

## **KURSY SAMOOBRONY ORGANIZOWANE PRZEZ STRAŻ MIEJSKĄ MIASTA KRAKOWA W OPINII UCZESTNIKÓW (RAPORT Z BADAŃ)**

### Wprowadzenie

Bezpieczeństwo, będące jedną z podstawowych potrzeb człowieka, jest pojęciem bardzo szerokim, obejmującym sobą zarówno jednostki (bezpieczeństwo osobiste), jak i całe państwa (bezpieczeństwo narodowe i międzynarodowe). O ile w ujęciu narodowym i międzynarodowym bieg wydarzeń determinowany jest decyzjami osób odpowiadających za konkretne obszary funkcjonowania państwa, co niemalże całkowicie ogranicza wpływ jednostki na kierunek podjętych działań, o tyle za bezpieczeństwo osobiste, rozumiane głównie jako bezpieczeństwo fizyczne, w dużej mierze jesteśmy odpowiedzialni sami. Każdy z nas, mając świadomość występujących w naszym otoczeniu zagrożeń, ma możliwość podjęcia środków zapobiegawczych oraz przygotowania się na wypadek znalezienia się w sytuacji niebezpiecznej. Niniejszy tekst ma na celu zaprezentowanie działań podejmowanych przez radnych niektórych krakowskich dzielnic oraz Straż Miejską Miasta Krakowa, w zakresie umożliwienia mieszkańcom zdobycia wiedzy i umiejętności potrzebnych w momencie fizycznego zagrożenia, a także przedstawienie opinii osób, które zdecydowały się z takiej możliwości skorzystać.

Z badań przeprowadzonych w 2019 roku przez Najwyższą Izbę Kontroli wynika, że ponad 1/3 pracowników socjalnych nie czuje się bezpiecznie we własnym biurze, a 2/3 podczas pracy w terenie. Znaczna część pracowników socjalnych miała bezpośredni kontakt z agresją fizyczną, a jednymi z najczęściej wymienianych kursów, których brakuje tej grupie zawodowej, były kursy radzenia sobie w sytuacji zagrożenia (ponad 83% głosów) oraz kursy samoobrony (ponad 62% głosów).

Mając na uwadze powyższe, jako instruktor prowadzący szkolenia z szeroko pojętego bezpieczeństwa osobistego uważam, że poruszenie tej kwestii powinno być szczególnie istotne i cenne dla osób, które w swojej pracy narażone są na bezpośredni kontakt z zachowaniami agresywnymi, a do takiej niewątpliwie należy zaliczyć wykonywanie obowiązków w obszarze pomocy społecznej.

## Szkolenie podmiotów zewnętrznych przez Straż Miejską Miasta Krakowa

Krakowska Straż Miejska, poprzez szerokie spektrum działań szkoleniowo-edukacyjnych, od lat aktywnie angażuje się w poprawę bezpieczeństwa mieszkańców stolicy Małopolski. W jednostce funkcjonują dwa wydziały, których funkcjonariusze działają w wyżej wymienionym obszarze: Wydział Organizacji Służby z podległym mu Referatem Organizacji i Szkolenia oraz Wydział Profilaktyki. O ile zadania Wydziału Profilaktyki skupiają się w głównej mierze na pracy z najmłodszymi mieszkańcami Krakowa, z którymi poruszane są np. zasady bezpiecznego zachowania na drodze czy prewencja zagrożeń w sieci, o tyle instruktorzy z Referatu Organizacji i Szkolenia, oprócz prowadzenia bieżących szkoleń funkcjonariuszy, zgodnie z potrzebami jednostki, zaangażowani są również w prowadzenie zajęć ukierunkowanych na naukę samoobrony oraz prewencję zagrożeń. Szkolenia, w formie kilkugodzinnych warsztatów, prowadzone są zarówno dla pracowników miejskich i wojewódzkich jednostek organizacyjnych, takich jak: Miejskie Centrum Profilaktyki Uzależnień, Domy Pomocy Społecznej, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej czy Biblioteka Kraków wraz z Wojewódzką Biblioteką Publiczną, jak i mieszkańców Krakowa, w ramach kursów samoobrony, rozłożonych na większą liczbę godzin i finansowanych przez niektóre dzielnice.

W 2022 roku funkcjonariusze Referatu Organizacji i Szkolenia Straży Miejskiej Miasta Krakowa realizowali zadania związane z organizacją kursów samoobrony, dotowane przez Dzielnicę III Prądnik Czerwony (2 edycje kursu przeznaczone dla kobiet) oraz Dzielnicę V Krowodrza (3 edycje kursu przeznaczone dla mieszkańców dzielnicy). Dodatkowo realizowany był kurs samoobrony dla kobiet finansowany przez Dzielnicę I Stare Miasto, prowadzony przez pracownika Wydziału Profilaktyki. Ogółem Rady Dzielnic przeznaczyły na ten cel 31 600 zł. W kwocie tej zawarte jest wynagrodzenie instruktorów, koszty wynajmu sal oraz koszty promocji (plakaty, ulotki, certyfikaty dla uczestników). Każdy kurs trwał ok. 20 godzin lekcyjnych i zawsze odbywał się na terenie dzielnicy, przez którą był finansowany, w miejscu proponowanym przez jej przedstawicieli.

Realizowane przez Straż Miejską Miasta Krakowa kursy cieszyły się dużym zainteresowaniem oraz pozytywną opinią uczestników, co zaowocowało przyznaniem

środków na organizację zajęć w roku 2023, które odbędą się na terenie Dzielnicy III Prądnik Czerwony oraz Dzielnicy I Stare Miasto. Na terenie Dzielnicy V Krowdrzy zgłoszony został projekt przeprowadzenia zajęć z samoobrony w ramach Budżetu Obywatelskiego, który na chwilę pisania niniejszego artykułu wciąż jest na etapie głosowania. Osoby, które szczególnie narażone są na znalezienie się w sytuacji niebezpiecznej, między innymi pracownicy socjalni, pracownicy ośrodków wychowawczych, pracownicy komunikacji publicznej oraz wszyscy, którzy pracują bezpośrednio z szeroko pojętym klientem na terenie wyżej wymienionych dzielnic, będą mieć możliwość zdobycia podstawowej wiedzy i umiejętności z zakresu samoobrony, które niewątpliwie mogą wpłynąć na zwiększenie poczucia własnego bezpieczeństwa nie tylko w pracy, ale też poza nią.

