

УДК 159.9.072.43

Направления психологического сопровождения процесса адаптации осужденных женщин к условиям пребывания в исправительном учреждении

ЕЛИЗАВЕТА ЛЬВОВНА СУЧКОВА

Вологодский институт права и экономики ФСИН России, Вологда, Россия, elizavetasuchkova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5702-6063>

Аннотация. В статье рассматриваются результаты эмпирического изучения трудностей, которые испытывают впервые осужденные женщины в процессе адаптации к условиям нахождения в исправительном учреждении. Сделан вывод о том, что большинство осужденных женщин сталкиваются с трудностями, обусловленными самим фактом нахождения в социальной изоляции и лишением общения с привычным окружением. Переживания усугубляются потерей прежнего социального статуса и тревогой за свое будущее из-за судимости, резким изменением всего уклада жизни. Они вынуждены общаться с людьми, которые для них неприятны, находиться в замкнутом пространстве в атмосфере недоверия к окружающим. В качестве направлений психологического сопровождения процесса адаптации осужденных женщин к условиям пребывания в исправительном учреждении определены психологическая помощь, нацеленная на принятие факта отбывания наказания, обучение уверенному поведению в межличностных отношениях и навыкам саморегуляции.

Ключевые слова: осужденные; осужденные женщины; адаптация к отбыванию наказания; психологическое сопровождение.

5.3.9. Юридическая психология и психология безопасности.

Для цитирования: Сучкова Е. Л. Направления психологического сопровождения процесса адаптации осужденных женщин к условиям пребывания в исправительном учреждении // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2022. № 3. С. 20–27.

Psychological Support Directions of the Process of Adaptation of Convicted Women to Conditions of a Correctional Institution

ELIZAVETA L. SUCHKOVA

Vologda Institute of Law and Economics of the Federal Penitentiary Service of Russia, Vologda, Russia, elizavetasuchkova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5702-6063>

Abstract. The article discusses results of the empirical study of the difficulties experienced by first-time convicted women in the process of adapting to conditions of a correctional institution. It is concluded that the majority of convicted women face

difficulties caused by the very fact of being in social isolation and being deprived of communication with their usual environment. Their psychological state is aggravated by a loss of the former social status and anxiety for their future due to a criminal record, as well as a sharp change in the whole way of life. They are forced to communicate with people who are unpleasant to them, to be in a confined space in the atmosphere of distrust of others. Psychological assistance aimed at accepting the fact of serving a sentence, training in confident behavior in interpersonal relationships and self-regulation skills are identified as areas of psychological support for the process of adaptation of convicted women to the conditions of a correctional institution.

Key words: convicts; convicted women; adaptation to serving a sentence; psychological support.

5.3.9. Legal psychology and security psychology.

For citation: Suchkova E.L. Psychological support directions of the process of adaptation of convicted women to conditions of a correctional institution. *All-Russian Research and Practice Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 2022, no. 3, pp. 20–27.

Осужденные женщины тяжелее мужчин переживают условия изоляции и распад социально значимых, прежде всего семейных, отношений. Усугубляется данная проблема незначительным количеством исправительных колоний с функционирующими при них детскими учреждениями, в связи с чем женщины, имеющие детей, направляются для отбывания наказания в другие регионы Российской Федерации, что ослабляет и без того ограниченные социальные связи осужденных [2, с. 30]. В России доля женских колоний очень мала (35 исправительных учреждений), поэтому и проблемы адаптации женщин к жизни в них изучены в недостаточной степени, несмотря на очевидную потребность в подобных знаниях [9, с. 318].

Сам факт изоляции от общества обуславливает проявление у осужденных женщин таких негативных тенденций, как отсутствие веры в будущее, настоящее восприятие окружающих, сосредоточенность или, наоборот, рассеянность. Они чувствуют себя беззащитными, угнетены окружением и обстановкой в исправительном учреждении, что приводит к подавленности и усталости. Кроме того, отрицательное влияние на психологию осужденной оказывает недостаток эмоциональной поддержки со стороны семьи и близких родственников [11]. В период социально-психологической адаптации изоляция вызывает у женщин внутренний конфликт, повышенную эмоциональную напряженность в большей степени, чем у других категорий осужденных [8, с. 88].

