

Jarosław Rychlik
Maja Zawadzka
Sławomir Grzesiak

Deprywacja potrzeb u osób czasowo przebywających w schronie w kontekście psychologicznych skutków izolacji

Deprivation of needs towards people staying in a shelter temporarily in the context of psychological consequences of isolation

Współczesna rzeczywistość geopolityczna jest pełna wielu konfliktów i napięć, a pokojowe współistnienie państw i narodów staje się w wielu miejscach świata realnie zagrożone. Mając na uwadze sytuację międzynarodową w Europie Środkowo-Wschodniej, aneksję Krymu i terenów wschodnich Ukrainy przez Rosję w 2014 r. oraz pełnoskalową wojnę, wywołaną napaścią Rosji na Ukrainę w lutym 2022 r., istotne badawczo wydaje się być funkcjonowanie człowieka i realizacji jego podstawowych potrzeb w szczególnych warunkach, ograniczających ich realizację, jakimi są m.in. sytuacje przebywania w schronach przeciwbombowych. Tą swego rodzaju specyficzną izolacją ze względu na zagrożenia militarne niesie za sobą szereg deprywacji w obszarze psychofizycznego funkcjonowania człowieka. Dlatego przeprowadzony w grudniu 2022 r. quasi-eksperyment w Akademii Wymiaru Sprawiedliwości stanowi asumpt do dyskusji nad zachowaniami ludzkimi w sytuacjach czasowego przebywania w schronie przeciwlotniczym. Zaprezentowane cząstkowe wyniki badań odnoszą się do uwarunkowań sytuacyjnych, związanych z faktem dwunastogodzinnego pobytu w schronie i identyfikacji stopnia realizacji potrzeb przez uczestników eksperymentu.

Celem artykułu jest ukazanie subiektywnej oceny realizacji podstawowych potrzeb uczestników eksperymentu, w ujęciu teorii motywacji A. Masłowa, w sytuacji „życia codziennego” w odniesieniu

do doświadczenia izolacji w schronie. Prezentowana statystyczna analiza danych odnosi się do sześciu wyszczególnionych obszarów problemowych związanych z: zaspokajaniem potrzeb fizjologicznych; poczuciem bezpieczeństwa; realizacją potrzeb społecznych związanych z przynależnością i potrzebą szacunku; realizacją dążenia do pomagania innym; kontrolą zdarzeń i poziomu stymulacji; zachowania orientacji zadaniowej.

Przedstawione wnioski mogą posłużyć optymalizacji działań na rzecz bezpieczeństwa lokalnego, jak i działań podejmowanych przez instytucje państwowe, zajmujące się przygotowywaniem schronów na potrzeby zaistnienia ewentualnych sytuacji kryzysowych.

Słowa kluczowe: psychologiczne skutki izolacji, sytuacja kryzysowa, deprivacja potrzeb, eksperyment w warunkach izolacji, bezpieczeństwo wewnętrzne

Contemporary geopolitical reality is full of many conflicts and tensions, and the peaceful coexistence of countries and nations is becoming a real threat in many places around the world. Taking into account the international situation in Central and Eastern Europe, the annexation of Crimea and eastern Ukraine by Russia in 2014 and the full-scale war caused by Russia's attack on Ukraine in February 2022, human functioning and meet the basic needs under extreme conditions seem to be important for conducting research, including situations of staying in bomb shelters. This kind of specific isolation due to military threats brings many restrictions in the area of human psychophysical functioning. Therefore, the quasi-experiment conducted in December 2022 at University of Justice is an incentive to discuss human behavior in situations of temporary stay in an air raid shelter. The presented partial research results refer to situational conditions related to the twelve-hour stay in the shelter and the meeting the needs' assessment made by participants during the experiment.

The aim of the article is to show participants' subjective assessment of meeting the basic needs during the experiment, according to A. Maslow, in an „everyday life” situation in relation to the experience of isolation in a shelter. The presented statistical analysis of data refers to six specific problem areas related to: meeting physiological needs; feeling of security; meeting social needs related to belonging and the need for respect;

realizing the desire to help others; control of events and stimulation levels; maintaining task orientation.

The presented conclusions can be used to optimize activities for local security, as well as activities undertaken by state institutions dealing with the preparation of shelters for possible crisis situations.

Key words: psychological consequences of isolation, crisis situation, deprivation of needs, experiment in isolation conditions, internal security

Wprowadzenie

Potrzeba bezpieczeństwa jest jedną z podstawowych w hierarchii potrzeb człowieka¹. Dążenie do jej zaspokojenia warunkuje prawidłowy rozwój i funkcjonowanie jednostki w wielu obszarach życia społecznego, jak również jest warunkiem zachowania przez nią zdrowia psychofizycznego. Niepewność w zakresie zaspokojenia tej potrzeby blokuje realizację innych motywacji, aspiracji i osiągnięć. Stąd też poczucie stabilizacji, wolności od strachu, lęku i chaosu, a także antycypowane możliwości doznania pomocy i wsparcia ze strony bliskich osób w sytuacjach trudnych implikują zarówno subiektywny odbiór bezpieczeństwa aktualnego, jak i przewidywanego². Zjawiskiem, które może zakłócać dobrostan jednostki jest postrzegana i oceniana przez nią sytuacja czasowej izolacji, związanej z zagrożeniem militarnym i koniecznością udania się do schronu przeciwbombowego³.

Rozpatrywanie sytuacji militarnych (wojny) jako zagrażających bezpieczeństwu osobistemu i społecznemu⁴, wymaga jego analizy w perspektywie bliższej – lokalnej i dalszej – krajowej⁵. Perspektywa bliższa dotyczy kręgu osób najbliższych i otoczenia społecznego, w którym jednostka

¹ Zob.: A. Maslow, *Motywacja i osobowość*, Warszawa 2021.

² Zob.: A. Maslow, *Motywacja i osobowość...*, s. 77.

³ Zob.: Z. Szcześniak, J. Lalka, *Ukrycia doraźne dla zadań ochrony ludności i obrony cywilnej*, Inżynieria Bezpieczeństwa Obiektów Antropogenicznych, 1–2/2019, s. 52–58.

⁴ Zob.: P. Goryń, *Bezpieczeństwo społeczne – jedno czy wiele?*, [w:] D. Boćkowski, P. Goryń, K. Goryń, *Bezpieczeństwo i jego percepcja w dyskursie społecznym i militarnym*, Białystok 2020, s. 47–61; J. Gierszewski, *Bezpieczeństwo społeczne jako dziedzina bezpieczeństwa narodowego*, *Historia i Polityka*, 23 (30)/2018, s. 21–38, doi: <http://dx.doi.org/10.12775/HiP.2018.002> [dostęp: 10.03.2023].

⁵ Zob.: B. Czarnecki, *Przestrzenne aspekty przestępczości. Metoda identyfikacji czynników zagrożeń w przestrzeni miejskiej*, Białystok 2011.

funkcjonuje, rozumianego jako środowisko lokalne. Natomiast w przypadku perspektywy dalszej, poza jej terytorialną odległością, należy zwrócić uwagę na źródła czerpania wiedzy i kształtowania opinii w zakresie bezpieczeństwa państwowego. Obie te perspektywy są względem siebie komplementarno-interaktywne.

Lęk przed wojną, w ostatnim czasie, należy do współczesnych społecznych lęków⁶. W wyobrażeniach społeczeństw urasta do niebotycznych rozmiarów, które w swej skrajnej postaci generuje społeczną fobię, destabilizując równowagę społeczną⁷. Człowiek, oceniając swoje bezpieczeństwo sięga do własnego doświadczenia i osobistej sytuacji życiowej. Natomiast w ocenie jednostki, dotyczącej bezpieczeństwa całego społeczeństwa, odnosi się ona do jej własnych przekonań i dostępnych źródeł wiedzy. Przy czym informacje, które posiada czy uzyskuje, pochodzić mogą z różnych narracji i punktów widzenia, przez co mogą być mniej lub bardziej zniekształcone. Z tego powodu korzystanie z budowli ochronnych⁸, szczególnie w czasie realnego zagrożenia, powinno być testowane w warunkach ćwiczeniowych, gdyż przebywanie w takich miejscach może nieść za sobą szereg konsekwencji psychospołecznych. Dotychczasowe działania w tym zakresie polegały głównie na ewidencjonowaniu miejsc ukrycia, których stan faktyczny daleki był od zakładanych standardów⁹. Jednak trend ten powoli się zmienia z uwagi na zagrożenia, wynikające z dynamicznej sytuacji geopolitycznej w naszym regionie¹⁰.

⁶ Zob.: J. Surzykiewicz, S.B. Skalski, M. Niesiobędzka, O. Gladysz, K. Konaszewski, *Brief screening measures of mental health for war-related dysfunctional anxiety and negative persistent thinking*, PsyArXiv Preprints 2022, <https://doi.org/10.31234/osf.io/q85jc> [dostęp: 11.10.2023]. B. Badora, *Obawy Polaków u progu jesieni*, Komunikat z Badań CBOS, 128/2022, s. 1-7. Marcin Kesler, *Polacy o wojnie na Ukrainie*, Komunikat z Badań CBOS, 94/2023, s. 1-2.

⁷ Zob.: S.P. Hier, *Moral Panics*, [w:] P. Atkinson, S. Delamont, A. Cernat, J.W. Sakshaug, R.A. Williams (red.), *SAGE Research Methods Foundations*, 2019, <https://www.doi.org/10.4135/9781526421036806294> [dostęp: 03.10.2023].

⁸ Przez schron będziemy rozumieli budowlę ochronną, konstrukcyjnie zamkniętą, hermetyczną, zapewniającą ochronę osób, urządzeń, zapasów materiałowych lub innych dóbr materialnych przed założonymi czynnikami rażenia oddziałującymi ze wszystkich stron. WSPÓŁCZESNE SCHRONY I UKRYCIA, *Definicje*, <http://schrony.edu.pl/definicje.html> [dostęp: 11.10.2023]. Zob.: P. Kwiatkowski, *Schrony i ukrycia dla ludności*, Przegląd Pożarniczy, <https://www.ppoz.pl/czytelnia/ratownictwo-i-ochrona-ludnosci/Schrony-i-ukrycia-dla-ludnosci-/idn:1994> [dostęp: 11.10.2023].

⁹ Zob.: Najwyższa Izba Kontroli, *Wystąpienie pokontrolne – I/22/005 – Zapewnienie schronów i ukryć na potrzeby cywilne w Kielcach*, Kielce 2022, <https://www.nik.gov.pl/kontrolne/I/22/005/LKI/> [dostęp: 11.10.2023]; Forbes, pl, *Obywatelu, zrób sobie schron sam. Ustawa pozwalająca budować przydomowe schrony bez pozwolenia trafiła do Senatu*, 24.08.2023, <https://www.forbes.pl/opinie/przydomowy-schron-bez- pozwolenia-na-budowe-czy-senat-przystanie-na-nowe-regulacje/qcxpmek> [dostęp: 11.10.2023].

¹⁰ Zob.: M. Madejski, *Cała Europa chce się bunkrować. Polska nawet nie wie czym jest schron*, Business Insider, 26.02.2023, <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/cala-europa-chce-budowac-schrony-polska-nawet-nie-wie-czym-jest-schron/7np3mm0> [dostęp: 11.10.2023].

