai, 2004). Urvalet som görs till och träningen som genomförs under en polisutbildning syftar till att förbereda poliser för exponering för kritiska incidenter. Att förbereda dem för incidenter där de själva eller någon närstående utsätts för livsfara är dock väldigt svårt. Detsamma gäller för situationer som den enskilde polisen kan göra personliga kopplingar till (McCaslin et al., 2006).

I en studie av svensk polis ombads deltagarna (n=162) rapportera om sina mest traumatiska upplevelser i tjänsten. Resultatet visade att de flesta upplevelser som rapporterades hade inträffat tidigt i polisernas karriärer. Många poliser hade också upplevt liknande situationer senare men rapporterade att dessa inte hade gjort samma intryck på dem. Slutsatsen kunde därför dras att den första traumatiska incident en polis erfar verkar upplevas som mest intensiv och blir den de minns klarast (Karlsson & Christianson, 2003). En studie genomförd på Nya Zeeland fann att 74 % av de poliser som deltog hade upplevt en traumatisk incident under sitt första tjänsteår, 42 % hade upplevt två traumatiska incidenter, och 5 % tre eller fler. Av samtliga deltagare i studien hade nära hälften (45% av männen och 38 % av kvinnorna) blivit fysiskt misshandlade (Huddleson, Stephens, & Paton, 2007).

Den generella biologiska process som ligger till grund för människans stressresponser är den samma för alla. Specifika responser är dock alltid en funktion av den unika sociokulturella miljö och psykologiska uppsättning varje människa har (Christopher, 2004). Reaktionen till följd av kritiska incidenter varierar med person och typ av kritisk stressor. I en studie där poliser (n=662) ombads berätta om den mest kritiska incident de erfarit och symptom på posttraumatisk stress mättes fann forskarna att de poliser som rapporterat om incidenter där hög grad av hot riktats mot dem själva upplevde en högre grad av posttraumatisk stress. Studien kunde därför konkludera att en hög grad av hot riktat mot den

egna individen försätter denne i högre risk för att drabbas av påföljande posttraumatisk stress (McCaslin et al., 2006; Robinson, Sigman & Wilson, 1997).

När en individ exponeras för en kritisk incident kan denne få svårigheter med att uppfatta vad som faktiskt händer (Karlsson & Christianson 2003; Reyes & Elhai, 2004). Den första försvarsreaktionen kan därför bli förnekelse. Poliser har också beskrivit att de ”kopplat bort sig” från traumatiska händelser, upplevt sig se det inträffade från sidan eller i slow motion. Det egna beteendet vid traumatiska upplevelser har av somliga även uppfattats som irrationellt och förvirrat medan det uppfattats vara rationellt och professionellt av andra. Poliser har även rapporterat att exponeringen för denna typ av incidenter väckt tankar om vad som skulle hända med deras familjer om de själva dog eller skadades (Karlsson & Christianson 2003).

Konsekvenser av kritiska incidenter

Flera studier har fokuserat på konsekvenser av kumulativ exponering för kritiska incidenter (Carlier, Lamberts, & Gersons 1997; McCanlies et al., 2008; Robinson et al., 1997). I studier där konsekvenser av stress i yrket undersökts bland poliser har andelen deltagare som uppfyllt kriterierna för posttraumatiskt stressyndrom (PTSD), enligt DSM-IV, varit 13 % (Robinson et al., 1997) och 7 % (Carlier et al., 1997). Mindre fokus har dock legat på att undersöka hur enskilda kritiska incidenter påverkar poliser. Det är denna typ av incidenter poliser brukar beskriva som de värsta de upplevt under hela sin karriär (McCaslin et al., 2006). En amerikansk studie som undersökt effekterna av specifika kritiska incidenter fann att incidenter där våld riktats direkt mot en person representerade 40 % av fallen där poliser utvecklat PTSD (McCaslin et al., 2006). Psykisk ohälsa har alltså visat sig kunna uppstå både till följd av kumulativ exponering för stressfyllda situationer under en längre tid och vid exponering av enskilda kritiska incidenter (Evans et al., 1993). Att exponeras för plötsliga och oförutsägbara situationer där våld och potentiell dödsrisk förekommer kan få konsekvenser i form av PTSD och utbrändhet. Något som ibland antas kunna bidra till utvecklandet av suicidbeteende (Berg, Hem, Lau, Loeb & Ekeberg, 2003; Schmidtke, Fricke & Lester, 1999). I USA har suicid påvisats som en av de vanligaste dödsorsakerna bland poliser (Mohandie & Hatcher, 1999). En norsk studie visade dock att förekomsten av suicidtankar och suicidförsök bland norska poliser var låg. Studien fann att i de fall där suicidtankar rapporterats kunde dessa prediceras av missnöje med arbetet. Detta var dock en sekundär prediktion då missnöje med arbetet resulterade i ångest och depressivitet vilket i sin tur kunde predicera utveckling av suicidtankar. Personer som upplevde missnöje med sitt arbete men inte uppvisade ångest eller depressivitet bedömdes alltså inte löpa ökad risk för att utveckla suicidtankar (Berg et al., 2003). Vid studier av kopplingen mellan suicid och jobbrelaterade stressorer har forskare dragit slutsatsen att dessa inte är tillräckliga för att orsaka suicidbeteenden hos i övrigt friska individer (Burke & Mikkelsen, 2007). De flesta poliser som upplever kritiska incidenter drabbas trots allt inte av några psykiska problem (McCanlies et al., 2008). Stressreaktioner som varar under en kortare tid efter den kritiska incidenten är dessutom att betrakta som relativt normala reaktioner (Horowitz, Stintson, & Field, 1991). Polisens upplevelser av kritiska incidenter har även visat sig kunna ha positiva effekter. Dessa effekter kan handla om personliga upplevelser av att få utöva sin professionella förmåga och uppnå meningsfulla mål, att stärkas av posttrauman, ökad uppskattning av den egna familjen och ökad känsla av kontroll vid svåra situationer (McCanlies et al., 2008). Positiva konsekvenser till följd av ett trauma har även beskrivits i form av tre olika typer. Den första typen beskrivs som utvecklandet av en mer sammanhängande självbild i kombination med ökat självförtroende och större kompetens att hantera livets utmaningar. Den andra typen innebär en förändring i

förhållandet till andra så som närmare relationer till signifikanta andra, ökad vilja att ta emot hjälp, ökad känslighet gentemot andra och ökad öppenhet mot nya beteenden. Den tredje typen innebär en ökad uppskattning av den egna existensen, ändrade prioriteringar, större förståelse av mening och en mer omfattande verklighetsuppfattning (Christopher, 2004).

