

# **TUDOMÁNYOS DIÁKKÖRI DOLGOZAT**

**Nagy Attila**

**2012**

Közbiztonsági Tanszék

Nagy Attila

Bűnügyi szakirány

Katonai és rendőri közelharc összehasonlítása

2012

Oláh Attila

## Tartalom

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| I. Bevezetés .....                                                 | 4  |
| II. A közelharc és kézitusa fogalma.....                           | 5  |
| III. A katonai közelharc története.....                            | 7  |
| III.1. Világtörténelem.....                                        | 7  |
| III.2. Magyarországon.....                                         | 11 |
| IV. A rendvédelmi közelharc története .....                        | 13 |
| V. A közelharc technikai alapelvei.....                            | 16 |
| VI. A támadható felületek .....                                    | 18 |
| VI.1. A fej támadható területei.....                               | 18 |
| VI.2. Nyak .....                                                   | 19 |
| VI.3. Törzs.....                                                   | 20 |
| VI.4. Felső végtagok.....                                          | 21 |
| VI.5. Alsó végtagok.....                                           | 22 |
| VII. A támadó felületek.....                                       | 23 |
| VII.1. A kar és ütőfelületei .....                                 | 23 |
| VII.2. Láb és rúgófelületei.....                                   | 24 |
| VII.3. Fej.....                                                    | 25 |
| VIII. Pusztakezes katonai kézitusa technikák .....                 | 26 |
| IX. Katonai kézitusa eszközzel .....                               | 31 |
| X. Békefenntartó feladatok során alkalmazott technikák.....        | 33 |
| XI. Rendőri közelharc technikák pusztakézszel.....                 | 35 |
| XII. Rendőri közelharc kényszerítő eszközök igénybevételével ..... | 40 |
| XIII. A közelharc pszichológiai jellemzői .....                    | 42 |
| XIII.1. A stressz.....                                             | 42 |
| XIII.2. Traumatikus élmény feldolgozása.....                       | 43 |
| XIII.3. Agresszió .....                                            | 45 |

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| XIII.4. Harci stressz .....                            | 47 |
| XIII.5. Felkészítés és megelőzés.....                  | 48 |
| XIII.6. Stresszhatások a rendőri szolgálat során ..... | 51 |
| XIV. Konklúzió.....                                    | 53 |
| Felhasznált irodalom jegyzék .....                     | 55 |

## I. Bevezetés

Kutatásom célja a modern katonai és a rendvédelmi közelharc sajátosságainak, eltéréseinek vizsgálata. Azért irányult figyelmem erre a témakörre, mivel ez a terület közel áll érdeklődési körömhöz, valamint úgy tapasztaltam, hogy kevésbé kutatott téma és egyfajta misztikum is övezi a kívülállók részéről, hiszen nagy nyilvánosságot nem kap és jellegéből kifolyólag nem is kaphat ez a téma. A laikusok csak katonai-rendőri bemutatókon nyernek némi betekintést a közelharc világába és rosszabb esetben a filmek kevésbé szakszerűen megrendezett jeleneteire hagyatkozva alakíthatják ki esetenként téves elképzeléseiket. Az utóbbi 30 évben egyre több teret kapott a polgári önvédelmi oktatás.<sup>1</sup> Eleinte a harcművészetek örvendtek nagy népszerűségnek, mindenki kung fut, karatét és jiu jitsut akart tanulni. A 90-es évek körül a harcművészetek veszítettek népszerűségükből, a fiatalok inkább a ring sportok iránt érdeklődtek, sokan jártak thai-box, kick-box edzésekre. A 2000-es éveket követően az MMA kezdte meg térhódítását, ez a küzdősportág többféle harcművészeti és küzdősport technikát vegyít. Manapság ismételten változik az emberek érdeklődési köre, sokkal inkább a katonák, rendőrök által űzött önvédelmi sportok felé orientálódnak, mint például a Defendo, Krav Maga, Tactical Operational Combat. Több önvédelmi stílus úgy reklámozza magát, hogy a katonák és a rendőrök is ezt tanulják és alkalmazzák. Ezzel még több embert tudnak az edzőtermeikbe vonzani.<sup>2</sup> Az egyéb sportok is jelentős tömegeket mozgatnak meg, ha azt hallják, hogy katonák és rendőrök gyakorolják. Ilyen például a kettlebell, mely az orosz katonák és a speciális egységek állóképesség fejlesztő eszköze és a TRX, amivel az amerikai katonák végeznek funkcionális edzést. A laikusoknak tartott önvédelmi edzések azonban jelentősen különböznek a katonai és rendvédelmi közelharc technikáktól.

---

<sup>1</sup> Vikartóczy Gusztáv: A bennünk élő harcos. Magánkiadás. ISBN: 978-963-06-1247-0

<sup>2</sup> Interjú: Fonbank Roland

## II. A közelharc és kézitusája fogalma

Közelharc:

„1. A történelmi időkben az ellenség teljes megsemmisítésének egyetlen módja. A szembenálló felek főerői döntő összecsapásának legjelentősebb mozzanata, a küzdő felek szűk térben, rövid idő alatt végbemenő, hideg fegyverekkel vívott kézitusája.

2. A tűzfegyverek tökélesedése, számának megnövekedése és a tömeghadseregek megjelenése után (a 19. sz. közepétől kezdve) a ~ a gyalogság tűzzel előkészített és támogatott csapásai, manőverei alatt gyakran alkalmazott harceljárás. A ~ 19. sz. végén közelről leadott puskatűzzel, szűrő és vágó fegyverekkel megvívott test-test elleni küzdelmet foglalta magában. Az I. vh. a ~ a gyalogság tüzérségi előkészítés után meginduló és tüzérségi tűzzel támogatott rohama alatti, lövészárkokban folytatott küzdelmének fő harceljárása. A ~ ekkor kézigránátdobással, közelről leadott puskatűzzel, szuronnyal, puskatussal folytatott, test-test elleni küzdelemből áll. A II. vh. sík terepen kibontakozó döntő hadműveleteiben a ~ gyalogság kiegészítő szerepet betöltő harceljárása. A II. vh. utcai harcaiban, erdőben átszeldelt terepen kialakuló harcokban a közelharc széles körben alkalmazott gyalogsági harceljárás, a légierő, a tüzérség és a harckocsik tűztámogatásával. A ~ ekkor építményekben, védelmi létesítményekben küzdő gyalogság kézigránátdobásával, rövid távolságról leadott géppisztoly- és puskatűzéssel vívott test-test elleni küzdelmével párosuló harctevékenységéből állt. A II. vh idején kialakult a harckocsik elleni ~ formája, kézigránát kötegek és gyújtópalackok alkalmazásával.

3. A 20. sz. végén a gépesített lövész (gépkocsizó lövész, gépesített gyalog, gyalog), légi-deszant- (légiroham) alegységek főként erdőben, átszelt terepen, utcai és éjszakai harctevékenységei során gyalogrendben megvívandó eljárásainak egyike. A ~ az alegységeknek a csapatrepülő, harci helikopterek, a tüzérség, harckocsik tűzének, valamint a páncélozott szállító harcjárművek (lövészpáncélosok, gyalogsági harcjárművek) tűzfegyvereinek támogatásával az egyéni gyalogsági fegyverek és gyalogsági harceszközök (puskagránát,

kézigránát, tör, stb.) alkalmazásával vívandó harca, ritkán test-test elleni küzdelemmel egybekötve.”<sup>3</sup>

Mit takar a kézitusa fogalma? A szó szoros értelmében a kézitusa test-test elleni, ember-ember elleni küzdelem, megvívásakor közvetlen kontaktusba kerülünk az ellenféllel, az ellenséggel. Ebben a küzdelemben testi erőnkre, közelharc technikákra hagyatkozunk, pusztán kézzel illetve hidegfegyverek (kés, tör, gyalogsági ásó, stb.) alkalmazásával törekszünk az ellenség megsemmisítésére. A kézitusa kegyetlen küzdelem, célja az életben maradás, a túlélés bármi áron! Sohasem a „fair play” szabályai szerint alakul, nem sportszerű, nincsenek szabályok, bármilyen technika alkalmazása megengedett, mely minél gyorsabban, minél egyszerűbben, minél hatékonyabban biztosítja túlélésünket és az ellenség totális megsemmisítését.

Így a két fogalom tisztázása után megállapíthatjuk: „Minden kézitusa közelharc, de nem minden közelharc kézitusa.”<sup>4</sup>

A test-test elleni küzdelem katonai elnevezése kézitusa, a rendvédelmi szerveknél közelharc néven ismert.

---

<sup>3</sup> Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kézitusa- kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003. 10-11. oldal

<sup>4</sup> Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kézitusa- kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003. 11. oldal

### **III. A katonai közelharc története**

#### ***III.1. Világtörténelem***

A közelharc az összecsapások, háborúk talaján nőtt, fejlődött, szorosan kapcsolódva a mindenkori társadalmi kultúrákhoz, szokásokhoz. Egyidős az emberiséggel, hiszen már az ősembernek is napi rendszerességgel meg kellett küzdenie az élelemért, a hordában elfoglalt előkelőbb helyért, az életben maradásért. Eleinte csak testi erejét és a természet adta „fegyvereit”, kezét, fogait, körmeit használhatta fel ezekben a puszta kezes küzdelmekben. Ezek mellett jelentős szerepe volt a gyorsaságnak, a vadságnak és a kegyetlenségnek is. A kezdetleges eszközkészítés és használat elterjedésével már a gyengébb fizikai kondíciókkal rendelkező egyedek számára is lehetővé vált a küzdelmekben jobb pozícióba kerülni. A hordák vándorlásának megkezdődésével egyre fontosabb szerepet kapott a harcban való jártasság, hiszen az idegen hordákkal történő találkozások, konfliktusok során mindinkább nőtt a jelentősége a közelharcban való jártasságnak, eredményességnek. Ezen időszakban a közelharc oktatásáról még nem beszélhetünk, hiszen csak az egyéni tapasztalat, az idősebb harcos technikájának megfigyelése nyújthatott némi támpontot a továbbfejlődéshez.

A közelharc szervezett gyakoroltatásának kialakulása a földművelő társadalmak, az első államszervezetek megalakulásának idejéhez köthető.

A Közel-kelet városállamai, Sumer, Uruk, Ur, Lagas stb. Kr.e. 3000 körül már lándzsával, pajzsral felszerelt katonákkal rendelkeztek, mely egységek képzése, kiképzése is szükség-szerű volt. Az Egyiptomi birodalom alakulásában is fontos szerepet játszott a haderő, lán-dzsával, bronz karddal, fa pajzsral, íjjakkal vívták csatáikat. A felkészültség érdekében a katonákat tompa fa fegyverekkel, botviadallal gyakorlatoztatták, fontos szerepet kapott a birkózás.

A Közel-keleten AsszírIA katonai felkészítését szükséges kiemelnünk, hiszen ebből a kor-ból sok leírás, rajz maradt ránk az asszír fegyverzetéről, katonai taktikáról. A hadsereg zö-me hivatásos harcosokból állt, magas fokú kiképzésben részesültek, ezt bizonyítják az úszó, vívó, vadászó, harci kocsis katonákat ábrázoló reliefek. Az asszírokat legyőző per-

zsák tudtak csak tartósabb katonai fölényt fenntartani, akik nagyra értékelték az övbirkózásban, ökölvívásban jártas harcosokat.

A görög városállamok fegyveres erői nagyrészt gyalogosokból álltak, jellemző harcrendjük a falanx volt. Az ebben az alakzatban végrehajtott kézítása a közelharc egyik legnagyobb fizikai és pszichikai állóképességet megkövetelő formája volt, hiszen az alakzattól nem lehetett kiszakadni. A görög harcosok közül szükséges megemlítenünk a spártaiakat, akik már kora gyermekkoruk óta szigorú katonai kiképzésben részesültek, ölni-halni kész fanatikusokat neveltek belőlük. Harci képességeik magas szintre emelését birkózással, ökölvívással, íjászzal, fegyveres mozdulatok folyamatos gyakorlásával biztosították.

Kr. e. 650-ben megjelent egy új komplexebb küzdősport, a pankráció, amely nagy népszerűségnek örvendett. Ebben a sportban megtalálható volt a birkózás, az ökölvívás, de még fellelhetők a földharc technikák, különböző dobások és ízületi feszítések is. A küzdelmek rendkívül kemények és veszélyesek voltak. Gyakran ájulásig, halálig tartottak a mérkőzések.

Kr. e. 260-tól találkozhatunk a gladiátor játékokkal is, melyeken az uralkodók szórakoztatására a legjobban kiképzett rabszolga sorsú katonák küzdöttek egymással.

A Távol-keleten is már a Kr.e. 3. évezred elején megtalálhatók a katonai felkészítés első nyomai a kínai krónikákban. A Kr.e. 2698-ban írt Kong-fu című könyv a harci táncok leírását mutatja be. A pusztakezes közelharc elemeinek első ismertetése a Kr.e.15-11. századra helyezhető a korabeli krónikák szerint.

A Kr.e.3-Kr.u.3. évszázadokban, a feudalizmusba való átmenet idején Nagy Sárga Csin császár megreformálta a közelharc kiképzést, a fő hangsúlyt a lovaglásra, a nyilazásra helyezte át a kocsihajtásról, valamint a kézítésében az övbirkózást és az ellenség elfogására alkalmas pányvás küzdőelemeket gyakorolták.

A közelharc kiemelkedő időszakát jelentette a középkor. Találkozhatunk páncélba öltöztetett, kardot, lándzsát és pajzsot viselő nehézlovassal. Már rendszerezett kézítása kiképzések folytak, melyeket idősebb tapasztalt lovagok és harcokban edzett veteránok vezettek. Ebben a korszakban is gyakorolták a fegyverekkel történő harcot, illetve birkóztak és bokszoltak. A középkorban nagyon kedvelték a lovagi tornákat. Azon lovagok számára, akik részt vettek ezeken a rendezvényeken, életszerű kiképzésnek is minősült ez az esemény, hiszen a szigorú szabályok ellenére a résztvevők többször súlyos sérüléseket szenvedhettek. A lovagokból fennmaradt vívótechnikákat vívómesterek rajzokkal illusztrált tankönyvekben örökítették meg, adták tovább. Az 1500-as években Németországban vívóegyesületek

alakultak, ahol a polgárok fából készült fegyverekkel gyakorolhattak. A vívás nemcsak Németországban lett népszerű, hanem Franciaországban, Angliában és Olaszországban is elterjedt, fokozatosan kiszorította az addig nagy népszerűségnek örvendő birkózást. A vívóiskolákban nem csak a fegyverek kezelésében történő jártasságra tehettek szert a tanulók, hanem pusztakezes technikákat is elsajátíthattak, melyek az ázsiai önvédelmi technikákra hasonlítottak. Megállapíthatjuk, hogy a pusztakezes önvédelem, közelharc gyökerei Európában is megtalálhatók, nem kimondottan csak a Távol-keletről érkeztek hozzánk.