Im trudniejsze warunki środowiskowe danej sytuacji kryzysowej, tym trudniej przebiega proces adaptacji. Wynika to z konieczności zaangażowania, aż do granicy wyczerpania fizycznych i psychospołecznych, zasobów do środowiskowych wymagań¹¹. Teoria zachowania zasobów S. Hobfolla podkreśla, jak ważne dla ludzi w codziennym życiu jest zdobywanie, pomnażanie zasobów gwarantujących przetrwanie, normalne psychospołeczne funkcjonowanie lub rozwój. W sytuacji kryzysowej człowiek staje w obliczu ich utraty, co generuje stres, a wszelkie podejmowane działania zorientowane są na minimalizowanie strat, ochronę zasobów czy ich odbudowę. Tej samej analogii można doszukać się w działaniach społeczeństwa w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa państwa, kiedy potrzeby i krytyczne interesy państwa nie mogą być realizowane¹². Uwzględniając rodzaj sytuacji kryzysowych, ekstremalnych, można mówić o pewnych różnicach w obrazie klinicznym osób w nich uczestniczących, prawdopodobieństwa skutków traumatycznych, jakich mogą doświadczyć. Nie oznacza to, iż należy przekraczać granice i oceniać reakcje osób w danej sytuacji kryzysowej tylko po wskaźnikach zdarzenia, w jakim uczestniczyły. Każdy człowiek reaguje inaczej w sytuacji i jest to normalna odpowiedź na niecodzienną sytuację. Niemniej jednak z perspektywy bezpieczeństwa powszechnego analiza zdarzeń kryzysowych w perspektywie potencjalnych strat i konsekwencji dla zdrowia jest cenna, aby dzięki temu przygotowywać systemy i służby do działania, gdy zagrożenie wystąpi. Okazuje się, że zdarzenia masowe, gdzie utraty zdrowia i życia doznało wielu ludzi, a wymiar strat był rozległy, częściej wywoła trudności w powrocie do równowagi psychofizycznej z uwagi na ciężar przeżyć.

Inaczej również ludzie przeżywają sytuację, wywołaną poprzez siły naturalne (katastrofy środowiskowe) niż zdarzenia o charakterze terrorystycznym, gdzie celowo osoby zrzeszone w nielegalnej organizacji terrorystycznej dopuszczają się ekstremalnych aktów przemocy wobec niewinnych, cywilnych przedstawicieli danej społeczności, mając za cel zadanie jak największych strat i cierpienia. Stąd tak ważne w myśleniu o potencjalnych skutkach urazu psychicznego jest analiza przyczyn

¹¹ Zob.: M. Nicolas, G. Martinet, P. Suedfeld, L. Palinkas, C. Bachelard, M. Gaudino, *The tougher the environment, the harder the adaptation? A psychological point of view in extreme situations*, Acta Astronautica 187, 2021, 36–42, s. 40

¹² Zob: A. Jędrzysek-Geisler, *Teoria zachowania zasobów Stevena Hobfolla a wypalenie zawodowe u pracowni-ków Służby Więziennej*, Konińskie Studia Społeczno-Ekonomiczne, 7 (1), 2021, doi: 10.30438/ksse.2021.7.1.2, 13–35, s. 19.

zdarzenia, miejsca wydarzenia i charakteru strat, rodzaj zdarzenia¹³. Czym innym jest izolacja wskutek zagrożenia epidemiologicznego, militarnego niż okoliczności pojmania, przetrzymywania i związanych z tym ograniczeń wsparcia podczas danej sytuacji kryzysowej, deteriorując zasoby i potrzeby człowieka¹⁴.

Okazuje się, że jakość życia osób w izolacji podczas pandemii była znacznie niższa u badanych przebywających w odosobnieniu, kwarantannie niż w centrach izolacyjnych. Jest to zbieżne z innymi doniesieniami naukowymi, ukazującymi, że bycie w społecznej izolacji jest wyjątkowo dotkliwie, a wspieranie wyłącznie przez komunikację z użyciem nowych technologii (rozmowy telefoniczne, videorozmowy) potęguje poczucie samotności. Podobne wyniki, wskazujące na negatywne skutki izolacji dla jakości życia ludzi, otrzymano w badaniach populacji norweskiej. Z uwagi na stopień deterioracji jakości życia u niektórych respondentów, długofalowo zalecono pomoc psychiatryczną i psychologiczną w wspomaganiu w powrocie do równowagi psychicznej, wraz z kształtowaniem umiejętności zarządzania i radzenia sobie ze stresem¹⁵.

Metodologia badań

Akademia Wymiaru Sprawiedliwości (wcześniej Szkoła Wyższa Wymiaru Sprawiedliwości) w dniu 9 grudnia 2022 roku rozpoczęła quasi-eksperyment¹⁶. W badaniu quasi-eksperymentalnym¹⁷ wzięło udział

¹³ Zob.: B. Borys, *Sytuacje ekstremalne i ich wpływ na stan psychiczny człowieka*, Psychiatria, Tom 1, Via Medica 2004, nr 2, 97–105, s. 98–100.; E. Włodarczyk, *Zdarzenie losowe i sytuacja kryzysowa*, [w:] E. Włodarczyk, I. Cytlak, *Człowiek wobec krytycznych sytuacji życiowych. Z teorii i praktyki pracy socjalnej*, Adam Mackiewicz University Press, Seria Psychologia i Pedagogika Nr 165, Poznań 2011, 1–20, s. 2.

¹⁴ Zob.: A. Siemaszko, *Wsparcie jako niezbędny czynnik w procesie pomagania jednostkom w kryzysie*, *Zeszyty Pracy Socjalnej* 2020, 25, z. 2, doi:10.4467/24496138ZPS.20.014.12358, 97–106, s. 99.

¹⁵ Zob.: S. Iftikhar, A.A. Bajwa, M. Ahmed, N. Sarwar, A. Hanif, O.I. Khalid, *Quality of Life of People in Quarantine and Isolation Centers*, *Pak Armed Forces Med J* 2023; 73 (4), DOI: <https://doi.org/10.51253/pafmj.v73i4.9615>, 1182–1185, pp.1184; N. Kashian, *Can mediated communication moderate the relationship between being in isolation and quarantine for COVID-19 and loneliness?*, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2022, 16 (4), Article 6. <https://doi.org/10.5817/CP2022-4-6>.

¹⁶ Zob.: artykuły prasowe na temat eksperymentu naukowego przeprowadzonego w AWS/ SWWS- <https://aws.edu.pl/pierwsza-taka-relacja-pokazujemy-jak-przebiegal-eksperyment-w-schronie-szkoly-wyzszej-wymiaru-sprawiedliwosci/> [dostęp: 11.10. 2023]; W tym miejscu autorzy składają podziękowania całej społeczności akademickiej i kadrze za przeprowadzony eksperyment i możliwość opisanie uzyskanych rezultatów.

¹⁷ Zob.: J. Brzeziński, *Metodologia badań psychologicznych*, Warszawa 2006, s. 282–342; E. Babbie, *Badania społeczne w praktyce*, Warszawa 2007, s. 245–266.

51 osób w wieku od 18 do 62 lat ($Me = 21$). Pośród badanych znaleźli się studenci Akademii Wymiaru Sprawiedliwości (dawniej SWWS) (39 osób), jak również kadra uczelni (12 osób). Udział w badaniu był dobrowolny, a badanie było związane z zastosowaniem procedury, mającej prowadzić do anonimizacji uzyskania przez badanych informacji. Procedurę tę wdrożono z uwagi na to, że w badaniu zastosowano *pre i post test*.

W ramach badania zachowano szczególne środki bezpieczeństwa, polegające na prowadzeniu stałego monitoringu uczestników w trakcie trwania eksperymentu. Zapewniono stałą łączność z osobami kontrolującymi przebieg procedury badawczej oraz stałą obecność personelu medycznego. Procedurę eksperymentalną rozpoczęto 9 grudnia 2023 r. a zakończono po około 12 godzinach dnia następnego. Osoby badane zarówno przed rozpoczęciem udziału w przedsięwzięciu badawczym, jak i po jego zakończeniu, zostały przebadane autorskim kwestionariuszem ankiety odnoszącym się do kwestii realizacji różnorodnych potrzeb i dążeń respondentów.

Przed umieszczeniem w schronie badani odpowiadali na pozycje kwestionariuszowe ankiety w odniesieniu do doświadczeń typowych dla zdarzeń, związanych z warunkami codziennego ich funkcjonowania. Po zakończeniu procedury quasi-eksperymentalnej, związanej z izolacją w schronie, badani odnieśli się do tej samej puli *itemów*, ale już odnosząc się do doświadczeń, wynikających z dwunastogodzinnego pobytu w bunkrze uczelni. Pulę *itemów* do kwestionariusza ankiety wygenerowano częściowo poprzez odwołanie się do treściowych wymiarów piramidy potrzeb teorii A. Masłowa¹⁸, a także kryterium utrzymania zadaniowości i gotowości do działania, jak i dążenia do udzielania pomocy i wsparcia innym uczestnikom procedury eksperymentalnej. Wybór kryteriów, które miały być monitorowane, został dokonany w odniesieniu do potencjalnych obszarów problemowych mogących występować w warunkach schronu Akademii, z zachowaniem kontekstu potencjalnych zmian w dobrostanie (w warunkach związanych z 12-godzinnym pobytym w schronie). Dokonano pomiaru samoopisu badanych w zakresie:

- a) zaspokojenia potrzeb fizjologicznych,
- b) uzyskania poczucia bezpieczeństwa,
- c) realizacji potrzeb społecznych związanych z przynależnością i potrzebą szacunku,

¹⁸ Zob.: A. Masłow, *Motywacja i osobowość*, Warszawa 2021.

- d) realizacji dążenia do pomagania innym,
- e) kontrolą zdarzeń i poziomu stymulacji,
- f) zachowania orientacji zadaniowej i gotowości do działania.

Użyty na potrzeby badania kwestionariusz ankiety, z racji swojej niestandardyzowanej specyfiki, poddano procedurom psychometrycznym, celowanym w wygenerowanie sześciu roboczych quasi-skal, dotyczących wyróżnionych sześciu wymiarów doświadczenia. Należy bowiem zaznaczyć, że wykonanie analiz porównawczych w sześciu wyróżnionych *ad hoc* obszarach wymagało wcześniejszego:

- a) potwierdzenia zasadności integracji poszczególnych grup *itemów* w ramach poszczególnych składowych jako jednoczynnikowych,
- b) również weryfikacji ich spójności wewnętrznej jako kategorii rzetelności.

W związku z powyższym, przed dokonaniem analiz porównawczych w ramach każdej z wyróżnianych sześciu roboczych skal, wykonano eksploracyjną analizę czynnikową, ukierunkowaną na możliwość ekstrakcji jednego czynnika. Ponadto dla każdej z wyróżnionych skal ustalono wskaźnik rzetelności¹⁹. Tym samym każdy z prezentowanych aspektów porównawczych został opatrzony eksploracyjną analizą czynnikową oraz analizą rzetelności.

Porównanie poziomu zaspokojenia potrzeb fizjologicznych w warunkach schronu względem ich zaspokojenia w warunkach „życia dnia codziennego”

Przed wykonaniem porównań w zakresie realizacji potrzeb fizjologicznych w warunkach „życia dnia codziennego” względem ich realizacji w warunkach pobytu w schronie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową, mającą weryfikować zasadność integracji poszczególnych *itemów*, dotyczących kwestii zaspokojenia tej kategorii potrzeb w ramach jednego

¹⁹ Wielkość próby badawczej wskazuje na konieczność zachowania ostrożności w zakresie wnioskowania o możliwości integrowania poszczególnych *itemów* w ramach wyróżnionych skal. Jednak z uwagi na niską liczbę pozycji kwestionariuszowych agregowanych w ramach poszczególnych jednowymiarowych skal, zasadne jest wykorzystanie tej statystyki w celu eksploracji wartości poziomów ładunków czynnikowych, jakie uzyskują poszczególne pozycje w ramach tych tych skal.

czynnika. Rezultaty tej analizy stanowią podstawę do wyróżnienia quasi-skali (skali roboczej).