Interventioner

Många poliser utsätts dagligen för stress vilket kräver att de utvecklar ett anpassat försvar. Detta försvar har beskrivits som en slags tuffhet ("toughness") i attityd, temperament och träning och anses vara en förutsättning för att poliser effektivt ska klara av många delar av arbetet (Evans, 1993). Många poliser utvecklar också copingstrategier som exempelvis undertryckande eller isolering av känslor samt tillämpande av humor. Kliniska erfarenheter har visat att de flesta poliser som erfar dessa typer av incidenter söker skydd i förnekelse (Lazarus, 1984), något som har visat sig kunna öka risken för att polisen utvecklar PTSD (Reiser & Geiger, 1984). Det har även kunnat påvisas att de metoder poliser använder sig av för att hantera stress utvecklas tidigt i karriären (Karlsson & Christianson, 2003; Moriarty & Field, 1990). Polisens försök att reducera arbetsrelaterad stress kan ta sig uttryck både i tjänsten och utanför. En del av metoderna för detta framstår som hälsosamma (träning och sport), medan en del andra visar på det motsatta (alkoholbruk, låta det gå ut över familj, vänner och allmänhet). De självdestruktiva strategier som förekommer kan i sin tur orsaka ytterligare problem för den enskilde och andra inblandade. Risken för detta är särskilt stor när strategierna hotar för polisen viktiga och värdefulla relationer (Alexander & Walker, 1994).

Vid vissa tillfällen då stressen blir för stark kan den tuffhet som gör att många poliser fungerar väl i sitt arbete bli ett hinder i deras hjälpsökande (Evans, 1993). Attityden, träningen och den egna gruppens sociala normer har visat sig resultera i att många poliser blir resistent mot psykoterapi i dess traditionella form. I och med detta måste alternativa terapeutiska metoder användas för att kunna närma sig många polisens problematik. Många poliser som känner stark stress efter en kritisk incident dock räds rapportera om detta eller efterfråga terapi då de upplever en risk för att till exempel förflyttas till en kontorstjänst om dem skulle gör det. För att undvika problem vid tillämpning av psykoterapi och andra interventioner inom polisen kallas ofta de tillämpade metoderna för till exempel "stresshantering" eller "critical incident stress debriefing" (Miller, 1995). Detta används även inom svensk polis och i Stockholms län är hot med vapen den vanligaste anledningen till att psykologisk debriefing tillämpas (Christianson, Frej & Edqvist, 2002).

I den studie där svenska poliser rapporterat om sina mest traumatiska upplevelser uppgav mer än hälften (55 %) att samtal med kollegor hjälpt dem att bearbeta sina upplevelser. Endast ett fåtal (9,3 %) hade blivit erbjudna debriefing eller professionell hjälp (0,5 %) i samband med den kritiska incident de beskrivit. Det kan även noteras att majoriteten av deltagarna inte hade fått något stöd alls från sina befäl i samband med detta. Att tala med personer från sin egen grupp som delar erfarenheten, så kallad peer support, tycks vara ett vanligt sätt för poliser att komma över stressfyllda upplevelser (Karlsson & Christianson, 2003). Detta har även visat sig vara en gemensam copingstrategi för personer inom flera olika riskyrken (Holaday, Warren, Smith & Yost, 1995). Ett problem med detta kan dock vara svårigheterna med att uttrycka sina emotionella upplevelser inför kollegor (Karlsson & Christianson, 2003). En studie som undersökte viljan att prata om traumatiska upplevelser bland poliser (n=527) fann att dessa samtal minskade effekterna av traumatisk stress (Stephens & Long, 2000). En svensk polis, med lång erfarenhet av svåra samtal, menar dock att fördelarna med att samtala med andra poliser inte ska överdrivas. Detta på grund av att det finns en risk för att polisen mest talar om vad som faktiskt hände och finner det svårt att tala om och uttrycka sina

emotionella reaktioner på incidenten (Karlsson & Christianson, 2003). Det har dock kunnat påvisas att socialt stöd motverkar den stress som kritiska incidenter i arbetet annars kan generera (Patterson, 2003). Flera studier har även påvisat avsaknad av socialt stöd som en riskfaktor för utvecklandet posttraumatisk stress (Carlier et al., 1997; Sewell, 1996).

En studie med poliser (n=120) som arbetat professionellt i 5-15 år fann att professionellt organiserad debriefing var mycket effektivt mot posttraumatisk stress. Efter en olycka med många dödsoffer och skadade träffade ledaren för debriefingen varje polis enskilt. Alla poliser utom en uppgav att de kände sig bättre efter en debriefing vilket visade att poliser i vissa fall får ut mer av professionell debriefing än av samtal med kollegor (Smith & de Chesnay, 1994). I en kvalitativ studie tillfrågades poliser i Sydafrika om deras upplevelser av psykologisk debriefing efter kritiska incidenter. En majoritet upplevde att det var ett positivt första steg i att hjälpa dem behandla sin inblandning i incidenten. Ett fåtal upplevde dock psykologisk debriefing som en upprepning av något de redan behandlat i samtal med vänner och familj (Chabalala, 2005). Ett svenskt polisbefäl som arbetat många år med traumatiska upplevelser inom sitt yrke betonar vikten av att polisbefäl vidtar lämpliga åtgärder. Detta innebär att omedelbart ta den inblandade personalen till en säker, skyddad plats och informera dem om vilka reaktioner som följa och göra klart att det finns ett nätverk som kan hjälpa dem (Karlsson & Christianson, 2003).