### Samoobrona w pigułce – opis i program kursu

Charakteryzując program kursu samoobrony zaznaczyć należy, że poniższy opis dotyczy tylko i wyłącznie zajęć prowadzonych przez instruktorów Referatu Organizacji i Szkolenia Straży Miejskiej Miasta Krakowa. Referat ten zajmuje się szkoleniami na co dzień i jego funkcjonariusze, w tym autor niniejszego tekstu, prowadzą treningi w sposób spójny, według tych samych kryteriów, tego samego podejścia do zagadnień samoobrony, opierając się na wspólnych obserwacjach i prowadzonych badaniach. Kwestia ta wymaga szczególnego podkreślenia, zwłaszcza mając na uwadze fakt, że takie zajęcia sporadycznie prowadzą również inni pracownicy Straży Miejskiej oraz to, że na rynku można natknąć się na wiele ofert różnych firm szkoleniowych. Sposób prowadzenia zajęć z samoobrony w głównej mierze zależy od indywidualnego podejścia danego instruktora posiadającego uprawnienia do jej nauczania, tym samym naszego programu nie należy utożsamiać z kursami prowadzonymi przez inne podmioty.

W trakcie prowadzonych zajęć z samoobrony, oprócz umiejętności praktycznych, uczestnicy zyskują również wiedzę teoretyczną, która jest przydatna zarówno podczas treningu, jak i w sytuacji realnego zagrożenia. Teoria przekazywana jest podczas prezentacji ćwiczonych technik lub w formie krótkiej pogadanki na zakończenie zajęć. Wśród omawianych tematów są:

- 1) podstawy prawne samoobrony – omówienie zagadnienia obrony koniecznej oraz stanu wyższej konieczności;
- 2) przedmioty przeznaczone do samoobrony – omówienie oraz prezentacja alarmów osobistych, paralizatorów oraz substancji obездwładniających (gazów pieprzowych);
- 3) jak rozpoznać niewerbalne przejawy agresji;

4) jak komunikować się z osobą agresywną, z uwzględnieniem komunikacji werbalnej oraz niewerbalnej;

5) omówienie efektu widzenia tunelowego i jego znaczenie w samoobronie.

W czasie ćwiczeń, bardzo duży nacisk kładziony jest również na uświadomienie uczestnikom szkolenia celu wszelkich działań z zakresu samoobrony. W przeciwieństwie do treningów sportów walki (boks, kickboxing, judo, MMA itd.), gdzie celem jest pokonanie przeciwnika, które może odbyć się zarówno przez nokaut jak i zdobycie przewagi punktowej, zajęcia z samoobrony mają na celu nauczanie osoby ćwiczącej, jak uniknąć sytuacji niebezpiecznej oraz w jaki sposób z niej wyjść, jeśli nie udało się jej zapobiec. Celem nadrzędnym nie jest pokonanie agresora, ale ochrona własnego życia, zdrowia oraz mienia, np. przez odparcie ataku i stworzenie (wywalczenie) sobie możliwości ucieczki.

Część praktyczna kursów oraz nabywane w niej umiejętności w dużej mierze zależne są od możliwości fizycznych danej grupy. Wychodzimy z założenia, że bardziej efektywne jest dobre opanowanie mniejszej ilości materiału, niż pobieżne poznanie wielu technik obronnych, dlatego dużo czasu poświęcamy na powtórki ćwiczeń w różnych wariantach. Bez względu na poziom zaawansowania uczestników kursów, w trakcie zajęć zawsze ćwiczone są:

- 1) postawa walki;
- 2) podstawowe uderzenia i kopnięcia;
- 3) poruszanie się w walce;
- 4) sposoby zasłony przed atakiem;
- 5) umiejętność upadanie oraz wstawanie.

W dalszej kolejności, w zależności od poziomu grupy, kursanci ćwiczą sposoby obrony przed:

- 1) chwytami za ręce (próba wciągnięcia do pomieszczenia);
- 2) duszeniem;
- 3) uderzeniami;
- 4) objęciami tułowia (również z uwzględnieniem przejścia za napastnika, np. przy próbie blokowania wejścia/wyjścia).

Chcąc podnosić poziom naszych zajęć, jako instruktorzy, często rozmawiamy z naszymi kursantami na temat ich doświadczeń oraz oceny odbytego kursu. Mając jednak na uwadze ograniczenia wynikające z takiego sposobu zbierania informacji (brak anonimowości, niechęć do wyrażania swojego zdania na forum, presja grupy itd.), postanowiłem przeprowadzić anonimowe badania ankietowe.

## Metodologia i organizacja badań

Badania prowadzone zostały metodą sondażu diagnostycznego, z wykorzystaniem, jako narzędzia badawczego, autorskiego kwestionariusza ankiety. Celem przeprowadzonych badań było uzyskanie informacji na temat uczestników; ich dotychczasowych doświadczeń związanych z byciem w sytuacji zagrożenia, wykonywanego zawodu, podejmowanej aktywności fizycznej oraz motywacji wzięcia udziału w kursie. W sferze zainteresowań badawczych było również to, jak uczestnicy kursów samoobrony oceniają pracę służb odpowiedzialnych za bezpieczeństwo i porządek w Krakowie. Prowadzone kursy realizowane były przez funkcjonariuszy Straży Miejskiej Miasta Krakowa, dlatego w ankiecie to właśnie tej jednostce poświęcono najwięcej uwagi w trakcie badań. Wykorzystując okazję poznania opinii mieszkańców Krakowa na temat straży miejskiej, w kwestionariuszu poproszono również o ustosunkowanie się do twierdzeń ogólnie opisujących działalność straży oraz twierdzeń dotyczących pracy strażników, które powielone zostały z badań zleconych w 2009 roku przez ówczesnego komendanta jednostki. Ostatnim badaniem zagadnieniem była ocena kursu przez osoby, które brały udział w większości zajęć i otrzymały certyfikat uczestnictwa.