Kínában a közelharc tudományának magas szintre emelésében a Shaolin kolostor papjai jártak élen. Megalkottak egy 170 mozdulatsorból álló rendszert, amely ütő- és rúgó technikákból állt. Később továbbfejlesztették ezt a rendszert és így már 181 mozzanatot tartalmazott. A középkori Japánban meg kell említenünk a szamurájokat, akik kiképzett harcművészek és fegyverforgatók voltak, hűbéruruk szolgálatában álltak. Magas szintű tudásukat különböző kiváltságokkal ismerték el, pl. rendelkeztek a „kardpróba” jogával, mely szerint a tiszteletlen embert lefejezhették. A fegyver nélküli harcoktatásra több eltérő irányzat (ryu) alakult ki. Mindegyik ilyen irányzat a saját mesterének nevét viselte. Ebben az időszakban jött létre a jiu jitsu is. Ez ősi japán harcművészeti rendszer, mely dobásokat, feszítéseket, csavarásokat, ütéseket, rúgásokat és leszorításokat tartalmaz.

A katonai közelharc fejlődését átalakította a tüzfegyverek elterjedése és a zsoldos hadseregek megjelenése, ezért ezt az időszakot a gyalogság újjászületésének is szokták emlegetni. 1455-ben Franciaországban hoztak létre zsoldos hadsereget. 1647-ben Franciaországban megjelent a szurony. Az eszköz szerepéről még ma sem értenek egyet a szakemberek. A fegyvert a puska csövéhez erősítették, így ha az ellenség test közelbe került, egyszerre tudták használni. Oroszországban már nem csak „steril környezetben” edzettek, hanem kint a terepen is készültek. A kiképzés során megtanították a katonákat a puskatöltésre, a célzásra, mozgásra és a szuronnyal harcolni. I. világháború időszakában megváltozott a hadviselés. Egyre fontosabb volt minden országnak, hogy csökkentsék az áldozatok számát, ezért inkább a lövészárkokban meghúzódva próbálták megvívni a harcot. A gyalogság szorosan együttműködött a tüzérséggel. A tüzérség mért először csapást az ellenség lövészárkaira, csapataira, majd a gyalogság vette át a támadást. Megrohamozta az ellenséget, gyakran vívtak eközben szuronyharcot. Ha a tüzérségi tűzben nem semmisültek meg, akkor a gyalogságra nagy veszteség várt, ugyanis a géppuskások könnyedén nagy veszteségeket tudtak okozni a rohamra indulók soraiban. 1915-ben Németországban megkezdődött a rohamcsapatok szervezése, melyek válogatott katonákból álltak. Ezek a rohamcsapatok rohamhul-

lámokban támadtak, a támadásokat rajonként hajtották végre, a feladatuk az volt, hogy betörjenek az ellenséges árokrendszerbe és ott foglyokat ejtsenek, illetve információkat szerezzenek. Az első hullámba a jó kézigránátdobók kerültek, a másodikban jó lövészek, illetve szuronyharcosok vettek részt, a harmadikban ismét a kézigránátdobók és a géppuskások következtek. Mai értelemben vett kézitusa kiképzést nem kaptak a katonák, hiszen nem tudták, hogy ki és mit oktasson.

Az I. világháborúban közelharcon a puska és géppisztoly használatát, kézitusán a pusztakezes, a szuronnyal, gyalogsági ásóval és rohamkéssel vívott harcot értjük. A kiképzésben nagy szerepet kapott a szuronyharc, mivel ez már évtizedek óta meghatározó szerepet töltött be. A kiképzés során a fokozatosság elvét követték, először az alapállásokat gyakorolták be, majd a páros gyakorlatokat, utána lassan végezték el a technikát, végül pedig felgyorsították a végrehajtás ütemét. Nagy hangsúlyt kaptak a harcművészetek is, amelyek segítették a kézitusa fejlődését. Meg kell említeni a ju jitsu-t, ami a 20. századi Japánból terjedt el. Japánból származik a judo is, amit szintén beépítettek a közelharcba.

A II. világháborúban a katonai közelharc a testnevelés tetejének, csúcsának számított. A fegyveres kézitusaképzésnél 3 kategóriában zajlottak az oktatások. Először szuronyharcot tanultak, a nyakra, szívre irányult döféseket preferálták. Utána a rohamkéssel „ismerkedtek” meg. Később a segédeszközök használatába kaptak betekintést a katonák.

Érdemes megemlíteni William Evart Fairbairnt, aki 1942-ben írt könyvet „Get Tough!” címmel. Ő a világ legkeményebb rendőrségénél dolgozott Shanghaiban. Rengeteg tűzharcban vett részt. A kung fu technikáinak és a saját harcművészetének - a ju jitsu - felhasználásával saját önvédelmi rendszert vezetett be. Ennek a módszernek jellemzője, hogy az emberi test életpontjait támadja, oktatja a késhasználattal közbeni kézvártás technikáját és különböző eszközöket is felhasznál, mint például a hurkot, övet és kötelet.

A Szovjetunióban egy kicsit más volt a helyzet. Ahogy megfigyelhettük az eddigiekben, a legtöbb országban a történelem során arra törekedtek, hogy minél több katona maradjon életben és ne sérüljön meg. Ezt az oroszokról nem nagyon lehet elmondani. Nekik nem számított annyira, ha több emberük is meghalt. Általában a katonák többsége fél a kézitusától, hiszen sokkal veszélyesebb, de a szovjet honvédek ettől nem riadtak meg. A szokásos kiképzés mellett, ami a többi nemzetnél is megfigyelhető, hangsúlyt kapott a vízi és síképzés is. Nagyon jól felkészültek voltak az oroszok a test-test elleni küzdelmekben, amelyet mi sem bizonyít legjobban, mint Sztálingrád. Itt sok esetben a közelharc jutatta előbb-

re a szovjeteket. Meg kell említeni, hogy Oroszországban létrehoztak egy saját küzdősportot, a szambot, amely hasonlít a judohoz, viszont találunk fegyver elleni védekezést is.

A II. világháború után nyilvánvalóvá vált, hogy ismételten átalakult a hadviselés. Általában már nem a test-test elleni küzdelem volt jellemző, hanem inkább a lövészárkokban vívták a csatákat, illetve a hátországok vonalai mögött. Már megjelentek különböző nagy hatótávú bombák és ismerhetjük az atombomba hatását is, de kijelenthetjük, hogy a II. világháború után is jelentős szerepet tölt be a közelharc és a kézítása a hadviselésben.<sup>5</sup>

### ***III.2. Magyarországon***

A magyar közelharcképzésről érdemes elmondani, hogy az I. világháború utáni időszakban a német példát követték. A 20-as és 30-as években a Ludovika Akadémia növendékei sokat fejlődtek fizikai téren, a Testnevelési Főiskola kivételével minden iskola hallgatóját maguk mögé utasították a különböző sportrendezvényeken. Előnyben részesítették a katonai sportokat, mint például a céllövészet, a vívás, a sportlövészet és az öttusa. Az „akadémikusok” lehetőséget kaptak, hogy külföldön fejlesszék tovább ismereteiket a közelharc terén. Amikor visszatértek, jelezték azokat a hiányosságokat, melyeken változtatni kellene. Itt megtanulhatták a katona jelöltek a gyorslövészt, a kézigránátdobást, a páncélos járművek ellen vívott harcot, a szurony- és a rohamkés használatát, a puskatussal való küzdelmet és a hagyományos pusztakezes kézítusát. 1941-ben a Katonai Testnevelési Utasítás tervezetében ökölvívó és judo technikák oktatását írták elő. Kommandós alakulatok nem léteztek ebben az időben, azonban rohamosztásokat már készítettek fel és be is vetették őket.

Az 1950-es és, 1960-as években a magyar hadsereg a keleti példát követte. Főként a géppisztolyt használták, de természetesen nem maradhatott ki a gyalogsági ásó és a kés alkalmazása sem, illetve a pusztakezes technikák is szerepet kaptak. A fegyveres alakulatokban a judo és az ökölvívás kapott hangsúlyt. Furkó Kálmán révén kezdett elterjedni a kyokushin karate is. Ebben az irányzatban sokat segített még Adámy István, Mészáros

---

<sup>5</sup> Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kézítása- kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003

Attila és Galla Ferenc. A kiképzések során kevesebb technikát oktattak, viszont azokat sokszor elgyakoroltatták a katonákkal, így készség szintűvé vált a gyakorlatok során elsajátítottak végrehajtása. A kiképzők felkészítését is preferálták, ezért gyakran más harcművészeti ágból is érkeztek jeles képviselők továbbképzéseket tartani. Például 1988-ban a Kyokushu két jeles mestere érkezett hazánkba, hogy képezze a magyar kiképzőket, testnevelő tanárokat. 2000-ben a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem adott teret a Magyar Honvédség kiképzőinek szakmai fejlődéséhez. Közreműködtek a gyorsreagálásúak és a rendőrség egyes szakemberei is.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kézitusák kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003

## IV. A rendvédelmi közelharc története

A rendfenntartás már az ősi közösségekben kialakult, a közösségek vezetői, idős tagjai (a vének) hozták a közösség együttéléséhez szükséges szabályokat, melyek betartatásában, végrehajtásában a közösség tagjai közösen vettek részt. A korai államok rendfenntartó tevékenységét a fegyveres erők tagjai, a katonák végezték.<sup>7</sup>

E tevékenységnek nem voltak élesen elkülönült szabályai, az adott kor katonai eszközeivel, eljárásaival történt a kor elvárásainak megfelelően. A rendfenntartás közben alkalmazott közelharc nem különbözött a harcmezőn alkalmazott közelharci technikáktól.

A 19. században vált külön a honvédelem a rendvédelem szervezetétől. Hazánkban az 1848-49-es szabadságharc leverése után alakultak meg a rendvédelmi feladatok ellátására a zsoldár-ezredek, majd 1881-ben került sor a csendőrség felállítására.<sup>8</sup> Ezen rendfenntartó szervezeteknél még szervezett formában nem folyt közelharcoktatás, csupán a fegyverzet használatára vonatkozó utasítások lelhetők fel. A kényszerítő eszköz alkalmazásáról csupán a következő iránymutatások szerepelnek a szolgálati utasításban:

„48.§. Kényszerítő eszközök alkalmazása

328.” Kényszerítő eszköz” alatt az erőszakos kézrátétel útján való megfogást, eltávolítást, valaminek cselekvésére vagy abbahagyására való kényszerítést és az erőszakos elszállítást értjük. Ilyen kényszerítő eszköz alkalmazásának akkor van helye, ha olyan gyorsan leküzdendő ellenállásra talál a csendőr, amelynek megtörésére a fegyverhasználat még nem lenne indokolt, a bilincselés pedig nem lehetséges. A kényszerítő eszközök alkalmazásának sohasem szabad a csendőr és az illető egyén között dulakodássá fajulnia.

329. Olyan esetekben, amidőn ez valamely személy életének, testi épségének vagy vagyonának azonnali megmentése végett szükséges, továbbá, ha verekedőket másként szétválasztani nem lehet, a puska tusa vagy a kard markolata kivételesen ütésre vagy lökésre is használható. Ha a menni vonakodó fogoly továbbszállítására sem segítség, sem szállító-

---

<sup>7</sup> <http://hu.wikipedia.org/wiki/Rendvédelem-történet>

<sup>8</sup> Sásdi Tamás: A magyarországi csendőrség története 1881-1945. [www.tortenelemklub.com](http://www.tortenelemklub.com)

eszköz rendelkezésre nem áll, meg van engedve, hogy a csendőr a foglyot karjainál fogva kényszerítse a továbbmenésre.”

A szolgálati utasításból kitűnik, hogy bonyolult technikákat nem kellett ismernie az intézkedőnek, csak fizikai erejére és fegyvereire volt utalva. 1945.05.10-én az Ideiglenes Nemzeti Kormány feloszlatta a csendőrséget, és feladatainak ellátását a rendőrségre ruházta.<sup>9</sup>

Az intézkedő rendőrök közelharc alapismereteinek oktatása egyre inkább szükségessé vált, ezért különböző küzdősportokból átvett mozdulatok oktatása kezdődött. A Stadler Béla – Horváth István testnevelő tanárok által írt „Önvédelem” című könyv (BM Tanulmányi és Kiképzési Csoportfőnökség, 1966) már széles skálájú önvédelmi fogásokkal ismerteti meg bennünket, a judo, a karate és a bokszt alapfogásainak felhasználásával. A könyv négy fejezetben tárgyalja az önvédelmi fogásokat. I. fejezet a fegyver nélküli önvédelem (szabadulás fogásokból, fojtás és zubbonyfogás elleni védekezés, ütések-rúgások védeke, késszúrások hátrítása, pisztoly- és géppisztoly támadás elleni védekezés, földharc önvédelem fogásai). II. fejezet önvédelem gumibottal és alakalmi eszközökkel (székkel, kabáttal) III. fejezet támadó fogások (ütések-rúgások, mást támadó ellenfél lefegyverzése). IV. fejezet cselgáncs (általános alapismeretek, dobások, leszorítások, fojtásfogások, karfeszítés).<sup>10</sup>

Az azóta eltelt időben szinte valamennyi küzdősport irányzat megjelent a rendőri közelharcban (kung fu, ju jitsu, kick-box, stb.), de egyelőre még nem alakult ki egységes, kortól, nemtől, edzettségi állapottól függetlenül használható önvédelmi-közelharc rendszer. Sok változót kell figyelembe venni az egységesítés során, meg kell felelni a kor elvárásainak, a felhasználók képességeinek. A tökéletesítésre való törekedés folyamatos, jó példája ennek Rostás Tibor: Rendőri közelharc című könyve (2008). Rostás Tibor kiképzési tanácsadóként és kiképzésvezetőként tevékenykedett a Rendőrség kötelékében a Magyarországi Wado-ryu Karate Szövetség 6. danos főinuktora (2008-as adat szerint). A könyv megfelelő szakmai irányítás mellett bárki számára könnyen elsajátítható tudásanyagot kínál korra, nemre, testalkatra való tekintet nélkül. Ötvözi a nemzetközi és hazai önvédelmi tapaszt-

---

<sup>9</sup> Szervezeti és szolgálati utasítás a magyar királyi csendőrség számára. Budapest, 1927, Pallas. 387 p. (SZUT) 140. oldal

<sup>10</sup> Stadler Béla és Horváth István: Önvédelem. BM Tanulmányi és Kiképzési Csoportfőnökség. 1966

talatokat a távol keleti harcművészetekkel. Tartalmazza a technikai alapelveket, ütéseket, rúgásokat, fojtásokat, bilincselést, ruházatátvizsgálást, elvezetést, szabadulásokat megfogásból, védekezést ütés-rúgás ellen, késtámadások hárítását, lefegyverzési fogásokat, valamint védekezést talajon fekvő.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008

## V. A közelharc technikai alapelvei

A rendőri közelharcban léteznek olyan alapelvek, melyeket szükségeses betartani. A közelharcra általában hasonló alapelvek érvényesek, mint a harcművészetekre is.

**A stabilitás elve:** fontos, hogy mindig stabil pozícióban legyünk, hiszen így nem tudnak minket felborítani, könnyebben reagálunk a támadásra, könnyebb az ütések, rúgások, dobások végrehajtása is. Ha az intézkedés alá vontat földre akarjuk vinni, akkor is először az egyensúlyából kell kibillenteni.

**A merőlegesség elve:** minden ütés vagy rúgás akkor hatékony, ha azt merőlegesen hajtjuk végre. Így könnyebb elkerülni, hogy megsérüljünk, hiszen ha más szögben ütünk, akkor könnyen eltörhetjük a csuklónkat és eleve hátrányos helyzetbe kerülünk.

