

Mälardalens högskola
Akademin för hållbar samhälls- och teknikutveckling

Upplevelsen och hanteringen av rädsla hos poliser

Karolina Carlén

C-uppsats i psykologi, HT 2010
Handledare: Einar Jakobsson
Examinator: Lena Almqvist

Upplevelsen och hanteringen av rädsla hos poliser

Karolina Carlén

Vår kropp är utrustad med alarmsystem som hindrar människan från skada, rädslan får oss uppmärksam på faran och agerar därefter. Poliser befinner sig många gånger i utsatta situationer som kan bidra till känslomässigt svåra upplevelser, samtidigt uppfattas poliser som starka och många gånger odödliga. Forskning visar att det finns lite utrymme och acceptans till känslouttryck inom den polisiära kulturen. Åtta poliser varav tre kvinnor intervjuades med fokus på deras upplevelse och hantering av rädsla i arbetet. Data som analyserades utifrån meningskoncentrering, visade att rädsla uppstår hos poliser i deras arbete, men att rädsla inte alltid uttalas. Rädsla tar sig olika uttryck och då främst i sättet att hantera den. Studien visade även att det finns attityder till rädsla bland poliser som bland annat innebär oro för negativa effekter av uttalad rädsla. I likhet med en studie av Christianson och Karlssons (2003) visade även denna studie att intervjupersonerna valde att tala om incidenter som inträffat under deras första år som polis. Om detta beror på habituering eller om intervjupersonerna lärt sig under sin karriär som polis att trycka undan känslor som inte går i linje med den polisiära kulturen låter författaren vara osagt.

Keywords: police officer, fear, expression of fear, acceptance of fear.

Inledning

Den mest grundläggande emotionen hos människan är rädsla och det är vår kropps sätt att förhindra oss från skada. Kroppen skickar signaler som vi tolkar som rädsla, utifrån dessa signaler motiveras vi till att ta oss ifrån den upplevda faran, en fara som vi inte nödvändigtvis lagt märke till medvetet (Hämtat ur Dozier Jr., 1998).

Människan har tre system som larmar om fara. Det primitiva som fungerar automatiskt och utan medvetenhet och sedan det rationella som är långsammare och bedömer vilken handling som ska tillgripas. Till sist har vi vårt medvetande som reflekterar och står för de slutgiltiga besluten av våra handlingar när de två andra systemen larmar (Hämtat ur Dozier Jr., 1998). Amygdala är den centrala delen av vår hjärna som söker i informationen från våra sinnen efter signaler som kan tydas som fara. Amygdala fångar in vad som sker omkring både medvetet och omedvetet. Människans rädsla är komplex och triggas av flera orsaker och olika situationer (Hämtat ur Dozier Jr., 1998).

Frijda (1986) menar att rädsla innebär osäkerhet och avsaknad av kontroll. Gudjonsson (1984) studerade två typer av rädslor hos poliser i England. Rädsla för misslyckande/negativ utvärdering och rädsla för fysisk skada. Poliserna var uppdelade i fyra grupper beroende på hur länge de arbetat som polis. De erfarna poliserna visade sig vara mest rädda för negativ utvärdering och enligt författaren berodde detta på att dessa poliser förstår innebörden av ett misslyckande, som att riskera sin position i hierarkin. Rädslan för fysisk skada var störst hos oerfarna poliser. Erfarna poliser upplevde mindre stress och mindre rädsla för fysisk skada.

Poliskultur

Kulturella sammanhang upptas utifrån våra språkliga, sociala och emotionella processer; att agera utefter dessa sammanhang ger oss en positiv känsla medan ett agerande emot dessa blir det motsatta: Våra emotioner påverkas alltså av det kulturella sammanhanget vi lever inom (Kitayama & Markus, 1994).

Kulturen inom poliskåren medför till en stor försvagning av känslomässiga uttryck menar Pogrebin och Poole (1991). Poliser har en social distans till människor de möter i sitt arbete och distansen inger i sin tur en hämmande effekt känslomässiga situationer. Författarnas studie (n=239) visade att poliser inte vill arbeta med någon som inte kan agera med beslutsamhet då det kan gälla en situation med livet som insats. Att uttrycka känslor inger tvivel till denna beslutsamhet. Ett skydd i form av en polisiär mask för att dölja dessa känsloutryck blir då avgörande för polisens acceptans.

Även Garnér (2004a) beskriver fenomenet poliskultur, men menar att detta infinner sig mestadels hos manliga, yngre poliser. Som polis har du en samhörighet, mer än att dela en gemenskap i ett yrke. Kulturen skapar en identitet på en privat nivå. Polis är inte bara ett yrke och det är bara poliserna själva som vet vad polisarbete innebär fullt ut menar författaren.

Normen inom polisen skapar även förväntningar som leder till vad Pogrebin och Poole (1991) beskriver som emotionell kontroll. När relationerna mellan poliserna blir avhängande art så skapas starkare roller utifrån den emotionella kontrollen och poliserna lär sig på ett lämpligt sätt som passar deras roll ge uttryck för emotioner. Resultatet av detta blir ett dämpat beteende och utspel av emotionell art. Solidariteten inom gruppen stärks och gruppens normer bevaras.