Tabela 1. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca pozycje kwestionariuszowe dotyczące zaspokojenia potrzeb fizjologicznych

Mam czas i możliwość na zaspokojenie pragnienia i skorzystanie z napojów.	0,787
Mam czas i możliwość na zjedzenie posiłku.	0,862
Nie mam trudności ze swobodnym oddychaniem.	0,679
Mam możliwość odpoczynku.	0,673
Mam możliwość skorzystania z wygodnego miejsca do odpoczynku.	0,875
Mam czas i możliwość swobodnego zaspokojenia potrzeb sanitarnych.	0,851
Mogę oddychać w sposób „nieskrępowany” i odczuwam pełną kontrolę nad możliwością realizacji tej potrzeby.	0,609
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,591

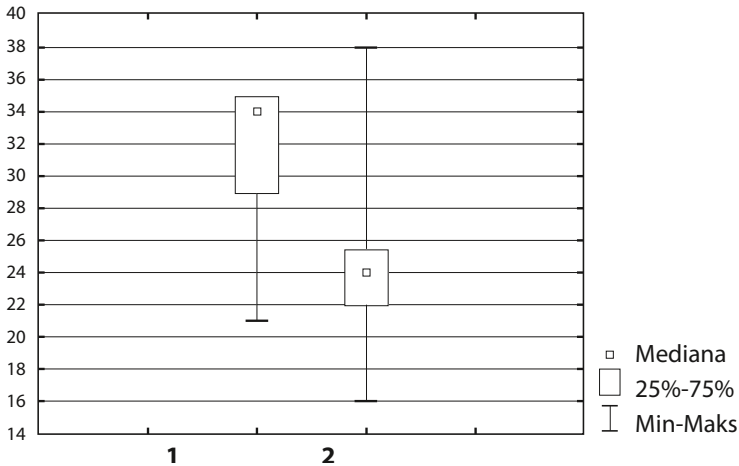
Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje zasadność integracji uwzględnianych *itemów* jako składowych jednego czynnika mającego stworzyć quasi-skale, która treściowo dotyczy problemu zaspokojenia potrzeb fizjologicznych. Należy zwrócić uwagę na wysokie i względnie wysokie ładunki czynnikowe uzyskane dla poszczególnych pozycji kwestionariusza (od 0,61 do 0,87). Ponadto należy zwrócić uwagę na wysoki udział *itemów* postulowanej quasi-skali w wariancji wyjaśnianej (na poziomie 60%).

Wykonana analiza czynnikowa dotycząca puli *itemów*, związanych treściowo z kwestią zaspokajania potrzeb fizjologicznych uzasadnia wykonanie analizy rzetelności. Dla postulowanej puli *itemów* integrowanej w ramach struktury jednoczynnikowej uzyskano wskaźnik *alfa* Cronbacha na poziomie 0,87. Rezultat ten wskazuje na wysoką rzetelność postulowanej składowej, czyli quasi-skali dotyczącej, na poziomie treściowym, pomiaru zaspokojenia potrzeb fizjologicznych.

Wykonane powyżej analizy sankcjonują, w wymiarze eksploracyjnym, możliwość wykorzystania quasi-skali do pomiaru poziomu zaspokojenia potrzeb fizjologicznych w ramach wykonanego quasi-eksperymentu w celu uchwycenia potencjalnych zmian. W związku z powyższym porównano ze sobą poziom zaspokojenia potrzeb fizjologicznych w warunkach schronu przeciwlotniczego z poziomem zaspokojenia tych potrzeb

w warunkach dnia „życia codziennego”²⁰. Uzyskano wartość testu Wilcoxonu $T = 13,50$ istotną statystycznie na poziomie $p < 0,01$ dla $n = 48$. Rezultat ten wskazuje na występowanie różnic w poziomach zaspokojenia potrzeb fizjologicznych pomiędzy uwzględnianymi uwarunkowaniami sytuacyjnymi. W celu zobrazowania zarejestrowanej różnicy warto dokonać analizy poniżej zaprezentowanego wykresu.



Wykres 1. Poziom zaspokojenia potrzeb fizjologicznych – wykres ramka wąsy

Legenda: 1 – Warunki dnia codziennego, 2 – Warunki pobytu w schronie
 Źródło: opracowanie własne.

Dokonując analizy powyższego wykresu, można dostrzec wyższy poziom zaspokojenia potrzeb fizjologicznych w warunkach „życia dnia codziennego” niż w sytuacji pobytu w schronie. Dla warunków dnia codziennego zarejestrowano medianę na poziomie $Me = 34$, natomiast dla schronu mediana uzyskała poziom $Me = 24$. Ponadto oprócz zróżnicowanej wartości mediana warto odnieść się do znacznego zróżnicowania poziomu rezultatów pomiędzy pomiarami dla drugiego i trzeciego kwartyla. Obserwowane różnice ukazują, że ponad 75% badanych wskazało na wyższą możliwość zaspokojenia potrzeb fizjologicznych w warunkach „życia dnia codziennego” niż w sytuacji umieszczenia w schronie. Wynik ten koresponduje z tym, czego zwykle doświadczają ludzie w sytuacji kryzysowej,

²⁰ W ramach wszystkich wykonywanych porównań wykorzystano nieparametryczny test różnic dla grup zależnych – test kolejności par Wilcoxonu.

więc ocena badanych trafnie określała podstawowe ryzyka dla zaspokojenia krytycznych potrzeb. Wszelkiego rodzaju zagrożenia militarne i nie- wiążą się z wystąpieniem różnorakiego niebezpieczeństwa dla bytu ludzi. Zmieniają się w niekorzystny sposób warunki życia, w zależności od nasilenia i rozmiaru kryzysu czy podjętych środków profilaktycznych lub zaradczych, prowadząc często do walki o przetrwanie, zapewnienie podstawowych środków do przeżycia²¹. Zarządzanie w ramach kryzysu, zagrażającego bezpieczeństwu ludności i państwa, wiąże się przede wszystkim z reagowaniem i przeciwdziałaniem sytuacjom godzącym w podstawowe, krytyczne interesy, potrzeby jednostki i społeczeństwa. Głównym celem zarządzania kryzysowego jest zapewnienie przetrwania, podstawowych potrzeb umożliwiających przeżycie, a następnie umożliwienie powrotu do równowagi sprzed kryzysu celem tworzenia warunków sprzyjających jakości życia, rozwojowi obywateli. Jeśli podstawowe potrzeby fizjologiczne, bezpieczeństwo nie jest zapewnione człowiekowi, społeczeństwu w adekwatny sposób trudno mówić o harmonijnym rozwoju²². Doświadczenie deprywacji podstawowych potrzeb w warunkach kryzysowych bądź ekstremalnych ma dalekosiężne konsekwencje dla przyszłych pokoleń, myśląc o transferze między pokoleniowym i epigenetyce traumy, którym coraz częściej interesuje się wiele dziedzin nauki²³.

Porównanie poziomu poczucia bezpieczeństwa w warunkach schronu z poziomem poczucia bezpieczeństwa w warunkach „życia dnia codziennego”

Przed wykonaniem porównania w zakresie poziomu uzyskiwania bezpieczeństwa w warunkach „życia dnia codziennego” z jego poziomem w warunkach pobytu w schronie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową ukierunkowaną na możliwość wyróżnienia jednego czynnika (Tabela 2).

²¹ Zob.: B. Michałiuk, I. Densyniuk, W. Szulc, *Zapewnienie przetrwania ludności cywilnej w warunkach zewnę-trznego zagrożenia państwa i w czasie wojny- wybrane problemy*, Wiedza Obronna 2021, Vol. 227, No. 4, DOI: <https://doi.org/10.34752/2021-f277>, 117–141, s. 122.

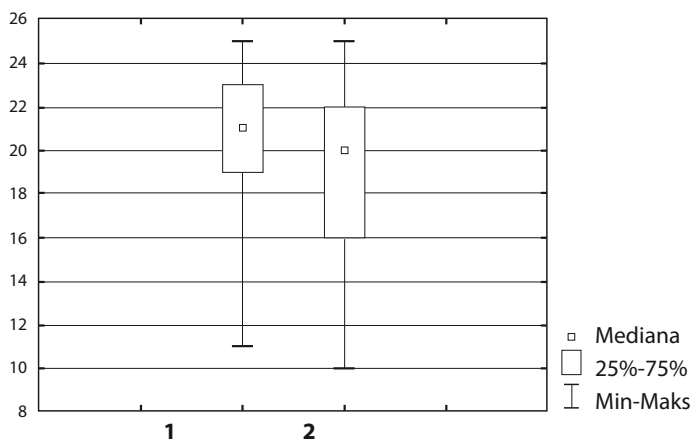
²² Zob.: M. Wilińska, *Zarządzanie kryzysowe w systemie bezpieczeństwa państwa*, *Obronność, Zeszyty Naukowe* 3 (15)/2015, 127–135, s. 128–129, 134.

²³ Zob.: N. Chmielewska, J. Szyndler, P. Maciejak, A. Płaźnik, *Mechanizmy epigenetyczne stresu i depresji*, *Psychiatria Polska* 2019, 53 (6): 1414–1428, DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/94375>; K. Wądołny-Tatar, *Epigeneza traumy*, *Annales Universitatis Pedagogicae Cracoviensis, Studia Poetica III*, 2015, 180–184.

Tabela 2. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca poczucie zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa

Mam ogólne poczucie bezpieczeństwa w tych sytuacjach.	0,759
Nie obserwuję poważnych zagrożeń względem samego siebie.	0,846
Nie obserwuję poważnego ryzyka dla własnego bezpieczeństwa.	0,777
Obserwuję, że te sytuacje gwarantują mi bezpieczeństwo.	0,840
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,574

Źródło: opracowanie własne.



Wykres 2. Poziom zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa – wykres ramka – wąsy

Legenda: 1 – Warunki dnia codziennego, 2 – Warunki pobytu w schronie

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje zasadność integracji uwzględnianych *itemów* jako składowych jednego czynnika, mającego stworzyć quasi-skalę – poczucia bezpieczeństwa. Należy wskazać na wysokie ładunki czynnikowe uzyskane dla poszczególnych *itemów* (od 0,84 do 0,75). Odnotować należy również wysoki udział *itemów* postulowanej quasi-skali w wariancji wyjaśnianej na poziomie 57%.

Wykonana analiza czynnikowa dotycząca puli *itemów*, związanych treściowo z uzyskiwaniem poczucia bezpieczeństwa uzasadnia wykonanie analizy rzetelności. Dla postulowanej puli *itemów* uzyskano alfę

Cronbacha na poziomie 0,87, co wskazuje na wysoką rzetelność postulowanej quasi-skali.

Wykonane powyżej analizy sankcjonują na poziomie eksploracyjnym możliwość wykorzystania quasi-skali do pomiaru poziomu zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa. W ramach wykonanego porównania zestawiono poziom poczucia bezpieczeństwa w sytuacji umieszczenia w schronie z jego poziomem w warunkach życia dnia codziennego. Uzyskano wartość testu Wilcozona $T = 32,50$ istotną statystycznie na poziomie $p < 0,05$ dla $n = 40$. Rezultat ten wskazuje na występowanie różnic w poziomie zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa pomiędzy omawianymi aspektami sytuacyjnymi. W celu zobrazowania zarejestrowanej różnicy warto dokonać analizy poniższego wykresu.

Dane zawarte na wykresie wskazują, że najwyższy poziom poczucia bezpieczeństwa respondenci odnotowują w warunkach „życia dnia codziennego” niż w momencie pobytu w schronie. Dla warunków dnia codziennego zarejestrowano medianę na poziomie $Me = 21$, natomiast dla pobytu w schronie mediana uzyskała poziom $Me = 20$. Ponadto, oprócz zróżnicowania w wartości mediany, należy odnieść się do znacznego zróżnicowania wartości rezultatów dla obu pomiarów w drugim i trzecim kwartylu. Należy zauważyć, że dla pomiaru pierwszego 2 i 3 kwartył obejmuje wyniki od 19 do 23, a dla pomiaru drugiego od 16 do 22. Wskazuje to, że wśród badanych występowała wyraźna tendencja do obniżenia oceny dla warunków pobytu w schronie względem oceny warunków „życia dnia codziennego”.