**A vitális pontok támadásának elve:** Akkor fejt ki legjobban a hatását a támadás, ha az a test valamilyen sérülékenyebb vagy izommal kevésbé fedett részére irányul. Így előbb meg tudjuk törni az ellenállást.

**Az erő összpontosításának elve:** fontos, hogy a mozdulatot egyetlen pontra, koncentrált erővel hajtsuk végre. A végrehajtáshoz be kell gyakorolni, hogy ellentétes izmaink külön-külön dolgozzanak. Lényeges az izomzat gyors megfeszítésének és hirtelen ellazításának képessége.

**A gyorsaság elve:** figyelni kell arra, hogy gyorsan hajtsuk végre a mozdulatokat, hiszen így meglepjük az ellenfelet és nem tudja lereagálni, amit végre akarunk hajtani. Küzdősport edzéseken nagy hangsúlyt szánnak a gyorsaságnak, azonban ezt a képességet lehet a legnehezebben fejleszteni.

**A találati felületek megválasztása:** ha előre feledzett felülettel támadunk, akkor az javítja a hatásfokot. Nem mindegy például, hogy a köríves rúgást sípcsonttal rúgjuk meg vagy esetleg a lábfej csőr részével, mert ha kisebb a támadó felület, akkor az nagyobb fájdalmat okoz becsapódáskor. Hatékonyabb, ha csontos résszel támadunk és nem lággyal. Viszont nem célszerű csontos résszel csontot támadni, például könnyen eltörik a kéztő csont, ha ököllel megütjük az állcsontot.

**A kombináció elve:** célszerű, hogy rövid időn belül több csapást mérjünk az ellenfélre, aki emiatt nem tud rendesen koncentrálni a védekezésre. Hatásosabb, ha távolabbi felületekre mérünk támadást, hiszen így nem tudja rendezni a védekezési technikáit és az ellenállása is valószínűleg hamar megszűnik. Elképzelhető még, hogy felveszi az ösztönös védekezési pozíciót, ami az intézkedő számára jobb, mert így gyorsabban földre tudja kényszeríteni az intézkedés alá vontat.

**A távolságtartás elve:** mind védekezésnél, mind támadásnál ügyeljünk a megfelelő távolságra. Próbáljuk meg felvenni a számunkra optimális távolságot. Ha túl közel vagyunk, akkor kevesebb időnk marad lereagálni a támadást, illetve az intézkedés alá vontból is agresszivitást válthat ki.

**A légzés elve:** ütésnél, rúgásnál az erőteljes kilégzés növeli az erő kifejtés hatékonyságát. Kilégzésnél megfeszülnek az izmok is, így ha találat ér bennünket, az nem tesz akkora kárt bennünk, mint akkor, ha elernyedtt állapotban lennének az izmaink.

**A találat utáni pozíció elve:** ha az intézkedés alá vont a földre kerül a löfegyverhasználat, vagy az általunk végrehajtott technika után, akkor sem vonhatjuk el róla figyelmünket. Vegyünk fel olyan pozíciót, amelyből még tudunk reagálni az esetlegesen bekövetkező támadásokra. Ezek mellett ügyeljünk a környezetünkre is és ne feledkezzünk meg a környezetkontrollról.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008

## **VI. A támadható felületek**

Az emberi test egy bizonyos mértékig ellenálló a külső környezeti hatásokkal szemben, sok mindent elvisel. A külvilágból érkező erősebb erőbehatások viszont sérüléseket, zavarokat okozhatnak, károsíthatják életfontosságú szerveink működését. A katonának kézitusája esetén a legrövidebb idő alatt a leghatékonyabb módon kell ártalmatlanná tennie ellenségét, tehát a test azon részeit kell támadnia, mely fontos szervekkel van közvetlen kapcsolatban.<sup>13</sup>

### ***VI.1. A fej támadható területei***

Homlok: a rá mért kéztői ütés hatására agyrázkódás, eszméletvesztés következhet be.

Halánték: üthetünk rá kéz éllel, ujjbüttyökkel illetve nyomást is kifejthetünk erre a pontra. A külső hatás következményeként eltörhet a halántékcsont, ami eszméletvesztést, halált okozhat.

Szem: különböző ujjakkal támadhatjuk, aminek a következménye erős fájdalom és látás kiesés lehet, időszakos vakság léphet fel, a szemgolyók ki is ugorhatnak üregükből. Ha a támadást az ujjak bökö mozdulatával hajtjuk végre, ezek áthatolhatnak a szemüreg hátsó falát képező vékony csontlemezen és az agyat elérve azonnali halált okoznak. Kisebb ütés homályos látást és könnyezést eredményez.

Orr: fejelhetünk, üthetünk az orrnagyregre és az orrhegyre, ilyenkor szédülés, könnyezés, látáskiesés léphet fel. Ha az orrcsont szilánkosra törik, akkor a szilánkok a homloklebeny irányába haladhatnak, ami életveszélyt okoz. Az orr alatti idegközpontra mért ütéstől éles fájdalom és könnyezés keletkezik.

---

<sup>13</sup> Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003.

Fül: megüthetjük tenyérrel, megmarkolva megcsavarhatjuk, aminek az eredménye fájdalom lesz és az ütés esetén egyensúlyvesztés. Amennyiben tenyérrel mérünk ütest a fülre, a dobhártya beszakad, következménye éles fájdalom, hallás kiesés és egyensúlyvesztés lesz. Ez a szerv könnyen le is téphető.<sup>14</sup>

Állkapocs: támadható ököllel, tenyértővel és így könnyen eltörhet, illetve elmozdulhat a helyéről. Ha az állkapocsnak neki nyomódnak az arcidegek, akkor az arcnak az a része könnyen lebénulhat.

Arc: ha ütés éri, könnyen bénultságot, enyhe agyrázkódást, ájulást okozhat. Az arc vékony csontjai könnyen eltörnek, jelentős duzzanat keletkezik, mely a látást befolyásolja.

Tarkó: kézzel és könyökkel is támadható, melynek hatása agyrázkódást okoz, illetve a kisagyat ért károsodás harcképtelenné teszi az ellenfelet.<sup>15</sup>

## **VI.2. Nyak**

Nyaki ütőerek: mérhetünk rá ütest, elszoríthatjuk és elnyomhatjuk vagy esetleg szűrő- vágó eszközzel elvághatjuk. A nyaki főverőér nyomás alá helyezése miatt nem lesz elégséges az agy vérellátása, így pár másodpercen belül eszméletvesztés vagy hosszabb idő múlva halál is bekövetkezhet. Amennyiben az ér megsérül, artériás kivérzés következtében percek alatt bekövetkezik a halál.

Gégeporc: megtámadhatjuk ezt a pontot szorítással és ütéssel. Következménye, hogy elszorul a légcső vagy a porc eltörik, a légút elzáródik, aminek hatására az illető megfullad.

Nyaki gerinccsigolyák: ha megütjük vagy erőteljesen elforgatjuk a fejet, akkor a csigolyák kificamodnak, eltörnek, megsérülhet a gerincvelő és a gerincideg, aminek az eredménye bénulás vagy halál.<sup>16</sup>

A fentiekből láthatjuk, hogy a fej és nyak támadása esetén agyrázkódás, eszméletvesztés és gyakran halál lesz a technika befejezésének eredménye. A katonai kézikönyvben általában ez

---

<sup>14</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézikönyve (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

<sup>15</sup> Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003.

<sup>16</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézikönyve (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

nem hátrány, sőt harci körülmények között ez a legegyszerűbb megoldás, ha már pusztá kezes harcra kerül sor. Azonban rendőri intézkedésnél egyáltalán nem célunk halálos sérülés okozása. Célunk, hogy az intézkedés alá vont személyt ártalmatlanná tegyük a sérülések létrejöttének minimalizálásával. A Szolgálati Szabályzatban leírtak alapján is a kényserítő intézkedések során az erőbehatásnak lehetőleg végtagra kell irányulnia. Rendőrként mindenképpen kerülnünk kell a fejre-nyakra irányuló támadásokat!

### ***VI.3. Törzs***

A vállak vonalától a csípő feletti részig tartó része a testnek. Az itt elhelyezkedő létfontosságú szervekre mért támadásoknak az eredménye csak ritkán halálos, azonban gyakran okoz nagy fájdalommal járó, akár súlyos sérülést is.

Váll: a kar csavarásával fájdalmat okozhatunk az ellenfél vállában, aminek következtében meg tudjuk törni az ellenállását. Az is lehetséges, hogy ha erősebb csapás éri a vállízületet, az egész kar lebénulhat egy ideig.

Kulcs csont: vékony csont, ha erősen ráütnek, könnyen törik, ezáltal a sérült oldali kar használhatatlanná válik.

Kulcs csont árok: ujjak nyomásával erős fájdalmat okozhatunk, döféssel pedig ájulást és fulladást.

Hónalj: számos ideg található ezen a részen, így az ide mért támadás komoly fájdalmat és részleges bénulást is okozhat. Ha késsel szúrunk a hónaljba, akkor elvághatjuk az artériát, következménye elvérzés, halál.

Bordák: ha a bordák alsó részére mérünk ütést, akkor a rekeszizom vagy a légzést végző izmok elernyednek, légszomjat vagy ájulást okoz. Ha a lengőbordák erős ütést kapnak, könnyen eltörnek. Ha a katona az ujját a borda alá tudja helyezni, akkor könnyen leszakíthatja az inakról. A törött bordák megsérthetik a tüdőt, illetve a jobb oldali törött bordák a májban tehetnek kárt.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003.

Máj: megtámadható ütéssel vagy ujjakkal is be tudunk nyúlni alá és a bordákhoz préselve megrepedhet, ami életveszélyes sérülés.

Gyomorszáj: ha erősebb ütést vagy rúgást mérnek erre a pontra, akkor néhány percre tartó görcsös fájdalmat okozunk az ellenfelünket.

Gerincoszlop: ütést rúgást lehet rá mérni, ritkán a gerinc csavarását is alkalmazzák. Ha megsérül a gerinccsigolya vagy a gerincvelő, akkor bénulást okoz.

Vesék: ezt a páros szervet ütéssel és rúgással is megtámadhatjuk. A vesékre mért támadás nem mindig jár együtt fájdalommal. Viszont, ha szűrő- vágó eszközzel megsértik, akkor a nagy vérveszteség miatt sokkot kap az illető és gyors orvosi beavatkozás nélkül meghal.

Nemi szervek: ütés vagy rúgás esetén erős fájdalom lép fel a férfiaknál és nőknél egyaránt, ami ájuláshoz, sokkhoz is vezethet. Már enyhébb csapás is harcképtelenné teheti az ellenfelet.<sup>18</sup>

Láthatjuk, hogy a törzset ért támadások nagy része már nem okoz halált, de még mindig súlyos, maradandó sérülések keletkezhetnek. Ezért rendészeti dolgozóként nem támadhatunk meg néhány pontot, mivel túlságosan nagy sérülést okoznánk. A gyomorszájra mérhetünk frontális rúgást távolságtartás céljából, viszont az ágyéki környék nem támadható.

#### ***VI.4. Felső végtagok***

Bicepsz: a felkar hajlító izmára mért ütés nagy fájdalmat okoz és így a kart használhatatlanná is teheti.

Könyök: feszítésével, csavarásával együttműködővé tehetjük az intézkedés alá vont személyt. Ha a kart kinyújtjuk és a könyökre ütést mérünk, akkor azt könnyen eltörhetjük, így harcképtelenséget okozunk.

Alkar: a könyök alatti részen találhatók az alkari idegpályák. Ha sikerül eltalálnunk ezt a részt, akkor az ellenfél átmenetileg nem képes használni a kezét.

Csukló: főleg együttműködésre kényszerítésnél feszítéssel támadjuk ezt a testrészt.

Kézujjak: egyszerűen elérjük az ujjakat, hátra feszítésükkel jelentős fájdalmat okozhatunk.

---

<sup>18</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

Kézhat: erre a felületre mért ütés nagy fájdalmat okoz, amittől a célszemély nem tud szorítani. A kézhátban található kézközépcsontok könnyen eltörhetők.<sup>19</sup>

A felső végtagokon már a rendészeti dolgozók is alkalmazhatnak különböző technikákat, hiszen itt már nem okoznak halált vagy életveszélyes sérülést. Mindenképpen figyelni szükséges a kifejtett erő nagyságára, mivel könnyen ízületi sérüléseket, töréseket okozhatunk.

## ***VI.5. Alsó végtagok***

Comb: a combon vannak olyan idegpontok, amelyeket ha erősen megrúgunk sípcsonttal vagy sarokkal, átmenetileg használhatatlanná válik a láb, összerogy, elesik a személy. A hosszabb ideje küzdősporttal foglalkozók esetleg nem érzékenyek a combrúgásra, mivel edzésen „felkeményítik”, ütéssel-rúgással szemben érzéketlenné teszi az adott területet. Alkohol és kábítószer hatása alatt álló egyének szintén kevésbé érzékelhetik a fájdalmat.

Térd: megtámadhatjuk oldalsó vagy taposó rúgással. Ha az anatómiai mozgással nem megegyező irányból éri rúgás kifícamodhat, eltörhet. Mindkét eset erős fájdalommal, mozgásképtelenséggel jár.<sup>20</sup>

Sípcsont: a csontot csak egy vékony bőrréteg fedi, így a rúgás hatására könnyen megsérthetjük a csonthártyát, ami jelentős fájdalmat okoz.

Achilles ín: megtámadhatjuk rúgással, vagy akár elvághatjuk egy vágó eszközzel. Ha megsérül ez az ín, a láb akár teljesen használhatatlanná is válhat.

A Szolgálati Szabályzat engedélyezi a rendőröknek, hogy alsó végtagra támadjanak. Ezen a területeken nem lehet életveszélyes sérülést okozni, viszont a felső végtagokon alkalmazott technikákkal megegyezően lehetőség szerint kerülni kell a súlyos sérülések okozását.

---

<sup>19</sup> Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003.

<sup>20</sup> Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003.

## **VII. A támadó felületek**

Támadás során nem csak hidegfegyvereket alkalmazhatunk, hanem használhatjuk saját testünket is. Ehhez ismernünk kell, hogy melyik testrészünkkel mit támadhatunk, mert ha ezzel nem vagyunk tisztában, akkor nem lesz hatékony a technikánk, nem váltja ki a megfelelő hatást. Esetleg meg is sérülhetünk és sérülten a saját, vagy társunk, katonatársunk életét is veszélybe sodorhatjuk. Néhány testrészünket rendszeresen használjuk, hogy a másokban kárt tegyünk, és vannak olyanok is, amelyeket ritkán vagy csak a legvégső esetben.<sup>21</sup>

### ***VII.1. A kar és ütőfelületei***

Ököl: ha ököllel ütünk, akkor az ujjainak zárt állapotban vannak. Könnyen kivitelezhetünk így egyenest, horgot, vagy felütést. Mindig ügyelnünk kell a helyes kéztartásra, ha az öklünk és a felkarunk nincs egy síkban, akkor az ütés sem lesz olyan erős és könnyen megsérülhet a csuklónk, sőt el is törhet. Törekedjünk arra, hogy az öklünk enyhén a kisujj felé legyen fordítva, ilyenkor a megtámadott felületre az első két bűtyök fog becsapódni, amittől az ütés erősebb lesz. Fontos, hogy a felület erősítése mellett a többi ízületet is felkészítsük a becsapódásra, ezért erősíteni kell a csuklót, a könyököt és a vállat.