Tre gemensamma nämnare identifierades i en studie (n=8) av Frewin och Tuffin (1998) som ansågs vara ett kollektivt uttryck för att bevara polisens rykte, ett bidrag till bibehållandet av normen. Polisens status utgick från hur de uppfattas som ofelbara lagbevarare som ständigt var i allmänhetens tjänst. De ses som maskulina och oöverbinnerliga och för de som inte levde upp till denna bild innebar det ett uteslutande ur poliskåren. Detta beskriver även Pogrebin och Poole (1991) som menar att polisen upplever att allmänheten ser på dem som orädda och lugna. Vidare identifierades ett anpassande efter den polisiära normen som ett bidrag till att bibehålla standarden inom kåren (Frewin & Tuffin, 1998). Polisernas inre press såsom risk för uteslutning, kollegors kontroll och säkerheten på jobbet identifierade författarna som den tredje gemensamma nämnaren. De beskriver en inre press kring att undertrycka egna värderingar. Om dessa egna värderingar inte passar in med värderingarna inom den rådande poliskulturen måste deras egna värderingar tryckas undan för att inte riskera uteslutning. Även om det är en del av kulturen att trycka undan känslor och värderingar blir det ändå en press på poliserna att lyckas med detta och inte låta det undan tryckta synas.

För att förbättra och bevara allmänhetens bild av polisen och även bibehållandet av sin egen självbild fann Clinton (1985) i sin studie att begreppet stress används av polisen som en förklädning av andra problem inom kåren. I studien tittade Clinton närmare på en rapport av polisens mående där han fann att istället för att beskriva de problem som faktiskt fanns inom polisen, så som missbruksproblem, psykiska sjukdomar och relationsproblem, valdes det att beskrivas som stress. Clinton menar alltså att bilden av polisen inte vill smutsas ner av låg status problem som till exempel alkoholism och framställer det istället som stress problematik.

Vikten av stöd

Våren 2007 utfördes en arbetsmiljöundersökning på 1000 medlemmar i svenska polisförbundet (Exquiro Market Research, 2007). Hälften av medlemmarna visade sig ha berättat för sin överordnade om en incident där hot eller våld förekommit. Av dessa hade 61 % inte erhållit något stöd och vidare hade 25 % av dem velat ha stöd. 92 % av de som erhållit stöd var nöjda med detta och uttryckte inte vidare behov (Exquiro Market Research, 2007).

Stöd som erbjuds inom polisen vid kris- och stressituationer är bland annat defusing som sedan följs upp av debriefing. Defusing sker i grupp med de inblandade personerna direkt efter en incident och under detta samtal går deltagarna genom incidenten för att skapa en bild av vad som skett. Detta följs vidare upp av debriefing som sker minst ett dygn efter incidenten. Debriefingen hålls av två personer varav en är utbildad psykolog eller liknande. Debriefingen består av sju steg där psykisk bearbetning är i fokus. Bland annat ska ledarna uppmuntra deltagarna till att tala om sina känslor (Christianson, Lundin, & Lehto, 2004). I en studie (n=121) av Christianson och Karlsson (2003) uttrycktes det av deltagare att samtal med kollegor vid en svår händelse inte bör ta för stor plats då fokus hamnar på händelseförloppet och inte på de emotionella reaktionerna under själva debriefingen.

Flera studier har undersökt vikten av socialt stöd vid svåra situationer inom polisen. En av dessa visade att en förekommande hantering var att tala om händelsen med de inblandade och ett viktigt steg i processen för insikt i den aktuella händelsen (Christianson & Karlsson, 2003). Även Stephens, Long och Miller (1997) genomförde en studie (n=527) utifrån betydelsen av socialt stöd med poliser på Nya Zeeland. Syftet var att studera huruvida socialt stöd dämpar symptomen av Posttraumatiskt stress syndrom (PTSS). Socialt stöd är en del av förmågan till coping. En annan del i detta är att uttrycka emotioner kring en händelse med människor som har liknade erfarenheter. Vidare innebär tuffhetens etik inom polisen en risk att bidra till utvecklandet av PTSS då emotioner och uttrycket av dessa inte är accepterade. Resultatet visade att socialt stöd från kollegor, chefer och utomstående hade en positiv inverkan mot PTSS symptom. Kollegors stöd upplevdes vara ett mer lätsamt sätt att tala om händelsen och hade störst inverkan på PTSS symptom. Författarna menar att de få poliserna som upplevde att det var accepterat att uttrycka känslor i arbetet, både utifrån sig själva och kollegor innan en händelse visade på minskad utveckling av PTSS symptom. Alltså, om poliserna talar om sina upplevelser så minskas PTSS symptomen, något som tidigare forskning visar på inte är accepterat inom poliskulturen.

Socialt stöd studerades även av Brown och Grover (1998) och dess koppling till stress. Studien visade att vid både hög och låg nivå av stress hos poliser (n=594) infann sig vid svagt socialt stöd. Vidare var en negativ attityd mot känslouttryck och en upplevelse av att leva i en orättvis värld relaterad till hög nivå av stress. Dock visade resultaten att när poliserna upplevde låg stress och hög nivå av socialt stöd var detta inte nödvändigtvis en säkerhet för hanterandet av stressande arbete.

Att uttrycka emotioner kring en upplevelse inför de inblandade kollegorna menar Christianson och Karlsson (2003) kan vara problematiskt. Emotioner av negativ typ signalerar om svaghet och undviks därför (Pogrebin & Poole, 1991).