Воздействие пенитенциарной среды отрицательно сказывается на психоэмоциональном состоянии женщин, что, в свою очередь, ограничивает возможности сотрудничества в деле развития открытых конструктивных отношений между осужденными и сотрудниками учреждения и тем самым затрудняет достижение целей наказания [7]. Кроме того, важную роль в поведении и социально-психологической адаптации осужденных женщин в период отбывания наказания играют их физиологические и психологические особенности. Так, предменструальные синдромы, различного рода изменения в организме

женщины при переходе в новую фазу жизни (климакс) влияют на поведение и настроение женщин, их трудоспособность, затрагивают многие другие стороны их жизни. Перечисленные физиологические процессы могут стать причиной перемены настроения и отношения к жизни, повышенной эмоциональности [1, с. 38].

Психологическую адаптацию женщин, впервые осужденных к лишению свободы, можно рассматривать как их адаптацию к экстремальным условиям жизнедеятельности. Основными факторами экстремальности в местах лишения свободы, требующими запуска адаптационных механизмов, выступают: разрыв значимых эмоциональных связей, дефицит элементарных бытовых благ и индивидуального жизненного пространства, агрессивное социальное окружение, рассогласование официальных и неофициальных норм, неоднородность среды осужденных, утрата типичных социальных функций-ролей, наличие постоянного внешнего контроля [4, с. 15].

Женщины, если сравнивать их с мужчинами, более дезадаптированы в условиях исправительного учреждения. Эта категория осужденных является одной из наиболее сложных для исправления в силу повышенной эмоциональной возбудимости, большей внутренней тревожности, что актуализирует потребность в оказании им психологической помощи [6]. Дезадаптация осужденного к условиям исправительного учреждения рассматривается как нарушение адаптации, состояние динамического несоответствия между личностью и средой пенитенциарного учреждения. Личностная дезадаптация может привести даже к формированию суицидального поведения в случае невозможности реализации базовых ценностных установок [5]. Исправительное воздействие не будет эффективным в случае дезадаптированности осужденного, его неспособности приспособиться к новым реалиям своей жизни. Сложности в адаптации к изменившимся условиям жизни могут повлечь за собой крайне негативные изменения в личности осужденных, которые отрицательно скажутся на процессе их исправления и будут создавать препятствия для дальнейшей ресоциализации.

Целью проведенного нами исследования явилось изучение восприятия осужденными женщинами трудностей, испытываемыми ими в начальный, самый сложный период адаптации к нахождению в местах лишения свободы. В нем приняли участие 60 осужденных женщин, отбывающих наказание в учреждении УФСИН России по Вологодской области (под нашим руководством в сборе данных участвовала Л. Ю. Щербакова). Все женщины отбывали наказание впервые, срок нахождения в исправительном учреждении на момент исследования составлял от 2 до 6 месяцев. Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью стандартизированного интервью по изучению обстоятельств адаптации осужденных женщин к условиям пребывания в исправительном учреждении.

Осужденных женщин просили оценить по 6-балльной шкале степень своего напряжения в процессе адаптации к условиям мест лишения свободы. У большинства опрошенных (88 %) наиболее сильные затруднения связаны с такими обстоятельствами, как лишение общения с привычным окружением

и нахождение в социальной изоляции. Больше чем у половины респондентов сильное напряжение вызывают изменения в привычном укладе жизни (71,4 %), невозможность уединиться (59,8 %) и новый для них статус осужденной (61,4 %). Также 53,1 % опрошенных указали на то, что особенно остро они переживают разлуку с привычным окружением, родными и друзьями.

Среди значительных затруднений, испытываемых в процессе адаптации к условиям пребывания в исправительном учреждении, более половины респондентов (58,1 %) отметили факт нахождения в атмосфере недоверия к окружающим, 51,4 % указали на то, что их затрудняет общение с людьми, которые неприятны, нахождение в замкнутом пространстве упомянули 44,8 %. Ситуация неопределенности будущего вызывает беспокойство у 39,8 % опрошенных.

В интервью задавался вопрос: «Изменился ли привычный уклад жизни в связи с пребыванием в исправительном учреждении?». Все респонденты (100 %) дали на него утвердительный ответ. Осужденные женщины отмечают, что изменения заключаются в смене жизненного ритма, отсутствии привычных домашних условий, невозможности побыть с близкими, личностных изменениях («начинаешь смотреть на жизнь по-другому»; «придется стать жесточкой и замкнутой»; «поменяется круг общения»; «теперь не будет нормальных и удобных условий по сравнению с домом»; «не смогу быть рядом с ребенком»; «придется рано вставать и работать»; «придется привыкать к режиму»).