Kézél: ha ezzel a felülettel ütünk, akkor fontos, hogy hosszabb idő alatt keményítsük fel. Könnyű eltörni a kisujjat és a borsó csontot. Kézéllel mérhetünk támadást például ellenfelünk nyakára.

Tenyérgyök: ennél az ütésformánál hátra feszítjük a kézfejünket és a tenyér csukló felé eső párnájával ütünk. Előnye, hogy csökkentjük a csukló sérülésveszélyét. Tenyérgyökkel célszerű csontos részt ütni, például a fejet. Ilyenkor nem csont a csonttal találkozik, és nem

---

<sup>21</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

törlik el a kézközépcsontunk. Az sem nagy hátrány, hogy az ellenfél feje sem sérül meg olyan mértékben, mintha ököllel hajtottuk volna végre az ütést.

Ujjak: a lágy részek támadására alkalmasak igazán, például szem, herék, fültő, gége. Nemcsak ütésre, hanem szorításra és nyomásra is használhatjuk ezeket a testrészeinket.

Könyök: belharcban kiválóan lehet alkalmazni a könyök technikákat. A fejre mért ütés veszélyes, mivel rendkívül nagy erő hat a fejre és így könnyen életveszélyes sérülést okozhatunk. A rendőrök használják ezt az ütést távolságtartásra is, viszont szigorúan csak a mellkas támadható ezzel a formával.<sup>22</sup>

## ***VII.2. Láb és rúgófelületei***

Figyelembe kell venni, hogy a katonán bakancs van, ami kedvezően hat a lábbal végrehajtott technikák kivitelezésére is. A rendőrök is bakancsot hordanak a bevetési ruházathoz, így ők is emelt hatásfokkal hajthatják végre a rúgásokat.

Térd: a könyökhöz hasonlóan a térdet szintén belharcban alkalmazzák. A katonák fejet, gyomorszájat és az ágyékot támadják. Rendőrként ezek tilosak, főleg a combot és a hasfalat rúgjuk meg. Fontos, hogy bele tegyük a csípőnket is, mivel így növelhetjük a térdtechnika erejét. A rúgást kivitelezhetjük egyenesen és oldalról is.

Sípcsont: ezzel a felülettel általában combot támadunk. Fontos, hogy csak akkor használjuk a sípcsontunkat, ha már felkeményítettük, mert ha nem készítettük fel, akkor könnyen megsérülhet és el is törhet.

Lábfej orr része: egyenes és köríves rúgásoknál használjuk. A bakancs védi a lábujjakat és nagyobb fájdalmat okoz az ellenfélnek. Mivel kicsi és kemény felület, ezért komolyabb fájdalmat okoz.

Lábfej csüd része: vigyázni kell, hogy ne feszüljön túl, mivel az sérüléshez vezet.

Külső és belső talp él: oldalsó és taposó rúgásnál támadunk ezzel a felülettel.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadműveleti és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

<sup>23</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadműveleti és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

### ***VII.3. Fej***

Ezt a testrészt csak speciális esetekben, meglepetésszerű támadásoknál, belharcban használhatjuk. Homlokkal, fejtetővel ajánlatos fejelni, de rendészeti dolgozóként a fejelés közelharcban nem alkalmazható.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadműveleti és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

## VIII. Pusztakezes katonai kézitusa technikák

### Állások

Az alapállásoknál fontos, hogy stabilan álljunk, meg tudjuk őrizni egyensúlyunkat, ne tudjanak felborítani minket. Az a legjobb, ha tudunk reagálni és nem kerül arra sor, hogy fellöknek vagy földre kerülünk. Sohasem álljunk nyújtott térdekkel, mivel így nehezen tudunk elmozogni a támadások elől. Legyenek enyhén hajlítottak a lábaink, a talpaknak az egész felülete legyen a talajon, ne álljunk lábujjhegyen vagy talpélen. Ügyeljünk arra, ha mozogni akarunk, akkor ne akadályozzák egymást az alsó végtagjaink.

Az alapállásoknak három fajtája van.<sup>25</sup>

Készenléti állás: mind a támadást, mind a védekezést ebből a helyzetből a legegyszerűbb végrehajtani. A katona vállszélességű terpeszben áll, az egyik lába előre van, mint a másik és a testsúly közepén helyezkedik el. A törzs egyenes, és ha a kezekben nincs fegyver vagy más eszköz, akkor a kezek a test mellett helyezkednek el.

Küzdő állás: az alapállás ugyanaz, mint készenléti állásban, viszont a hátul lévő láb sarka megemelkedik. Ha a kéz üres, akkor az elől lévő lábbal azonos oldali kéz van elől, amit az áll magasságában tartanak. A hátsó kéz a járomcsontnál helyezkedik el.

Támadóállás: a küzdőállásból az elől lévő lábbal előre lép és testsúly 2/3 részét áthelyezi, az ellentétes oldalon lévő sarok megemelkedik. Ezt az állást főleg ütéseknel, döféseknel, szúrásoknál használják.

Védőállás: akkor alkalmazzák, amikor növelni akarják a támadó és a közte lévő távolságot. Az elől lévő lábat hátracsúsztatják, majd a hátsóval is ugyanezt teszik. A testsúly 2/3 része itt helyezkedik el. Közben a kezekkel blokkot alkalmaznak.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

<sup>26</sup> Dr. Zöllei Zoltán: A Magyar Honvédség Kézitusa Kiképzésének Szakanyaga. A Honvédelmi Minisztérium Humánpolitikai Főosztály Kiadványa. 2003.

## Ütések és azok védesei

### Ütések

Ökölütések: támadóállásból hajtják végre. Lábból és csípőből indítják az ütést. Fajtái: egyenes-, köríves-, oldal-, kalapács-, felütés. Ezekkel a technikákkal támadják a fejet, a gyomrot és a bordákat.

Könyökütések: leütést, felütést, horogütést és hátraütést használnak belharcban.

### Ütések véde

Elsősorban a támadás vonalából kell kilépni vagy belépni és a támadó végtag mozgását megállítani.

Felsőhárítás: ha az ellenség jobb kézzel a fej felé egyenest üt, akkor a bal kezekkel kifelé terelik a támadó kezét, majd a jobb karral ellentámadást hajtanak végre.

Felső kereszthárítás: az alkarokat keresztberakják és felemeljük, így védve ki a támadást.

Alsóhárítás kifelé: ha jobb kézzel egyenes ütést mérnek a törzsre, akkor bal kézzel kifelé hárítják, majd visszatámadnak.

Alsóhárítás befelé: ugyanaz, mint az előző védekezési technika, csak az ellenkező oldalon lévő karral hajtják végre a hárítást.

## Rúgások és azok védesei

### Rúgások

Frontális-, köríves-, oldalsó-, térd rúgást alkalmaznak.

### Védése

Egyenes rúgás véde

karral: Az egyenes rúgást elháríthatják egy kézzel, amikor egyik karral félresöpörik a támadó alsó végtagot, majd az ellenfél tartólábát egy taposó rúgással megtámadják.

Alsó kereszthárítás: keresztezett alkarokkal állítják meg a frontális rúgást.

Frontális rúgás lábbal történő véde

se: az elől lévő alsó végtag sípcsontjával oldalra térítik az érkező rúgást, majd a talp éllel az ellenség térdébe taposnak, és a nyakszirtre helyeznek egy ütést.

Combba érkező köríves rúgás véde

se: az elől lévő lábbal blokkolják a köríves rúgást és lehetőség szerint a másik lábbal visszatámadnak.

Derékmagasságú rúgás véde

se: A támadó végtagot karral védik ki, majd az ellentétes oldalon lévő kézzel egyenes ütést ütnek. Alkalmazhatnak belső horogdobást is, és miután földre került az ellenfél még egyéb technikát is végre hajthatnak, például ütést a fejre.

## Esések, zuhanások, gördülések

A katonával előfordulhat, hogy bevetés során a földre kényszerül. Ez történhet abból az okból is, hogy megbotlik, vagy a talaj egyenetlensége miatt, vagy az ellenfél támadása során esik el. A katonára a repeszálló mellény és az egyéb felszerelések miatt nagy súly nehezedik, ami a zuhanást gyorsítja, illetve a mozgást gátolja. Ezért fontos, hogy megtanulja a megfelelő eséstechnikákat, mert ezekkel csökkentheti a sérülés esélyét vagy mértékét. Az esésnél a legfontosabb, hogy a gerinc, a fej, a csontok és az ízületek ne károsodjanak. Földre zuhanáskor csökkenteni kell a súlypontot, mivel így kisebb energia hat a becsapódó testre. Meg kell próbálni nagy felülettel talajt fogni, például combbal, karral. Becsapódáskor fontos, hogy az izmok feszült állapotban legyenek. Célszerű a levegőt is kifújni, mert így jobban megfeszülnek az izmok és nem fog a levegő sem beszorulni a tüdőbe. Lehetőleg minél gyorsabban álljon fel a katona, mivel a földön nem tud hatékony védekezési technikákat alkalmazni. Az eséseknek két csoportja van, a zuhanás és a gördülés. Zuhanás esetén az emberi testmozgás iránya merőleges a talajra. Gördüléskor vagy guruláskor ez más szöveget zár be. Zuhanást és gördülést előre, hátra és oldalra lehet kivitelezni.

#### Dobások

A test-test elleni harcban fontos, hogy a katona állva maradjon, ha a földre kerül, az előnyt jelent a támadójának. Ezért mindkét fél törekszik a másik felet a földre kényszeríteni, amit dobással célszerű elérni. Ilyenkor ugyanis a talajra érkező ember a becsapódáskor megsérülhet, illetve a földre érkezéskor egy pillanatra sokkot kaphat. A földre vitelnél először ki kell billenteni az ellenfelet a saját egyensúlyából. Fontos, hogy a dobást végrehajtó személy állása stabil maradjon, és ne essen el a földre érkező emberrel. A katonák a dobásnak három fajtáját használják.

A hátsó gáncsot támadásnál és ellentámadásnál is alkalmazzák. Ilyenkor megfogja a katona a célszemély egyik felkarját, másik karjával a nyakánál a ruházatát. A megfogott keze felé hátra nyomja, majd kaszázó mozdulattal kirúgja a lábát.

Csípődobást csak ritkán és speciális esetekben alkalmaznak, végrehajtása során a támadónak szemből megfogják az egyik kezét és a derekát, a dobást végrehajtó egyik lábával keresztbe lép, majd előredől és a megfogott kart keresztben maga elé húzza. Ennek az lesz az eredménye, hogy az ellenfél a földre kerül.

A nyakfogásos csípődobást főként támadásoknál használják. Ennek a technikának a végrehajtása egyezik az előzővel, azzal a különbséggel, hogy nem a csípőt fogják meg, hanem a nyakat.

#### Földön rögzítés, alap leszorítások

A földre vitel után célszerű, hogy az ellenfelet a hasára fordítják, mivel így a legalacsonyabb annak az esélye, hogy a földön lévő személy hatékony technikát sikeresen alkalmazzon. Békefenntartó műveletek során, ha az intézkedés alá vont ellenáll, akkor is célszerűbb földre kényszeríteni és ott végrehajtani a bilincselést és a ruházat átvizsgálását. Nem árt, ha a honvéd tud másfajta leszorító technikát is, amit harc közben tud alkalmazni. A gyakorlásokon nem csak azt tanulják meg, hogyan hajtsák végre, hanem azt is, hogyan szabaduljanak ki ezekből.

Oldalsó rézsútos leszorítás: a katona az ellenfele mellkasán fekszik, egyik kezével a nyaknál, másikkal a célszemély csuklóját a hónaljba rögzíti, lábai az alul lévő teste mellett 90 fokban.

Oldalsó leszorítás: Az ellenfél a hátán fekszik, a honvéd a lábán és a nyakán átnyúlva rögzíti, lábai oldalt terpeszben vannak.

Lovagló üléses leszorítás: Az ellenfél háta a földön van, a katona ráfekszik mellkasával az alatta lévő mellkasára, lábait beteszi a földön lévő ember lábai alá és a karjával a nyakán karprést alkalmaz.

Fej felőli leszorítás: A fej felől közelítik meg a célszemélyt. Az előző pozícióhoz hasonlóan most is ott van a mellkas, a derék alatt karolják át a személyt, lábak terpeszben.

### Ízületek feszítése

Egyre elterjedtebbek a katonák körében, mivel már ők is arra törekednek a rendészeti feladataik ellátása során, hogy a lehető legkisebb sérülést okozzanak az intézkedés alá vont személynek. A feszítések végrehajthatók puszta kézzel és eszközzel. Olyan pozíciót kell felvenni, ami az intézkedőnek biztonságos, kontroll alatt tudja a célszemélyt tartani. A leggyakrabban a csukló, könyök, gerinc és térdízület feszítéseit alkalmazzák.

### Szabadulás fogásból

A küzdő felek egymás mozgását próbálják megakadályozni, ilyenkor különböző fogásokat alkalmaznak. Általában szemből, oldalról, hátulról átkarolják egymást, megragadhatják a ruházatot, a haját, a csuklót és a könyököt, sőt az is előfordulhat, hogy a katonát a falhoz szorítják és megmarkolják a torkát. Ezekben az esetekben sürgősen szabadulni kell a fogásból és ellentámadással kell reagálni.

Szabadulás azonos oldalú csuklófogásból: megragadják a katona csuklóját, aki ilyenkor hátralep, lefelé rántja a megtámadott végtagját. Ekkor a csukló szabaddá válik, majd ugyanazzal a kézzel a támadó halántékára oldalsó ütést mér.

Szabadulás egykezes kabátfogásból: a támadó ráfog a honvéd zubbonyára és maga felé húzza, a megtámadott belép ütőtávolságon belülre, megragadja a támadó állát, tarkóját, ezt követően fejcsavarással a földre kényszeríti.

### Fojtások

A katonai feladatok ellátása során előfordulhat, hogy őrszemet kell kiiktatni. Ez megvalósítható késsel, kötéllel vagy puszta kézzel. Ha eszköz nélkül hajtják végre ezt a technikát, akkor fojtás alkalmazható. Fojtás közben a géget elszorítják, így megakadályozzák a levegővételt. Gyakori, hogy a nyaki gerincszakasz eltörik, a gerincvelő elnyíródik és ez azonnali légzés- és keringésleálláshoz vezet.

Hátsó fojtásnál a katona átkarolja az ellenfél nyakát, az alkarja a megtámadott torkán helyezkedik el, a tarkóján pedig a válla. Így összepréseli a nyakat és ennek eredménye a gége törése, ami fulladáshoz vezet. Az olló technikánál alkarral és felkarral szorítja a nyakat. Ebben az esetben a nyaki főverőerek egyidejű elszorítása miatt az agy vérellátása megszűnik, ami ájulást eredményez.<sup>27</sup>

### Védekezés késtámadás ellen

Lehetőség szerint valamilyen eszköz igénybevételével kell védekezni, mert így csökkenteni tudják a veszélyt és távolabbról tudják a támadást hárítani. Ha nem áll rendelkezésre felhasználható eszköz, akkor puszta kézzel kell elhárítani a támadást.

Alsó szúrás elleni védekezés: egykezes alkarblokk a támadó kézre, majd azt meg kell fogni, ágyékrúgással ellentámadás és ezt követi a kés elvétele. Lehet csuklódobást is alkalmazni.