Den mest använda formen av debriefing vid kritiska incidenter är Critical Incident Stress Debriefing (CISD) (Mitchell, 1983; Reyes & Elhai, 2004). CISD är en metod som syftar till att hjälpa den utsatte att hantera de emotionella processer som uppstår efter kritiska incidenter genom ventilering och normalisering såväl som genom förberedelser för framtida händelser. Metoden är från början tänkt för att användas i grupp men kan även tillämpas enskilt. Ett antal kriterier för när CISD är lämplig att användas har beskrivits vara när: många individer inom gruppen verkar ångestfyllda efter ett larm, symtomen på stress tycks vara kraftiga, personal uppvisar signifikanta beteendeförändringar, personal gör signifikanta fel under uttryckning efter den kritiska incidenten, personal begär hjälp och händelsen är extraordinär. CISD genomförs ofta med en eller flera personer inom yrkesgruppen som har egna erfarenheter och är utbildade i CISD. Ofta sker det 24-72 timmar efter den kritiska incidenten och håller på i ungefär två till tre timmar beroende på omständigheterna (Miller, 1995). Att bedriva CISD utan hjälp av personal inom polisen har visat sig ha dålig effekt. Detta tros bero på en uppfattning att endast andra poliser kan förstå sig på arbetet och dess relaterade stressorer. Något som i sin tur kan innebära att endast andra poliser kan hjälpa dem (Tucker, Spaulding, Henry & Van Hasselt, 2008). Den kritik som riktats mot CISD har bland annat handlat om svårigheterna med att undersöka metodens effektivitet. Detta skulle kräva rigorösa slumpmässiga kontroller, vilka nästan är omöjliga att genomföra på grund av oförutsägbarheten i undersökningsgruppens erfarenheter (Deahl, 2000).

Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie är att öka förståelsen för hur poliser i Sverige upplever och hanterar våld och hot om våld i sin yrkesutövning. Detta genom att beskriva enskilda polisers personliga upplevelser av kritiska incidenter och hur dessa upplevelser har hanterats och påverkat dem.

Forskning beträffande polisens upplevelser av våld i arbetet har i hög grad fokuserat på negativa konsekvenser till följd av extrema kritiska incidenter (Carlier et al., 1997; Gearsons, 1989). I USA har även studier av polisens ohälsa givit resultat som inte kunnat påvisas i de studier som genomförts geografiskt nära Sverige (Berg et al., 2003; Burke & Mikkelsen, 2007; Miller, 1995; Mohandie & Hatcher, 1999). Förekomsten av kvalitativa studier som

undersökt polisens upplevelser av kritiska incidenter och dess följder är även internationellt sett väldigt låg och endast ett fåtal har genomförts. Den forskning som finns beträffande svensk polis är i huvudsak kvantitativ och har fokuserat mer på polisens minnen av traumatiska upplevelser än på upplevelserna i sig.

Forskningsfrågorna till denna studie var: Hur upplever poliser incidenter med våld eller hot om våld i sin yrkesutövning? Hur hanterar poliser upplevelser av våld eller hot om våld? Hur påverkas poliser av incidenter med våld eller hot om våld?

Metod

Deltagare

Deltagarna i studien var poliser från fem olika polisstationer som alla hade erfarenhet av arbete i yttre tjänst. Det kriterium som ställdes för deltagande var att de i sitt yrkesutövande varit med om situationer där våld eller hot om våld mot dem förekommit. Könsfördelningen var sju manliga och en kvinnlig polis.

Intervjuperson 1: är 30-35 år och har arbetat som polis i 2,5 år. Intervjupersonen blev attackerad med kniv av en psykiskt sjuk person och beskriver det som den första och värsta incident med våld som denne varit med om i sitt arbete.

Intervjuperson 2: är 25-30 år och har arbetat som polis i 2,5 år. Intervjupersonen blev tillsammans med kollegor attackerad av ett flertal personer och beskriver det som den första och värsta incident med våld som denne varit med om.

Intervjuperson 3: är 40-45 år och har arbetat som polis i 18 år. Intervjupersonen blev tillsammans med en kollega utsatt för hot om våld och beskriver det som den värsta incident han varit med om hot om våld som denne varit med om.

Intervjuperson 4: är 40-45 år och har arbetat som polis i 16 år. Intervjupersonen utsattes för en situation där hot om våld förelåg men inte uttalades. Intervjupersonen beskriver det som den värsta incident med upplevt hot om våld som denne varit med om.

Intervjuperson 5: är 40-45 år och har arbetat som polis i 14 år. Intervjupersonen deltog i jakten på ett flertal gärningsmän som visat sig vara extremt farliga. Intervjupersonen beskriver det inte som den värsta incidenten, men en av de som denne minns klarast.

Intervjuperson 6: är 25-30 år och har arbetat som polis i 4,5 år. Intervjupersonen blev utsatt för ett oprovocerat angrepp och blev slagen och sparkad. Intervjupersonen hade tidigare inte varit med om någon incident av detta slag i sitt arbete.

Intervjuperson 7: är 40-45 år och har arbetat som polis i 5 år. Intervjupersonen ingrep ensam i en misshandel och attackerades av ett flertal personer. Intervjupersonen hade tidigare varit med om ett flertal kritiska incidenter av liknande slag.

Intervjuperson 8: är 45-50 år och arbetat som polis i 20 år. Intervjupersonen blev under ett ingripande tillsammans med en kollega attackerad av en person. Intervjupersonen hade varit med om liknande incidenter vid tidigare tillfällen.

Material

Vid samtliga intervjuer användes en intervjuguide som var indelad i sex olika frågeområden. Område 1. Syftade till att samla in allmän information om intervjupersonen, dennes yrkesval och tid i yrket.

Område 2. Syftade till att få information om en kritisk incident/kritiska incidenter som innehållit våld eller hot om våld och som intervjupersonen upplevt i sin yrkesutövning: ”Jag skulle vilja att du försökte minnas den värsta incident du varit med om som polis och där våld eller hot om våld förekommit. Kan du berätta om den?”

Område 3. Syftade till att få ytterligare information om hur intervjupersonen upplevde den incident/de incidenter som beskrivits i Område 2, samt hur intervjupersonen hanterat dessa upplevelser.

Område 4. Syftade till att undersöka hur intervjupersonen upplever den kritiska incidenten idag, samt hur intervjupersonen upplever kollegors reaktioner efter kritiska incidenter. Denna del gav också intervjupersonen möjlighet att lägga till information som inte behandlats av intervjufrågorna.