Uzyskany rezultat jest spójny z wieloma wynikami badań empirycznych, na podstawie których wnioskuje się, że negatywne wydarzenia życiowe następujące skutek zewnętrznych okoliczności niejako zmuszają człowieka do funkcjonowania w warunkach odmiennych niż codzienne życie, zagrażając podstawowej potrzebie każdej osoby, jaką jest bezpieczeństwo. Pomimo że nieraz trudno osobie pogodzić się z zaistniałymi zewnętrznymi warunkami, to w procesie radzenia sobie nie ma wyjścia, jak mobilizować swoje zasoby stopniowo, akceptując sytuację, aby zachować własny dobrostan i zasoby²⁴.

Sytuacja kryzysowa w obszarze mikro- i makrospołecznym zaburza codzienne, rutynowe funkcjonowanie jednostek, deteriorując ich

²⁴ Zob.: A. Sacuk, *Życiowe sytuacje kryzysu: fenomenologia, typy oraz wewnętrzne konflikty*, [w:] H. Skłodowski (red.) *Człowiek w kryzysie – psychospołeczne aspekty kryzysu*, Seria SWSPiZ w Łodzi, Przedsiębiorczość i Zarządzanie, Tom XI, Zeszyt 1 2010, s. 61–70, Łódź 2010, s. 65.

bezpieczeństwo. Zmieniają się warunki funkcjonowania, powodując poczucie utraty kontroli nad sytuacją i możliwości poradzenia sobie. Dochodzi często do poczucia zagrożenia własnych interesów lub wartości, zahamowania realizacji celów czy potencjału rozwojowego. W konsekwencji ludzie są skłonni podejmować nadzwyczajne działania, aby móc powrócić do stanu równowagi psychofizycznej, zapewnienia podstawowych potrzeb w znacznej mierze warunkujących realizację tych wyższego rzędu²⁵.

Bezpieczeństwo poszczególnych osób, społeczności przekłada się na bezpieczeństwo powszechne, trudno zjawiska te rozpatrywać oddzielnie, a przynajmniej może to być obciążone istotnym błędem²⁶. Tak jak brak zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa w okresie dzieciństwa, związanej z często z pozabezpiecznym obiektem przywiązania może wiązać się zaburzeniami rozwoju psychospołecznego człowieka, tak samo należy mieć na uwadze brak bezpieczeństwa powszechnego, ściślej społecznego, które wpływa na jakość życia danego społeczeństwa z uwagi na kumulowanie doświadczeń kryzysowych w danej grupie²⁷. Bezpieczeństwo należałoby zapewniać na różnych etapach życia i w różnych obszarach funkcjonowania, co szczególnie ukonstytuowało się w obszarze zawodowym, gdzie kultura bezpieczeństwa odgrywa w danej społeczności szczególną rolę nie tylko w wymiarze pracy, ale i zwrotnie wpływa na bezpieczeństwo jednostkowe, dając możliwości rozwoju potrzeb wyższego rzędu²⁸. Idąc dalej można wysnuć dalekosiężny wniosek o znaczeniu jednostkowym na kształtowanie poziomu bezpieczeństwa społecznego, jak i zwrotnie stabilna sytuacja w danym kraju, zbiorowości niesie pozytywne konsekwencje dla poczucia bezpieczeństwa poszczególnych obywateli.

²⁵ Zob.: S. Jarmoszko, „Sytuacja” jako kategoria analizy bezpieczeństwa człowieka, *Colloquium Pedagogika – Nauki o Polityce i Administracji*, kwartalnik 2 (38)/ 2020, DOI: <http://doi.org/10.34813/13coll2020>, s. 55, 56.

²⁶ Zob.: J. Jancz, *Poczucie bezpieczeństwa Polaków w latach 20210–2015 w zmieniającym się środowisku bez-pieczęństwa*, *Teologia i Moralność*, Vol. 11 (2016), Nr 1 (19), doi: 10.14746/TIM.2016.19.1.11, 133–143, s. 143.

²⁷ Zob.: M. Kornaszewska-Polak, *Przywiązanie i osamotnienie w bliskich relacjach*, *Roczniki Pedagogiczne*, Tom 7 (43), Nr 3 – 2015, DOI: [http://dx.doi.org/10.18290/rped.2015.7\(43\).3-2](http://dx.doi.org/10.18290/rped.2015.7(43).3-2), s. 25–43.; M. Leszczyński, V. Mika, *Bezpieczeństwo społeczne w nowym pojmowaniu bezpieczeństwa państwa*, *Acta Scientifica Ostroviensis*, 2010, Nr 33, 101–111, s. 106.

²⁸ Zob.: W.K. Oleszak, A.A. Czajkowski, *Bezpieczeństwo jako naturalna potrzeba człowieka*, *Problemy Nauk Stosowanych*, 2019, Tom 10, 193–204, s. 202.

Porównanie poziomu uzyskiwania szacunku i dobrych kontaktów społecznych w warunkach schronu z poziomem realizacji tych potrzeb w warunkach „życia dnia codziennego”

Przed wykonaniem porównania w zakresie zaspokojenia potrzeby doświadczania szacunku i poprawnych kontaktów społecznych w warunkach „życia dnia codziennego” względem pobytu w schronie, wykonano eksploracyjną analizę czynnikową, w celu wyróżnienia skali roboczej. Wyniki tej analizy zaprezentowano w Tabeli 3.

Tabela 3. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca pozycje kwestionariuszowe dotyczące zaspokojenia potrzeby szacunku i poprawnych kontaktów społecznych

Czuję, że generalnie jestem dobrze traktowana/y przez osoby będące wokół mnie.	0,789
Zazwyczaj udaje mi się podejmować poprawne kontakty z innymi osobami obecnymi w moim otoczeniu.	0,800
Mam możliwość podejmowania wartościowych kontaktów interpersonalnych z osobami z mojego otoczenia.	0,658
Obserwuję, że często inni starają się zachowywać wobec mnie „w porządku”.	0,764
Kontakty z innymi osobami w moim otoczeniu są dla mnie czymś bardzo pozytywnym.	0,730
Czuję się dobrze podczas kontaktów z innymi ludźmi z mojego otoczenia.	0,762
Obserwuję, że ludzie wokół mnie dobrze mnie traktują.	0,860
Mam możliwość dobrej kooperacji z innymi.	0,856
Osoby w moim otoczeniu zwykle traktują mnie z szacunkiem.	0,889
Generalnie nie odczuwam, że jestem traktowana/ny przedmiotowo.	0,743
Zwykle jestem traktowana/y przez innych „fair”.	0,905
Mam okazję do poprawy jakości współpracy z osobami z mojego otoczenia.	0,727
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,63

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje zasadność integracji uwzględnianych *itemów* jako składowych jednego czynnika, mającego stworzyć quasi-skale, która treściowo dotyczy potrzeby uzyskiwania szacunku innych oraz budowania pozytywnych kontaktów z innymi. Należy zwrócić uwagę na poprawne wartości ładunków czynnikowych, uzyskane dla

poszczególnych pozycji kwestionariuszowych (od 0,63 do 0,86). Odnotować warto również wysoki udział *itemów* postulowanej quasi-skali w wariancji wyjaśnianej (na poziomie 63%).

Wykonana analiza czynnikowa dotycząca puli *itemów*, związanych treściowo z kwestią zaspokajania potrzeby uzyskiwania szacunku i budowania poprawnych kontaktów społecznych uzasadnia wykonanie analizy rzetelności. Dla postulowanej puli *itemów* uzyskano wartość *alfa* Cronbacha na poziomie 0,944. Rezultat ten wskazuje na wysoką rzetelność postulowanej składowej, czyli quasi-skali treściowo odnoszącej się do realizacji potrzeby szacunku i budowania pozytywnych relacji interpersonalnych.

Wykonane powyżej analizy sankcjonują, na poziomie eksploracyjnym, możliwość wykorzystania quasi-skali do pomiaru zmiennej w postaci uzyskiwania szacunku i budowania poprawnych kontaktów społecznych. W ramach wykonanego porównania zestawiono poziom zaspokojenia tej kategorii potrzeby w warunkach umieszczenia w schronie względem aspektów „życia dnia codziennego”. Wykonany test istotności statystycznej nie uzyskał istotności statystycznej, co wskazuje na brak podstaw do przyjęcia hipotezy o występowaniu różnic pomiędzy omawianymi uwarunkowaniami sytuacyjnymi w zakresie poziomu uzyskiwania szacunku innych i budowania pozytywnych relacji z ludźmi. Pomimo że w przeprowadzonym eksperymencie nie otrzymano istotnych wyników, prawdopodobnie z uwagi na ograniczony czas jego trwania, to nie należy przekreślać znaczenia poczucia bycia szanowanym i możliwości budowania satysfakcjonujących kontaktów interpersonalnych w sytuacjach kryzysowych. Potwierdzają to eksperymenty przymusowej samoizolacji studentów, gdzie odnotowano spadek zainteresowania i aktywności, skłonności do reagowania frustracją, lękiem z uwagi na doświadczenie opuszczenia, samotności²⁹. Społeczna izolacja w pandemii COVID-19 ukazała, iż konieczność zdania wyłącznie na siebie, samodzielnego bycia w sytuacji kryzysowej i konieczności radzenia sobie z nią potęguje odczuwany dystres³⁰.

Analizy dotyczące przywództwa czy dowodzenia w zdarzeniach ekstremalnych podkreślają niemożność skutecznej realizacji zadań bez zaufania, szacunku i dobrych wzajemnych relacji przełożony-podwładni.

²⁹ Zob.: K.T. Ivanovna, *Studying the relationship between the mental states of students on the eve of the session and the feeling of loneliness during the period of self-isolation*, GESJ: Education Science and Psychology, 2020, No. 1 (58), 50–55, pp. 52–53.

³⁰ Zob. R. Laslo-Roth, S. George-Levi, M. Margalit, *Hope during the COVID-19 outbreak: coping with the psychological impact of quarantine*, *Counselling Psychology Quarterly*, 2021, Vol. 34, No. 3–4, 771–785, pp. 780.

Wyzwania XXI wieku dla wielu systemów bezpieczeństwa ukazują, że bez odpowiednich kompetencji interpersonalnych (przywództwa emocjonalnego) skuteczne zarządzanie w kryzysie, w dobie współczesnych zagrożeń bezpieczeństwa nie jest możliwe. Nawet służby mundurowe stoją przed wyzwaniem zmian organizacyjnych w tym względzie, pomimo utrwalonego autokratycznego stylu kierowania³¹.

Bez rozumienia drugiej strony z perspektywy szans i zagrożeń, danych uwarunkowań sytuacyjnych, okazania bezpieczeństwa, zaufania, szacunku i akceptacji dla trudnych doświadczeń, często utrudniony a wręcz niemożliwy staje się powrót do równowagi. A z perspektywy zarządzania sytuacją kryzysową wszelkie bariery komunikacyjne, trudności w nawiązaniu i podtrzymaniu kontaktu, komunikacji będą blokowały możliwość szybkiego niwelowania negatywnych konsekwencji zdarzeń kryzysowych. W zależności od osób będących uczestnikami tych doświadczeń, w tym rodzaju zachodzących interakcji, można wskazać siły wspierające współdziałanie, orientujące się na podejmowanie działań naprawczych albo hamujących, z różnych opisanych wyżej powodów, możliwości wyjścia z kryzysu³². Należy mieć na uwadze, że stopień zaspokojenia szacunku czy poprawności relacji społecznych zawiera się w pewnej subiektywnej ocenie danych potrzeb, która nie musi w pełni korespondować ze stanem faktycznym, czyli stopniem, w jakim te kontakty są nawiązane w danej zbiorowości.

Porównanie realizacji dążenia do udzielania pomocy innym w warunkach schronu z realizacją dążenia do pomagania innym w warunkach „życia dnia codziennego”

Przed wykonaniem porównania poziomu realizacji dążenia do pomagania innym z poziomem realizacji tego dążenia w warunkach pobytu w schronie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową. Wyniki tej analizy zaprezentowano w Tabeli 4.