Egyenes szúrás torokra: a katona a támadónak ellentétes oldali karjával véd tenyér éllel, majd kézhátütést mér fejre, ágyékba térdel, leviszi a földre hátra lépve, majd elveszi a kést.

Fonákmetszés: ha az ellenség jobb kézzel támad, akkor kilép a honvéd balra, jobb kézzel blokkol, majd ráfog arra a végtagra, amiben a kés van. Ezután bele térdel a gerincbe, végül torkon vágja a célszemélyt.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

<sup>28</sup> Dr. Zöllei Zoltán: A Magyar Honvédség Kézitusa Kiképzésének Szakanyaga. A Honvédelmi Minisztérium Humánpolitikai Főosztály Kiadványa. 2003.

## IX. Katonai kézítása eszközzel

### Késharc

A kés a katonák egyik legismertebb eszköze, a kézítása kedvelt hidegfegyvere és valószínűleg a jövőben is használni fogják. A különleges alakulatok szintén előszeretettel alkalmazzák, mert halk, pontos és gyors. Problémát jelent, hogy hazánkban nincs rendszerített harci kés. Egy jó harci kés tompított fényű vagy fekete bevonatú, kétélű, a penge vége hegyben végződik, markolata barázdált. A kés viselése egyedi, általában a bakancsban vagy hónaljtokban hordják. A késsel lehet vágni, döfni, metszeni és szúrni. Vágásoknál főleg az ágyéki, alkari és a nyaki artériákat támadják. Ezek megsértése esetén a megtámadott, ha nem kap rövid időn belül egészségügyi ellátást, elvérzik. A katonák torokra is döfnek, ami megtöri a támadás lendületét, azonban ez nem olyan veszélyes, mint a vágás. Metsző mozdulatokat főleg nyakra mérnek. A szúrások végrehajtásánál figyelembe kell venni, hogy ha a célszemélyen repeszálló mellényt visel, akkor azon nem hatol át a penge, más a célterületet kell választani: comb, ágyék, torok, arc.

### Egyéni főfegyver hidegfegyverként való alkalmazása

A katona legtöbbször a lőfegyverét használja. A tűzerő segítségével biztonságosabban meg tudja állítani a felé rohanó támadót, de előfordulhatnak olyan helyzetek is, amikor ezt nem tudja kihasználni. Ilyen például, amikor kifogy a lőszer, fegyverakadálya van, nincs elég idő és távolság, hogy lelője az ellenséget, csendesen kell tevékenykedni vagy a saját társai védelme érdekében nem lőhet. Így egyaránt alkalmazzák ezeket a fegyvereket támadásra és védekezésre.

### Gépkarabéllyal végrehajtott technikák

Döfés-szúrás: a katona küzdőállásból kilép az egyik lábával, erőteljesen egyenes vonalon előre döf. Ilyenkor a fegyver csőve van elől. Támadható a fej, torok, gyomor területe.

Ütés, vágás nyakra: célszerű a nyakat támadni, mivel ezt a testrészt általában nem fedi semmi. A kar fentről lefelé mozog, a cső végén összpontosul az energia.

Ezeket a támadási formákat végre lehet hajtani tussal is.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Dr. Zöllei Zoltán: A kés és gépkarabély használata a kézításában. Budapest. 2010.

### Szükség- és kiegészítő eszközök használata

Lehetséges, hogy a katona nem tudja használni a kését vagy a lőfegyverét. Ha eszközzel támadnak, sokkal több esélye van, hogy túlélje a támadást, ezért a kreativitásán múlik, hogy milyen eszközt tud felhasználni. Támadhatnak és védekezhetnek a felszerelésükkel (sisak, pajzs), kővel, hurokkal, gyalogsági ásóval, bottal.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Dr. Zöllei Zoltán: A Magyar Honvédség Kézitusa Kiképzésének Szakanyaga. A Honvédelmi Minisztérium Humánpolitikai Főosztály Kiadványa. 2003.

## **X. Békefenntartó feladatok során alkalmazott technikák**

A katonáknak egyéb szolgálati feladatai is vannak háborúban, nem csak az ellenség megsemmisítése. Nem csak belépnek egy adott ország területére és próbálnak erőszakkal „rendet tenni”, hanem segítenek az ott élő lakosságnak az újjáépítésben is. Rendészeti feladatokat is végeznek, mely ellátásához speciális kiképzésre van szükség. A honvédek ilyenkor hasonló feladatokat látnak el, mint a rendőrök: ór- járőr szolgálatot adnak, ellenőrző- és áteresztő pontot létesítenek.

Ha áteresztő ponton teljesítenek szolgálatot, akkor meg kell állítani minden személyt és gépjárművet. Fontos, hogy jól vegye fel minden katona a pozícióját, ugyanis mindenre figyelni kell. Ha például fegyverhasználatra kerül sor, akkor ne sebesítsék meg a bajtársaikat és a civileket. Miután megállt a személy, a személyi okmányok ellenőrzését végzik. Ha minden rendben van az igazlattal, akkor tovább engedik. Ha bármilyen probléma merül fel, akkor elfogják, megbilincselik. Ezután ruházatátvizsgálás történik, majd át kell őt adni az ügyében eljáró hatóságnak.

Ha a személy ellenállást tanúsít vagy fegyver van nála, akkor erőszakos elfogást hajtanak végre.

### Igazoltatás

Igazoltatásokban három személy vesz részt, egy járőrparancsnok és két fő járőr. A járőrparancsnok megállítja az igazoltatandó személyt. A katonák háromszög alakzatot vesznek fel, a háromszög csúcsában van a parancsnok, a két járőr a két oldalán, de körülbelül 1 méterrel hátrébb. A járőrparancsnok az intézkedő, a távolság közte és az igazoltatott között 3-4 méter. A járőrök biztosító feladatot látnak el.

### Elfogás

Ha az elfogást több katona hajtja végre, mindenkinek megvan a saját feladata.

Két fő által végzett elfogás esetén az elfogandó személyt hátulról közelítik meg. Megfogják a személy csuklóját, majd a másik kezükkel a vállát. A vállakat meghúzzák hátra, beleírúgnak a térdhajlatba, majd miután az intézkedés alá vont személy elvesztette az egyensúlyát, lenyomják a földre úgy, hogy a hasa legyen a talajon. Ezután mindkét katona felveszi

a bilincselési pozíciót. Az egyik katona lába a nyakon és a vesén helyezkedik el. A másik intézkedő a vesén és a háton rögzít.<sup>31</sup>

Négy fővel végrehajtott elfogás esetén előre meg kell határozni, ki milyen feladatot lát el, melyik végtag rögzítését hajtja végre. Miután az intézkedés alá vont személy végtagjait megfogták, a lábakat hátra, a karokat egy kicsit előre kell húzni, majd arccal lefelé a földre kell helyezni.<sup>32</sup>

#### Bilincselés végrehajtása

Álló: a katonák ebben a helyzetben a kezeket előre bilincselik. A megbilincselendő háttal helyezkedik el az intézkedőnek, aki megközelíti, majd ráhelyezi az egyik kezére a bilincset. Az intézkedés alá vont a szabad karját odanyújtja a megbilincselte kar mellé és erre is felhelyezésre kerül a bilincs.

Falnál: ez a bilincselési pozíció megegyezik a rendőrségi bilincselési eljárással.

Térdelve: szintén egyezést mutat a rendőri bilincselési eljárással. Az intézkedés alá vontnak a kezeit a fejére kell feltennie, mielőtt megbilincselik.

#### Ruházatátvizsgálás

Állva: a rendőrség által alkalmazott eljárással egyezik meg, azzal a különbséggel, hogy a katona a bilincsenél fogja a megbilincselte. A rendőrök „villa” fogással a karjánál tartják az intézkedés alá vontat.

Az ülő és a fekvő helyzetben végrehajtott ruházatátvizsgálás megegyezik a rendőri gyakorlattal.

Érdekesség: ha a feltartóztatott személy szemrevételezése esetén felmerül a gyanú, hogy robbanóanyag van nála, akkor törekedni kell a probléma megoldására. Végző esetben fejre leadott lövéssel kell ártalmatlanítani.<sup>33</sup>

---

<sup>31</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

<sup>32</sup> Kézikönyv a nem háborús műveletekhez katonai feladataihoz. A Magyar Honvéd Vezérkar Katonai Tervező Főcsoportügynökség Kiadványa. . Nyt. szám: 998/680

<sup>33</sup> Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadművelési és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám:4/242

## **XI. Rendőri közelharc technikák pusztakézzel**

„Inkább lefogni, mint megölni.

Inkább megütni, mint megnyomorítani.

Inkább megnyomorítani, mint megölni.

Inkább megölni, minthogy Ő öljön meg.

az önvédelem ősi etikai törvénye”<sup>34</sup>

### Alapállás

Interjúállás: majdnem teljesen egyezik a katonai készenléti állással, azonban a rendőröknél a kezek övmagasságban vannak, általában az egyik kézfejre rakják a másik tenyerüket. Így gyorsan tudnak kézzel is reagálni a támadásra, valamint könnyen elő tudják venni a kényszerítő eszközöket vagy a lőfegyvert. Ha a kezek fent lennének a fejnél, mint küzdő állásnál, akkor az feszültséget kelthetne az intézkedés alá vontban. Így viszont véletlenül sem hiszi azt az állampolgár, hogy a rendőr bántani akarná.

Ebből az állásból könnyen fel tudják venni a rendészeti dolgozók a támadó állást és a védekező állást is.<sup>35</sup>

### Ütések és azok védesei

#### Ütések

A rendőr az intézkedés alá vont személyt cselekvésre, cselekvés abbahagyására kényszerítheti, illetve ellenállás esetén annak megtörésére testi kényszert alkalmazhat.<sup>36</sup>

Az intézkedő rendőr testi kényszer esetén önvédelmi fogásokat alkalmazhat. Megfelelő erejű, irányultságú rúgást vagy ütést alkalmazhat a támadás elhárítása, valamint a támadás céljára szolgáló eszköz használatának megakadályozása érdekében. Nem számít testi

---

<sup>34</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008. 9. oldal

<sup>35</sup> NKE-RTK Intézkedéstaktika tananyag

<sup>36</sup> 1994. évi XXXIV. törvény- A Rendőrségről. [www.net.jogtar.hu](http://www.net.jogtar.hu)

kényszernek, ha a rendőr nyújtott kezével, minimális erő kifejtésével távol tartja a kartávolságon belülre lépő személyt.<sup>37</sup>

A rendőrök ütnek egyenes- és köríves ütést, felütést és könyökütést. Ezeket az ütések nem lehet fejre bevinni, hiszen a jogszabályok ezt szigorúan tiltják.

#### Ütések védeése

Egyenes ütés fejre: ha a támadó jobb kézzel üt, akkor a rendőr kilép balra, közben befelé söpri a kart. Átnyúl hónalj alatt a jobb kezével, ballal ráfog a támadó végtagra és külső horogdobással a földre kényszeríti a személyt.

Egyenes gyomorütés háritása: az intézkedés alá vont jobb kézzel ütés mér a rendvédelmi dolgozó gyomrára, aki alkarjával keresztet lépezve blokkolja azt. Ez után bal kézzel kifelé tereli a támadó végtagot és jobbal ráfog a vállára és lehúzza arccal lefelé a földre.

Köríves ütés háritása: jobb kézzel horogütést mérnek fejre. A védekező alkarral háritja, ráfog a csuklóra balkézzel, jobb a hónalj alatt és csípődobással a földre viszi. Ennél az ütésnél lehet horogdobással is a talajra kényszeríteni.

#### Rúgások és azok védesei

##### Rúgás

Lehet frontálisan, körívesen, oldalról rúgni. Ezek a rúgások is csak támadó végtagra irányulhatnak, vagy törzsre. A cél a figyelem elterelése, illetve az ellenállás megtörése. Csak addig lehet testi kényszert alkalmazni, amíg a kiváltó ok, körülmény fennáll.

##### Rúgások védeése

Egyenes rúgás háritása: a támadó frontális rúgást rúg, a rendőr kilép oldalra, jobb kézzel megfogja a lábszárat, másikkal a vállat, a bal lábával belép a rúgó ember elé és a földre viszi. Majd bilincselési pozíciót vesz fel.<sup>38</sup>

Másik fajta védelmi módszer, hogy ugyanúgy kilép a rendőr, csak nem fogja meg a lábat, hanem vállal belemegy a támadóba, hogy kibillentse az egyensúlyi helyzetéből. Majd kéz-

---

<sup>37</sup> 30/2011. (IX. 22.) BM rendelet a rendőrség szolgálati szabályzatáról  
[www.jogszabalykereso.mhk.hu](http://www.jogszabalykereso.mhk.hu)

<sup>38</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008

tővel figyelemelterelés gyanánt ütést mér a hasra és fejcsavarral földre viszi. Ez után következik az átforgatás és a bilincselési pozíció felvétele.<sup>39</sup>

Törzsre mért köríves rúgás védeke: az intézkedés alá vont körívesen rúg, az intézkedő belép, megfogja a végtagot, jobb lábával a tartó láb mögé lép és földre dönti a támadót, majd átforgatja, és bilincselési pozíciót vesz fel.

#### Szabadulások megfogásból

Védekezés ellentétes oldali csuklófogás ellen: az intézkedés alá vont megfogja jobb kézzel a rendőr bal csuklóját. A rendvédelmi dolgozó bal kezével rögzíti a támadó végtagot és jobb könyökét körívesen a kar felé emeli. Ez után nyomást gyakorolva a karra, térdre, földre kényszeríti és felveszi a bilincselési pozíciót.

Védekezés mellső ruhafogás ellen: a támadó jobb kézzel megfogja a rendőr zubbonyát, aki jobb kézzel rögzíti a csuklót a ruháján, ballal figyelemelterelést hajt végre. Az intézkedés alá vont csuklóját kisujjal felfelé csavarja, míg a könyököt lefelé nyomja. Ez után a földre kényszeríti és felveszi a bilincselési pozíciót.<sup>40</sup>

#### Esések

Előfordulhat, hogy támadás közben a rendőr elesik. A sérülések elkerülése végett fontos a rendvédelmi dolgozóknak ismerni a helyes esés technikákat. A járőrök általában az utcákon teljesítenek szolgálatot, ami kemény talaj, az esés, zuhanás során sérüléseket szenvedhetnek.

#### Dobások

A rendőrök megpróbálják úgy megoldani az erőszakos szituációkat, hogy az intézkedés alá vont se sérüljön meg. Emiatt csak ritkán alkalmaznak dobásokat, hiszen ha valaki nem ismeri az esés technikákat, akkor komoly sérüléseket szenvedhet. Másrészt nem egyszerű ezeket a technikákat kivitelezni, alapos gyakorlás szükséges a megfelelő végrehajtásukhoz, ezért nem mindenki oldja meg így a helyzetet.

#### Földön rögzítés

A rendvédelemben nincs olyan sok leszorítás, mint a Honvédségnél. A testi kényszeres intézkedések mindig bilincseléssel végződnek, így a földön mindig a bilincselési pozíciót veszik fel a rendőrök. Több fajta bilincselési pozíció is létezik.

---

<sup>39</sup> NKE-RTK Intézkedéstaktika tananyag

<sup>40</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008

Az egyik verziónál a rendőr rátérdel a földön lévő személy hátára, az egyik lábának a sípcsontja a nyakon, a másik térde a háton helyezkedik el.