Procedur

För intervjuer kontaktades bekanta till författaren med kontakter inom Polismyndigheten. Poliserna tillfrågades om intresse att delta i studien och efter detta tog författaren kontakt via telefon eller e-post och ett missivbrev utsändes per e-post. Efter utsänt missivbrev tog författaren åter kontakt med poliserna och tid och plats för intervjuer bestämdes. Av nio kontaktade valde åtta att delta. Orsaken till bortfallet är okänt då ingen kontakt kunde upprättas efter det att personen visat intresse för att delta. Samtliga intervjuer genomfördes enskilt med författaren. Fem av intervjuerna skedde i avskilda rum på två olika polisstationer, två i Mälardalens högskolas lokaler och en i en av polismännens hem. I missivbrev och i inledningen av intervjun informerades deltagaren återigen om de forskningsetiska principerna. Intervjuerna varade i mellan 25- 55 minuter och ingen ersättning gavs för deltagandet.

Databearbetning

Intervjuerna spelades in digitalt och transkriberades ordagrant. Det transkriberade materialet analyserades sedan genom meningskoncentrering (Kvale, 1997). Analysen skedde enligt följande:

1. Det transkriberade materialet lästes igenom för att ge en översikt om innehållet.
2. Meningsbärande enheter markerades.
3. Meningsbärande enheter listades och sammanfattades för varje enskild intervju.
4. Meningsbärande enheter för varje intervju sammanfattades till kortfattade deskriptiva formuleringar.
5. De deskriptiva formuleringarna sorterades under olika teman (*Upplevelser*, *Hantering av upplevelser*, och *Konsekvenser*) som anknöts till studiens frågeställningar. För *Upplevelser* och *Hantering av upplevelser* skapades även kategorierna *Under incident* och *Efter incident* samt, för *Upplevelser*, subkategorierna *Känslomässigt*, *Fysiskt* och *Psykiskt*. För *Konsekvenser* skapades kategorierna *Positivt* och *Negativt*.
6. Meningsbärande enheter sorterades in under respektive tema och jämfördes sinsemellan.

Resultat

Tabell 1

Sammanställning av intervjupersoners upplevelser, hantering av upplevelser och konsekvenser av kritiska incidenter.

Tema	Kategori	Subkategori
<i>Upplevelser</i>	<i>Under incident</i>	<i>Känslomässigt</i>
		Rädsla
		Ilska
		Förvåning
		Obehag
		Ovisshet
		Allvar
	<i>Efter incident</i>	Rädsla
		Ilska
		Obesvärad
		Onödigt
		Trötthet
		Stress
		Behov av samtal
”Tänk om” – tankar		
Återupplevelse		
Oförståelse		
Bekräftelse		
Frånvaro		
Externalisering		
Tema	Kategori	
<i>Hantering av upplevelser</i>	<i>Under incident</i>	Lösningfokusering Arbeta vidare
	<i>Efter incident</i>	Samtal Informationssökande Inte i behov av övrigt stöd Vetskap om att stöd finns att tillgå
Tema	Kategori	
<i>Konsekvenser</i>	<i>Positivt</i>	Bekräftelse på kompetens Lärorik erfarenhet Ökad förståelse Lugnare i kritiska situationer Betydelsefull
	<i>Negativt</i>	Förändrad människosyn Fysisk och psykisk påfrestning Lugnare i kritiska situationer

Upplevelser

Under incident. Av de fem poliser som upplevt situationer där våld riktats direkt mot dem anger fyra att de upplevde förvåning under incidenten. Orsaken till detta uppges i samtliga fall ha varit att poliserna befunnit sig i situationer som plötsligt förändrats. Bland de tre poliser som upplevt situationer med hot om våld beskrev IP 3 och IP 4 att de båda upplevde rädsla

och obehag. IP 3 och IP 5 upplevde också en känsla av ovisshet över situationens utveckling: ”Känslan var i luften att det här kunde sluta hur som helst.” (IP 3).

IP 2 och IP 6 upplevde båda adrenalinpåslag och IP 2 och IP 7 upplevde en känsla av förpliktelse: ”Man vill vara överallt på något sätt.” (IP 2); ”Jag var tvungen att ingripa” (IP 7). Andra upplevelser som beskrevs var: fysiskt obehag, upphetsning, allvar, ilska, fysisk styrka, isolering, irritation, och dissociation: ”Det blir som att man tittar på sig själv utifrån.” (IP 1).

IP 1 upplevde *förvåning* över att situationen uppstod och en känsla av *dissociation*: ”Det blir som att man tittar på sig själv utifrån.”

IP 2 upplevde *förvåning* över att situationen snabbt förändrades. Han upplevde även *adrenalinpåslag* och en känsla av *förpliktelse*: ”Man vill vara överallt på något sätt”.

IP 3 upplevde *rädsla* och *ovisshet* beträffande situationens utfall. Han kände sig även *irritation* över mannens beteende mot barnet: ”Man ber inte sin son att göra det”.

IP 4 upplevde *rädsla* och *obehag*. Kände även *fysiskt obehag* och upplevde en känsla av *isolering* trots att det fanns mycket människor i samma lokal: ”Det var mer folk där, men ändå kändes det så isolerat... Fick ont i magen...”.

IP 5 upplevde *upphetsning* och en känsla av situationens *allvar*. Utöver detta upplevde han även *ovisshet* beträffande situationens utfall och en *ilska* gentemot gärningsmännen: ”Det var lite spännande... Det var på allvar”.

IP 6 upplevde *förvåning* över att det inträffade följt av *adrenalinpåslag* och en känsla av *fysisk styrka*: ”Jag kände en oerhörd styrka”.

IP 7 upplevde en känsla av *förpliktelse* att ingripa.

IP 8 upplevde *förvåning* över att situationen snabbt förändrades.

Efter incident. Behov av samtal beskrivs som en sekundär upplevelse av samtliga deltagare utom en. IP 1, IP 6 och IP 7 beskriver alla ”tänk om”-tankar: ”Vad skulle ha hänt om hon hade lyckats... Om jag nu kommer hem... Hur kan jag förklara att det var en kvinna som ville hugga pappa med kniv.” (IP 1). IP 3 och IP 5 beskrev sina tankar som övergående medan IP 4 upplevde en stark rädsla under en tid av sex månader efter incidenten. Andra upplevelser som beskrevs var: frånvaro, trötthet, externalisering, bekräftelse, stress, obesvärad, rädsla, oförståelse, återupplevelse, ilska, och att det inträffade var onödigt.