³¹ Zob.: Ł. Haromszki, *Przywództwo w czasie kryzysu*, Prace naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu nr 131, 2010, 40–51, s. 46.

³² Zob.: D. Plutecki, *Interwencja kryzysowa jako przykład narzędzia socjalnego w pracy lekarza w opinii studentów medycyny*, Homo et Societas, Nr 7/2022, 1–25, s. 13, 23.; P. Celej, *Media relations w zarządzaniu sytuacją kryzysową organizacji samorządowej*, Rocznik Prasozna-wczy Rok IX, Oficyna Wydawnicza „Humanitas”, 2015, 40–54, s. 53.; J. Wałas-Trębacz, J. Ziarko, *Podstawy zarządzania kryzysowego*, Krakowska Akademia im. Frycza Modrzewskiego, 2011, s. 97.

Tabela 4. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca pozycje kwestionariuszowe dotyczące realizacji dążenia do pomagania innym

Mam możliwość podejmowania działań, które będą też wspierać osoby wokół mnie.	0,619
Staram się, aby moje działania nie przysparzały trudności osobom wokół mnie.	0,779
Dążę do tego, aby innym też poradziłem sobie z sytuacją problemową.	0,797
Często mam ochotę na pomaganie innym.	0,836
Stale dostrzegam potrzebę wspierania osób w moim otoczeniu.	0,582
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,533

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje podstawa do integracji uwzględnianych *itemów* jako składowych jednego czynnika mającego stworzyć quasi-skale, która treściowo dotyczy dążenia do pomagania innym. Należy zwrócić uwagę na względnie wysokie ładunki czynnikowe, uzyskane dla poszczególnych pozycji kwestionariusza (wartość od 0,58 do 0,83). Należy również odnotować wysoki poziom udziału skali w wyjaśnieniu wariancji wyjściowych zmiennych wchodzących w jego strukturę (53,3).

Wykonana analiza czynnikowa dotycząca puli *itemów*, związanych treściowo z kwestią zaspokajania potrzeb fizjologicznych uzasadnia wykonanie analizy rzetelności. Dla postulowanej puli *itemów* uzyskano *alfę* Cronbacha na poziomie 0,75, co wskazuje na wysoką rzetelność postulowanej składowej, odnoszącej się do realizacji dążenia do pomagania innym przez respondentów.

Powyższe analizy sankcjonują możliwość eksploracyjnego wykorzystania quasi-skali w zakresie pomiaru poziomu dążenia do pomagania innym. W ramach wykonanego porównania zestawiono poziom zaspokojenia tego dążenia w warunkach umieszczenia w schronie względem jego realizacji w warunków „życia dnia codziennego”. Uzyskano wartość testu Wilcoxona nieistotną statystycznie. Rezultat ten wskazuje na brak występowania różnic pomiędzy poziomem dążenia do pomagania innym w warunkach pobytu w schronie a nasileniem tego dążenia w warunkach „życia dnia codziennego”. Wynik ten może wiązać się z pewnymi ograniczeniami, wynikającymi z sytuacji przeprowadzonego eksperymentu, np. czasem jego trwania czy świadomością uczestników dotyczącą udziału

w pewnej symulowanej sytuacji, po której wrócą do codzienności i podczas której nie mają poczucia utraty zasobów.

Realne zagrożenie, wynikłe z zaistniałej sytuacji kryzysowej, uruchamia własne możliwości zaradcze jednostki w kryzysie. Często, gdy ono zawodzi albo jest niewystarczające, osoby sięgają po wsparcie społeczne lub profesjonalną pomoc³³. Przeważnie u ludzi w kryzysie otwartość na zmiany czy podatność na pomoc otoczenia wzrasta, kiedy skala problemów, wynikłych z doświadczenia kryzysowego, jest trudna do przezwyciężenia. Równie często u tych osób uruchamia się gotowość do pomocy innym, którzy brali udział w kryzysowej sytuacji³⁴. Naturalne, lokalne systemy wsparcia to najlepsze dla danego człowieka zasoby w jego otoczeniu, które dają poczucie bezpieczeństwa, przynależności, przewidywalności świata wtórnie kształtując umiejętności społeczne i dając oparcie na wypadek różnorodnych zagrożeń, jakie mogą wystąpić³⁵.

Ponadto należy podkreślić, że w sytuacji konieczności wprowadzenia społecznej izolacji bądź kwarantanny (COVID-19) ludzie są bardziej skłonni do postępowania wedle ściśle określonych restrykcji w szczególności wtedy, gdy czują wspólnotę oraz zapewnienie w sytuacji kryzysowej wsparcia informacyjnego, praktycznego i emocjonalnego. Rola świadomości i wspólnych przygotowań całej społeczności na ewentualne zagrożenia wydaje się tu być kluczowa³⁶. Ogólne zasady dotyczące organizacji wsparcia społecznego, pomocy psychologicznej na terenie kraju są opracowane w Krajowym Planie Zarządzania Kryzysowego, gdzie podkreśla się zwrotne korzyści dla systemu społecznego dzięki wsparciu w przywracaniu równowagi psychicznej ludziom po zdarzeniu, mogącym stanowić źródło silnego stresu, opierając się na dostępnych zasobach środowiska lokalnego lub sięgając po bardziej specjalistyczną pomoc w uzasadnionych wypadkach³⁷. Należy również mieć na uwadze

³³ Zob.: E. Włodarczyk, *Zdarzenie losowe i sytuacja kryzysowa*, [w:] E. Włodarczyk, I. Cytlak, *Człowiek wobec krytycznych sytuacji życiowych. Z teorii i praktyki pracy socjalnej*, Adam Mackiewicz University Press, Seria Psychologia i Pedagogika Nr 165, Poznań 2011, 1–20, s. 17.

³⁴ Zob.: B. Pilecka, *Kryzys psychologiczny, wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2004, s. 10, 143, 148, 155.

³⁵ Zob.: A. Dąbrowska, *Wybrane modele wsparcia społecznego dla rodzin w kryzysie. Rekomendacje dla działań pomocowych ukierunkowanych na rodziny migracyjne*, Studia nad Rodziną, UKSW, 2015, XIX nr 1 (36), 115–133, s. 122.

³⁶ Zob.: A. Davis, S. Munari, J. Doyle, B. Sutton, A. Cheng, M. Hellard, L. Gibbs, *Quarantine preparedness – the missing factor in COVID-19 behaviour change? Qualitative insights from Australia*, BMC Public Health, 2022, 22: 1806, 1–10, pp. 8–9, <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14185-7> [dostęp: 10.03.2023].

³⁷ Zob.: Krajowy Plan Zarządzania Kryzysowego, Aktualizacja 2021/2022, Część B, RCB, <https://www.gov.pl/web/rcb/krajowy-plan-zarządzania-kryzysowego> [dostęp: 06.10.2023].

etapy reakcji społeczności w sytuacji, gdy kryzys jest rozlany i dotyczy większości jej przedstawicieli. Od pierwszej reakcji, mobilizacji i wsparcia, wraz z upływem czasu i nadmiernego zaangażowania sił i środków w powracanie do stanu przed kryzysem następuje deterioracja wsparcia społecznego, która objawia się konfliktami, reakcjami bezradności, wyczerpania na skutek nadmiernego zaangażowania w proces pomagania innym i izolacji. Ponowna stabilizacja sieci społecznej następuje około od trzech do sześciu miesięcy po sytuacji kryzysowej³⁸.

Porównanie poziomu zaspokojenia potrzeb kontroli zdarzeń i poziomu stymulacji w warunkach schronu z poziomem zaspokojenia tej kategorii potrzeb w warunkach „życia dnia codziennego”

Przed wykonaniem porównania pomiędzy poziomem potrzeby kontroli zdarzeń i poziomu stymulacji w warunkach „życia dnia codziennego” a poziomem realizacji tej potrzeby w warunkach pobytu w schronie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową w celu uzasadnienia integracji poszczególnych *itemów*, dotyczących kwestii zaspokojenia tego rodzaju kategorii potrzeby, w ramach jednej składowej.

Tabela 5. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca pozycje kwestionariuszowe dotyczące zaspokojenia potrzeb kontroli zdarzeń i poziomu stymulacji

Mam ogólne poczucie wpływu na możliwość zorientowania się w przestrzeni, w której funkcjonuję.	0,696
Mam okazję do poprawy jakości współpracy z osobami z mojego otoczenia.	0,654
Generalnie nie mam problemów z nadmiarem monotonii i nudy.	0,873
Nie doskwiera mi brak możliwości podejmowania działania i monotonia.	0,771
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,563

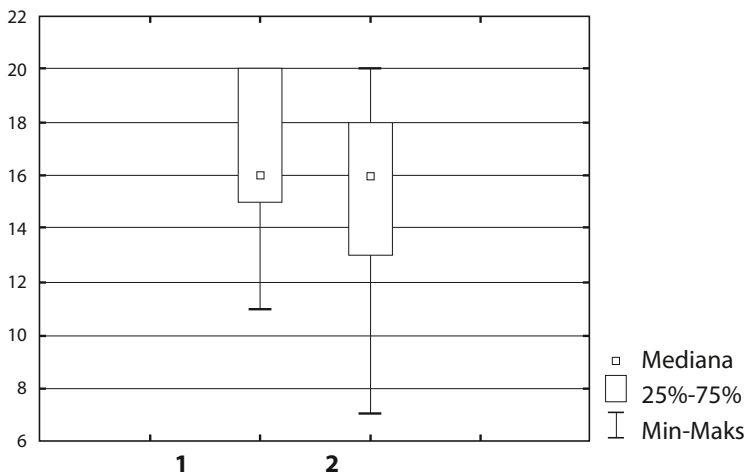
Źródło: opracowanie własne.

³⁸ Zob.: D. Kubacka-Jasiecka, *Interwencyjna pomoc psychologiczna w sytuacji katastrofy*, Czasopismo Psychologiczne, 2013, 19 (2), DOI: 10.14691/CPJ.19.2.159, 159–170, s. 162.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje zasadność integracji uwzględnianych *itemów* jako składowych jednego czynnika, mającego stworzyć quasi-skale treściowo dotyczącą zaspokojenia potrzeby kontroli zdarzeń i poziomu stymulacji. Należy zwrócić uwagę na wysokie i względnie wysokie ładunki czynnikowe uzyskane dla poszczególnych pozycji kwestionariuszowych, które przyjmują wartości od 0,56 do 0,87. Wyodrębniona jedno-czynnikowa składowa wykazuje udział w wariancji wyjaśnianej wyjściowych zmiennych, wchodzących w strukturę wyróżnionej skali na poziomie 56%.

Ponadto dla postulowanej skali złożonej z tych pozycji uzyskano wskaźnik alfa Cronbacha na poziomie 0,72. Wskazuje on na wysoką rzetelność wygenerowanej składowej jako skali.

Wykonane powyżej analizy sankcjonują możliwość wykorzystania quasi-skali do pomiaru poziomu zaspokojenia potrzeby kontroli zdarzeń i stymulacji. Tym samym w ramach wykonanego porównania zestawiono poziom zaspokojenia potrzeby kontroli zdarzeń i stymulacji w warunkach umieszczenia w schronie z poziomem tej zmiennej rejestrowanych odnośnie warunków „życia dnia codziennego”. Uzyskano wartość testu Wilcoxona $T = 202,50$ istotną statystycznie na poziomie $p < 0,01$ przy $n = 41$. Rezultat ten wskazuje na występowanie istotnych różnic w poziomach zaspokojenia omawianych potrzeb pomiędzy uwzględnianymi uwarunkowaniami sytuacyjnymi. W celu zobrazowania zarejestrowanej różnicy warto również dokonać analizy poniższego wykresu.