A másik verziónál a rendőr térde az intézkedés alá vont feje mellett van, másik lábának térdhajlatában pedig a keze. Mindkét lehetőségnél tud segíteni a rendőr társa. Alkalmazhat lábkulcsot, amennyiben fel akarna kelni a kényszerintézkedés alá vont személy, vagy ő is rátérdel a hátára és segít a bilincselésben.<sup>41</sup>

### Ízületek feszítése

A katonákhoz hasonlóan a rendvédelmi dolgozók is használnak feszítéseket, mert így egyszerűbb megoldani a szituációkat, és ha nem feszítik túl az ízületeket, akkor nem okoznak súlyos sérüléseket. Általában csukló-, könyökfeszítést alkalmaznak földre kényszerítéshez vagy a támadó eszköz elvételére.

### Fojtás

A rendőri feladatok ellátása során tilos fojtást alkalmazni!

### Késtámadások elhárítása

A szúró- vágó eszközök elleni védekezés mindig rendkívül nagy stresszel és feszültséggel jár. Minden esetben törekedni kell arra, hogy - ha a jogszabályok is lehetővé teszik - használjunk kényszerítő eszközt vagy löfegyvert. Előfordulhat, hogy nem lesz idő elővenni ezeket az eszközöket, mert túl közel van a támadó a rendőrhöz. Ilyenkor nincs más lehetőség, mint pusztakézzezzel kell megoldani a szituációt. Viszont hiába tanulta meg valaki, hogyan kell elhárítani az ilyen támadásokat, nem szabad figyelmen kívül hagyni, hogy gyakran így is megsérül a rendészeti dolgozó. Ezért ilyenkor az a fontos, hogy ne érje szúrás vagy vágás a létfontosságú szerveket.

Egyenes szúrás hárítása könyökfeszítéssel: a támadó a jobb kezében lévő késsel támad, a rendőr kitér a szúrás irányából, közben mindkét tenyér élével blokkolja a támadó végtagot. Jobb kezével megfogja a késes csuklóját, ballal figyelemelterelést hajt végre, majd átkarolja a támadó felkarját. Ezután a csuklót lefelé, a felkart felfelé húzza, aminek eredményeként kiesik a kés a kézből. Majd a rendvédelmi dolgozó bal kezével visszafog a jobb csuklójára és oldalra csavarva a földre viszi, átforgatja és megbilincseli.

Felső szúrás védeke: a támadó jobb kezével felső szúrást hajt végre, a rendőr bal kézzel blokkol, közben előbbre lép és figyelemelterelést hajt végre. Bal kézzel ráfog a késes jobb

---

<sup>41</sup> NKE-RTK Intézkedéstaktika tananyag

csuklójára, jobb kezével kívülről a könyököt betörve megfogja az alkart. Végül a földre kényszeríti, ahol az átforgatás után jöhet a bilincselés.

Alsó szúrás védeke keresztblokkal: a támadó jobb kezében lévő késsel hasra szúr, a rendőr a csípőjét hátrahúzza és az alkarral keresztet képezve blokkolja a szúrást. Ezt követően bal kezével kifelé tereli a kart és jobb térdrel gyomorra rúg. A rúgás után a földre rántja és felveszi a bilincselési pozíciót.

Oldalsó döfés védeke nyakfeszítéssel: A támadó belülről kifelé döf a késével, a rendőr két alkarjával blokkolja a támadást, rányúl bal kézzel a késes jobb vállán a ruházatra, jobb tenyerével megfogja a fejet és hátrafeszíti. Ezután hátra felé a földre viszi, átforgatja és felveszi a bilincselési pozíciót.<sup>42</sup>

---

<sup>42</sup> Rostás Tibor: Rendőri közelharc. 2008

## **XII. Rendőri közelharc kényszerítő eszközök igénybevételével**

A rendőr rendszeresített kardlapot, rendőrbotot, elektromos sokkolót vagy vegyi eszközt használhat a saját vagy mások életét, testi épségét, vagy a vagyonbiztonságot közvetlenül veszélyeztető támadás elhárítására, valamint ha az intézkedés alá vont a jogszerű intézkedésnek ellenáll, akkor annak a megtörésére.<sup>43</sup>

A rendőr a kényszerítő eszközöket saját elhatározásából vagy előjárója parancsára használhatja. Ezeket az eszközöket szolgálaton kívül nem tarthatja magánál. A rendőrbot hiánya esetén alkalmazhat minden olyan más alkalmi eszközt, ami azonos a rendszeresített rendőrbottal. Elsősorban végtagokra irányulhat az elektromos sokkoló eszköz használata. A rendőrbottal, valamint ezzel egy tekintet alá eső eszközökkel is a végtagokat kell támadni. A kényszerítő eszközt az ellenszegülés megtörése vagy megszűnése után nem lehet alkalmazni.<sup>44</sup>

### Vegyi eszköz

Vegyi eszközként paprika spray van a rendőrnél szolgálatteljesítés közben. Ha fennállnak a jogszabályi feltételek, akkor a spray-vel a támadó arcába fúj. Ennek több hatása is van, például könnyezik, nem tudja kinyitni a szemét az intézkedés alá vont, fokozódik a nyálkahártyákon a váladék termelődése, nehezzé válik a lélegzetvétel, irritálja a bőrt. Ennél a kényszerítő eszköznél feltétlenül figyelembe kell venni, hogy a kényszer intézkedés alá vont személy közvetlen közelében lévő emberek is szenvednek a könnygáz hatásától, így például a bilincselő rendőr is könnyezhet tőle.

Tömegrendezvények feloszlátásánál könnygáz gránát is használható.

### Rendőrbot

A rendőrbot fogalma alá tartozik a gumibot és a tonfa. A „vipereként” elterjedt eszköz a Rendőrségen belül egyedül csak a Terrorelhárítási Központnál van rendszeresítve. A tonfával és a gumibottal, ahogy a Szolgálati Szabályzat is előírja, lehetőleg csak a támadó

---

<sup>43</sup> 1994. évi XXXIV. törvény- A Rendőrségről. [www.net.jogtar.hu](http://www.net.jogtar.hu)

<sup>44</sup> 30/2011. (IX. 22.) BM rendelet a rendőrség szolgálati szabályzatáról  
[www.jogszabalykereso.mhk.hu](http://www.jogszabalykereso.mhk.hu)

végtagra lehet ütést mérni. A gumibottal nem lehet súlyos sérülést okozni, mivel az anyaga miatt könnyen hajlik. Ezért ha valakit ezzel az eszközzel megütnek, akkor az illetőnek nem okoz elviselhetetlen fájdalmat, csak csípni fog.

A tonfa már jóval keményebb eszköz, műanyagból készül, nem hajlik, mint a gumibot. Ha olyan felületre ütnek vele, amit szinte csak bőr fed, ott komoly fájdalmat okoz. A tonfát három részre lehet osztani, hosszú-, rövid vég és fogantyú. Ha ütést hajtanak végre, akkor a rövid véget fogják. Ha a fogantyút fogják és felfektetik a hosszú véget az alkarra, akkor védekezésre is alkalmas. Támadásra is használható, hiszen csapni is lehet vele és távolságtartásra is alkalmas. Elvezető fogásokat is végre lehet hajtani, például hátsó kereszt-karkulcsos elvezető fogást.

### Bilincselés

A rendőr bilincset használ szökés, támadás, önkárosítás megakadályozására és ellenszegülés megtörésére. Össze lehet bilincselni a kezeket előre és hátra, a kezét valamilyen tárgyhoz, valamint bilincset tehet a rendőr a lábakra.

Több fajtája van: állva kezeket előre vagy hátra, térdelve, falhoz állítva és fekve.

Állva, kezek előre: Az intézkedés alá vont szemben áll a rendőrrel, a kezeket övmagasságban egymás mellé teszi, tenyerek egymással szemben vannak.

Állva, kezek hátra: ugyanaz a végrehajtási mód, mint az előző esetben, csak itt a kezeket hátra bilincselik.

Térdelve: az intézkedés alá vontnak le kell térdelnie, a kezeit oldalsó középtartásban tartania. Ezután hátat fordít a rendőrnek, kinyújtott karjai övmagasságban vannak, tenyerek egymással szemben, lábak keresztben. A rendőr belép a keresztbe tett lábakhoz, majd felhelyezi a bilincset.

Falnál: a rendőr arccal a falhoz állítja az intézkedés alá vont személyt. Lábak terpeszben, kezek oldalsó középtartásban, tenyérrel kifelé. Az intézkedő belép az egyik lábhoz és megbilincseli az azonos oldalon lévő kart, majd ugyanezt végrehajtja a másik oldalon is.

Fekve: hason van az intézkedés alá vont személy, a rendőr egyik sípcsontja a nyakán, másik térdje a háton. A hason lévő egyik keze az intézkedő lába között. Megbilincseli a másik kart, majd azt is, ami a lába között van.<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> NKE-RTK Intézkedéstaktika tananyag

### **XIII. A közelharc pszichológiai jellemzői**

#### ***XIII.1. A stressz***

A stressz egy belső folyamat, mely felkészíti a szervezetet a stresszorról való találkozásra. Tanult vagy ösztönös folyamatok indulnak be. A stressznek két fajtája van. Az egyik a distressz, ami káros. A másik az eustressz, ami kellemes, ártalmatlan. Az egyszeri erős stressz hatásokat az akut stresszorok idézik elő. Az ismétlődő hatásúak a krónikus stresszorok, melyeknek gyengébb az intenzitásuk és hosszabb ideig tartanak, tovább befolyásolják a hangulatunkat és a tűrőképességünket is próbára teszik.

A distressz károsítja az ember egészségét. Aki stresszes, annak nagyobb esélye van, hogy szívinfarktus, agyvérzés, vagy gyomorfekélyt kap. Selye János végzett egy kísérletet, amiben a chicagói repülőtéri diszpécserait vizsgálta. Kiderült, hogy 35 %-uk szenved gyomorfekélyben, mivel ez a foglalkozás nagyon megterhelő az idegrendszerre, hiszen sokat idegeskednek. A test képes beindítani a szervezet védekező folyamatát a distressz káros hatásai ellen. Ezt a folyamatot „általános adaptációs szindrómának” (GAS) nevezzük. A GAS három szakaszból áll. Az első az alarm reakció, amikor érkezik a szervezettől a riasztás. A második a rezisztencia, az ellenállás, ami a megküzdés szinten tartása. Majd jön az utolsó fázis, a kimerülés, amikor a szervezet ellenállása fokozatosan megszűnik.

Ha az ember egy adott szituációt többször végig csinál, akkor egyre magabiztosabban viselkedik, ezáltal a helyzet egyre kiszámíthatóbbá válik. Ilyen például a Karunkon az első és harmadik évben a szituációs gyakorlat. Először mindenki nagyon izgul, csőllátás alakul ki, csökken a hallás és nehezebb a gondolkodás. Ha ismételten végrehajtjuk a gyakorlatot, már sokkal jobb eredményt produkálunk és természetesen higgadtabbak is maradunk. Ezért fontos, mind a rendvédelmi, mind a katonai pályán a helyzetgyakorlatozás.

A represszorok elfelejtik a kudarcélményt. Elhárítják a negatív információkat, ilyenkor a szorongásunk vegetatív jelekben mutatkoznak meg. Az emberek toleránsabbak, energikusabbak és érzelmileg stabilabbak. A szenzitizátor személyiség inkább negatív jelentésű információkat fogad be. Ilyenkor ingerlékenyebbek, pesszimisták, zárkózottak vagyunk és alkalmazkodási nehézségeink is vannak.

Meg kell említeni Cannont, aki a stressz reakció biológiai hátterét kutatta. Rájött arra, hogy a fenyegetettség kiváltja a mellékvesék aktivitását, ami a hipofízis hormonális irányítása alatt áll. A veszély leküzdésében a mellékvese- és kéreg velőállományának egészséges működése nélkülözhetetlen. A májban gyorsul a zsírok cukorrá alakítása a kéreghormonok segítségével. Ez a folyamat nélkülözhetetlen, amikor a szervezet nem jut táplálékhoz. A vérben nő az aminosavak mennyisége, és ezáltal a zsír felhasználása is fokozott. Így az emberi test jobban tűri a fizikai stresszt, például a vérvesztést, fájdalmat és a balesetet. A velőállomány hormonjai, az adrenalin és noradrenalin, révén rövidül a vér alvadási ideje, kitágulnak a pupillák, a szívritmus gyorsul, nő a teljesítőképesség és emelkedik az arousalszint.

Egyes kutatók és tudósok szerint az emberi szervezet a különböző fenyegetésekre eltérő módon reagál. Állatokon megfigyelték a „tanult tehetetlenség” jelenségét. Két fülkében helyeztek el állatokat. Az állatokat elektromosan ingerelték. Az egyik fülkében elhelyeztek egy pedált, amit ha lenyomtak az állatok, akkor nem érte őket áramütés. A másikban nem került ez az eszköz elhelyezésre, így az abban a ketrecben az élőlények a saját akciójukkal nem kerülhették el a kellemetlen hatást. Így a pedál nélküli ketrecben lévők kiszolgáltatottakká váltak, a szervezetükben nőtt a kortizol, az adrenalin és a noradrenalin. Tehetatlenné váltak, mivel nem tapasztaltak összefüggést az averzív inger elhárítása és a magatartásuk között. Ez a kísérlet bemutatja, hogy a megoldhatatlan a stresszhelyzetet. Az ismétlődő és kivédhetetlen inger hatására az állat megadja magát, így passzívvá válik. Ez a jelenség kiszolgáltatott helyzetben az embernél is megjelenhet. Megfigyelték, hogy amennyiben stresszhelyzetben a megküzdési stratégiái elégtelenek, akkor nő a megbetegedések aránya.<sup>46</sup>

### ***XIII.2. Traumatikus élmény feldolgozása***

Lényegesnek tartom, hogy röviden kitérjek a traumatikus élményre, a neurohormonális válaszreakciókra, a történetkonstrukcióra és a trauma feldolgozásra. Hiszen mind a katonai

---

<sup>46</sup> Csernyikné Dr. Póth Ágnes és Fogarasi Mihály Ph.D: Kriminálpszichológia. Rejtjel Kiadó Budapest. 2006. IBN-10: 963-7255-34-6

és mind a rendőri pályán érhet minket traumatikus élmény és ezt fel is kell dolgoznunk. Ha ezt nem tesszük meg, akkor a szolgálati feladataink ellátásában és a magánéletünkben is problémáink keletkeznek.

A traumatikus események lehetnek természeti- és ember által okozott katasztrófák, fizikai támadások, balesetek és a veszélyt hordozó történések. Arra a kérdésre, hogy valójában mit is tekinthetünk traumatikus élménynek, azt a bekövetkező lelki reakciók döntenek el. Ilyen esemény alatt áll az a személy, akinél gyakran ismétlődő transz-szerű állapotok jelentkeznek.

Transz-szerű állapot átélésekor megszakad a valóság és a személy kapcsolata. Az illető ilyenkor a traumatikus eseményt éli át újra valósszerűen és úgy érzi, hogy a jelenben történik ez. Feltételezhető, hogy ilyenkor az elme megkísérli a személy számára feldolgozhatóbbá tenni a múltbeli eseményt. Normális esetben is így dolgoznánk fel a történeteket, azaz a különbséggel, hogy múltbelinek tekintjük. Itt az eseménysor jelen idejű megélése jelenti a problémát.