IP 1 beskrev en känsla av *frånvaro* samt *trötthet* under de två närmast följande dagarna efter händelsen: ”Jag kände som bomull runt huvudet”. Han upplevde sedan ett *behov av att prata* och ”*tänk om*”-tankar. Han kände även att attacken varit riktad mot polisen och inte mot honom som person och upplevde i och med det en *externalisering* av incidenten. När personen som attackerade honom dömdes kände han *bekräftelse* på sin egen upplevelse och som ett avslut.

IP 2 upplevde *stress* under de timmar som följde efter händelsen. Kände även *behov av att prata* om det inträffade.

IP 3 upplevde sig känna av *rädslan* från hotet under några timmar. Upplevde även *behov av att prata*.

IP 4 kände *rädsla* för vedergällning under cirka sex månader efter det inträffade. Kände *behov av att prata* om det, men upplevde *oförståelse* gentemot hur andra förhöll sig till detta: ”Jag tror inte att det var någon som fattade att man tog det så pass allvarligt”. Kände även *återupplevelse* av initiala känslor då IP tänkte tillbaka på det.

IP 5 upplevde sig *obesvärad* av våldsupplevelser: ”Att brotta ner någon stör inte mig... Men om det sker i ett hem där det finns barn som mår dåligt så stör det mig”.

IP 6 upplevde *ilska* över att incidenten förstörde för det planerade polisarbetet samt ”*tänk om*”-*tankar*: ”Vad skulle kunna ha hänt om jag inte var polis”. Han upplevde även ett *behov av att prata* om det inträffade.

IP 7 upplevde ett *behov av att prata* om det som inträffat samt ”*tänk om*”-*tankar*.

IP 8 upplevde våldet som ett *onödigt* agerande från gärningsmannen.

Hantering av upplevelser

Under incident. Sju av åtta intervjupersoner beskrev att de under incidenten hanterat sina upplevelser av våld eller hot om våld genom att agera *lösningfokuserat*. IP 6 beskriver att han utöver det lösningfokuserade handlandet *arbetade vidare* direkt efter incidenten och tror att mycket av de känslor han hade försvann i och med det. IP 4 kunde inte redogöra för någon initial hantering.

Efter incident. Samtliga intervjupersoner pratade med sina kollegor om det som inträffat och flera pratade även med sina respektive familjer. Tre av intervjupersonerna beskriver samtalen med kollegor som ett sätt att bearbeta det inträffade på. Två poliser uttryckte att de upplevde svårigheter i att prata med personer utanför polisen med anledning av de upplever att personer utanför inte kan relatera till och förstå det inträffade på samma sätt som poliser: ”Jag upplever att det är väldigt svårt att tala med någon utomstående... Även om jag förklarar någonting som i min värld är självklart upplever jag att mottagaren inte upplever det på samma sätt.” (IP 7). Vad gäller mer organiserade samtal genomgick två av intervjupersonerna initiala avlastningssamtal med befäl eller chef. I ett av dessa fall följdes samtalet upp vid senare tillfälle. IP 4 sökte även aktivt efter information om tillvägagångssätt vid vedergällning för den grupp som hotat henne. Menar att syftet med detta var att själv kunna agera vid en eventuell vedergällning.

Samtliga intervjupersoner upplevde att de kunde prata om tankar och känslor med kollegor på respektive arbetsplats. Fem av de åtta intervjupersonerna upplevde att det pratades mer på stationen efter kritiska incidenter. Samtliga ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser. Ingen av intervjupersonerna upplevde något behov av övrigt stöd. IP 4 beskrev sig dock, vid senare tillfälle, ha upplevt att professionella samtal hade kunnat vara bra: ”I efter hand har jag kunnat tänka att det kanske hade varit bra att gå i väg och prata med någon” (IP 4). Alla intervjupersoner upplever att stöd finns att tillgå inom polisen i händelse av att de skulle börja må dåligt.

IP 1 *pratade med kollegor* och hade ett initialt *avlastningssamtal* med sin chef. Han pratade även med sin *fru och med vänner*. Upplevde detta som ett sätt att bearbeta det inträffade på. Utöver detta upplevde han sig *inte vara i behov av övrigt stöd*, men vet att han skulle få det vid behov. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 2 hade ett initialt *avlastningssamtal* tillsammans befäl och de kollegor som deltagit. *Pratade med kollegor och med familj* och upplevde detta som ett sätt att bearbeta det inträffade på. Upplever det vara lättare att prata med kollegor som kan relatera till det som inträffat eller liknande. *Upplevde inte att han var i behov av övrigt stöd*, men skulle inte ha några problem med att be om det vid behov. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 3 *pratade med de kollegor* som var med vid incidenten samt med övriga kollegor. Upplevde sig *inte vara i behov av övrigt stöd* men vet att det finns att tillgå. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 4 *pratade med kollegor och familj* om det som inträffat. Genomförde *informationssökande* om beteende vid eventuell vedergällning. *Upplevde sig inte vara i behov av övrigt stöd* men vet att det finns att tillgå. Kan uppleva att professionellt stöd varit bra: ”I efter hand har jag kunnat tänka att det kanske hade varit bra att gå i väg och prata med någon”. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 5 *pratar alltid med kollegor* och detta sker både behovs- och rutinmässigt. Upplever att det finns hjälp inom polisen om han skulle börja må dåligt. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 6 *pratade med kollegor och familj*. Han upplevde sig *inte vara i behov av övrigt stöd*, men vill tro att det finns ett skyddsnät inom polisen om han skulle börja må dåligt. IP 6 vet att han skulle få stöd om han bad om det men tror att han skulle dra sig från att göra det då det kan uppfattas som onödigt och töntigt av kollegor. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 7 upplever att han inte hade kunnat göra någonting annorlunda och att det var ett medvetet risktagande. Kände *inte behov av övrigt stöd*. Upplever svårigheter i samtal med personer utanför polisen: ”Jag upplever att det är väldigt svårt att tala med någon utomstående... Även om jag förklarar någonting som i min värld är självklart upplever jag att mottagaren inte upplever det på samma sätt”. Vet att det finns stöd att tillgå inom polisen. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

IP 8 *pratade med den kollega* som var med vid incidenten och med övriga kollegor. Upplever inte att han tar åt sig av våld eller hot om våld, men är medveten om att det finns stöd att tillgå. Ansåg även att det idag pratas mer än tidigare och att poliser förr inte pratade alls om sina upplevelser.