Большинство (74,7 %) респонденток отметили, что испытывают переживания, обусловленные новым социальным статусом «осужденная», описывая свои переживания следующим образом: «сильно переживаю, в моей семье судимых нет»; «испытываю душевный стыд»; «для меня это клеймо»; «старюсь привыкнуть, но не могу»; «чувствую унижение»; «после освобождения останется пятно на всю жизнь». Отвечая на вопрос «Испытываете ли Вы переживания из-за невозможности общаться со своим привычным окружением?», подавляющее большинство (93 %) осужденных женщин сделали акцент на том, что страдают из-за невозможности общаться со своими родными и близкими. Это обусловлено беспокойством за родственников, неспособностью оказать им и получить от них поддержку («переживаю за свою дочку»; «родители остались одни, переживаю, как они там»; «только с близкими можно поделиться сокровенным, без них тяжело»; «в трудную минуту не у кого спросить совета»). Осужденные женщины пояснили, что стараются справиться с возникающими переживаниями разными способами: «часто пишу письма всем своим друзьям и близким, мысленно желаю им спокойной ночи»; «работаю в две смены, так справляюсь с переживаниями»; «плачу по ночам, становится легче»; «успокаиваю себя, говорю, что надо потерпеть»; «больше общаюсь с другими людьми».

Большинство (54,8 %) опрошенных осужденных женщин отметили наличие трудностей из-за материально-бытовых ограничений. Респондентки охотно приводили примеры: «тут все не как дома, не хватает домашних вещей»; «нет места для стирки и сушки»; «нет возможности принимать душ каждый день»; «часто не бывает горячей воды»; «нет возможности носить нормаль-

ные вещи»; «трудности в соблюдении личной гигиены»; «маленькая зарплата и высокие цены в магазине»; «в магазине не всегда есть то, что нужно». Более половины (88 %) опрошенных указали на потребность побыть наедине со своими мыслями и чувствами, которую они не могут удовлетворить в условиях исправительного учреждения.

Таким образом, в процессе адаптации к нахождению в исправительном учреждении у большинства опрошенных наиболее сильные затруднения вызывает сам факт пребывания в социальной изоляции и лишения общения с привычным окружением, что влечет за собой изменения в привычном укладе жизни. Они вынуждены общаться с людьми, которые для них неприятны, находиться в замкнутом пространстве в атмосфере недоверия к окружающим. Переживания усугубляются потерей прежнего социального статуса и тревогой за свое будущее из-за судимости. Лишение свободы как мера наказания за правонарушающее поведение не только направлено на социальную изоляцию преступника от общества, но и преследует цели, связанные с созданием условий для осознания человеком неприемлемости противоправных поступков. В силу целого ряда причин данная категория осужденных требует к себе особенно внимательного отношения со стороны персонала исправительного учреждения с обязательным психологическим сопровождением процесса адаптации.

В пенитенциарной практике психологическое сопровождение представляет собой либо психологическую помощь человеку с учетом психологических особенностей его личности, либо систему мер, направленных на создание условий формирования у него умения принимать решения в новой и сложной для него ситуации [3, с. 139]. Полученные в нашем исследовании эмпирические данные позволили выработать рекомендации сотрудникам психологической службы уголовно-исполнительной системы по психологическому сопровождению процесса адаптации к условиям пребывания в исправительном учреждении.

В первую очередь, необходима психологическая помощь, направленная на принятие факта отбывания наказания. Для ее оказания можно использовать приемы и техники работы с психологической проблемой [10]. В любых жизненных обстоятельствах, как правило, есть положительные и отрицательные стороны, следовательно, в проблемной ситуации также есть хорошее и плохое. Если мы сможем вынести урок из сложной проблемной ситуации, это даст нам уверенность в том, что в будущем такого с нами уже не произойдет. Если мы представляем проблему как жизненное испытание, это нас развивает и закаляет. Мы напрягаем свои внутренние силы для того, чтобы успешно пройти этот жизненный экзамен. Переживание проблемы как жизненного испытания позволяет нам перейти на более высокий уровень развития и сформировать в себе новые способности.