A kortizol pszichológiai funkciója az, hogy megakadályozza a rossz emlék hosszú távú memóriába kerülését és rögzítését. Emiatt azt várnánk, hogy a traumában szenvedőknél intenzívebb legyen ez a szint. Fontos tudni, hogy hipokampusznak, ami a limbikus rendszer egyik fontos alkotója, nagy szerepe van az emlékek rögzítésében. A kortizol ez ellen hat, a hipokampuszt roncsolja, miközben kifejti az emlékezet-gátló hatását. Ezt meg lehet figyelni a poszt traumatikus stressz szindrómában, amit a következő alfejezetben fejtek ki bővebben.

A traumatikus élmény feldolgozásában fontos a történetképzés. Pennebaker munkatársai-val figyelemmel kísérte a distresszt keltő élmény és a róluk alkotott történetek kapcsolatait. A vizsgálat néhány napig vagy hétig tartott. Két csoportot alkottak azok az emberek, akik a traumatikus eseményt próbálták feldolgozni. Az egyik csoportban mindig semleges témáról kellett írniuk. A másik csoportban azt az eseményt kellett ismételtelen papírra vetniük, amely distresszt okozott. Fél év után kiderült, hogy sokkal jobb az egészségügyi állapota azoknak a személyeknek, akik a traumatikus élményüket írták le. Azoknak, akik először a negatív kifejezéseket használták többször, majd a kutatás végén inkább pozitívot, jobban fejlődött az állapotuk.

Általában két év a traumatikus élmény feldolgozásának az ideje szakmai segítség nélkül. Azonban léteznek olyan traumák is, amelynél ez az idő nem érvényes. Itt az a lehetőség is fennállhat, hogy az illető sosem tudja feldolgozni ezt a negatív eseményt.<sup>47</sup>

### ***XIII.3. Agresszió***

Mi is az agresszió? Az agresszióra nincs egy közös, mindenki által elfogadott fogalom a pszichológiában, mert ez egy összetett dolog. Agresszió, ha valaki ellenségesen, támadó magatartással lép fel, háttérben a károsítás és bántás van. Megmutatkozhat tudatosan vagy tudattalanul, nyíltan vagy átalakult formában, irányulhat kifelé vagy befelé.

Fromm csoportosítása alapján az agresszió két formáját különböztethetjük meg. Az egyik a jóindulatú agresszió, ami az önvédelem vagy az élet fenntartásának az alapja. Ide tartozik a védekező agresszió, illetve az a fajtája is, amikor a probléma megoldása erőszakosan lehetséges, azonban itt nem célja a védekező személynek a sérülés okozása. Azonban jó cél elérése érdekében lehet, hogy szándék a másik károsítása, azonban nem ez a cél. A másik fajtája a rosszindulatú agresszió, melynek célja a másik ember károsítása. Itt jelenik meg a kín, a kegyetlenség, az emberölés, a kannibalizmus, a bosszú. A rosszindulatú agresszió kiváltója lehet az alkohol és a drog.

Az agresszió két megjelenési formája, a verbális és a cselekedeti.

Megnyilvánulási formáját figyelembe véve megkülönböztetjük a tárgyakkal vagy fegyverekkel végrehajtott cselekedeteket, a közvetlenül test-test ellen irányuló tetteket, a tárgyakon levezetett (például az üvegtörések és ajtócsapkodások), a verbális, a nem verbális (például köpés, gesztus, mimika) és a rituális agressziót.

Az agresszió máshogy érvényesül az emberekben, ha csoportban vannak. A csoportokban mindig vannak olyan „vezető” emberek, akiknek a magatartásuk kihat az egész csoportéra. Ilyenkor a csoportban lévő személyek a hangadók magatartását követik. Az emberek ilyenkor megtesznek olyan dolgokat is, amit egyedül nem tennének meg. Jellemző, hogy beazonosíthatatlannak, tömegben legyőzhetetlennek tekintik magukat. Csökken az önkont-

---

<sup>47</sup> Csernyikné Dr. Póth Ágnes és Fogarasi Mihály Ph.D: Kriminálpszichológia. Rejtjel Kiadó Budapest. 2006. IBN-10: 963-7255-34-6

roll mértéke, felszínre jutnak az elfojtott érzelmek és indulatok. A csoport tagjai egymásra hárítják a felelősséget, általában nem segítenek egymásnak. A jelen számít, nem gondolnak bele, hogy a jövőben mi lesz a cselekedeteik következménye.

A tömeges agressziónak a legjobb példája a világszerte ismert futball huliganizmus. Az előző bekezdésben található jellemzők kiválóan illenek a futball huligánokra. Megszűnik az erkölcsi gát, megjelenik az agresszió a csoport tagjaiban. Ilyenkor a huligánok vandálkodnak, verekednek, törnek, zúznak, és gyakran próbára teszik a rendőröket is, hogy mennyire fejlődnek a csapaterős tevékenységben.

De egy személynél vajon mi váltja ki az agressziót? Erre a kérdésre a válasz, hogy a negatív érzelmek okozhatják, pontosabban a harag, féltékenység, irigység, düh, gyűlölet. Az indulati agresszió olyan magatartás, amikor részleges vagy gyenge a mentális kontrollműködés. Ha az agressziót gátló tényezők kerülnek túlsúlyba, akkor az agresszió befelé, ha az indulatok kerülnek túlsúlyba, akkor kifelé fog hatni. Pszichomatikusoknál és paranoid pszichomatikusoknál az agressziót a fennálló téveszmék vagy a hallucinációk képezhetik. Az agresszív megnyilvánulások legveszélyesebb formája az ún. rövidzárlati cselekvés. Ilyenkor a tudat teljesen beszűkül, a személyiségtől idegen, gyakran brutális cselekedeteket hajtanak végre.

Az agresszió egy olyan ösztönkésztetés, amely során a felgyülemlett feszültségek és a megfelelő ingerek esetén agresszív viselkedés formájában lecsapódó viselkedés. Ezt hívjuk hidraulikus agresszió modellnek, amit Konrad Lorenz fogalmazott meg. Lorenz szerint ezt az energiát fokozatosan le kell vezetni társadalmilag elfogadott módom, például versenysportban, küzdősportban. Így az agresszív cselekedet nem fog létre jönni.

Az emberi agresszivitás a területiális, a birtoklási, a szülői-nevelői, az akadályoztatásra, a rangsorban betöltött pozícióból fakadó és a birtoklási agresszió. Ezek az állatoknál szintén megtalálhatóak.<sup>48</sup>

---

<sup>48</sup> Csernyikné Dr. Póth Ágnes és Fogarasi Mihály Ph.D: Kriminálpszichológia. Rejtjel Kiadó Budapest. 2006. IBN-10: 963-7255-34-6

### ***XIII.4. Harci stressz***

A katonáknál háborúban megjelenik az extrém stressz vagy másképpen harci stressz. A harci stresszt különféle stresszorok váltják ki. Két csoportba sorolhatjuk be, vannak, amelyek a fizikai oldalról és vannak, amelyeket pszichológiai oldalról csoportosítunk. Fizikai stresszor az alapvető kényelem hiánya, kevés táplálék, alváshiány, a harcot kísérő zajok, mérgező és esetleg sugárzó anyagok, a szélsőséges időjárás. Pszichikai stresszorok a hosszú várakozási idő, érzékszervi túlterheltség, túl sok vagy éppen a túl kevés információ, civil holttestek, harag, düh, és ami valószínűleg a legnagyobb stresszt váltja ki a sérült bajtárs vagy az elesett katonatárs.

Régebben még a harci stressz fogalma nem volt beazonosított, a harctéri stressz tüneteit mutató katonákat egyszerűen gyávának bélyegezték. A II. világháborúban már a megfigyelték, hogy a stressz milyen nagymértékben rontja a katonák feladat végrehajtását. A normandiai partraszállás során a katonák emlékeztetőkiesésben szenvedtek, a felfogásuk lassú volt. Ezt az erős tűzérségi tűz, nagy zaj, robbanások okozhatták. Az azóta eltelt időben a harctéri stresszt fejlett államok tudósai a kutatások kritikus területének tartják, mert arra a következtetésre jutottak, hogy az élő erő elvesztésének egyik vezető oka a harctéri stressz.<sup>49</sup>

Fonbank Roland r. százados a vele készített riport során elmondta, hogy 6-7 éve honvédekkel együtt teljesített lögyakorlatot. A honvédek a gyakorlatozás közben csak végtagra lőttek. Általában mindenki azt gondolja a katonákról, hogy nem törődnek azzal, hogy az ellenség életben maradjon. Felvetődik a kérdés, hogy ez most humánus megoldás vagy csupán taktika? Úgy gondoltam, hogy taktika is, hiszen fontos a fogolyejtés az információgyűjtés szempontjából. Azonban a százados úr rávezetett, hogy pszichológiai okok miatt is célozhatnak végtagra. Ha a katona bajtársát lelövik és látszik rajta, hogy meghalt, mert például fejbe lőtték, akkor két dolog következhet be. Az egyik, hogy sokkot kap a katona, és harcképtelen lesz, ami az ellenség számára előnyt jelent. A másik lehetőség az

---

<sup>49</sup> A harctéri stressz. [www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318](http://www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318)

lehet, hogy előnti az agresszió és gondolkodás nélkül támad, hogy bosszút álljon. Az esetek nagy részében viszont egyik katona sem nézi tétlenül a sérült bajtárs szenvedését, biztosan megpróbál elsősegélyt nyújtani. Ilyenkor már nem csak egy ember segít, hanem a többi is, mert fedezni kell a sebesült szállítást, kell felcser is. Innentől már csökken is a támadás ereje, eredményes ez a taktika!<sup>50</sup>

A stressz egy védelmi reakció, az a feladata, hogy növelje az ember túlélési esélyeit. A harci stressznek vannak észlelhető tünetei. Az extrém stresszre a testünk többféleképpen jelez. Általában a katona ilyenkor izzad, remeg, hányingere, fej- és gyomorfájdalma van, hipertóniás, csökken az immuntevékenysége. A szervezetünk folyamatosan nem tud ezeknek a hatásoknak örökké ellenállni. Előbb utóbb kimerülünk, és komolyabb betegségek alakulhatnak ki, mint például szív- és érrendszeri betegségek, agyvérzés. Mindenki másféleképp küzd meg a stresszel, van, aki előbb pánikba esik, de van olyan is, aki tovább higgadt tud maradni. Ez függ az egyén tulajdonságaitól (szellemi és fizikai felkészültség) és a stresszor jellemzőitől.<sup>51</sup>

### ***XIII.5. Felkészítés és megelőzés***

A harci stressz megelőzésének számos fajtája van. Nagyobb hangsúlyt kell helyezni arra, hogy a katonák felkészüljenek a harci stressz leküzdésére. Ha ez nem eredményes, kezelés válik szükségessé. Amerikában végeztek kutatást Irakból és Afganisztánból haza térő katonákon és kimutatták, hogy 70%-nak sikerül az extrém stressz során felmerülő problémákat megoldaniuk, 20% szenvedett akut stressz károsodást, és 10%-nál már kialakult a stressz betegség. Egyre több katonának kell nyugtatót és antidepresszánt felírni. Magyarországon a szaksegítség igénybevétele helyett inkább az alkohollal próbálják megoldani a felgyülemlett problémát.

Azért, hogy a fronton szolgálóknak nem menjen tönkre az életük, fontos hangsúlyt kell a megelőzésre szentelni. Három dolgot érdemes kiemelni a prevenciónál: az alkalmassági vizsgálatot, a fizikai felkészültséget és a mentális elemekkel bővített ételszerű helyzetgya-

---

<sup>50</sup> Interjú: Fonbank Roland

<sup>51</sup> A harctéri stressz. [www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318](http://www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318)

korlatokat. A vizsgálatok kimutatták, hogy aki az átlagnál jobb erőnléttel rendelkezik, az sokkal jobban, ésszerűbben oldja meg a gyakorlatokat, éles helyzetben is higgadtan tudja majd csinálni a feladatokat. Érdemes megemlíteni, hogy ezek az emberek az antiszociális megküzdési stratégia helyett inkább az elkerülő megküzdési stratégiát alkalmazzák.<sup>52</sup>

Fonbank Roland századossal beszélgetésem során ismerkedtem meg azzal, hogy például az Amerikai Egyesült Államokban hogyan igyekeznek a katonákat felkészíteni arra, ami munkájuk során vár rájuk. A felcsereknak van olyan képzésük, amikor valamilyen sérült állatot kell ellátniuk. Az állatnak általában lőtt sérülése van, persze nem halálos sebet kap. A felcsernek körülbelül 3 percig életben kell tartani, közben harci helyzetet szimulálnak a kiképzők. Füst- és hanggránátot dobnak a feladatot ellátó katona közelébe, közben többször is meglökik, üvöltöznek vele. Ilyen körülmények között kell a felcsernek szakmailag maximumot nyújtani, hiszen életet kell mentenie. A többség ezt nehezen éli meg, mivel az állat nyüszít, sír, mozog, szenved. Az ambu-babával történő gyakorlás után ez lelkileg eléggé megterhelő. De a katonának itt „még csak” egy állatot kell ellátni. El tudjuk képzelni, hogy milyen teher fog rá nehezedni, amikor majd az egyik bajtársát kell ellátnia.<sup>53</sup>

A németek rájöttek arra, hogy a katonáknak a fizikai és mentális kiképzését nem lehet elválasztani. A másik jellegzetessége a német felkészítésnek, hogy jelentős szerepet szentelnek a parancsnok és a beosztottak közötti kapcsolatra, hiszen az előjáróra nagy felelősség hárul. Ha jól ismeri az egységében harcoló katonákat, akkor könnyen észreveheti, ha valamelyikük lelki problémákkal szenved.<sup>53</sup>

Fontos még az is, hogy a katona kötődjön ahhoz a kis csoporthoz, ahol szolgálatot teljesít, mert így jobban el tudja viselni a stresszt. A parancsnokoknak figyelniük kell arra is, hogy a katonáik lehetőleg tudjanak mindenről időben, pontos információkat kapjanak és a rossz híreket is meg kell velük osztani.<sup>54</sup>

A harci stressz ellen történő felkészítésnek három lépcsője van. Az első szint a trauma megelőzésére szolgál. Itt a cél a rugalmasság és az alkalmazkodás növelése, mivel ezekkel

---

<sup>52</sup> Dr. Jasztrab Jácint Szilárd o. fhdgy.: A Magyar Honvédség missziós egészségügyi biztosításának tapasztalatai . Új missziós kihívás- A harci (extrém) stressz. [www.biztonsagpolitika.hu/](http://www.biztonsagpolitika.hu/)

<sup>53</sup> Interjú: Fonbank Roland

<sup>54</sup> Dr. Jasztrab Jácint Szilárd o. fhdgy.: A Magyar Honvédség missziós egészségügyi biztosításának tapasztalatai . Új missziós kihívás- A harci (extrém) stressz. [www.biztonsagpolitika.hu/](http://www.biztonsagpolitika.hu/)

elkerülhető a patológiás állapot. A prevencióban érintett az egész személyi állomány. A képzések oktatás jellegűek, elsősorban a parancsnokok érintettek. Fontos az információnyújtás, amely során figyelni kell, hogy ki adja kinek az információs és az milyen traumát rejt magában. Az információnyújtást több tényező is befolyásolja: az információ hitelessége, tartalma és az egyén észlelése. A kiképzésben fontos, hogy a katona sokszor gyakoroljon különböző szituációkat, mert így könnyebben tudja majd azt végrehajtani a harctéren. Meg kell tanítani a végrehajtás módjára, fel kell készíteni arra is, hogy nem mindig érik kellemes érzések. Az extrém stresszt a katona könnyebben éli meg, ha bízik a csapatban és saját magában is, illetve a parancsnokára is számíthat. A kiképzésen ügyelni kell arra, hogy a csapat összetartson, ne legyenek széthúzások. A parancsnoknak kiválóan kell ismerni a csapatát, az abban uralkodó morált, a konfliktusmegoldásban is neki kell segíteni, tisztában kell lennie a személyi állomány elvárásaival. Fontos, hogy a katonák barátságokat is kössenek saját kötelékükön belül, viccelődjenek és meséljenek történeteket, mert így megismerik egymás normális reakcióit és később felismerik társuk eltérő viselkedését.