Poliserna valde i Frewin, Stephens och Tuffins (2006) studie (n=11) att på ett icke emotionellt sätt tolka situationer som varit av hotande slag. Poliserna valde indirekta ord, mindre laddade som *skrämmande* eller *kusligt* istället för ord som till exempel *rädd*. En polis som visade på brister och oro upplevdes inte passa för yrket. Dock visade det sig vara förenligt att prata om sina känslor när de berättade om incidenter där barn varit inblandade

eller när de talade om sin egen familj och även poliser med lång yrkeserfarenhet kunde prata om rädsla angående tidigare händelser. Författarna menar att poliserna rent generellt undvek att använda ordet rädsla. Howard, Stephens, & Tuffin (2000) fann att ett erkännande av känslor skapar problem och visar på inkompetens och åtgärder från högre distanser sätts in, till exempel polisen tas ur tjänst och får gå i samtalsterapi. Författarna menar att poliserna vet att de borde prata om sin rädsla men att ingen gör det. Berking, Meier och Wupperman (2010) upptäckte att poliserna (n=27) hade svårt att stötta sig själva i svåra, emotionella situationer. Vidare uppvisade de svårigheter med att hantera negativa känslor som uppstått i arbetet. Emotionerna blir något poliser uttrycker att de varken behöver tala om eller känna, som till exempel rädsla (Howard, Stephens & Tuffin, 2000). Om det däremot skulle bli aktuellt att prata om sina känslor gör poliser det på ett skämtsamt sätt. Dock vet alla att det ligger allvar i grunden och på så sätt spelar de med. Även *vem* de väljer att tala med efter en svår händelse är av betydelse, speciellt efter en incident och då med de inblandade (Howard, Stephens & Tuffin, 2000). Skillnaden mellan män och kvinnors uttryck studerades av Fischer, Manstead och Timmers (1998) och de fann att män inte uttrycker rädsla, sorgsenhet och besvikelse på samma sätt som kvinnor (n=314). Att öppet visa dessa emotioner skulle ge signaler av maktlöshet. Män dolde rädsla och besvikelse och de förtryckte dessa känslor och detta tolkades som rädsla för att uppfattas vara emotionell.

Poliser och andra yrkesgrupper som upplever ständig känslomässiga påfrestningar klarar av att hantera detta därför att de blir habituerade. Detta innebär att en person vänjer sig efter upprepade stimuli (hämtat ur Dozier Jr., 1998). Tecken på detta visar Christiansons och Karlsson (2003) studie där poliser (n=121) återgav en ganska detaljerad beskrivning av den första större händelse som gjort störst intryck under deras karriär. Frijda (1986) talar om habituering vid rädsla och oro, att detta uppstår vid en mildare grad av ihållande stimuli. Om människor vänjer sig vid olika typer av händelser beror på habituering eller utvecklandet av coping strategier är okänt. Däremot visar en emotionellt avmattad reaktion på erfarenhet. Emellertid uttrycker Frijda att effekten av händelsen aktualiseras förr eller senare. Erfarenheter av starka händelser i yrket som polis kan endast användas om de bearbetas på en emotionell och kognitiv nivå menar Christianson och Karlsson (2003).

Syfte och frågeställningar

Tidigare forskning visar på att det finns flera olika svårigheter med att uttrycka rädsla inom polisen, bland annat kulturella inslag som påverkar. Studier utifrån rädsla hos svenska poliser är få, framförallt studier på hur rädslan upplevs och uttrycks. Även studier kring acceptansen av att uttrycka rädsla bland poliser. Syftet med denna studie var att undersöka upplevelsen, hanteringen och innebörden av emotionen rädsla hos poliser. Följande frågeställningar användes:

Vidare att undersöka hur rädsla upplevs och uttrycks bland poliskollegor.

Utifrån dessa syften har följande frågeställningar formulerats:

Hur uppfattas och uttrycks emotionen rädsla hos poliser?

När infinner sig rädsla och hur hanteras den av poliser?

Hur upplevs acceptansen av att uttrycka rädsla inom polisen?

Metod

Deltagare

I studien medverkade åtta deltagare från två olika polisstationer i mellan Sverige; sex manliga och tre kvinnliga poliser. Intervjupersonerna hade erfarenhet från arbete på olika enheter inom polisen, även antal år inom poliskåren varierande. Samtliga intervjupersoner var mellan 40 och 60 år gamla, utom en som var i tjugoårsåldern.

Intervjuperson 1, är mellan 40 och 45 år och har arbetat som polis i 19 år, i yttre tjänst och på en spaningsenhet.

Intervjuperson 2, är mellan 60 och 65 år och har arbetat som polis i 40 år, i yttre tjänst, på stöldavdelning, med våldrelaterade brott och trafikenheter.

Intervjuperson 3, är mellan 45 och 50 år, Arbetat som polis i 26 år, i yttre tjänst, med familjevåld och trafikenheter.

Intervjuperson 4, är mellan 50 och 55 år. Arbetat som polis i 31 år, i yttre tjänst, med narkotikahandling, med barnsexbrott och på trafikenheter.

Intervjuperson 5, är mellan 55 och 60 år. Arbetat som polis i 36 år, i yttre tjänst och på trafikenheter.

Intervjuperson 6, är mellan 50 och 55 år. Arbetat som polis i 15 år, på utredningsroteln och kriminalunderrättelsetjänsten.

Intervjuperson 7, är mellan 50 och 55 år. Arbetat som polis i 30 år, i yttre tjänst, på stöldroteln, span roteln, jourroteln och personskyddsenheter.

Intervjuperson 8, mellan 25 och 30 år. Arbetat som polis i 1 år, i yttre tjänst.

Material

En halvstrukturerad intervjuguide utformad av författaren själv användes vid samtliga intervjuer. Frågorna var uppdelade under fem frågeområden. Dessa frågeområden var deltagarens bakgrund, deltagarens yrkesroll, deltagarens uppfattning av begreppet rädsla, en berättelse där deltagaren delar med sig av en erfarenhet där rädsla varit i fokus och slutligen deltagarens attityd gällande rädsla.