Осужденные женщины в процессе адаптации к нахождению в местах лишения свободы попадают в новую для них социальную среду, в которой они лишены привычного круга общения и вынуждены постоянно взаимодействовать с незнакомыми людьми. Такие резкие изменения особенно травматичны

для лиц, не уверенных в себе, имеющих определенные сложности в организации взаимодействия с окружающими, что приводит к развитию повышенной тревожности, беспокойству и страхам, мешающим процессу приспособления к жизни в новых условиях. В связи с этим востребовано обучение навыкам уверенного поведения в межличностных отношениях. Оно может проводиться в ходе групповых занятий, содержащих в себе элементы тренинга. В содержание занятий можно включить упражнения, направленные на выявление представлений об уверенном поведении в межличностных отношениях, формирование умения отличать «барьеры межличностного общения» от открытости и истинности в выражении чувств, обучение открытому выражению позитивных и негативных эмоций. Рекомендовано проведение бесед на темы: «Терпение и самообладание в общении», «Как остановить болтуна?», «Когда вас используют», «Умейте сказать нет», «Как отказать, не обижая (формула отказа)», «Защита от манипулирования».

Для работы с негативными психологическими состояниями необходимо проводить работу по обучению навыкам саморегуляции на занятиях, направленных на достижение состояния релаксации, снятие психического напряжения, овладение приемами произвольного вызывания ощущения покоя, расслабления. Обучение навыкам саморегуляции можно осуществлять в ходе как индивидуальной работы, так и групповых занятий. Среди приемов, направленных на саморегуляцию своего состояния, можно назвать нервно-мышечную релаксацию, аутогенные тренировки, медитацию, дыхательные техники.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова, Т. С. Социально-психологическая адаптация осужденных женщин в исправительном учреждении (ИК № 7 г. Улан-Уде) / Т. С. Базарова, О. В. Яненко // Социальная безопасность и социальная защита в современных условиях : материалы международной научно-практической конференции. – Улан-Уде : Бурят. гос. ун-т им. Доржи Банзарова, 2019. – С. 37–41.
2. Голодов, П. В. Исполнение наказания в виде лишения свободы в отношении женщин: результаты эмпирического исследования / П. В. Голодов // Вестник Кузбасского института. – 2016. – № 3 (28). – С. 29–34.
3. Ежова, О. Н. Личность осужденных женщин и особенности их психологического сопровождения / О. Н. Ежова // Вестник Самарского юридического института. – 2020. – № 5 (41). – С. 135–142.
4. Кастерина, Н. В. Психологическая адаптация в исправительных учреждениях впервые осужденных женщин с невротическими проявлениями и зависимостью от психоактивных веществ : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Кастерина Наталия Владимировна. – Рязань, 2009. – 25 с.
5. Коришева, С. Е. Психологические аспекты адаптации и дезадаптации осужденных к условиям пенитенциарного учреждения / С. Е. Коришева, А. А. Левин // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития : материалы IV Международного симпозиума психологов. – Рязань : Академия ФСИН России, 2022. – С. 78–85.
6. Кунц, Е. В. Проблемы отбывания наказания женщинами в современных условиях / Е. В. Кунц // Вестник Челябинского государственного университета. – 2008. – № 22 (123). – С. 119–122.

7. Минстер, М. В. Пенитенциарный стресс у женщин и его отрицательное воздействие на процесс исправления / М. В. Минстер // Вестник Кузбасского института. – 2019. – № 2 (39). – С. 69–76.
8. Новиков, Е. Е. О некоторых особенностях социально-психологической адаптации осужденных женщин в карантинных отделениях исправительных колоний и правовых нормах, ее обеспечивающих / Е. Е. Новиков // Религиозные организации в тюремном служении: состояние, проблемы, перспективы : материалы межрегиональной научно-практической конференции. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский институт повышения квалификации работников ФСИН России, 2019. – С. 96–101.
9. Постика, Ю. А. Адаптация личности осужденных женщин к условиям отбывания наказания в исправительном учреждении / Ю. А. Постика // Форум молодых ученых. – 2020. – № 2 (42). – С. 317–322.
10. Самоукина, Н. В. Психология оптимизма / Н. В. Самоукина. – Москва : Изд-во Инт-та психотерапии, 2001. – 233 с. – ISBN 5-89939-050-6.
11. Сапрунова, Я. Р. Психологические особенности женщин, отбывающих наказание в виде лишения свободы / Я. Р. Сапрунова // Бюллетень науки и практики. – 2017. – № 11 (24). – С. 533–541.