Badania zostały przeprowadzone anonimowo. Kwestionariusze rozdawane były na ostatnich lub przedostatnich zajęciach kursu całej grupie, która wypełniała je przed rozpoczęciem treningu. W badaniach wzięło udział 66 osób, w tym 61 kobiet i 5 mężczyzn. Badania zostały przeprowadzone na uczestnikach dwóch kursów finansowanych przez Dzielnicę III Prądnik Czerwony oraz dwóch kursów finansowanych przez Dzielnicę V Krowodrza. Uzyskane wyniki zostały poddane analizie statystycznej z wykorzystaniem metod statystyki opisowej.

## Wyniki badań – charakterystyka uczestników kursów

Oferty kursów samoobrony skierowane do kobiet (Dzielnica III) oraz mieszkańców (Dzielnica V) cieszyły się dużym zainteresowaniem. Wśród uczestników przeważały osoby między 36–45 rokiem życia (prawie 40% ankietowanych). Drugą grupę, pod względem ilości, stanowiły osoby w przedziale 26–35 lat (prawie 22%). Najmniej licznie udział w kursach brały osoby w wieku 15–17 lat oraz najstarsze, powyżej 60. roku życia (odpowiednio 7,5% i 6%). W żadnym kursie nie brały udziału osoby poniżej 15. roku życia.

Ankietowani niechętnie odpowiadali na pytanie o wykonywany zawód. Ponad 20% z nich nie udzieliło odpowiedzi. Wśród osób, które odpowiedziały na pytanie o zatrudnienie, prawie 30% (15 osób) było pracownikami sektora publicznego

(nauczyciele, kierowca MPK, urzędnicy, pracownik MCPU w Krakowie). Grupa niepracująca, do której zaliczono osoby uczące się oraz będące na emeryturze, była stosunkowo niewielka i wynosiła niecałe 12% (6 osób). W pozostałej grupie znaleźli się pracownicy biurowi (analitycy, informatycy, księgowi), pracownicy sektora handlu oraz innych zawodów (łącznie ponad 58% badanych – 30 osób). Wśród osób ankietowanych, 5 zadeklarowało pełnienie funkcji kierowniczych.

Informacje o organizowanych zajęciach umieszczane były w mediach społecznościowych, zarówno na profilu Straży Miejskiej Miasta Krakowa, jak i profilach dzielnic, które finansowały kursy. Niektóre edycje reklamowane były również w mediach lokalnych oraz na plakatach i ulotkach (Dzielnica V Krowodrza). Badania pokazują, że największy zasięg informacyjny miały odpowiednio media społecznościowe, z których prawie 44% badanych dowiedziało się o planowanych zajęciach oraz najbliższe otoczenie ankietowanych (rodzina i znajomi), od których dowiedziało się o kursach niecałe 41% badanych. Z innych źródeł, wśród których wymieniano lokalne portale internetowe, ankietowani korzystali sporadycznie (9%). Najmniej osób swoją wiedzę o organizowanych zajęciach czerpało z plakatów i ulotek (6%).

Istotną kwestią, z punktu widzenia prowadzącego trening, jest poziom sprawności fizycznej osób zapisujących się na zajęcia oraz ich doświadczenie ze sztukami lub sportami walki. Wśród osób, które uczęszczały na kursy samoobrony, ponad 15% nie podejmowało na co dzień żadnej aktywności fizycznej. Zdecydowana większość (84%) biorących udział w zajęciach deklarowała aktywny tryb życia. Wśród najczęściej wymienianych aktywności były: jazda na rowerze (23%), treningi na siłowni (14%), treningi grupowe, takie np. fitness czy zumba (13%) oraz aktywność związana z chodzeniem (spacery, trekking) i bieganiem, które deklarowało ponad 11% badanych. Całkowicie odwrotne proporcje były w sferze doświadczeń ze sztukami i sportami walki. Prawie 90% ankietowanych deklarowało, że nigdy nie uczestniczyło w tego typu zajęciach. Tylko 7 osób (10%) deklarowało kontakt ze sztukami i sportami walki w przeszłości. Wśród wymienianych były: karate, kick boxing, judo oraz boks tajski. Jedna osoba zadeklarowała udział w zajęciach z samoobrony.

Ankietowani poproszeni zostali również o ocenę, w pięciostopniowej skali, własnej sprawności fizycznej. Najwięcej, prawie 47% badanych, oceniło swoją sprawność fizyczną jako dobrą. Niecałe 38% respondentów oceniało ją na średnim poziomie (odpowiedź „ani dobrze, ani źle”). Bardzo dobrze oceniało się nieco ponad 10% ankietowanych. Tylko 2 osoby oceniły swoją sprawność źle, natomiast 1 nie odpowiedziało na pytanie.

Respondenci zostali poproszeni o podobną ocenę swoich umiejętności w aspekcie znalezienia się w sytuacji niebezpiecznej. Większość badanych oceniała swoje umiejętności dobrze lub bardzo dobrze (w sumie niecałe 40% – 26 odpowiedzi). Niewiele mniej (niecałe 38% respondentów), odpowiedziało, że nie ocenia swoich

umiejętności w poruszonym aspekcie ani dobrze, ani źle. Ponad 20% (14 osób), zaznaczyło odpowiedź „źle” lub „bardzo źle”. Jedna osoba nie udzieliła odpowiedzi na to pytanie.