Konsekvenser

Flera av intervjupersonerna upplever att de kritiska incidenter de upplevt har blivit lärorika erfarenheter som haft positiva konsekvenser i form av att till exempel ökad förberedelse. Bland de poliser som utsatts för våld eller hot om våld upplevde samtliga att det har haft positiva konsekvenser. IP 2 och IP 6 beskrev båda sina upplevelser var de första av detta slag som de varit med om i sitt arbete. Båda beskrev sina upplevelser som positiva i och med att det givit dem bekräftelse på att de klarar av att hantera svåra situationer. IP 2 och IP 6 upplevde också att de erfarenheter incidenterna givit dem har resulterat i att de känt sig lugnare i senare situationer av liknande slag. IP 6 beskrev dock att det ökade lugnet har gjort att andra inte uppfattar hur pass allvarliga vissa situationer han befinner sig i kan vara. Dock upplevde han att incidenten han beskrev kan ha blivit en positiv vändning för gärningsmannen. IP 4 beskrev även att incidenten resulterat i ökad förståelse för brottsoffer som inte vågar vittna.

IP 7 beskrev flera negativa konsekvenser av kritiska incidenter med våld, dock inte till följd av en enskild kritisk incident utan till följd av kumulativ exponering. De negativa konsekvenser som beskrevs var förändrad människosyn och utvecklande av ett säkerhetstänkande som resulterat i ökad fysisk och psykisk påfrestning.

IP 1 menar att *erfarenheten resulterat i att han nu* vet hur snabbt en situation kan förändras. Detta har gjort honom mer förberedd.

IP 2 upplever att han genom den beskrivna incidenten fått *bekräftelse* på att han klarar av att agera under kritiska situationer. Det har även resulterat i att han upplever sig vara bättre på sitt jobb och är *lugnare* än tidigare.

IP 3 upplever att han har blivit en *erfarenhet rikare* och att incidenten visar exempel på hur poliser kan lösa situationer utan att använda våld.

IP 4 upplever att incidenten resulterat i *ökad förståelse* för brottsoffer som inte vågar vittna.

IP 5 beskriver inte några konsekvenser.

IP 6 upplever att situationen givit honom ökat säkerhet då han fått *bekräftelse* på att han kunde fortsätta att agera. Han upplever även att han blivit *lugnare* under kritiska situationer, något som dock även visat sig kunna få negativa konsekvenser i form av att andra inte uppfattar hur allvarlig en situation kan vara. Han upplever även att incidenten var *betydelsefull* då det kan ha blivit en positiv vändning för gärningsmannen.

IP 7 upplever att hans agerande i situationen var *betydelsefullt* gjorde stor skillnad för den person som blev misshandlad. Han ser det även som en *erfarenhet att ta lärdom av*. Han beskrev flera negativa konsekvenser av kritiska incidenter med våld. Dock inte till följd av en enskild kritisk incident utan till kumulativ exponering för situationer med våld. De negativa konsekvenserna var förändrad människosyn och utvecklandet av säkerhetstänkande som gör att han upplever ökad fysisk och psykisk påfrestning.

IP 8 upplever att det var en *erfarenhet att ta lärdom av*.

Diskussion

Upplevelser av våld eller hot om våld

Hälften av intervjupersonerna beskrev incidenter av ett slag de aldrig tidigare upplevt i sin yrkesutövning. Sett till tidigare studier har de kritiska incident poliser upplevt mest traumatiska ägt rum tidigt i deras karriär. Slutsatsen har därför dragits att den första kritiska incident en polis erfar blir den som upplevs mest intensivt och minns klarast (Karlsson & Christianson, 2003). Övriga beskrivna incidenter beskrivna av studiens intervjupersoner, bortsett från en, har innefattat något som gör att det upplevts starkare. Det har handlat om ökad utsatthet och upplevelser som inte slutat där och då. I samtliga fall, utom ett, har incidenterna varit, för individen, nya upplevelser vilket talar för att det är just den subjektiva upplevelsen av incidenten och inte typen av incident som påverkar hur polisen kommer att uppleva den. Att en polis utsätts för våld eller hot om våld behöver därför inte ha någon betydelse för hur de upplever incidenten efteråt. Däremot ger intervjupersonerna beskrivningar som skulle kunna tala för att upplevelsorna under incidenter i samband med våld skiljer sig från de vid hot om våld. Fyra av fem poliser som beskrivit incidenter med våld upplevde initialt förvåning. Av dessa överraskades samtliga av att situationen de befann sig i plötsligt förändrades. Den polis som inte upplevde förvåning beskriver att han gjorde ett medvetet risktagande när han ingrep i en våldssituation vilket kom att resultera i att våldet riktades mot honom. En av intervjupersonerna beskrev också en initial upplevelse av dissociation i form av att han upplevde sig stå utanför och se på. Tre av intervjupersonerna beskrev också att de efter incidenten utvecklade tankar om vad som kunde ha inträffat, "tänk om" - tankar. Båda dessa typer av upplevelser, dissociation och tankar av vad som hade kunnat inträffa, har beskrivits som försvarsreaktioner i en annan studie av svensk polis (Karlsson & Christianson, 2003).

Hantering av upplevelser med våld eller hot om våld

Den generella biologiska responsen på stress har beskrivits som universell. Specifika responser har dock beskrivits som är ett resultat av sociokulturell miljö och individens psykologiska uppsättning (Christopher, 2004). De upplevelser och reaktioner intervjupersonerna som utsatts för våld beskriver under incidenten är detsamma för samtliga, förvåning, med undantag för IP 7. Den respons som sedan följde var dock densamma oavsett om poliserna utsatts för våld eller hot om våld, de blev lösningsfokuserade. Detta med undantag för IP 4 som inte beskriver någon hantering under incidenten. Sett till Christopher's (2004) teori skulle intervjupersonerna som utsattes för våld först kunna respondera med förvåning, för att de är människor, och sedan bli lösningsfokuserade, för att de är poliser. Även i hanteringen av upplevelser efter incidenten finns stora likheter mellan samtliga berättelser. De pratade alla med sina kollegor som en hantering av den kritiska incident de beskrivit. Fem intervjupersoner upplevde även att det generellt sett pratas mer på polisstationerna efter kritiska incidenter. Jag anser att teorin om specifika responser som ett resultat av sociokulturell miljö får stöd då samtliga poliser i studien faktiskt pratade om sina upplevelser. Samtliga intervjupersoner beskrev även att poliser förr inte pratade alls om varken känslor och upplevelser vilket talar för att intervjupersonerna upplever att en förändring skett inom poliskulturen och att denna kommit att resultera i att gruppens specifika respons på upplevelser av kritiska incidenter förändrats.