Wykres 3. Poziom zaspokojenia potrzeby kontroli zdarzeń i stymulacji – wykres ramka – wąsy

Legenda: 1 – Warunki dnia codziennego; 2 – Warunki pobytu w schronie

Źródło: opracowanie własne.

Analiza Wykresu 3 wskazuje na wyższy poziom realizacji potrzeby kontroli zdarzeń oraz stymulacji w warunkach „życia dnia codziennego” niż w warunkach pobytu w schronie. Dla obu rodzajów uwarunkowań sytuacyjnych zarejestrowano medianę na poziomie $Me = 16$. Warto jednak odnieść się do znacznego zróżnicowania wartości rezultatów dla obu pomiarów w 2 i 3 kwartylu. Dla pomiaru pierwszego (warunki dnia codziennego) wartości z 2 i 3 kwartyłu lokują się na poziomie od 15 do 20, natomiast dla pomiaru drugiego (warunki pobytu w schronie) – od 13 do 18. Ponadto test znaków również wskazuje na występowanie istotnych statystycznie różnic w poziomach zmiennej kontroli i stymulacji pomiędzy pomiarem pierwszym a drugim tej zmiennej.

Rezultat testu ujawnia, że w ramach dokonanych porównań wystąpiło 41 zróżnicowań w ramach dokonanych porównań pomiarów, a jedynie w niespełna 30% tych porównań odnotowano wyższe poziomy kontroli i stymulacji w drugim pomiarze (schron). Natomiast w pozostałych przypadkach (nieco ponad 70%) wyższe poziomy tej zmiennej rejestrowano w ramach pomiaru pierwszego (codzienne życie). Pokazuje to, że w warunkach pobytu w schronie badani doświadczali niższego poziomu kontroli otoczenia oraz poziomu kontroli nasilenia napływających bodźców niż w warunkach codziennych sytuacjach życiowych.

Otrzymany rezultat koresponduje z wiedzą dotyczącą poczucia sprawstwa, kontroli w sytuacjach kryzysowych, które często powodują dezorganizację, brak opanowania i poczucia uporządkowania, ciągłości wydarzeń u uczestników tego typu zdarzeń³⁹. Każda sytuacja kryzysowa, w tym doświadczenie izolacji, jest specyficzne uwzględniając układ: czasowo-przestrzenny, bodźców, wartości i możliwości czy społeczny. W zależności od zdarzenia poszczególne elementy sytuacji będą na siebie oddziaływać w różny sposób, ponieważ jest to dynamiczny układ współzależności. To samo dotyczy relacji między człowiekiem a środowiskiem, w jakim się on znajduje. Charakter relacyjny dla sytuacji stresowej w transakcyjnej teorii stresu R. Lazarusa i S. Folkmana dotyczy poznawczej oceny sytuacji w perspektywie zagrożenia dobrostanu i uruchomienia w związku z tym adekwatnych strategii zaradczych. Dość naturalne jest, że w sytuacjach kryzysowych często dochodzi do zmiany nasilenia napływających bodźców, stymulacji od stanów przeciążenia do deprywacji

³⁹ Zob.: A. Kotasińska, *Założenia i ogólne idee interwencji kryzysowej*, Zeszyty Naukowe Ruchu Studenckiego, Nr 1 (2015), 61–70, s. 68.

sensorycznej, a kryzys sprzyja dużej dynamice zmian, jakie zachodzą w środowisku wskutek zdarzenia. Ponadto wraz z objawami zmęczenia, wyczerpania uczestników na skutek trudności w realizacji, zaspokajaniu potrzeb następują również pogorszenie sprawności funkcji poznawczych i regulacyjnych zachowania⁴⁰.

Badania dotyczące temperamentalnych czynników ryzyka podkreślają rolę synergicznego oddziaływania danego środowiska, sytuacji, w jakich jednostce w zależności od indywidualnych dyspozycji przyjdzie sobie radzić⁴¹. Szczególnie trudno ludziom radzić sobie w stłoczeniu zajmując niewielką przestrzeń (np. schron) przez długi okres czasu, gdy naruszane są ich granice i zagrożona realizacja podstawowych potrzeb na skutek wielu zakłóceń, trudności. Może sprzyjać to występowaniu zachowań agresywnych⁴². Sytuacje ekstremalne przynoszące długotrwałe i katastroficzne skutki, gdzie uczestniczy się w zdarzeniach zagrożenia zdrowia lub życia, mogą mieć konsekwencje w postaci zmian cech osobowości czy temperamentu⁴³.

Porównanie poziomu orientacji zadaniowej podczas pobytu w schronie z poziomem orientacji zadaniowej w warunkach życia dnia codziennego

Przed wykonaniem porównań w zakresie orientacji zadaniowej w warunkach „życia dnia codziennego” z orientacją zadaniową podczas pobytu w schronie wykonano eksploracyjną analizę czynnikową. Rezultaty analizy czynnikowej zaprezentowano w Tabeli 6.

⁴⁰ Zob.: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia*, PWN, Warszawa 1975.

⁴¹ Zob.: K. Orlak, J. Tylka, *Temperamentalny czynnik ryzyka zaburzeń stanu zdrowia u pracowników sądo-wnictwa*, *Medycyna Pracy* 2017, 68 (3), 375–390, DOI: <https://doi.org/10.13075/mp.5893.00522>, s. 388–389.

⁴² Zob.: L. Berkowitz, *Agression: A Social Psychological Analysis*, McGraw-Hill Book Company, New York 1962.

⁴³ A. Zasuń, „Syndrom szpiegostwa” w świetle wybranych koncepcji psychologicznych, *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie* 2013, t. V, 167–185, s. 171.; S. Skalski, *Choroba jako źródło stresu. Wybrane koncepcje stresu psychologicznego i radzenia sobie ze stresem*, [w:] K. Pujer, *Humanistyka i Nauki Społeczne, Doświadczenia, konteksty, wyzwania*, Tom 8, Exante, Wrocław 2018, 1–22, str. 12.; B. Zawadzki, A. Popiel, *Dynamika relacji między cechami temperamentu a nasileniem objawów pourazowego zaburzenia stresowego (PTSD) po wypadku drogowym: efekt podatności i komplikacji*, *Chowanna Tom specjalny* 2012, 67–87, s. 84–85.

Tabela 6. Eksploracyjna analiza czynnikowa obejmująca pozycje kwestionariuszowe dotyczące utrzymania orientacji zadaniowej

Chętnie podejmuję się wykonywania wyznaczanych mi zadań na rzecz zespołu, w którym funkcjonuję.	0,696
Można nawet polubić przedsięwzięcia wyznaczane do realizacji, jeśli się wie, że służą one grupie osób, której jesteś członkiem.	0,654
Potrafię tak się zaangażować, że chwilami zapominam o trudnościach związanych z sytuacją problemową.	0,873
Udział w wyjaśnianej wariancji	0,76

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane rezultaty wskazują, że istnieje zasadność integracji uwzględnianych *itemów* treściowo dotyczących orientacji zadaniowej jako składowych jednego czynnika. Należy zwrócić uwagę na względnie wysokie ładunki czynnikowe uzyskane dla poszczególnych pozycji kwestionariuszowych o wartościach od 0,65 do 0,87. Wyodrębniona jednoczynnikowa składowa wykazuje udział w wariancji wyjaśnianej wyjściowych zmiennych, wchodzących w skład skali na poziomie 76%.

Dla postulowanej puli *itemów* wykonano analizę rzetelności uzyskując wartość *alfa* Cronbacha na poziomie 0,81, co wskazuje na wysoką rzetelność postulowanej składowej jako quasi-skali.

Wykonane powyżej analizy sankcjonują możliwość eksploracyjnego wykorzystania quasi-skali do pomiaru poziomu utrzymania orientacji zadaniowej. W ramach wykonanego porównania zestawiono poziom orientacji zadaniowej w warunkach schronu z poziomem orientacji zadaniowej w warunkach „życia dnia codziennego”. Wykonane porównanie testem Wilcoxon'a nie wskazało na występowanie różnic istotnych statystycznie pomiędzy poziomem orientacji zadaniowej w warunkach schronu względem warunków „życia dnia codziennego”.

Okazuje się, że omawiane uwarunkowania sytuacyjne nie prowadziły u badanych do modyfikacji w zakresie oceny własnej orientacji na zadanie. Ludzie w różny sposób starają sobie poradzić z sytuacją, szczególnie gdy przekracza ona ramy dotychczasowych doświadczeń. Angażowane są najbardziej dominujące style radzenia sobie ze stresem, ale czasami konieczność adaptacji do nowych sytuacji sprzyja rozwojowym nowym sposobom, strategii zaradczych. Koncepcja N.S Endler i J.D.A. Parker odnosi się do trzech stylów, skoncentrowanego na zadaniu, emocjach

i unikaniu, który ma dwa podtypy: poszukiwanie kontaktów towarzyskich i angażowanie czynności zastępczych⁴⁴. Często w zależności od sytuacji kryzysowej, w jakiej znalazła się osoba, znacznie bardziej przystosowawcze okazuje się umiejętność korzystania w procesie radzenia sobie z umiejętności rozwiązywania problemów.

Z kolei innym razem najbardziej właściwe, aby powracać do równowagi psychicznej jest reinterpretacja, odreagowanie emocji i wykorzystanie kompetencji związanych z poszukiwaniem wsparcia z uwagi na charakter wydarzenia (np. choroba nowotworowa, żałoba po śmierci członka rodziny). Należy uwzględniać wzajemną zależność czynników sytuacyjnych, osobowościowych i środowiskowych⁴⁵. Inne ujęcia, na pograniczu takich dziedzin nauki jak m.in. psychologii i filozofii, dotyczą twórczej orientacji w radzeniu sobie z kryzysem. Znaczącą rolę przypisuje się tu przekonaniu człowieka o własnym sprawstwie, poczuciu skuteczności, co wiąże się z jego wartościami, aspiracjami, poglądami i planami życiowymi. Zakłada się, że osoby o twórczej orientacji życiowej lepiej funkcjonują w dynamicznej, złożonej rzeczywistości, gdzie cały czas podejmują wyzwania, chcą uczyć się i rozwijać, są otwarte na doświadczenie. Przekłada się to pozytywnie na relacje interpersonalne, dobrostan psychofizyczny czy samorealizację. Dbanie o rozwój osobisty, kształtowanie potencjałów i nowych umiejętności przekłada się również na opracowanie różnych strategii radzenia sobie w sytuacji kryzysowej⁴⁶.

Zakończenie

Koncepcja *human security* odnosi się do bezpieczeństwa osobistego jednostki⁴⁷ w jej codziennym życiu. Idea ta zakłada współpracę instytucji i organizacji ze społecznościami lokalnymi w zakresie podejmowanych działań prewencyjnych wobec występujących w nich zagrożeń. Takim działaniem jest również przygotowywanie miejsc ukrycia w postaci

⁴⁴ Zob.: K. Kurowska, J. Turkowska, *Orientacja życiowa a style radzenia sobie ze stresem w rodzinach pacjentów w terminalnej fazie choroby nowotworowej*, Współczesna Onkologia 2008, Vol. 12, 6, 283–289.

⁴⁵ Zob.: P. Oleś, *Zagadnienie stresu, kryzysu i radzenia sobie*, Roczniki Filozoficzne Tom XLI, zeszyt 4, 1993, 5–22, s. 12, 14–15, 18.

⁴⁶ Zob.: A. Cudowska, *Twórcza orientacja życiowa w sytuacjach kryzysowych*, Kultura-Społeczeństwo-Edukacja Nr 1 (21), Poznań 2022, 7–15, s. 10, 11.