REFERENCES

1. Bazarova T.S., Yanenko O.V. Socio-psychological adaptation of convicted women in a correctional institution (Correctional facility No. 7, Ulan-Ude). In: *Sotsial'naya bezopasnost' i sotsial'naya zashchita v sovremennykh usloviyakh: materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi kontsferentsii* [Social security and social protection in modern conditions: proceedings of the International scientific and practical conference]. Ulan-Ude: Buryatskii gosudarstvennyi universitet imeni Dorzhi Banzarova, 2019. Pp. 37–41. (In Russ.).
2. Golodov P.V. Execution of imprisonment of women: results of empirical research. *Vestnik Kuzbasskogo instituta=Bulletin of the Kuzbass Institute*, 2016, no. 3 (28), pp. 29–34. (In Russ.).
3. Ezhova O.N. Convicted women personality and peculiarities of their psychological support. *Vestnik Samarskogo yuridicheskogo instituta=Bulletin of the Samara Law Institute*, 2020, no. 5 (41), pp. 135–142. (In Russ.).
4. Kasterina N.V. *Psikhologicheskaya adaptatsiya v ispravitel'nykh uchrezhdeniyakh v pervye osuzhdennykh zhenshchin s nevroticheskimi proyavleniyami i zavisimost'yu ot psikhoaktivnykh veshchestv: avtoreferat dissertatsii na soiskanie uchenoi stepeni kandidata psikhologicheskikh nauk* [Psychological adaptation in correctional institutions of first-time convicted women with neurotic manifestations and dependence on psychoactive substances: Candidate of Sciences (Psychology) dissertation abstract]. Ryazan', 2009. 25 p.
5. Korysheva S.E., Levin A.A. Psychological aspects of adaptation and maladaptation of convicts to the conditions of a penitentiary institution. In: *Psikhologiya 21 veka: vyzovy, poiski, vektory razvitiya: materialy 4 Mezhdunarodnogo simpoziuma psikhologov* [Psychology of the 21st century: challenges, searches, vectors of development: materials of the 4th International Symposium of Psychologists]. Ryazan: Akademiya FSIN Rossii, 2022. Pp. 78–85. (In Russ.).
6. Kunts E.V. Problems of serving punishment by women in modern conditions. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta=Bulletin of the Chelyabinsk State University*, 2008, no. 22 (123), pp. 119–122. (In Russ.).
7. Minster M.V. Penitentiary stress in women and its negative impact on the correction process. *Vestnik Kuzbasskogo instituta=Bulletin of the Kuzbass Institute*, 2019, no. 2 (39), pp. 69–76. (In Russ.).
8. Novikov E.E. On some features of the socio-psychological adaptation of convicted women in quarantine departments of correctional colonies and the legal norms that ensure

it. In: *Religioznye organizatsii v tyuremnom sluzhenii: sostoyanie, problemy, perspektivy: materialy mezhregional'noi nauchno-prakticheskoi kongsferentsii* [Religious organizations in prison service: state, problems, prospects: proceedings of the interregional scientific and practical conference]. Saint Petersburg: Sankt-Peterburgskii institut povysheniya kvalifikatsii rabotnikov FSIN Rossii, 2019. Pp. 96–101. (In Russ.).

9. Postika Yu.A. Adaptation of the personality of the condemned women to the conditions of the sentencing of punishment in the corrective institution. *Forum molodykh uchenykh=Forum of Young Scientists*, 2020, no. 2 (42), pp. 317–322. (In Russ.).

10. Samoukina N.V. *Psikhologiya optimizma* [Psychology of optimism]. Moscow: Izd-vo Int-ta psikhoterapii, 2001. 233 p. ISBN 5-89939-050-6.

11. Saprunova Ya.R. Psychological features of women serving a sentence of imprisonment. *Byulleten' nauki i praktiki=Bulletin of Science and Practice*, 2017, no. 11 (24), pp. 533–541. (In Russ.).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

ЕЛИЗАВЕТА ЛЬВОВНА СУЧКОВА – кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры организации психологической службы в уголовно-исполнительной системе психологического факультета Вологодского института права и экономики ФСИН России, Вологда, Россия, elizavetasuchkova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5702-6063>.

ELIZAVETA L. SUCHKOVA – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, professor at the Department of Psychological Service Organization in the Penal System of the Vologda Institute of Law and Economics of the Federal Penitentiary Service of Russia, Vologda, Russia, elizavetasuchkova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5702-6063>.

Дата поступления 22.09.2022