Ostatnim pytaniem charakteryzującym uczestników zajęć z samoobrony było pytanie o motywację zapisania się na kurs. Respondenci mogli zaznaczyć kilka z proponowanych odpowiedzi, a także wpisać motywacje nieujęte w kwestionariuszu. Najczęściej wybieraną odpowiedzią była chęć zdobycia nowego doświadczenia, która uzyskała prawie 1/3 wszystkich wskazań (33%). Co czwarty wybór padał na chęć podniesienia swojej sprawności fizycznej, co było drugim pod względem liczby wskazań wynikiem. Fakt, że kurs był bezpłatny, jako motywacja do wzięcia w nim udziału, zyskał ponad 17% odpowiedzi. Ponad 8% ankietowanych, jako motyw zapisania się na kurs, wskazywała na organizację kursu przez Straż Miejską Miasta Krakowa. Niecałe 7% respondentów zaznaczyło w opisywanym pytaniu odpowiedź „źle doświadczenia z przeszłości”, natomiast po tyle samo głosów uzyskały „przydatność w pracy” oraz „inne” (po 5%). Wśród wymienianych przez respondentów motywów, nieujętych w ankiecie, były: chęć zdobycia nowych umiejętności, chęć zwiększenia swojego poczucia bezpieczeństwa, zwiększenie pewności siebie, zainteresowanie nauką samoobrony w przeszłości, ciekawość czy fakt częstego poruszania się po zmroku i związane z nim poczucie zagrożenia.

## Ocena bezpieczeństwa w Krakowie oraz służb za nie odpowiedzialnych

W przeprowadzonych badaniach, jednym z zainteresowań badawczych była ocena bezpieczeństwa w Krakowie oraz opinia uczestników badania o pracy policji i krakowskiej straży miejskiej. Połowa osób (50%) dobrze ocenia bezpieczeństwo w Krakowie, natomiast 37% z nich udzieliło odpowiedzi, że nie ocenia go ani dobrze, ani źle. Po 4 odpowiedzi uzyskały oceny „źle” i „bardzo dobrze”, co stanowiło po 6% ogółu. Na uwagę zasługuje fakt, że żadna osoba nie dokonała skrajnie negatywnej oceny bezpieczeństwa w stolicy Małopolski. W przeprowadzonych badaniach dwie służby odpowiedzialne za porządek i bezpieczeństwo (policja, jako odpowiedzialna bezpośrednio za bezpieczeństwo oraz straż miejska, której działania wpływają pośrednio na poprawę bezpieczeństwa w Krakowie), uzyskały zbliżone oceny wśród respondentów. Pracę policji negatywnie oceniło 8 osób (ponad 12% wszystkich głosów). Najwięcej ankietowanych (30) oceniło wywiązywanie się ze swoich zadań przez policję w sposób dobry, co stanowiło ponad 46% głosów. Ponad 37% (24 głosy) pytanych nie wyraziło się ani dobrze, ani źle na ten temat. Dwie osoby oceniły, że policja w Krakowie wywiązuje się ze swoich zadań bardzo dobrze (3%).

Nieznacznie lepsze oceny uzyskiwała Straż Miejska Miasta Krakowa, której pracę dobrze oceniło 46% badanych (29 osób). Bardzo dobrą ocenę tej jednostce wystawiło niecałe 8% ankietowanych (5 głosów). Drugą pod względem liczba odpowiedzi (26) była ocena neutralna (ani dobrze, ani źle), co stanowiło 41% oddanych głosów. Mniej osób, niż w przypadku policji, oceniło negatywnie wywiązywanie się ze swoich zadań przez krakowską straż miejską (3 głosy, niecałe 5% badanych). Podkreślić należy, że żaden z ankietowanych nie ocenił pracy policji i straży miejskiej bardzo źle. W obu przypadkach były osoby, które nie udzieliły żadnej odpowiedzi (policji nie oceniły 2 osoby, a straży miejskiej 3 osoby).

Kursy samoobrony, których uczestnicy wzięli udział w badaniu, zostały zorganizowane i przeprowadzone przez Straż Miejską Miasta Krakowa, dlatego też w sferze zainteresowań badawczych było lepsze poznanie opinii respondentów na temat tej jednostki. Kwestionariusz zawierał dwa pytania, które zostały powielone z badań przeprowadzonych w 2009 roku na zlecenie ówczesnego komendanta jednostki. Celem było uzyskanie możliwości porównania sposobu postrzegania straży miejskiej przez mieszkańców po 13 latach jej funkcjonowania, jakie minęły od publikacji raportu. Ankietowani poproszeni zostali o ustosunkowanie się do podanych twierdzeń, które dotyczyły ogólnej oceny straży miejskiej oraz pracy jej funkcjonariuszy.

Z przeprowadzonych badań wynika, że respondenci nie wiedzą, jakie kompetencje posiada straż miejska. Z twierdzeniem „ludzie nie wiedzą, kiedy mogą prosić o pomoc straż miejską” zdecydowanie zgodziło się 31% badanych, a kolejne 38% zaznaczyło odpowiedź „raczej się zgadzam”. W porównaniu do ostatnich badań, odsetek pozytywnych odpowiedzi wzrósł o 8%. Ponad 12% odpowiedziało „ani tak, ani nie”. Negatywny stosunek do opisanego stwierdzenia wyraziło prawie 11% respondentów (6% odpowiedziało „raczej się nie zgadzam”, a prawie 5% „zdecydowanie się nie zgadzam”). Liczba negatywnych odpowiedzi, w porównaniu do 2009 roku, spadła o ok. 10%. Prawie 8% badanych nie miało zdania na ten temat. Drugie twierdzenie odnoszące się do kompetencji straży miejskiej, do którego ankietowani mogli się ustosunkować, brzmiało „trudno jest oddzielić obowiązki straży miejskiej od policji”. Ponad połowa uczestników badania pozytywnie odniosła się do powyższego (zdecydowanie zgodziło się 12% ankietowanych, odpowiedź „raczej się zgadzam” zaznaczyło nieco ponad 38% badanych). Prawie co czwarty respondent odpowiedział „ani tak, ani nie” (23%), natomiast co piąty wyraził negatywny stosunek do powyższego (raczej nie zgadzało się 12% badanych, zdecydowanie nie zgadzało się 9% ankietowanych). Niecałe 5% respondentów nie miało zdania na ten temat. W porównaniu do ocen z 2009 roku można zauważyć zdecydowany wzrost liczby głosów neutralnych (+10%) i spadek ilości osób, które nie zgadzały się z powyższym twierdzeniem (-8%).