Procedur

Ett snöbollsurval användes för att förmedla kontakter inom poliskåren. Tre av de kontaktade intervjupersonerna förmedlade ytterligare fem poliser. Missivbrev sändes ut via e-post till fyra av intervjupersonerna innan intervjuerna och utifrån det utskickade missivbrevet lästes vetenskapsrådets etiska riktlinjer upp för samtliga intervjupersoner innan intervjuerna påbörjades. Efter utskick av missivbrevet bestämdes tid och plats för intervjuerna. Sex av intervjuerna genomfördes på intervjupersonernas kontor på polisstationen och de resterande två genomfördes i ett avskilt rum på två olika bibliotek. Intervjuernas längd varierade mellan 40 till 70 minuter. Poliserna erhöll inte ersättning.

Databearbetning

Samtliga intervjuer spelades in med hjälp av en diktafon och transkriberades vilket resulterade i 31 sidor. Den insamlade datan analyserades därefter med hjälp av meningskoncentrering (Kvale & Brinkmann, 2009). Utifrån denna metod genomfördes en abduktiv analys då författaren inte direkt utgått från en specifik teori men dock blivit inspirerad av tidigare forskning. Analysen skedde i flera olika steg och det transkriberade materialet lästes först igenom av författaren för att fånga upp helheten av vad som sagts under intervjuerna. Även en kort sammanfattning av varje intervju formulerades. Begrepp (subkategorier) skapades utifrån varje stycke i intervjuerna, som vidare inordnades under övergripande begrepp (kategorier) med utgångspunkt i studiens syfte och frågeställningar. Kategorierna samlades till sist under två teman. I tema ett, *Bemästring* ingick kategorierna *Alternativa uttrycksätt*, *Verbalt undvikande*, *Dialog* och *Tekniska hjälpmedel*. I det andra temat, *Attityd*, ingick kategorierna *Yrkesroll/Privatperson*, *Generationsskifte* och *Farhågor för negativa effekter*.

Resultat

Uppkomstbetingelser för rädsla

I en del av intervjuguiden ombads intervjupersonerna att berätta om en incident som uppstått under deras yrkesverksamma tid som polis. En incident där just rädsla varit påtagligt närvarande. Tre av incidenterna utgick ifrån hot mot intervjupersonernas egna liv där två av tre drog sitt vapen. Två incidenter kretsade kring hur intervjupersonerna slagits med en person i psykisk obalans. En intervjuperson beskrev rädsla vid en skottlossning och ovetskapen om förövare fortfarande var kvar på platsen vid ankomst. En incident där påträffandet av en person som bragts om livet på ett brutalt vis beskrevs. Även här infann sig en rädsla på grund av polisens osäkerhet om förövaren fanns kvar på brottsplatsen. En intervjupersons beskrivning av rädsla för en välbyggd mans aggressivitet skulle sluta med ett knytnävsslag mot intervjupersonens ansikte. Alla incidenterna var på något sätt relaterade till fara för intervjupersonernas fysiska hälsa. Utöver incidenternas koppling till fysiska hälsan så uppgav även IP 3, IP 5 och IP 6 att detta vara ett skäl till uppkomsten av rädsla inom polisyret: ”Rädd för att man ska bli skadad i yrket” (IP 6), ”Ja, det är ju vid direkt hot mot ens egen hälsa eller liv” (IP 3). Fysiska och psykiska reaktioner utifrån dessa incidenter var varierande. Flera intervjupersoner talade om skakningar i kroppen strax efter incidenten, vidare påtalade även några intervjupersoner att de hade svårt att minnas vad som skett under incidenten en tid efteråt. IP 5 upplevde fortfarande svårigheter i vissa sociala situationer utifrån den aktuella incidenten som inträffat för mer än 25 år sedan. Även reaktioner i form av drömmar av vad som kunde ha hänt, uttryckte IP 1 inträffade en längre tid efter incidenten.

Hur och när rädsan infinner sig hos de intervjuade poliserna visade sig även kretsa till stor del kring hur förberedda de upplevde sig vara rent mentalt. IP 4, IP 6 och IP 7 talade om graden av den mentala förberedelsen: ”När jag inte har den mentala förberedelsen som jag borde ha i ett visst läge” (IP 7), eller: ”Du måste ju förbereda dig mentalt och fysiskt för det du tror ska komma att hända” (IP 4).

Bristande kontroll i en situation uppgavs även vara upphov till rädsla av IP 1, IP 2, IP 5 och IP 8 som talade om detta på följande vis: ”När man går in i en situation där man inte riktigt har koll på läget”. Även IP 1 beskrev kopplingen mellan rädsla och bristande kontroll:

”När man hamnar i en situation som man inte behärskar, när jag inte vet till hundra procent hur jag ska agera”.

Tabell 1

Kategorier och subkategorier för tema bemästring av rädsla.

Tema	Kategorier	Subkategorier
Bemästring	Alternativa uttrycksätt	Skämt Varningar Ilska
	Verbalt undvikande	Polisansvar Tabun
	Dialog	Kollegor Familj
	Tekniska hjälpmedel	Vapen Pepparsprej

Bemästring

Skämtsamhet. Olika sätta att ge uttryck för känslor och då speciellt rädsla fanns närvarande hos sju av åtta intervjupersoner. Flera menade att detta är en del av polisen. Att tala direkt i termer av rädsla förekom inte utan andra uttryck som kretsar kring rädsla nämndes istället. Alternativt uttryck uppgavs av IP 1 och IP 5 vara skämtsamhet: ”Man kan ju skoja och skämta om vissa grejer” (IP 1), dock uttrycka rädslan med en skämtsam betoning: ”Mer att man skämtsamt kan säga att man blev skiträdd” (IP 5).