Utöver samtal med kollegor som beskrevs av alla intervjupersoner och samtal med familj som beskrevs av vissa upplevde sig ingen av intervjupersonerna vara i behov av något övrigt stöd under incidentens efterspel. En av intervjupersonerna kunde dock i efterhand uppleva att professionella samtal hade kunnat vara positivt som hjälp i att behandla upplevelsen. Samtliga intervjupersoner upplevde också att de kunde prata om känslor och upplevelser med sina respektive kollegor, så kallat peer-support. Detta har beskrivits som ett vanligt sätt för poliser i Sverige att komma över upplevelser av stressfyllda situationer. Ett problem som beskrivits med peer-support är dock att det kan vara svårt att ge uttryck för egna emotionella upplevelser inför kollegor (Karlsson & Christianson, 2003). Ingen av intervjupersonerna gav dock uttryck för att de skulle uppleva någon svårighet med att prata om känslor och upplevelser med kollegor på respektive polisstation. En polis uttrycker dock att den sociokulturell miljön han arbetar i gör att han skulle dra sig för att be om samtal av mer professionell karaktär. Något som skulle kunna utgöra ett hinder för hjälpsökande i händelse av att intervjupersonen upplever beskriven peer-support som otillräcklig i sin bearbetningen. Detta har även beskrivits som ett hinder för hjälpsökande i tidigare forskning (Evans, 1993). Peer-support som copingstrategi efter kritiska incidenters framstår dock i intervjupersonernas beskrivningar som det vanligaste sättet att hantera upplevelser till följd av våld eller hot om våld i deras yrkesutövning. I en kvalitativ studie från Sydafrika som undersökt polisens upplevelser av psykologisk debriefing efter kritiska incidenter upplevde en majoritet av deltagarna att det var ett positivt steg i bearbetningen. Det fåtal som inte upplevde det motiverade detta med att debriefingen blev en upprepning av något de redan behandlat i samtal med vänner och familj (Chabalala, 2005). Utifrån denna studie, tidigare forskning och min egna studie upplever jag att en stor del av preventionen av negativa upplevelser till följd av kritiska incidenter ligger i samtalen. Jag tror även att förekomsten av samtal många gånger är viktigare än dess form. Med detta menar jag att det viktigaste är att poliserna pratar om sina upplevelser och får ge uttryck för allt de känner. Om det sker med familj, vänner, kollegor och under formella eller informella former är av mindre betydelse och forskning betonar både för och nackdelar med till exempel organiserad debriefing. Att etablera mallar och rutiner för samtal efter kritiska incidenter är en garanti för Polismyndigheten att möjlighet ges, men det kan inte garantera att möjlighet tas. Vikten av att den polis som upplever en kritisk incident är medveten om att det

finns ett skydds nät inom polisen har också uttryckts av ett polisbefäl i tidigare svensk forskning (Karlsson & Christianson, 2003). Den känsla av trygghet i händelse av upplevd psykisk ohälsa som polisbefälet uttrycker betydelsen av att förmedla till poliser efter kritiska incidenter verkar även vara etablerad hos intervjupersonerna i denna studie då samtliga gav uttryck för en upplevelse av att det inom polisen finns hjälp att tillgå i händelse av att de skulle börja må dåligt.

Konsekvenser av kritiska incidenter

Studier genomförda i USA har funnit hög risk för utveckling av psykisk ohälsa och suicidala beteenden bland poliser som exponerats för kritiska incidenter (Miller, 1995; Mohandie & Hatcher, 1999). Dessa tendenser har dock inte kunnat påvisas i poliskulturer som ligger geografiskt och kulturellt nära Sverige (Berg et al., 2003; Burke & Mikkelsen, 2007). De konsekvenser som beskrevs av denna studies intervjupersoner upplevdes av samtliga vara av berikande karaktär. Detta stämmer även in på andra studier där det kunnat påvisas att de allra flesta poliser som upplever kritiska incidenter inte utvecklar någon psykisk problematik och att dessa upplevelser kan ha berikande effekter (McCanlies et al., 2008). En intervjuperson kunde dock rapportera om upplevda negativa konsekvenser, men detta till följd av upprepad exponering för incidenter våld. Sett till positiva konsekvenser gav samtliga deltagare, utom en, beskrivningar som tyder på att deras upplevelser har berikat dem i deras yrkesutövning. Detta stämmer in på den typ av de konsekvenser som beskrivits som positiva till följd av traumatiska upplevelser (Christopher, 2004).

Validitet

Under de teman som presenteras under *Resultat* varierar mängden information från studiens intervjupersoner i både mängd och utförlighet i beskrivning. Beskrivningarna av intervjupersonernas upplevelser var betydligt mer varierande än hanteringen av upplevelser. Jag upplever att mättnad vad gäller hantering uppstod ganska tidigt medan det beträffande upplevelser tog längre tid att uppnå. Det är därför svårt att avgöra om jag verkligen uppnådde mättnad gällande hanteringen av upplevelser eller om den tillämpade metoden inte var rätt för att komma åt detta. Detta skulle i så fall kunna utgöra ett hot mot studiens interna validitet då den även syftat till att undersöka hur poliser hanterar sina upplevelser av våld eller hot om våld. Jag bedömer dock att det skett en överlappning i flera frågeområden och att detta talar för en hög intern validitet då författaren till studien till stor del lyckats med vad denne avsett. Det vill säga studera och beskriva upplevelser och skapa ökad förståelse för ett visst fenomen (Maxwell, 2004).