⁴⁷ Zob.: United Nations Development Program, *Human Development Report 1994*, New York 1994, http://hdr.undp.org/sites/default/files/reports/255/hdr_1994_en_complete_nostats.pdf [dostęp: 11.03.2023].

schronów na wypadek możliwych sytuacji kryzysowych, w tym działań militarnych⁴⁸. Należy pamiętać, że bezpieczeństwo jednostki ludzkiej, rodziny, społeczności lokalnej, narodu nie jest dane raz na zawsze, dlatego też należy nieustannie rozpoznawać różne zagrożenia, uczyć się jak sobie z nimi radzić i doskonalić systemy prewencyjne⁴⁹. Wobec powyższego wymóg ciągłego dostosowywania instytucji prawnych do potrzeb i oczekiwań społecznych jest wciąż aktualny, tak jak i wymóg edukacji w tym zakresie⁵⁰. To samo tyczy się działań profilaktycznych, ochrony zdrowia psychicznego i organizacji wsparcia społecznego. Doniesienia naukowe podkreślają znaczenie pomocy w redukcji negatywnych konsekwencji stresu związanego ze zdarzeniem, wzmacnianiem zasobów, indywidualnej odporności (*resilience*). Tworzenie specjalnych interwencji, programów na wypadek sytuacji izolacji (np. kwarantanna podczas COVID-19) daje pozytywny *feedback*, niwelując potencjalnie negatywne psychologiczne konsekwencje⁵¹.

Badania przekrojowe 9027 osób z wielu krajów (Kanada, Nowa Zelandia, Filipiny, Stany Zjednoczone, Szwajcaria, Wielka Brytania, Belgia, Chiny) w dobie pandemii potwierdziły istotne korelacje pomiędzy występowaniem zespołu lęku uogólnionego czy epizodu depresji a przebywaniem w kwarantannie, izolacji. W rekomendacjach postuluje się projektowanie działań prewencyjnych wraz z właściwym wsparciem (praktyczne, informacyjne, emocjonalne) i komunikacją na wypadek takich zdarzeń kryzysowych⁵². Implikacje włoskie, związane z nakazem całkowitej izolacji i wprowadzeniem stanu wyjątkowego z powodu

⁴⁸ W sierpniu 2023 r. Sejm uchwalił przepisy, pozwalające na budowę przydomowych miejsc ukrycia w postaci schronów do 35 mkw. przeznaczonych do ochrony użytkowników budynku mieszkalnego, jednorodzinnego przed skutkami ewentualnych zagrożeń. Money.pl, *Przydomowy schron. Sejm zmienił przepisy*, 18.08.2023, <https://www.money.pl/gospodarka/sejm-daje-zielone-swiatlo-na-budowe-bez-pozwolenia-przydomowych-schronow-6931805846899552a.html> [dostęp: 12.10.2023].

⁴⁹ Zob.: J. Balcer, *Gdzie jest najbliższy schron? PSP uruchomiła aplikację z adresami*, Serwis Samorządowy PAP, 06.04.2023, <https://samorzad.pap.pl/kategoria/aktualnosci/gdzie-jest-najblizszy-schron-ppp-uruchomila-aplikacje-z-adresami> [dostęp: 11.10.2023].

⁵⁰ Zob.: R. Bera, S.M. Kwiatkowski (red.), *Młodzież wobec współczesnych zagrożeń w życiu społecznym. Wyzwania dla pedagogiki bezpieczeństwa*, Warszawa 2019; R. Bera, *Pedagogika bezpieczeństwa w kontekście współczesnych zagrożeń w życiu społecznym*, Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin-Polonia Sectio J, 4 (30)/2017, s. 11–18, doi: 10.17951/j.2017.30.4.11 [dostęp: 10.03.2023].

⁵¹ Zob.: D.S. Cates, *Minimizing Psychological Distress and Promoting Resilience During Quarantine: Piloting the Town Hall Model*, Professional Psychology: Research and Practice, 2021, Vol. 52, No. 3, 260–271, pp. 270.

⁵² Zob.: P.J. Schulters, M. Genereux, E. Landaverde, E.Y.Y. Chan, K.K.C. Hung, R. Law, C.P.Y. Mok, V. Murray, T. O'Sullivan, Z. Qadar, M. Roy, *An eight country cross-sectional study of psychosocial effects of COVID-19 induced quarantine and/or isolation during the pandemic*, Scientific Reports, 2022, 12:13175, <https://doi.org/10.1038/s41598-022-16254-8>, 1–12, pp. 1, 4.

masowej umieralności na wirus SARS-COV-2, były przyczynkiem do tworzenia narzędzia do badania pozytywnych i negatywnych doświadczeń odnośnie sytuacji kryzysowej – pandemii (*Critical Incident Technique*)⁵³. Stąd problematyka opisywanego eksperymentu w niniejszym artykule wydaje się na tyle ważka, że pozwala identyfikować te obszary bezpieczeństwa indywidualnego i powszechnego, które przez lata były zaniedbywane. Tworzenie narzędzi, procedur do szacowania i analiz ryzyk związanych z ewentualnymi zdarzeniami kryzysowymi, ekstremalnymi wydaje się być naturalną koniecznością. Jak pokazują ostatnie doświadczenia pandemiczne, sytuacje kryzysowe są nieprzewidywalne i zaskakujące.

Wykonane badanie, zrealizowane w ramach quasi-eksperymentu, mającego na celu eksploracyjną weryfikację różnic pomiędzy samoopisem badanych, dokonywanym w kontekście codziennego funkcjonowania a oceną dokonywaną w odniesieniu do doświadczeń w zakresie pobytu w schronie przeciwlotniczym Akademii Wymiaru Sprawiedliwości na wymiarach:

- a) zaspokajanie potrzeb fizjologicznych,
- b) poczucie bezpieczeństwa,
- c) realizacja potrzeb społecznych, związanych z przynależnością i potrzebą szacunku,
- d) realizacja dążenia do pomagania innym,
- e) zachowanie orientacji zadaniowej,

wykazało, że można wnioskować o zamianach w zakresie oceny niektórych wymiarów funkcjonowania pomiędzy omawianymi uwarunkowaniami sytuacyjnymi. Uzyskane wyniki pozwalają wnioskować, że osoby umieszczone w schronie doświadczają niższego poziomu możliwości zaspokajania potrzeb fizjologicznych, jak również niższego poczucia bezpieczeństwa oraz poczucia kontroli zdarzeń i stymulacji względem warunków sytuacyjnych dnia codziennego. Natomiast nie zarejestrowano, aby osoby umieszczone w schronie odczuwały niższy poziom realizacji potrzeb społecznych, realizacji dążenia do pomagania innym oraz orientacji zadaniowej. Otrzymane rezultaty są spójne z wynikami badań, prowadzonych w obszarze psychologii kryzysu, interwencji kryzysowej i psychotraumatologii, w odniesieniu do specyficznych reakcji osób po doświadczeniu kryzysowym.

⁵³ Zob.: I. Durosini, S. Triberti, L. Savioni, G. Pravettoni, *In the eye of a quiet storm: A critical incident study on the quarantine experience during the coronavirus pandemic*, PLoS ONE 16(2): e0247121, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247121>, 1–17, s. 14.

Poczucie bezpieczeństwa jest wartością społecznie oczekiwaną, cenioną i istotną dla zachowania ładu publicznego. Przeprowadzone badanie wskazuje na częściową modyfikację funkcjonowania badanych w warunkach schronu względem warunków „życia codziennego”, ale wymaga również dalszego prowadzenia badań w opisywanych zakresach, a nawet ich replikacji w perspektywie temporalnej z uwagi, iż problematyka bezpieczeństwa osobistego i społecznego ma charakter wielopłaszczyznowy i interdyscyplinarny. Pomimo że wiele badań dotyczących psychologicznych aspektów izolacji zostało przeprowadzonych w różnych warunkach, począwszy od doświadczeń skutków katastrof naturalnych, militarnych po reakcje ludzi podczas wypraw polarnych, kosmicznych, sytuacji wzięcia zakładnika i pojmania, to niewiele jest doniesień dotyczących specyfiki przebywania w schronie i specyfiki reakcji na to doświadczenie osób w nich przebywających w zależności od zagrożenia, które tą koniecznością wywołało. Jest to o tyle interesujące, gdyż człowiek w kryzysie, usiłując sobie z nim poradzić, może powracać do równowagi (mechanizm homeostatyczny) – czasem z uszkodzeniem, jego funkcjonowanie psychospołeczne może ulegać pogorszeniu, prowadząc do ujawnienia zaburzeń zdrowia psychicznego. Niektóre osoby z kolei rozwijają się potraumatycznie (mechanizm transformacyjny), co przejawia się w poprawie samooceny, relacji interpersonalnych, strategii radzenia sobie ze stresem, odkryciu hierarchii celów lub wartości, perspektyw życiowych czy sensu życia⁵⁴. Liczne prace badawcze w tym obszarze opisują ponadto większą gotowość do otrzymania pomocy lub wsparcia społecznego, wzmocnienie więzi emocjonalnych i otwartości szczególnie w relacjach bliskich czy poczucia sprawstwa, kierowania i kontroli w różnych obszarach życia⁵⁵.

⁵⁴ Zob.: D. Kubacka-Jasiecka, *Kryzys emocjonalny i trauma szansą na rozwój i potęgowanie zdrowia. Wątpliwości i pytania*, Rocznik Filozoficzny Ignatium, XXII/1 (2016), 51–89, pp. 74.

⁵⁵ Zob.: B. Borys, *Sytuacje ekstremalne i ich wpływ na stan psychiczny człowieka*, Psychiatria, Tom 1, Via Medica 2004, nr 2, 97–105, s. 104.

Bibliografia

Publikacje:

- Babbie E., *Badania społeczne w praktyce*, Warszawa 2007.
- Badora B., *Obawy Polaków u progu jesieni*, Komunikat z Badań CBOS, 128/2022.
- Bera R., Kwiatkowski S.M. (red.), *Młodzież wobec współczesnych zagrożeń w życiu społecznym. Wyzwania dla pedagogiki bezpieczeństwa*, Warszawa 2019.
- Berkowitz L., *Agression: A Social Psychological Analysis*, McGraw-Hill Book Company, New York 1962.
- Borys B., *Sytuacje ekstremalne i ich wpływ na stan psychiczny człowieka*, Psychiatria, Tom 1, Via Medica 2004, nr 2, 97–105, s. 98–100, 104.
- Brzeziński J., *Metodologia badań psychologicznych*, Warszawa 2006.
- Cates D.S., *Minimizing Psychological Distress and Promoting Resilience During Quarantine: Piloting the Town Hall Model*, Professional Psychology: Research and Practice, 2021, Vol. 52, No.3, 260–271.
- Celej P., *Media relations w zarządzaniu sytuacją kryzysową organizacji samorządowej*, Rocznik Prasozna-wczy Rok IX, Oficyna Wydawnicza „Humanitas” 2015, 40–54.
- Chmielewska N., Szyndler J., Maciejak P., Płaźnik A., *Mechanizmy epigenetyczne stresu i depresji*, Psychiatria Polska 2019, 53 (6): 1414–1428, DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/94375>.
- Czarnecki B., *Przestrzenne aspekty przestępczości. Metoda identyfikacji czynników zagrożeń w przestrzeni miejskiej*, Białystok 2011.
- Dąbrowska A., *Wybrane modele wsparcia społecznego dla rodzin w kryzysie. Rekomendacje dla działań pomocowych ukierunkowanych na rodziny migracyjne*, Studia nad Rodziną, UKSW, 2015, XIX nr 1 (36), 115–133.
- Durosini I., Triberti S., Savioni L., Pravettoni G., *In the eye of a quiet storm: A critical incident study on the quarantine experience during the coronavirus pandemic*, PLoS ONE 16(2): e0247121, 2021, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247121>, 1–17.
- Goryń P., *Bezpieczeństwo społeczne – jedno czy wiele?*, [w:] D. Boćkowski, P. Goryń, K. Goryń, *Bezpieczeństwo i jego percepcja w dyskursie społecznym i militarnym*, Białystok 2020.
- Haromszeki Ł., *Przywództwo w czasie kryzysu*, Prace naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu nr 131, 2010, 40–51.
- Iftikhar S., Bajwa A.A., Ahmed M., Sarwar N., Hanif A., Khalid O.I., *Quality of Life of People in Quarantine and Isolation Centers*, Pak Armed Forces Med J 2023; 73 (4), DOI: <https://doi.org/10.51253/pafmj.v73i4.9615>, 1182–1185.
- Ivanovna K.T., *Studying the relationship between the mental states of students on the eve of the session and the feeling of loneliness during the period of self-isolation*, GESJ: Education Science and Psychology 2020, No. 1 (58), 50–55.