Kolejne twierdzenia odnosiły się do zadowolenia z działalności straży miejskiej. Po 13 latach od ostatnich badań, ogólne zadowolenie z działań straży miejskiej spadło. Z twierdzeniem „ogólnie jestem zadowolony z działalności SMMK” zdecydowanie zgodziło się 10% respondentów (-24% w porównaniu do 2009 roku), a 53% badanych odpowiedziało „raczej się zgadzam” (+16%). Na tym samym poziomie utrzymuje się odsetek osób, które zaznaczyły odpowiedź „ani tak, ani nie” (16%). Z powyższym twierdzeniem raczej nie zgodziło się 6% badanych, a 14% nie miało zdania w tym temacie (+7% w porównaniu z 2009 rokiem). W przeprowadzonych badaniach nikt nie zaznaczył odpowiedzi „zdecydowanie się nie zgadzam”, co stanowiło spadek o 4%. Zdecydowana większość respondentów zgadza się z twierdzeniem, że „działania straży miejskiej wpływają na poprawę bezpieczeństwa w Krakowie”. Zdecydowanie zgodziło się z nim 19% badanych, a prawie 56% zaznaczyło odpowiedź „raczej się zgadzam”. Ogólny wzrost odpowiedzi pozytywnych wyniósł 14% w porównaniu do 2009 roku. Mniej respondentów miało neutralny stosunek do wpływu straży miejskiej na poprawę bezpieczeństwa w mieście. Odpowiedź „ani tak, ani nie” zaznaczyło 16% badanych (-6%). O 6% spadł również odsetek osób, które negatywnie ustosunkowały się do powyższego twierdzenia. Raczej się nie zgodziło 5%, a odpowiedź „zdecydowanie się nie zgadzam” nie otrzymała ani jednego wskazania. Na podobnym poziomie utrzymała się liczba osób, które nie miały zdania – 5% głosów (+1%). Wysokie poparcie badanych uzyskało również twierdzenie mówiące o tym, że „działania Straży Miejskiej Miasta Krakowa wzmacniają poczucie bezpieczeństwa”. Pozytywny stosunek do powyższego wyraziło w sumie 66% ankietowanych („zdecydowanie się zgadzam” – 15%, „raczej się zgadzam” – 51%). Prawie co czwarty badany miał stosunek neutralny (23%), co stanowiło wzrost o 6% w porównaniu do 2009 r. Negatywnie odpowiedziało w sumie 7% (-5%) badanych, z czego tylko 2% zdecydowanie się nie zgodziło z tym twierdzeniem. Niecałe 5% respondentów nie miało zdania (+1%).

Ostatnią kwestią związaną z ogólną działalnością krakowskiej straży miejskiej, była kwestia rozwiązania jednostki i stosunek respondentów do tejsze. Z twierdzeniem „SMMK powinna zostać rozwiązana” zgodziło się zaledwie 3% badanych (-7%). Liczba głosów neutralnych wyniosła 15% (+6%), natomiast zdecydowana większość ankietowanych jest przeciwna likwidacji straży miejskiej w Krakowie. Raczej nie zgodziło się 17% respondentów (-12%), a zdecydowany sprzeciw wyraziło 50% badanych (+5%). Niecałe 14% ankietowanych nie miało zdania w tym temacie (+7%).

Na niekorzyść zmieniła się ocena przygotowania funkcjonariuszy straży miejskiej do pełnionych zadań. Ze stwierdzeniem „strażnicy są dobrze przygotowani do swoich zadań” zdecydowanie zgodziło się 16% badanych (-4%), a raczej zgodziło się 35% respondentów (-8%). Nieznacznie wzrósł odsetek osób neutralnie

oceniających przygotowanie strażników (18% w stosunku do 14% w 2009 roku). Spadła również liczba osób, które nie zgadzają się z powyższym twierdzeniem. Za ledwie 3% badanych raczej się z nim nie zgodziło (-3%). Ani jedna osoba nie wyraziła zdecydowanego sprzeciwu. Najbardziej wzrósł odsetek osób, które nie miały zdania w tej kwestii i wyniósł 27% (+12%). Zdecydowana większość badanych uważa, że na krakowskich ulicach brakuje strażników. Z twierdzeniem „brakuje strażników miejskich na ulicach miasta” zdecydowanie zgodziło się 20% badanych (-11%), a odpowiedź „raczej się zgadzam” zaznaczyło 41% ankietowanych (+13%). Neutralną ocenę wyraziło 16% badanych (-1%). Negatywnie twierdzenie zostało ocenione w sumie przez 13% badanych („raczej się nie zgadzam” – 10% (-4%), „zdecydowanie się nie zgadzam – 3% (-1%)). Tylko 8% badanych nie miało zdania w tej kwestii (+2%).

Respondenci poproszeni zostali również o ocenę gotowości strażników do niesienia pomocy. Z twierdzeniem „strażnicy chętnie pomagają mieszkańcom” zdecydowanie zgodziło się 13% ankietowanych (-12%), a odpowiedź „raczej się zgadzam” zaznaczyło 35% badanych (-1%). Widocznie wzrósł odsetek ocen neutralnych. Odpowiedź „ani tak, ani nie” uzyskała 27% głosów (+11%). Negatywnie do powyższego ustosunkowało się 6% badanych (-4%), z czego ani jedna osoba nie zaznaczyła odpowiedzi „zdecydowanie się nie zgadzam”. Prawie co piąty ankietowany nie miał w tej kwestii zdania (18%), co stanowiło wzrost o 4% w porównaniu z 2009 rokiem.

Według osób badanych strażnicy zajmują się rzeczami zbyt błahymi. Z takim stwierdzeniem zgodziło się w sumie 21% ankietowanych („zdecydowanie się zgadzam – 13% (-3%), „raczej się zgadzam” – 8% (-12%)). Prawie co trzeci respondent wyraził ocenę neutralną (31%), co stanowiło wzrost o 11% w porównaniu z rokiem 2009. Na zbliżonym poziomie pozostały odpowiedzi negatywne. W sumie z tym twierdzeniem nie zgodziło się 27% ankietowanych („raczej się nie zgadzam” – 13% (-7%), „zdecydowanie się nie zgadzam” – 14% (+5%)). Wzrósł też odsetek osób niemających w tej kwestii zdania i wyniósł 22% (+7%).