Ett hot mot den externa validiteten gäller det faktum att studien kunnat beskriva en benägenhet att vilja samtala om upplevda kritiska incidenter. Detta från poliser som också valt att delta i studien där intervjutiden angavs vara upp till 60 minuter. Detta talar för att samtliga deltagare inte upplevde längre samtal om dem själva och deras upplevelser som något problem vilket mycket väl kan hänga ihop även med deras hantering av kritiska incidenter. Detta medan den grupp av poliser som upplever svårigheter att prata om subjektiva upplevelser i samband med kritiska incidenter även kan tänkas uppleva svårigheter att göra det i en konfidentiell intervju. Detta kan ha resulterat i att denna grupp inte finns representerad bland studiens deltagare, men i forskning av kvantitativ karaktär. Studien syftade dock endast till att vara deskriptiv och inte göra generaliseringar men jag upplever

ändå att detta utgör ett hot mot studiens externa validitet. Det åldersspann som intervjupersonerna ingår i sträcker sig också från 25-50 år vilket också gör att antalet tjänsteår varierar från 2,5–20 år. Studien valde dock att främst undersöka de upplevelser av kritiska incidenter med våld eller hot om våld och det enda kriterium som ställdes för deltagande var erfarenhet av detta under yrkesutövning.

Referenser

- Alexander, D. A., & Walker, L. G. (1994). A study of methods used by Scottish police officers to cope with work-induced stress. *Stress Medicine, 10*, 131-138.
- Berg, A. M., Hem, E., Lau, B., Loeb, B., & Ekeberg, Ø. (2003). Suicidal ideation and attempts in Norwegian police. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 3*, 302-312.
- Burke, R. J., & Mikkelsen, A. (2007). Suicidal ideation among police officers in Norway. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management, 30*, 228-236.
- Carlier, I. V. E., Lamberts, R. D., & Gersons B. P. R. (1997). Risk factors for posttraumatic stress symptomology in police officers: a prospective analysis. *Journal of Nervous and Mental Disease, 185*, 498-506.
- Chabalala, T. G. (2005). *The experiences and perceptions of police members regarding the effectiveness of trauma debriefing within the South African Police Service*. University of Pretoria, Pretoria, Faculty of Humanities.
- Christianson, S. Å., Frej, I., & Edqvist, H. (2002). *Defusing- och debriefingsamtal inom Polismyndigheten I Stockholms län*. Stockholm: Polismyndigheten i Stockholms län.
- Christopher, M. (2004). A broader view of trauma: A biopsychosocial-evolutionary view of the role of traumatic stress response in emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review, 24*, 75-98.
- Deahl, M. (2000). Psychological debriefing: controversy and challenge. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 34*, 929-939.
- Evans, B. J., Coman, G. J., Stanley, R. O., & Burrows, G. D. (1993). Police officers' coping strategies: An Australian police survey. *Stress Medicine, 9*, 237-246.
- Gersons, B. P. R., (1989). Patterns of PTSD among police officers following shooting incidents: A two-dimensional model and treatment implications. *Journal of Traumatic Stress, 2*, 247-257.
- Holaday, M., Warren, M., Smith, A., & Yost, T. E. (1995). A preliminary investigation of the on-the-scene coping mechanisms used by disaster workers. *Journal of Mental Health Counseling, 17*, 347-359.
- Horowitz, M. J., Stintson, C., & Field, N. (1991). Natural disaster and stress response symptoms. *Psychiatric Annals, 21*, 556-562.
- Huddleson, L., Stephens, C., & Paton, D. (2007). An evaluation of traumatic and organizational experiences on the psychological health of New Zealand police recruits. *Work, 28*, 199-207.
- Karlsson, I. (2005). *Memories of traumatic events among Swedish police officers*. Doctoral dissertation, Stockholm University, Department of Psychology.
- Karlsson, I., & Christianson, S. Å. (2003). The phenomenology of traumatic experiences in police work. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management, 26*, 419-438.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal & coping*. New York: Springer.

- Maxwell, A. J. (2004). *Qualitative research design: An interactive approach*. (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- McCanlies, E. C., Burchfiel, C. M., Charles, L. E., Hartley, T. A., Fekedulegn, D., & Violanti, J. M. (2008). Hardiness and psychological distress in a cohort of police officers. *International Journal of Emergency Mental Health, 10*, 137-148.
- McCaslin, S. E., Rogers, C. E., Metzler, T. J., Best, S. R., Weiss, D. S., Fagan, J. A., Liberman, A., & Marmar, C. R. (2006). The impact of personal threat on police officers' responses to critical incident stressors. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 194*, 591-597.
- Miller, L. (1995). Tough guys: Psychotherapeutic strategies with law enforcement and emergency services personnel. *Psychotherapy, 32*, 592-600.
- Mitchell, J. T. (1983). When disaster strikes: The critical incident stress debriefing. *Journal of Emergency Medical Services, 8*, 36-39.
- Mohandie, K., & Hatcher, C. (1999). Suicide and violence risk in law enforcement: Practical guidelines for risk assessment, prevention, and intervention. *Behavioral Science & the Law, 17*, 357-376.
- Moriarty, A., & Field, M. (1990). Proactive intervention: a new approach to police EAP programs. *Public Personnel Management, 19*, 155-161.
- Patterson, G. T. (2003). Examining the effects of coping and social support on work and life stress among police officers. *Journal of Criminal Justice, 31*, 215-226.
- Reiser, M., & Geiger, S. P. (1984). Police officer as victim. *Professional Psychology Research and Practice, 15*, 315-323.
- Reyes, G., & Elhai, J. D. (2004). Psychosocial interventions in the early phases of disaster. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 41*, 399-411.
- Robinson, H. M., Sigman, M. R., & Wilson, J. P. (1997). Duty-related stressors and PTSD symptoms in suburban police officers. *Psychological Reports, 81*, 835-845.
- Sewell, K. W. (1996). Constructional risk factors for a post-traumatic stress response after a massmurder. *Journal of Constructivist Psychology, 9*, 97-108.
- Schmidtke, A., Fricke, S., & Lester, D. (1999). Suicide among German federal and state police officers. *Psychological Reports, 84*, 157-166.
- Smith, C. L., & de Chesnay, M. (1994). Critical incident stress debriefing for crisis management in post-traumatic stress disorders. *Medicine and Law, 13*, 185-191.
- Stephens, C. V., & Long, N. (2000). Communication with police supervisors and peers as a buffer of work-related traumatic stress. *Journal of Organizational Behavior, 21*, 407-424.
- Tucker, A. S., Spaulding, T., Henry, J., & Van Hasselt, V. B. (2008). Critical incident stress management in a mid-sized police department: A case illustration. *International Journal of Emergency Mental Health, 9*, 299-304.