Alternativa uttryckssätt. Alternativa begrepp till rädsla uppgavs av flera intervjupersoner och IP 7 uttalade detta fenomen: ”Du säger aldrig att du är rädd. Du säger det i andra ordalag”. Alternativ till rädslo uttryck kan vara rädsla förklädd i varning: ”Vi pratar inte i termer av rädsla. Det är väl i så fall att man ska vara försiktig eller att det kan var farligt” (IP 5), eller uppmanande av beredskap: ”Jag tror aldrig jag har sagt att jag är rädd, däremot visat på andra sätt som att begära förstärkning i förebyggande syfte” (IP 2). Även förstärkta uttryckssätt med ilska: ”Fan vad arg jag vart! Idiotjävel! Alltså man uttrycker inte ordet rädsla...” (IP 7), eller mjukare: ”Man kan ju säga ‘otäckt’ eller att det var ‘läskigt’” (IP 1).

Verbalt undvikande. Att det undviks att tala om rädsla var intervjupersonerna i det närmaste överens om och endast IP 6 upplevde att detta var accepterat att uttrycka. IP 1 beskrev skälet till undvikandet: ”Rädsla är väl kanske lite mer tabubelagt sådär...”, och vidare: ”Att man säger att man är rädd, det kan jag liksom inte se att man säger” (IP 8). Olika anledningar till detta undvikande uppgavs av intervjupersonerna, bland annat att ett direkt uttryck för rädsla skulle innebära något negativt: ”Det är inte många som säger att de är rädda på jobbet, då är du ju med detsamma ute i tasselmarkerna” (IP 2). IP 7 menade till och med att det kan bidra till en förändring i synen av den person som uttalar rädsla: ”Är man för tydlig då är man ju

rädd. Han får ju en lägre status”. En annan anledning till undvikandet menade IP 8 är att det är en del av polisyrket, att det inte är något konstigt och att som polis bör det räknas in som en del av yrket att känna rädsla. Även polisens ansvar gentemot allmänheten och vad polisen står för angavs som skäl till undvikandet: ”Polisen står ju för att den ska vara lite starkare. Du får ju inte vara svag. Du måste bita ihop” (IP 7). Samma intervjuperson beskrev polisens uppgift som: ”Du är ju anställd för att skydda, hjälpa och ställa till rätta”. IP 2 talade om att det är polisen som ska reda ut situationer och kunna agera och då krävs en viss skärpning: ”Det finns ju ingen annan att ropa på” (IP 2).

Dialog. Utifrån incidenterna som intervjupersonerna ombads att berätta om beskrev de även på vilket sätt rädslan kunde hanteras. Två olika typer av hantering kunde urskiljas. IP 1, IP 2, IP 6, IP 7 och IP 8 talade med kollegor eller familj om incidenten: ”Jag pratade med min man. Han jobbar också inom polisen” (IP 2) och IP 6 talade med sin handledare. Intervjupersonerna talade dock inte direkt om vilka känslor som uppstått i och med incidenten utan hanteringen i deras fall bestod av att tala om själva händelseförloppet. IP 7 talade med sin chef efter en svår incident: ”Jag känner mig piss efter det här sa jag men sen gick vi inte in något längre på *hur* jag mådde, och på vilket sätt”. IP 8 talade med både kollegor och familj som visade stort intresse av att vilja höra om incidenten. Dock infann sig inte heller här en känslomässig beskrivning: ”Om incidenten av vad som hände, inte så mycket om vad som hände inuti...”. Detta fastän chefen varit noga med att fråga om dennes mående. Även IP 1 beskrev dialogen utifrån incidenten: ”Jag berättade om själva händelsen”. Uttryck för känslorna som uppstått i samband med händelsen och även efteråt gavs inte. IP 1 menade dock att detta har förändrats under åren: ”Nja just då kanske man inte berättar just sådär men idag har jag berättat för flera”.

Att inte berätta om känslor som uppstått i samband med en allvarlig incident beskrevs av IP 5 som var inblandad i en allvarlig incident i början av dennes karriär. En incident som innebar smärre fysiska men även kvarvarande psykologiskt obehag i vissa situationer. IP 5 talade inte om incidenten med någon och upplevde att ingen heller visade något intresse för dennes mående: ”Den enda som brydde sig var nog tidningarna tror jag”. Även IP 4 gav uttryck för hur en hotfull incident hanterades: ”Vi pratade lite om det på station vid avrapporteringen men sen vart det ju inget mer sagt och det var ingen som tog tag i det”. Alternativ till att verbalt hantera en svår incident som polis menade IP 7 är att använda andra medel så som alkohol: ”Jag tog mig en stänkare. Rädslan ska du ju bedöva på något sätt”, IP 7 menar även att det är många som dricker inom poliskåren som ett sätt att hantera upplevelser på fältet.

Tekniska hjälpmedel. IP 3 reflekterade över rädslan och hur den förebyggdes med materiella ting i egenskap av försvarsmedel: ”Vi har ju ett annat vapen idag och pepparsprej. De vill ju få in elpistoler också”. Med hjälp av tekniska hjälpmedel menade IP 3 att detta kan kuva sin rädsla.

Tabell 2

Kategorier och subkategorier för tema attityder till uttryck för rädsla.

Tema	Kategori	Subkategori
Attityd	Yrkesroll Privatperson	
	Generationsskifte	
	Farhågor för negativa effekter	Ineffektivitet Skaderisk Ej duglig Ömsesidig påverkan

Attityd

Yrkesroll/privatperson. Flera av de intervjuade poliserna angav att de gör en skillnad på att vara polis och privatperson, detta utifrån flera olika aspekter. IP 2, IP 4 och IP 6 gav uttryck för en attitydförändring som sker när det är i tjänst: ”När jag kommer till jobbet då går jag givetvis in i min jobbroll. Det är väl inte alls så jag är hemma.” (IP 1), IP 4 menade att det till och med kan vara ett krav: ”På jobbet måste man ju ha en annan attityd”.