A második lépcső a trauma utáni azonnali beavatkozás. Itt a cél a stresszorok csökkentése, a poszttraumás zavar kivédése. Ebben a fázisban a pszichológusok és a parancsnokok próbálnak segíteni egyszerű pszichológiai technikák alkalmazásával.

A harmadik lépcső már a kialakult betegségek kezelésének az időszaka. Cél, hogy megakadályozzák a krónikus betegségek kialakulását. Rehabilitációval, illetve gyógyszeres kezeléssel próbálják kezelni, gyógyítani a beteg katonákat a pszichiáterek és pszichológusok.<sup>55</sup>

Ha a pszichológiai oldalról beszélünk, akkor érdemes megemlíteni egy olyan dolgot, ami még szintén érinti a katonákat. A mai technika segítségével akár 2000-3000 méterről is lehet valakit löni. Ez nem olyan nagy teher a katonának, hiszen ő csak meghúzza az elsütő billentyűt és a távolságtól függően rövid időn belül látni fogja, hogy akire lőtt, összeesik, nem mozdul. De mi a helyzet akkor, ha a katonának test közelben kell megsemmisítenie az ellenségét? Dave Grossman írt egy könyvet az öklés pszichológiájáról „The Psychological Cost of Learning to Kill in War and Society” címmel. A katona közelharcban legtöbbször puszta kézzel vagy rohamkéssel öl, miközben teljesen más pszichológiai hatások érik. Ekkor érzi a katona, ahogy a testbe hatol a kése, hallja a másik ember halálhörgését, érzi és

---

<sup>55</sup> A harctéri stressz. [www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318](http://www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318)

látja a vért és lehet, hogy közben még az áldozatának szemébe is kell néznie. Míg a löfegyverekkel végrehajtott megsemmisítés személytelennek tűnik, addig testközelben teljesen személyes ez a cselekedet, ezáltal nagyságrendekkel nagyobb pszichológiai terhet ró a katonára.

Annak ellenére, hogy már régóta használják a rohamkést, sokan úgy gondolják, hogy a mai világban erre nincs szükség. A katonának azonban fel kell arra az eshetőségre is készülnie, hogy éles körülmények között csak így tudja magát megvédeni, tehát fontos a késharc oktatása. Nagyon sokan megtorpannak, ha szuronyt kell használni, erre nagyon alapos lelki felkészültségre van szükség. Előfordulnak olyan esetek is, amikor két katona közül az egyik elfut, amikor kiderül, hogy nem tudják megoldani kettőjük csatáját löfegyverrel. Sok ember tévesen úgy gondolja, hogy testközeli küzdelemben könnyű elvenni a másik életét, de adott helyzetben ez nem egyszerű feladat.<sup>56</sup>

### ***XIII.6. Stresszhatások a rendőri szolgálat során***

A rendőri szolgálat legmagasabb szintű stresszkeltő eseményeit jelenti a kényszerítő eszközök alkalmazása és a löfegyverhasználat. Ezek körülményeit befolyásolja a jogszerűség, a kialakult helyzet jellemzői, a szakmai felkészültség, a kiképzettség, a pszichikai állapot és az intézkedés alá vont személy magatartása. A kényszerítő eszközök és a löfegyver használata olyan stressz keltő eseményt jelentenek, melyek befolyásolják a rendőri intézkedés eredményességét. Lényeges még az is, hogy ezen eszközök alkalmazására előre felkészülten vagy váratlan szituációban kerül sor. Figyelembe kell venni még az intézkedés alá vont személy reakcióit is, hiszen nála is jelentkezhetnek stressz válaszok. Működhet az önszuggesztiós hatás, melynél, ha nem létfontosságú szervet ér a találat, az ember tovább képes harcolni. Akivel szemben kényszerítő eszközt használ a rendőr, átéli a korlátozottság érzését és ez sokszor agresszív viselkedéshez vezet. A magát vészhelyzetben érző embernél jelentkezhet a „Fight or flight” (Harcolj vagy menekülj) reakció, mely során olyan fizikai tartalékokat képes mozgósítani, melyek normál állapotban nem elérhetők és a fájdalom

---

<sup>56</sup> Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kézitusa- kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003

érzete is jelentősen csökkenhet. A rendőrnek mindig számítania kell az ellenállásra, ami szintén stresszt keltő tényező számára.

Ezen helyzetekre optimális felkészítési forma a taktikai tréningek tartása. A tréninggyakorlatok a várható tevékenységi formák leggyakrabban előforduló elemeit tartalmazzák, melyek a fokozott fizikai és pszichikai igénybevétellel járnak (intézkedési helyzetek, speciális lögyakorlatok, taktikai házban végrehajtott fegyveres feladatok, veszélyes közlekedési helyzetet szimuláló gépjármű vezetési feladatok). Mindegyik feladat célja a megtapasztalás, a megküzdési stratégiák megismerése, a személyi korrekciók megtétele.<sup>57</sup>

---

<sup>57</sup> Dr. Bolgár Judit-Csomós István: A rendőrségi bevetési feladatok követelményeihez kapcsolódó kiválasztási eljárások fejlesztése, különös tekintettel az extrém stressz reakciókra. 193.224.76.2/downloads/konyvtar/digitgy/publikacio/**bolgar**.pdf

## **XIV. Konklúzió**

A témakörben végzett kutatómunkám során igyekeztem a lehető legalaposabb információforrásokat felkutatni, de tapasztalnom kellett, hogy erről a területről nagyon kevés nyilvános információ áll a téma iránt érdeklődő rendelkezésére. Ez jelentősen megnehezítette a pontos adatgyűjtést, de a rendelkezésemre álló adatforrások alapján a lehető legrészletesebb képet igyekeztem adni a rendőri- és katonai közelharc-kézitusa jellemzőiről.

A tanulmányozás során az alábbi következtetésekre jutottam:

A katonai közelharc-kézitusa évezredes múltra tekint vissza. A küzdelem végcélja ugyanúgy változatlan maradt, az ellenfél-ellenség minél egyszerűbb módon, minél gyorsabban, minél hatékonyabban történő leküzdése a rendelkezésre álló eszközökkel, technikákkal. Az eljárási módok, a felhasznált eszközök mindig az adott kor követelményeihez igazodnak. A rendőri közelharc nem tekinthet vissza nagy múltra, kialakulása a katonai közelharc-kézitusából ered. Eltér a végcéljában is, hiszen nem az ellenfél megsemmisítése szükséges, éppen ellenkezőleg, az intézkedés alá vont személy testi épségének lehetőség szerinti megóvásával kell alkalmazni a technikákat. Eszköztára sem annyira széles skálájú, hiszen csak a rendőri felszerelés eszközei használhatók fel.

Mindkét közelharc módszer oktatásában szerepet játszanak a harcművészetekből átemelt elemek. A katonai ág több technikát alkalmaz, ezért a készség szintű elsajátítása lényegesen hosszabb ideig tarthat. Folyamatos változtatásokat is igényel, hiszen az alap közelharc módszereknek ki kell egészülniük a békefenntartás során alkalmazott módszerekkel, tehát a rendőri közelharc elemeket is át kell venni, tudni kell alkalmazni. Ebből megállapítható, hogy a rendőri közelharc visszahatással rendelkezik a katonai közelharcra.

A közelharc technikák oktatása a katonáknál egységesebb keretek között történik. A rendvédelmi közelharcoktatás nem egységes, mert központi szakanyag nem áll rendelkezésre, az oktatást végzők többsége az általa üzött küzdősportjának elemeit emeli át az oktatásba. Néhány szakoktató részéről mutatkoznak törekvések kiegyensúlyozott eljárási technikák megalkotására, történtek kezdeményezések a rendvédelmi közelharc ismeretek egységesítésére, hiszen 2012 júniusában megrendezésre került az I. Intézkedéstaktikai Konferencia a Nemzeti Közszolgálati Egyetem Rendészettudományi Karán. A konferencián résztvevők többek között megismerkedhettek az öt rendészeti szakközépiskola, a Nemzeti Közszolga-

lati Egyetem Rendészettudomány Kar, a Készenléti Rendéség, a Rendészeti Szervek Kiképző Központ, valamint a Terrorelhárítási Központ intézkedéstaktikai és közelharc oktatásával, képzésével.

A kutatott közelharc ágak között pszichológiai szempontból is eltéréseket tapasztaltam. A katonai közelharc háborús körülmények között lényegesen magasabb stressz-terhelést jelent az emberi szervezetre a körülmények miatt, hiszen ebben az esetben az élet kioltását is meg kell tennie a katonának. Az erre történő felkészítés, az ilyen események feldolgozása fokozott pszichológiai felkészítettséget igényel, ilyen események bekövetkezte esetén fontos, hogy a harcos meg tudja küzdeni az őt ért stresszel, fel tudja dolgozni. Ehhez szaksegítség igénybevétele is szükséges lehet. Békeidőben harci stressz nem éri a katonát, ez nyugalmasabb időszaknak tekinthető pszichológiai szempontból. A rendőri intézkedés, közelharc során kisebb ugyan a fellépő stressz hatás, hiszen a kényszerintézkedés általában a bilincseléssel befejeződik, ám figyelembe kell venni, hogy a rendőr a napi szolgálatellátás során folyamatosan ki lehet téve az intézkedés alá vontakkal szembeni konfrontálódásra, tehát rá állandó „lelki nyomás” nehezedik, amivel meg kell küzdenie. Az állandó stresszhelyzet, még ha nem is intenzíven magas, ugyanúgy káros hatásokat idéz elő az állománynál, kihat a rendvédelmi dolgozó egészségi állapotára, befolyásolja a szolgálatellátást, ronthatja az intézkedés színvonalát, hatékonyságát. Mindkét közelharc formát alkalmazó állomány a körülményektől függően eltérő módon veszélyeztetett pszichológiai értelemben és ezek függvényében eltérő pszichológiai felkészítést és felügyeletet is igényel.

A téma feldolgozása során arra a következtetésre jutottam, hogy a rendőri intézkedéstaktika és közelharcoktatásnak kiemelt szerepet kell tulajdonítani, mind a rendészeti szakközépiskolák, mind a Nemzeti Közszerületi Egyetem Rendészettudományi Kar, mind a már szolgálatot teljesítő aktív állományban lévő rendvédelmi dolgozók körében, mivel az utóbbi időszakban a rendőröket egyre több agresszív támadás éri. Elengedhetetlen a rendvédelmi dolgozók magas szintű kiképzése a rendőri önvédelemre, közelharcra és a rendszerített kényszerítő eszközök alkalmazásának egységes elvek szerinti készség szintű elsajátítására. A kiképzésnél figyelembe kell venni, hogy stresszhelyzetben pszichológiai okokból az intézkedő rendőr vagy katona finom motorikus képességei romlanak, gondolkodása beszűkül és csak az ösztönszerűen megtanult technikákat képes hatékonyan alkalmazni.

## Felhasznált irodalom jegyzék

- 1) Zöllei Zoltán: A katonai közelharc-kézitusa- kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. doktori (PhD) értekezés. 2003
- 2) Dr. Zöllei Zoltán: A Magyar Honvédség Kézitusa Kiképzésének Szakanyaga. A Honvédelmi Minisztérium Humánpolitikai Főosztály Kiadványa. 2003
- 3) Magyar Honvédség katonai közelharc-kézitusa szakanyag (alapfok). A Magyar Honvédség Hadműveleti és Kiképzési Főosztály Kiadványa. 2007. Nyt. szám: 4/242
- 4) Kézikönyv nem háborús műveletekhez katonai feladataihoz. A Magyar Honvéd Vezérkar Tervező Főcsoportügynökség Kiadványa. Nyt. szám: 998/680
- 5) Dr. Zöllei Zoltán: A kés és gépkarabély használata a kézitusában. Budapest. 2010
- 6) Cris McNab, Will Fowler: Harci technikák kézikönyve. Zrínyi Kiadó. Budapest. 2003
- 7) Parádi József: Rendvédelem Kontra Rendészet  
[www.pecshor.hu/periodika/2002/paradi.fdp](http://www.pecshor.hu/periodika/2002/paradi.fdp)
- 8) Kálmán Zsolt: A Magyar Királyi Rendőrség működése Somogy vármegyében 1884. és 1914. között
- 9) Sásdi Tamás: A magyarországi csendőrség története 1881-1945.  
[www.tortenelemklub.com](http://www.tortenelemklub.com)
- 10) Szervezeti és szolgálati utasítás a Magyar Királyi Csendőrség számára. Budapest. 1927. Pallas. 387p. (SZUT)
- 11) Dr. Jasztrab Jácint Szilárd o. fhdgy.: A Magyar Honvédség missziós egészségügyi biztosításának tapasztalatai. Új missziós kihívás- A harci (extrém) stressz.  
[www.biztonsagpolitika.hu](http://www.biztonsagpolitika.hu)
- 12) A harctéri stressz [www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318](http://www.bocskaidandar.hu/rovatok/pszichologiai.../318)
- 13) [www.hu.wikipedia.org/wiki/Rendveelem-tortenete](http://www.hu.wikipedia.org/wiki/Rendveelem-tortenete)
- 14) Rostás Tibor: Rendőri közelharc
- 15) Stadler Béla és Horváth István: Önvédelem. BM Tanulmányi és Kiképzési Csoportfőnökség. 1966
- 16) 1994. évi XXXIV. törvény- A rendőrségről. [www.net.jogtar.hu](http://www.net.jogtar.hu)

17) 30/2011. (IX.22.) BM rendelet a rendőrség szolgálati szabályzatáról.

[www.jogszabalykereso.mhk.hu](http://www.jogszabalykereso.mhk.hu)

18) Dr. Boglar Judit-Csomós István: A rendőrségi bevetési feladatok következményeihez kapcsolódó kiválasztási eljárások fejlesztése, különös tekintettel az extrém stressz reakcióira. 193.224.76.2/downloads/konyvtar/digitygy/publikacio/boglar.pdf

19) Csernyikné Dr. Póth Ágnes és Fogarasi Mihály PhD: Kriminálpszichológia. Rejtjel Kiadó. Budapest. 2006. IBN-10:963-7255-34-6

20) Vikartóczy Gusztáv: A bennünk élő harcos. Magánkiadás. ISBN:978-963-06-1247-0