Ostatnią kwestią odnoszącą się do pracy funkcjonariuszy Straży Miejskiej Miasta Krakowa była kwestia uprzejmości strażników. Strażnicy są pozytywnie postrzegani w aspekcie odnoszenia się do obywateli. Z twierdzeniem „strażnicy są nieuprzejmi” zgodziło się tylko 5% badanych, z czego ani jedna osoba nie zaznaczyła odpowiedzi „zdecydowanie się zgadzam”. Ilość pozytywnych odpowiedzi spadła o 6% w porównaniu do 2009 roku. Zdecydowanie wzrosła ilość głosów neutralnych i wyniosła 22% (+8%). Ogólna ilość osób niezgadzających się z powyższym stwierdzeniem spadła i wyniosła 48% (-16%), z czego 29% zaznaczyło odpowiedź „zdecydowanie się nie zgadzam” (-7%). Najbardziej wzrósł odsetek osób, które nie miały zdania w tej kwestii i wyniósł 25% (+13%).

## Doświadczenia respondentów w sytuacjach zagrożenia

Najbardziej interesującą kwestią, z punktu widzenia osoby prowadzącej kursy samoobrony, były doświadczenia uczestników zajęć. Wiedza na temat tego czy osoby zapisujące się na treningi samoobrony znalazły się kiedyś w sytuacji zagrożenia, jaka to była sytuacja oraz gdzie miała miejsce, pozwala na lepsze przystosowanie programu szkolenia do potrzeb ćwiczących. Daje również obraz współczesnych form agresji i większe możliwości przygotowania kursantów na skuteczną obronę. W celu poznania doświadczeń uczestników kursów, w kwestionariuszu ankiety zawarte zostały pytania o to, czy dana osoba znalazła się kiedyś w sytuacji zagrożenia, czy sytuacja miała związek z wykonywaną pracą, na czym polegało zagrożenie oraz gdzie dane zdarzenie miało miejsce. Respondenci mieli też możliwość dokładniejszego opisanie swoich doświadczeń. Ankietowani byli również pytani, czy ktoś z ich bliskiego otoczenia znalazł się kiedyś w sytuacji niebezpiecznej oraz o szczegóły takich doświadczeń.

Zdecydowana większość osób (44) uczęszczających na kursy samoobrony nigdy nie znalazła się w sytuacji zagrożenia (73%). Ponad 26% (16) respondentów przyznało, że znalazło się w takiej sytuacji, z czego w 3 przypadkach (19%) dana sytuacja związana była z pracą. Zaznaczyć należy, że 6 osób w ogóle nie udzieliło odpowiedzi na to pytanie. Wśród opisywanych przez ankietowanych sytuacji były zdarzenia o podłożu seksualnym, takie jak: ocieranie się połączone z masturbacją ukierunkowaną na kursantkę czy zaczepki słowne. Ankietowani doświadczali również sytuacji blokowania przejścia, szcucia psem, śledzenia przez osobą będącą pod wpływem alkoholu, gróźb karalnych, wyzwisk oraz kradzieży. Najbardziej drastyczne sytuacje opisywane przez respondentów to: agresywne zachowanie w sklepie (interwencja ochrony), pobicie przez grupę dziewczyn, próba wyciągnięcia z samochodu przez duszenie, rozbój, zagrożenie nożem (2 przypadki), próba wtargnięcia do mieszkania (napastnik odstraszony gazem pieprzowym) oraz zagrożenie bronią palną (zdarzenie na terenie USA). Najczęściej do niebezpiecznych sytuacji dochodziło na ulicy (50%). Taka sama ilość zdarzeń (po 3 wskazania – 14%) miała miejsce w mieszkaniu/domu, komunikacji miejskiej oraz w klubie nocnym. Niecałe 10% zdarzeń (2 wskazania) miało miejsce w windzie lub wąskim przejściu. Respondenci wskazywali również na zdarzenia mające miejsce w taksówce oraz w sklepie (2 przypadki). Ankietowani proszeni również byli o ocenę, czy po odbytych kursie samoobrony ich zachowanie byłoby inne. Tylko 2 osoby uznały, że ich reakcja byłaby taka sama. Większość badanych (9) uznała, że zareagowałyby inaczej, a 1 osoba uzależniła to od sytuacji. Ankietowani twierdzili, że byliby bardziej pewni siebie lub próbowaliby wykorzystać umiejętności nabyte na kursie. Grupa 4 osób nie udzieliła na to pytanie żadnej odpowiedzi. Na wyróżnienie zasługuje odpowiedź kursantki, która napisała, że sytuacja w jakiej się znalazła, miała miejsce w czasie

trwania kursu samoobrony i wykorzystanie nabytych w jego trakcie umiejętności pozwoliło jej wyjść z opresji.

Ponad połowa ankietowanych (54%) nie ma w swoim najbliższym otoczeniu nikogo, kto byłby w przeszłości w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa osobistego. Niewiele mniej (42%) respondentów odpowiedziało na to pytanie twierdząco, natomiast 3 osoby (5%) nie miało takiej wiedzy. Najwięcej sytuacji niebezpiecznych związanych było z atakiem fizycznym (38%) oraz zaczepkami słownymi (30%). Wśród odpowiedzi znalazły się również: blokowanie wejścia/wyjścia (14%), próba wciągnięcia/wepchnięcia do danego miejsca (3 wskazania – 8%), szczucie psem, grożenie niebezpiecznym narzędziem, wyrwanie torebki oraz próba gwałtu (po 1 wskazaniu). 2 osoby (5%) nie udzieliły odpowiedzi. Najwięcej zdarzeń miało miejsce na ulicy (60%) oraz w komunikacji miejskiej (16%). Reszta pojawiających się miejsc, w których dochodziło do sytuacji niebezpiecznych to: klub nocny (12%), mieszkanie/dom (8%) oraz park, plaża i wejście do klatki (po 4%).