Även polisernas uniform gavs en betydelse, av IP 3 och IP 8, som ett förtydligande av deras roll som poliser. IP 8 beskrev det som: ”Att du har uniformen på dig det är någon form av mask, ett skydd”. IP 5 och IP 7 upplevde dock inte att de uppförde sig på ett annorlunda vis som poliser än vad de gjorde privat: ”Jag känner inte att jag förändras när jag kommer till jobbet, att jag kliver in i någon kostym.” (IP 5). IP 7 menade att detta beror på erfarenhet och att skillnaden beror på tryggheten i sig själv: ”De första sex åren var det en skillnad i hur jag agerade ute och hur jag var privat... Sen hittade jag mig själv”.

Generationsskifte. En skillnad i attityden till rädsla mellan den äldre och yngre generationen poliser beskrevs av IP 6. Denne menade att det finns enheter som består av äldre manliga poliser som har en något kaxig attityd och uttryckt att de inte har behov av att tala om händelser som sker i arbetet och den attityden tala för sig själv menade IP 6: ”Det är ju en rädsla i sig att man har en sådan attityd”. IP 6 påtalade dock att detta tillhör den äldre generationen och deras negativa inställning till dialog kring sina känslor tillhör den så kallade kårandan som inte finns hos de yngre poliserna. IP 4 talade om hur poliser ansågs vara ”stålmän” i början av dennes karriär: ”Detta med känslor var ju till för kärringar och veklingar. Man skulle ju vara lite macho”. En attitydförändring har dock skett, menade IP 4, idag talar poliser mer om känslor och rädsla. Något som IP 4 menade är positivt: ”Det är ju mycket bättre att vara öppen om saker och ting”.

IP 8 berättade även om den klassiska bilden av ”machopolisen” som denne menade tillhörde den äldre generationen och som IP 8 och dennes kollegor skojar om. IP 8 påtalade dock att sådana poliser inte förekommer i det egna arbetslaget. IP 8 uttryckte en betänksamhet under intervjun angående ämnet rädsla: ”Man har liksom aldrig tänkt på det, så man vet liksom inte”, men ansåg att ämnet är viktigt: ”Jag ska faktiskt ta upp det där på vår nästa arbetsplatsträff”.

Farhågor för negativa effekter. Hur intervjupersonerna uppfattade acceptansen av rädsla och dess effekt varierade. Risken för att en kollegas rädsla kan påverka deras egna eller andras hälsa uttrycktes av IP 1, IP 6 och IP 8: ”Effekten kan ju bli att en kollega kan bli skadad eller till och med dö” (IP 1), eller: ”Man får inte känna rädsla så att man blir ineffektiv och inte kan agera för det kan ju bli en fråga om liv och död” (IP 6).

Alla intervjupersonerna reflekterade över effekten utifrån hur det skulle ta sig uttryck i yttre tjänst, vilket innebar situationer där poliser arbetar med en kollega. Utifrån detta scenario menade IP 2, IP 3, IP 5 och IP 8 att deras trygghet påverkas av kollegans rädsla: ”Att känna att den ena känner sig osäker ger ju inga bra vibbar. Då känner man ju inte trygghet” (IP 2). Även IP 5 menade: ”Jag tror inte det uppfattas positivt”, och detta utifrån hur rädslan smittar av sig: ”Det skulle nog kunna väcka rädsla hos mig också”.

Fem av åtta intervjupersoner uttryckte en ödmjukhet gentemot en kollega som uttalar rädsla, en ödmjukhet bestående av stöttning främst efter en uttryckning. IP 2, IP 3 och IP 7 hade mindre tolerans och menade att det inte bör förekomma: ”Känner du för mycket rädsla, då gör du inget bra jobb och då är du ingen bra polis” (IP 7). Intervjupersonen menade att det gör en skillnad om rädslan är ömsesidig: ”Om jag inte känner rädsla, då har jag mindre förståelse för varför den personen har det för jobbet” (IP 7). IP 2 talade om vikten av att orka med: ”När du verkligen behöver stå emot men inte fixar det är ju inte bra. Du ska alltid fixa detta”. Graden av rädsla är relevant, enligt IP 3: ”Man får inte bli så rädd att man inte är att räkna med”.

IP 8 beskrev att det finns en acceptans för rädsla i arbetslaget: ”Att säga att man är rädd är inget konstigt”. Dock berättade IP 8 att trots denna öppenhet inom arbetslaget talar ingen om rädsla och IP 8 kunde inte riktigt förklara varför: ”Jag tror ingen i vårt arbetslag har svårigheter att prata om vad man känner men av någon anledning så händer det sällan att man pratar om det”, IP 8 uttryckte vidare att det är helt enkelt så det fungerar i sitt arbetslag.

Bemästring och attityd

Att tala om sin rädsla tycks vara mer accepterat idag än var det var förr. En attitydförändring har skett gentemot hanteringen av sina känslor som uppstår i arbetet som polis. Dock ansåg flera intervjupersoner att det även kan bli för mycket av detta. IP 6 uttryckte till exempel att det idag är för mycket fokus på just detta: ”Måste man ha debriefing om allt?”. IP 6 ansåg även att vissa saker hör till polisycket och dessa bör vara införstått vid valet av yrket: ”Man kan inte ha debriefing om varenda händelse”. Idag finns ingen balans gällande när debriefing behövs eller vid vilka tillfällen detta bör ske, något som bör utvecklas, menade IP 6.