- Jancz J., *Poczucie bezpieczeństwa Polaków w latach 20210–2015 w zmieniającym się środowisku bez-pieczęństwa*, Teologia i Moralność, 2016, Vol. 11, Nr 1 (19), doi: 10.14746/TIM.2016.19.1.11, 133–143.
- Jarmoszko S., „Sytuacja” jako kategoria analizy bezpieczeństwa człowieka, *Colloquium Pedagogika – Nauki o Polityce i Administracji*, kwartalnik 2 (38)/ 2020, DOI: <http://doi.org/10.34813/13coll2020>.
- Jędrzysek-Geisler A., *Teoria zachowania zasobów Stevena Hobfolla a wypalenie zawodowe u pracowni-ków Służby Więziennej*, Konińskie Studia Społeczno-Ekonomiczne, 7 (1), 2021, doi: 10.30438/ksse.2021.7.1.2, 13–35.
- Kashian N., *Can mediated communication moderate the relationship between being in isolation and quarantine for COVID-19 and loneliness?*, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2022, 16(4), Article 6., <https://doi.org/10.5817/CP2022-4-6>.
- Kesler M., *Polacy o wojnie na Ukrainie*, Komunikat z Badań CBOS, 94/2023.
- Kornaszewska-Polak M., *Przywiązanie i osamotnienie w bliskich relacjach*, *Roczniki Pedagogiczne*, Tom 7 (43), Nr 3 – 2015, DOI: [http://dx.doi.org/10.18290/rped.2015.7\(43\).3-2](http://dx.doi.org/10.18290/rped.2015.7(43).3-2).
- Kotasieńska A., *Założenia i ogólne idee interwencji kryzysowej*, „Zeszyty Naukowe Ruchu Studenckiego” 2015, Nr 1, 61–70.
- Kubacka-Jasiecka D., *Kryzys emocjonalny i trauma szansą na rozwój i potęgowanie zdrowia. Wątpliwości i pytania*, *Rocznik Filozoficzny Ignatium* 2016, XXII/ 1, 51–89.
- Kubacka-Jasiecka D., *Interwencyjna pomoc psychologiczna w sytuacji katastrofy*, *Czasopismo Psychologiczne* 2013, 19 (2), DOI: 10.14691/CPPJ.19.2.159, 159–170.
- Kurowska K., Turkowska J., *Orientacja życiowa a style radzenia sobie ze stresem w rodzinach pacjentów w terminalnej fazie choroby nowotworowej*, *Współczesna Onkologia* 2008, Vol. 12, 6, 283–289.
- Laslo-Roth R., George-Levi S., Margalit M., *Hope during the COVID-19 outbreak: coping with the psychological impact of quarantine*, *Counselling Psychology Quarterly*, 2021, Vol. 34, No. 3–4, 771–785.
- Leszczyński M., Mika V., *Bezpieczeństwo społeczne w nowym pojmowaniu bezpieczeństwa państwa*, *Acta Scientifica Ostroviensis* 2010, Nr 33, 101–111.
- Masłow A., *Motywacja i osobowość*, Warszawa 2021.
- Michailiuk, I. Densyniuk, W. Szulc, *Zapewnienie przetrwania ludności cywilnej w warunkach zewnętrznego zagrożenia państwa i w czasie wojny- wybrane problemy*, *Wiedza Obronna* 2021, Vol. 227, No. 4, DOI: <https://doi.org/10.34752/2021-f277>, 117–141.
- Oleszak W.K., Czajkowski A.A., *Bezpieczeństwo jako naturalna potrzeba człowieka*, *Problemy Nauk Stosowanych*, 2019, Tom 10, 193–204.
- Oleś P., *Zagadnienie stresu, kryzysu i radzenia sobie*, *Roczniki Filozoficzne* 1993, Tom XLI, zeszyt 4, 5–22.
- Orlak K., Tylka J., *Temperamentalny czynnik ryzyka zaburzeń stanu zdrowia u pracowników sądownictwa*, „*Medycyna Pracy*” 2017, 68 (3), 375–390, DOI: <https://doi.org/10.13075/mp.5893.00522>.

- Pilecka B., *Kryzys psychologiczny, wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego 2004.
- Plutecki D., *Interwencja kryzysowa jako przykład narzędzia socjalnego w pracy lekarza w opinii studentów medycyny*, Homo et Societas, 2023, Nr 7/2022, 1–25.
- Sacuk A., *Życiowe sytuacje kryzysu: fenomenologia, typy oraz wewnętrzne konflikty*, [w:] H. Skłodowski (red.), *Człowiek w kryzysie – psychospołeczne aspekty kryzysu*, Seria SWSPiZ w Łodzi, Przedsiębiorczość i Zarządzanie, Tom XI, Zeszyt 1, Łódź 2010.
- Siemaszko A., *Wsparcie jako niezbędny czynnik w procesie pomagania jednostkom w kryzysie*, Zeszyty Pracy Socjalnej, 2020, 25, z. 2, doi:10.4467/24496138Z PS.20.014.12358, 97-106.
- Skalski S., *Choroba jako źródło stresu. Wybrane koncepcje stresu psychologicznego i radzenia sobie ze stresem*, [w:] K. Pujer, *Humanistyka i Nauki Społeczne, Doświadczenia, konteksty, wyzwania*, Tom 8, Exante, Wrocław 2018, 1–22.
- Szcześniak Z., Lalka J., *Ukrycia doraźne dla zadań ochrony ludności i obrony cywilnej*, Inżynieria Bezpieczeństwa Obiektów Antropogenicznych, 1–2/2019.
- Wilińska M., *Zarządzanie kryzysowe w systemie bezpieczeństwa państwa*, Obronność, Zeszyty Naukowe 3 (15)/ 2015, 127–135.
- Walas-Trębacz J., Ziarko J., *Podstawy zarządzania kryzysowego*, Krakowska Akademia im. Frycza Modrzewskiego 2011.
- Wądolny-Tatar K., *Epigeniza traumy*, Annales Universitatis Pedagogicae Cracoviensis, Studia Poetica III, 2015, 180–184.
- Włodarczyk E., *Zdarzenie losowe i sytuacja kryzysowa*, [w:] E. Włodarczyk, I. Cytlak, *Człowiek wobec krytycznych sytuacji życiowych. Z teorii i praktyki pracy socjalnej*, Adam Mackiewicz University Press, Seria Psychologia i Pedagogika Nr 165, Poznań 2011, 1–20.
- Zasuń A., „*Syndrom szpiegostwa*” w świetle wybranych koncepcji psychologicznych, Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie 2013, t. V, 167–185.
- Zawadzki, B. Popiel A., *Dynamika relacji między cechami temperamentu a nasileniem objawów pourazowego zaburzenia stresowego (PTSD) po wypadku drogowym: efekt podatności i komplikacji*, Chowanna Tom specjalny 2012, 67–87.

Źródła internetowe:

- Artykuł Money.pl, *Przydomowy schron. Sejm zmienił przepisy*, 18.08.2023, <https://www.money.pl/gospodarka/sejm-daje-zielone-swiatlo-na-budowe-bez-pozwolenia-przydomowych-schronow-6931805846899552a.html> [dostęp: 12.10.2023].
- Artykuły prasowe na temat eksperymentu naukowego przeprowadzonego w SWWS- <https://aws.edu.pl/pierwsza-taka-relacja-pokazujemy-jak-przebiegal-eksperyment-w-schronie-szkoly-wyzszej-wymiaru-sprawiedliwosci/> [dostęp: 11.10. 2023]; <https://kalisz.naszemiasto.pl/eksperyment-w-kaliskim-schronie-60-osob-zamknelo-sie-tutaj/ar/c1-9125587> [dostęp: 11.10.2023]; <https://dorzeczy.pl/kraj/379279/innowacyjny-projekt-swws-ochotnicy-zamkneli-sie-w-schronie.html> [dostęp: 11.10.2023].

- Balcer J., *Gdzie jest najbliższy schron? PSP uruchomiła aplikację z adresami*, Serwis Samorządowy PAP, 06.04.2023, <https://samorzad.pap.pl/kategoria/aktualnosci/gdzie-jest-najblizszy-schron-psz-uruchomila-aplikacje-z-adresami> [dostęp: 11.10.2023].
- Bera R., *Pedagogika bezpieczeństwa w kontekście współczesnych zagrożeń w życiu społecznym*, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin-Polonia Sectio J*, 4 (30), 2017, doi: 10.17951/j.2017.30.4.11 [dostęp: 10.03.2023].
- Davis A., Munari S., Doyle J., Sutton B., Cheng A., Hellard M., Gibbs L., *Quarantine preparedness – the missing factor in COVID-19 behaviour change? Qualitative insights from Australia*, *BMC Public Health*, 22: 1806, 2022, 1–10, <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14185-7> [dostęp: 10.03.2023].
- Gierszewski J., *Bezpieczeństwo społeczne jako dziedzina bezpieczeństwa narodowego*, *Historia i Polityka* 2018, 23 (30), doi: <http://dx.doi.org/10.12775/HiP.2018.002> [dostęp: 10.03.2023].
- Hier S.P., *Moral Panics*, [w:] P. Atkinson, S. Delamont, A. Cernat, J. W. Sakshaug, R. A. Williams (red.), *SAGE Research Methods Foundations*, 2019, <https://www.doi.org/10.4135/9781526421036806294> [dostęp: 03.03.2023].
- Krajowy Plan Zarządzania Kryzowego, Aktualizacja 2021/2022, Część B, RCB, <https://www.gov.pl/web/rcb/krajowy-plan-zarzadzania-kryzowego> [dostęp: 06.10.2023].
- Kwiatkowski P., *Schrony i ukrycia dla ludności*, *Przegląd Pożarniczy*, <https://www.ppoz.pl/czytelnia/ratownictwo-i-ochrona-ludnosci/Schrony-i-ukrycia-dla-ludnosci/idn:1994> [dostęp: 11.10.2023].
- Madejski M., *Cała Europa chce się bunkrować. Polska nawet nie wie czym jest schron*, *Business Insider* 2023, <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/cala-europa-chce-budowac-schrony-polska-nawet-nie-wie-czym-jest-schron/7np3mm0> [dostęp: 11.10.2023].
- Raport Najwyższa Izba Kontroli, *Wystąpienie pokontrolne – I/22/005 – Zapewnienie schronów i ukryć na potrzeby cywilne w Kielcach*, Kielce 2022, <https://www.nik.gov.pl/kontrola/I/22/005/LKI/> [dostęp: 11.10.2023]; *Forbes.pl, Obywatelu, zrób sobie schron sam. Ustawa pozwalająca budować przydomowe schrony bez pozwolenia trafiła do Senatu*, 24.08.2023, <https://www.forbes.pl/opinie/przydomowy-schron-bez- pozwolenia-na-budowe-czy-senat-przystanie-na-nowe-regulacje/qcxpmek> [dostęp: 11.10.2023].
- Surzykiewicz J., Skalski S.B., Niesiobędzka M., Gładysz O., Konaszewski K., *Brief screening measures of mental health for war-related dysfunctional anxiety and negative persistent thinking*, *PsyArXiv Preprints* 2022, <https://doi.org/10.31234/osf.io/q85jc> [dostęp: 11.10.2023].
- United Nations Development Program, *Human Development Report 1994*, New York 1994, http://hdr.undp.org/sites/default/files/reports/255/hdr_1994_en_complete_nostats.pdf [dostęp: 11.03.2023].