## Ocena kursu

W przeprowadzonych badaniach, respondenci zostali również poproszeni o ocenę odbytego kursu i jego elementów. Ankietowani mogli ocenić w skali 1–10 takie rzeczy jak:

- 1) praktyczne umiejętności nabyte na kursie;
- 2) wiedzę przekazaną w trakcie kursu;
- 3) sposób prowadzenia zajęć;
- 4) sposób prezentowania technik;
- 5) dostosowanie intensywności zajęć do możliwości grupy;
- 6) sposób objaśnienia kwestii teoretycznych;
- 7) warunki, w jakich odbywały się zajęcia;
- 8) kwalifikacje/kompetencje instruktora;
- 9) wpływ kursu na poczucie bezpieczeństwa;
- 10) ogólną cenę kursu.

Przeprowadzone w 2022 roku kursy samoobrony cieszyły się bardzo dobrą oceną uczestników. Respondenci najwyżej oceniali kwalifikacje prowadzącego zajęcia, które uzyskały średnią ocenę 9,93. Niewiele niższą notę uzyskał sposób prowadzenia zajęć i sposób prezentacji technik obronnych (odpowiednio 9,78 i 9,77). W dalszej kolejności pod względem wysokości oceny znalazła się przekazywana na kursie wiedza (9,53), dostosowanie intensywności zajęć do możliwości grupy (9,59), sposób objaśniania zagadnień teoretycznych (9,43), a także praktyczne umiejętności przekazywane podczas zajęć (9,12). Tylko dwa elementy kursu uzyskały ocenę poniżej

9 i były to: warunki, w jakich odbywały się zajęcia (8,62) oraz wpływ na poczucie bezpieczeństwa uczestników (8,42). Ogólna ocena kursów wyniosła 9,66, co biorąc pod uwagę zróżnicowanie uczestników pod kątem wieku i sprawności fizycznej, należy uznać za bardzo dobry wynik.

## Zakończenie

Jak pokazały przeprowadzone badania, kursy samoobrony realizowane przez Straż Miejską Miasta Krakowa cieszyły się zainteresowaniem szerokiej grupy odbiorców. Najczęściej wskazywaną motywacją do wzięcia udziału w szkoleniach była chęć zdobycia nowego doświadczenia oraz chęć podniesienia swojej sprawności fizycznej, jednak wśród uczestników były również osoby, które motywowane były złymi doświadczeniami z przeszłości, również sytuacjami spotykanymi w czasie pracy. Zdecydowana większość osób, które brały udział w kursach, nie znalazła się nigdy w sytuacji niebezpiecznej, ale ponad 40% uczestników miało w swoim otoczeniu kogoś, kto w takiej sytuacji się znalazł. Pomimo tego, że połowa osób dobrze ocenia bezpieczeństwo w Krakowie, liczba doświadczeń respondentów lub ich otoczenia związanych z sytuacjami zagrożenia bezpieczeństwa osobistego świadczyć może, że choć prawdopodobieństwo znalezienia się w takiej sytuacji nie jest wysokie, to nie można uznać też, że jest znikome.

Służby odpowiedzialne za porządek i bezpieczeństwo w mieście są dobrze oceniane, jednak wciąż brakuje wśród mieszkańców wiedzy, kiedy funkcjonariusze straży miejskiej mogą interweniować i czym różnią się jej kompetencje od kompetencji policji. W przeciągu 13 lat od ostatnich badań, wiedza obywateli na temat kompetencji straży miejskiej spadła, co może otworzyć pole do dyskusji jakie jednostka może podjąć działania, żeby ten trend odwrócić (zaznaczyć należy, że opisane badania przeprowadzone zostały na dużo mniejszej próbie badawczej niż badania z 2019 roku, jednak obecne wyniki wskazywać mogą pewną tendencję wśród mieszkańców).

Opisane badania były cenne z perspektywy instruktora odpowiedzialnego za program i prowadzenie szkoleń. Wyniki pokazują, że najwięcej sytuacji niebezpiecznych zdarza się na ulicy oraz w pojazdach komunikacji miejskiej. Oprócz zaczepek słownych i ataków fizycznych, dość częstym zjawiskiem były również sytuacje blokowania przejścia i próby wciągnięcia do pomieszczenia. Informacje na temat sytuacji, w jakich znajdowali się ankietowani, miejsca i przebiegu zdarzenia wykorzystane zostaną w kolejnych szkoleniach.

Pomimo tego, że w zajęciach brały udział osoby o różnej sprawności fizycznej, przeprowadzone kursy cieszyły się bardzo wysokimi ocenami. Zajęcia były dobrze

zorganizowane pod kątem zakresu prezentowanego materiału i metodyki nauczania. Intensywność zajęć była dopasowana w taki sposób, żeby osoby niepodejmujące na co dzień aktywności fizycznej dały sobie radę, ale również tak, żeby osoby aktywne fizycznie także odczuły trud treningu. Mając na uwadze fakt, że kursy trwały po ok. 20 godzin lekcyjnych, co nie było dużą ilością czasu, ocena wpływu kursu na poczucie bezpieczeństwa ankietowanych wyniosła 8,42 w 10-cio stopniowej skali, co należy uznać za bardzo dobry wynik. Z perspektywy prowadzącego zajęcia, przygotowanie mentalne jest nie mniej istotne od przygotowania fizycznego i technicznego, a zwiększenie pewności siebie kursantów jest jednym z celów prowadzonych zajęć, który udało się osiągnąć.

Wyniki badań przeprowadzonych wśród pracowników socjalnych przez Najwyższą Izbę Kontroli, w których pracownicy socjalni wskazywali na braki w szkoleniach z zakresu samoobrony oraz radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia pokazują ogromną potrzebę podjęcia działań w tej materii. O ile próby systemowej poprawy w tej kwestii należą do osób decyzyjnych, o tyle pracownicy socjalni, zwłaszcza w dużych ośrodkach miejskich, mają możliwość skorzystania z możliwości, jakie się pojawiają w ramach działań władz lokalnych. Osoby mieszkające i zajmujące się pomocą społeczną na terenie Krakowa mają możliwość darmowego podniesienia swoich umiejętności i poprawy własnego poczucia bezpieczeństwa poprzez uczestnictwo w kursach samoobrony organizowanych w stolicy Małopolski.