Att tala om rädsla på ett accepterande vis kan även bidra med en mjukare attityd till rädslor. IP 7 berättade om hur denne lär aspiranter hantera sin rädsla utifrån ett exempel där en aspirant fick träna på att se en död människa med svåra kroppsliga skador. IP 7 menade att beroende på hur den egna acceptansen av rädsla uttrycks ger detta aspiranten en mer positiv attityd till att uttrycka sin egen rädsla, som i detta fall handlade om att se svårt skadade döda människor. Det centrala i övningen är att utgå ifrån en accepterande attityd till rädslan och i övningen hantera dess uttryck, menade IP 7. Detta bjuder in aspiranten till att säga vad denne faktiskt känner i den otäcka situationen. ”Mycket handlar ju om hur man tar hand om aspiranterna så att man blir mer förberedd för svåra händelser”. IP 7 menade att utifrån denna övning minimeras även rädslan.

Diskussion

Sex av åtta intervjupersoner valde att berätta om incidenter som skett under de första åren under deras karriär som polis. Incidenter som påverkat intervjupersonerna starkt och i vissa fall har kvarvarande obehag av händelsen. Detta fann även Christianson och Karlsson (2003) i en studie där deltagarna valde att berätta om incidenter som påverkat dem tidigt i yrket. Huruvida intervjupersonerna i denna studie valde att tala om incidenter som skett tidigt under deras karriär beror på habituering eller om intervjupersonerna lär sig att trycka undan känslor för att anpassa sig efter den polisiära normen låter författaren vara osagt. Dock sker habituering vid en lägre grad av påverkan (Frijda, 1986). Något som inte kan sägas om incidenterna som intervjupersonerna valt att berätta om i denna studie.

Det man förr vanligen kallade kårandan uppfattades tillhöra den äldre generationen som är på väg bort från polisen. Dock är det möjligt att denna kåranda finns kvar men i en mildare grad i form av en poliskultur. Garnér (2004b) studerade patrullerande poliser och fann ett brett samförstånd kring förekomsten av en yrkeskultur. Kulturen i sin tur bidrar till en social identitet, menar Garnér, och det finns tydliga definitioner av vad som gäller inom kulturen, normer som stärker sammanhållningen. Pogrebin och Pool (1991) talar in sin studie om emotionell kontroll som skapas utifrån den norm som finns inom kulturen som poliserna delar. Möjligtvis är det så att intervjupersonerna i denna studie är påverkade av en yrkeskultur av den typ som Garnér (2004b) talar om, och att de utifrån denna kultur skapat en emotionell kontroll då det tydligt framgår av datan att rädsla uppstår i intervjupersonernas arbete men att den inte uttalas. IP 8 talade om att det är accepterat att tala om rädslan i sitt arbetslag men att det ändå inte är någon som gör det. Dock framgår det av denna studie att rädslan tar sig andra uttryck, genom skämtsamhet eller uppmaningar till beredskap. Det är möjligt att dessa andra uttryck är resultatet av den emotionella kontrollen. Enligt Pogrebin och Pool (1991) anpassas kontrollen till vad som är accepterat inom den kulturella normen. Detta resonemang kan tolkas som att det finns acceptans för intervjupersonerna att uttrycka rädsla, dock endast om de är baserade på skämt eller varning om fara och beredskap, inte direkta rädslouttryck.

Sju av de åtta intervjupersonerna var mellan 40 och 60 år. Detta bidrog till att de flesta kunde se en förändring som skett från att de var aspiranter till idag. En förändring som flera påtalade som positiv utifrån acceptansen att kunna tala om, i detta fall, rädsla på ett mer öppet vis. Det är troligt att intervjupersonernas långa erfarenhet inom polisyrket har bidragit till att de blivit färgade av yrkeskulturen och inte kan se de fortsatta brister som fortfarande existerar. Alltså, fastän att det har skett en tydlig förändring av acceptansen till känslouttryck så finns det fortfarande någon typ av hinder som gör att rädsla inte uttalas. Vidare visade data att det finns attityder till rädsla bland intervjupersonerna som bland annat innebär att de har en oro över negativa effekter utav uttalad rädsla. Detta kan vara ytterligare tecken på att den omtalade kårandan finns kvar, men i en mer ödmjuk form. Garnér (2004b) fann i sin studie två typer av förhållningsätt hos poliser, ett mjukt och ett hårt. Han fann, precis som intervjupersonerna i denna studie påpekat, att förhållningssättet går mot det mjukare. Detta inkluderar att tydliggöra och bearbeta svåra incidenter, till skillnad från det andra förhållningssättet där detta betraktades som tecken på svaghet. Dock menar Garnér att polisen strävar efter att kombinera det mjuka och hårda vid behov. Något som kan vara orsaken till intervjupersonernas upplevelse att det är accepterat att tala om rädsla men av någon anledning gör de ändå inte det. Det mjuka och hårda förhållningssättet är inte ännu i balans.

Så vad händer när poliser inte pratar om svåra incidenter som väcker bland annat rädsla? Som IP 7 påpekade är alkoholkonsumtion vanligt inom polisen som ett sätt att hantera detta. Vidare beskrev flera intervjupersoner fysiska och psykiska reaktioner på de inträffade incidenterna och reaktioner som är symptom på PTSS och akuta stress syndrom enligt DSM-IV (American Psychiatric Association, 2000). Enligt Stephens, Long och Millers (1997)

studie dämpade socialt stöd symptomen av PTSS. Fem av de åtta intervjupersonerna i denna studie hade talat med familjemedlemmar eller kollegor efter incident, men flera av dessa hade inte uttryckt sig på ett emotionellt vis utan talat om händelsen utifrån själva förloppet. Vikten av att tala om emotionerna kring en incident är en del i det sociala stödet. Något som oftast inte är en del av poliskulturen (Stephens, Long, & Miller, 1997).