Prowadząc badania wśród uczestników kursów kierowałem się głównie własną ciekawością oraz chęcią lepszego dostosowania zajęć do potrzeb odbiorców. Uważam jednak, że prezentacja wyników szerszemu gronu może zachęcić część osób pracujących w obszarze pomocy społecznej do wzięcia udziału w kolejnych edycjach kursu i w efekcie przełożyć się na zwiększenie poczucia bezpieczeństwa osobistego w trakcie wykonywanych obowiązków służbowych.

## Bibliografia

- Kwinta-Odrzywołek J., Skrzyńska J., Uhl H. (2009). *Badania opinii mieszkańców na temat Straży Miejskiej Miasta Krakowa*. Dostęp w: [https://strazmiejska.krakow.pl/strona\\_glowna/214698,artykul,raporty.html](https://strazmiejska.krakow.pl/strona_glowna/214698,artykul,raporty.html) [dostęp: 01.10.2022 r.]
- Uchwała Nr XXX / 315 / 2021 Rady Dzielnicy III Prądnik Czerwony z dnia 22 czerwca 2021 r. w sprawie: rozdysponowania środków wydzielonych do dyspozycji Dzielnicy III Prądnik Czerwony na rok 2022.
- Uchwała Nr XXXIX/245/2021 Rady Dzielnicy V Krowodrza z dnia 13 lipca 2021 r. w sprawie ustalenia listy zadań Rady Dzielnicy V Krowodrza na rok 2022.

Uchwała Nr XXXIX / 394 / 2022 Rady Dzielnicy III Prądnik Czerwony z dnia 15 marca 2022 r. w sprawie: zmiany uchwały Nr XXX/315/2021 z dnia 22 czerwca 2021 r. z późn. zm. w sprawie rozdysponowania środków wydzielonych do dyspozycji Dzielnicy III Prądnik Czerwony na rok 2022.

Uchwała Nr XLII /427/ 2022 Rady Dzielnicy III Prądnik Czerwony z dnia 21 czerwca 2022 r. w sprawie: rozdysponowania środków wydzielonych do dyspozycji Dzielnicy III Prądnik Czerwony na rok 2023.

UCHWAŁA NR L/484/2022 RADY DZIELNICY I STARE MIASTO z dnia 19 maja 2022 r. w sprawie korekty rozdysponowania środków wydzielonych do dyspozycji Dzielnicy I Stare Miasto na rok 2022.

UCHWAŁA NR LIII/509/2022 RADY DZIELNICY I STARE MIASTO z dnia 19 lipca 2022 r. w sprawie rozdysponowania środków wydzielonych do dyspozycji Dzielnicy I Stare Miasto na rok 2023.

Najwyższa Izba Kontroli (2019). *Informacja o wynikach kontroli; Organizacja i warunki pracy pracowników socjalnych w gminach*. Dostęp w: <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/organizacja-i-warunki-pracy-pracownikow-socjalnych-w-gminach.html> [dostęp: 06.10.2022 r.].

Netografia:

[https://budzet.krakow.pl/projekty2022/5009-kurs\\_samoobrony\\_dla\\_mieszkan-cow\\_krowodrzy.html](https://budzet.krakow.pl/projekty2022/5009-kurs_samoobrony_dla_mieszkan-cow_krowodrzy.html) dostęp: 01.10.2022 r.

### **Streszczenie**

Straż Miejska Miasta Krakowa we współpracy z radnymi dzielnic organizuje i prowadzi kursy samoobrony, dedykowane różnym grupom odbiorców. Wyniki przeprowadzonych wśród uczestników badań pokazują, że udział w kursie samoobrony pozytywnie wpływa na poczucie własnego bezpieczeństwa i pewność siebie, co dla osób pracujących w obszarze pomocy społecznej na terenie Krakowa może stanowić zachętę do wzięcia udziału w kolejnych edycjach kursu i podniesienia swoich umiejętności w tym zakresie. Pracownicy socjalni często narażeni są w swojej pracy na zachowania agresywne i, jak pokazują badania, nie są oni przygotowani do radzenia sobie w takich sytuacjach. Wśród szkoleń oferowanych tej grupie zawodowej, za deficytowe uznawane są, przez samych pracowników socjalnych, szkolenia z zakresu samoobrony oraz radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia. Zaprezentowane w niniejszym tekście działania podejmowane przez radnych dzielnic oraz Straż Miejską Miasta Krakowa mogą stanowić również inspirację dla osób działających w innych regionach kraju, w tym

osób decyzyjnych, do organizacji podobnych przedsięwzięć dedykowanych różnym grupom odbiorców, które mogą zwiększyć poczucie bezpieczeństwa wśród mieszkańców, w tym pracowników sektora publicznego, np. pracowników socjalnych.

**Słowa kluczowe:** straż miejska, samoobrona, bezpieczeństwo osobiste, pracownicy socjalni, zagrożenia, szkolenia

### **Self-defense courses organized by Municipal Police of Krakow in the opinion of the participants (research report)**

#### **Summary**

The Municipal Police of Krakow, in cooperation with Krakow City Council's members, organises and conducts self-defence courses dedicated to different groups of participants. The analysis of surveys indicates that course participation had a positive influence on those taking part, on their sense of security and self-confidence. For social workers it can be a motivating factor to take part in subsequent editions of the courses and in developing their skills in this field. Social workers are vulnerable to aggressive behaviour when on duty. Research shows that they are not prepared to act in such circumstances. They indicate that among training courses they are being offered, self-defence and crisis management courses are scarce.

Initiatives described in this paper that are actioned by the Municipal Police of Krakow and members of Krakow City Council can inspire their counterparts in other regions including decision makers to organise similar events. This may translate into improved sense of security among citizens, public sector workers and social workers in particular.

**Keywords:** municipal police, self-defence, personal security, social workers, courses, threats