Rädsla uppstår i intervjupersonernas arbete dock uttalas den inte alltid. Däremot tar den sig andra uttryck och då främst i sättet att hantera den. Studien visar även att det finns attityder till rädsla bland intervjupersonerna som bland annat innebär att de känner oro över negativa effekter av uttalad rädsla. Fler än hälften av de äldre intervjupersonerna ansåg att det skett en stor förändring inom polisen gällande det emotionella uttrycket kring svåra incidenter. Här hade det varit av intresse att undersöka hur fler yngre deltagare uppfattar detta. IP 8:s betänksamhet kring ämnet rädsla och hur denne skulle driva detta vidare i sitt arbetslag talar för att det fortfarande finns ett behov av att lyfta fram en dialog kring känslor även om det skett en klar förbättring under de senaste 20 åren.

Validitet

Ett hot mot validiteten i denna studie kan den egenutformade intervjuguiden varit om den inte ställt tillräckligt relevanta frågor för att nå kärnan i syftet för studien. Studiens syfte och frågeställningar anses dock i detta fall ha uppnåtts; författaren har undersökt det som avsågs med denna studie. Sju av åtta intervjupersoner var mellan 40 och 60 år. Endast IP 8 var i tjugooårsåldern. Givande för studien hade varit fler personer med mindre erfarenhet av polisycket då dessa poliser förhoppningsvis ännu inte blivit färgade av den polisiära kulturen och kan se på klimatet inom poliskåren utifrån ett annat perspektiv. Vidare var tre av åtta intervjupersoner kvinnor och de tillhörde alla den äldre generationen. Att höra yngre kvinnliga polisers syn på klimatet inom polisen hade bidragit till en ännu mer mångsidig syn angående ämnet rädsla, något som kan vara av intresse att utveckla i framtida forskning. Generaliserbarheten av resultatet i studien är begränsad då endast åtta intervjupersoner deltog. Att flera delar i resultatet stämmer överens med vad tidigare forskning kommit fram till tyder dock på en acceptabel intern validitet. Vidare anser författaren att intervjupersonerna i studien beskrev sin upplevelse av rädsla på ett öppet och genuint vis.

Referenser

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4th ed.). Washington, DC, American Psychiatric Association.
- Berking, M., Meier, C., & Wupperman, P. (2010). Enhancing emotion-regulation skills in police officers: Results of a pilot controlled study. *Behavior Therapy, 41*, 329-339.
- Brown, J., & Grover, J. (1998). The role of moderating variables between stressor exposure and being distressed in a sample of serving police officers. *Personality and Individual Differences, 24*, 181-185.
- Christianson, S.-Å., & Karlsson, I. (2003). The phenomenology of traumatic experiences in police work. *Policing: An International Journal of Police strategies & Management, 26*, 419-438.
- Christianson, S. Å., Lundin, J., & Lehto, T. (2004). Ska jag berätta vad jag känner? – om debriefing. I S. Å. Christianson & P. A. Granhag (Red.), *Polispsykologi* (ss. 194-214). Stockholm: Natur och kultur.

- Clinton, T. W. (1985). Police stress as a professional self-image. *Journal of Criminal Justice*, 13, 501-512.
- Dozier Jr, R. W. (1998). *Fear itself* [Rädsla]. Finland: WS Bookwell.
- Exquiro Market Research. (2007). *Arbetsmiljöundersökning bland poliser*. Stockholm.
- Fischer, A. H., Manstead, A. S. R., & Timmers, M. (1998). Gender differences in motives for regulating emotions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 974- 985.
- Frewin, K., Stephens, C., & Tuffin, K. (2006). Re-arranging fear: Police officer's discursive constructions of emotion. *Policing & Society*, 16, 243-260.
- Frewin, K., & Tuffin, K. (1998). Police status, conformity and internal pressure: A discursive analysis of police culture. *Discourse Society*, 9, 173-185.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Garnér, R. (2004). *Patrullerande polisens yrkeskultur*. Lund: Socialhögskolan, Lunds Universitet. (b)
- Garnér, R. (2004). "Riktigt" polisarbete och "skitjobb"- aspekter på patrullerande polisens yrkeskultur. I S. Å. Christianson & P. A. Granhag (Red.), *Polispsykologi* (ss. 36-50). Stockholm: Natur och kultur. (a)
- Gudjonsson, G. H. (1984). Fear of 'failure' and 'tissue damage' in police recruits, constables, sergeants and senior officers. *Personality and Individual Differences*, 5,233-236.
- Howard, C., Stephens C., & Tuffin, K. (2000) Unspeakable emotion: A discursive analysis of police talk about reactions to trauma. *Journal of Language and Social Psychology*, 19, 295-314.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (1994). The cultural construction of self and emotion: implications for social behavior. I S. Kitayama & H. R. Markus (Red.), *Emotion and culture* (ss. 89-130). Washington, DC: American Psychological Association.
- Kvale, S & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Stephens, C., Long, N., & Miller, J. (1997). The impact of trauma and social support on posttraumatic stress disorder: A study of New Zealand police officers. *Journal of Criminal Justice*, 25, 303-314.
- Pogrebin, M. R., & Poole, E. D. (1991). Police and tragic events: The management of emotions. *Journal of Criminal Justice*, 19, 395-403.