

*Małgorzata Wawrzyniak*  
Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej  
Wydział Psychologii  
Warszawa

*Psychologia Jakości Życia*  
2009, tom 8, nr 2 (125–138)

*Anna Chmielewska-Hampel*  
Instytut Studiów Społecznych  
Uniwersytet Warszawski

## **Izolacja więzienna jako sytuacja trudna a aleksytymia**

Celem badania było sprawdzenie, czy częstość przeżywania emocji podstawowych przez osoby osadzone różni się w zależności od perspektywy końca izolacji. Dodatkowo założono, że w badanej próbie wystąpi wysoki poziom aleksytymii. W Badaniu 1 wzięło udział 88 więźniów, w Badaniu 2 – 58 osadzonych kobiet. Badanych podzielono na trzy grupy ze względu na perspektywę końca izolacji rozumianą jako początek, środek i koniec czasu osadzenia. Okazało się, że poziom aleksytymii u osadzonych mężczyzn i kobiet jest wysoki i zależy od perspektywy końca izolacji. Analizy wykazały także istnienie różnic w zakresie częstości przeżywania emocji podstawowych w zależności od perspektywy końca izolacji w grupie mężczyzn. Różnice te nie wystąpiły w grupie kobiet, które ponadto deklarowały większą częstość przeżywania emocji podstawowych niż mężczyźni.

Słowa kluczowe: aleksytymia, częstość przeżywanie emocji podstawowych, perspektywa końca izolacji, więźniowie.

## Wprowadzenie

Zdankiewicz-Ścigała i Maruszewski (2006) w swoim artykule przedstawili koncepcję związku pomiędzy traumą a aleksytymią. Według autorów takie cechy traumy, jak: chroniczne narażenie życia lub integralności psychicznej jednostki, przy jednoczesnym braku możliwości rozładowania napięcia emocjonalnego; brak poczucia kontroli w sytuacji traumatycznej i antycypacja utraty samokontroli, zwłaszcza w odniesieniu do emocji gniewu i strachu; brak wsparcia i zrozumienia ze strony najbliższego otoczenia; brak perspektyw na radykalną poprawę sytuacji wywołującej silne emocje negatywne (takie jak np. strach, poczucie bezradności i przerażenie); oraz brak możliwości ucieczki z miejsca, w którym znajdują się stresory traumatyczne (np. domu rodzinnego, w którym dochodzi do przemocy), mogą prowadzić do powstania aleksytymii. Naszym zdaniem, osadzenie w zakładzie karnym spełnia wszystkie opisane wyżej warunki. Co więcej, funkcjonowanie osoby w tego typu warunkach wiąże się z przeżywaniem głównie emocji negatywnych, na co mają wpływ zjawiska opisane w literaturze przedmiotu między innymi związane z 1) skłonnością do przemocy i agresji (Frosch, 1983; Hołyst, 1999; Szaszkievicz, 1994); 2) długotrwałym smutkiem i obniżonym nastrojem prowadzącym nierzadko do depresji (Nelken, 1990; Krzyżowski, 2002); 3) koniecznością odnalezienia swojego miejsca w hierarchii więziennej, na szczycie której stoją grypsujący oraz osoby z zasądzonym długoletnim wyrokiem (Wawrzyniak i Chmielewska, 2002; Przybiliński, 2006); 4) życiem w ciągłym poczuciu zagrożenia i niemożnością przewidywania sytuacji, deprywacją jednej z najważniejszych potrzeb osoby – potrzeby bezpieczeństwa, co w konsekwencji może prowadzić u osadzonych do nasilenia emocji strachu (Przybiliński, 2006).

Z badań Wawrzyniak i Chmielewskiej (2002) wynika, że więźniowie cechują się podwyższonym poziomem aleksytymii, a dodatkowo nie mają możliwości rozładowania emocji zarówno pozytywnych, jak i negatywnych (Pastwa, 1992), co utrudnia im funkcjonowanie emocjonalne i może prowadzić do zamrożenia emocji, których wyrażanie w warunkach osadzenia jest nieadaptacyjne i nieakceptowane przez grupę.

*Aleksytymia* definiowana jest jako nieumiejętność rozpoznawania własnych stanów emocjonalnych, brak słów dla opisu emocji (Sifneos, 1991; 1996), ubóstwo wyobraźni i fantazji wynikające z operacyjnego stylu myślenia i wreszcie, jako nieumiejętność różnicowania pomiędzy przeżywaną emocją a jej wskaźnikiem fizjologicznym (Maruszewski i Ścigała, 1998). Aleksytymik nie potrafi zwerbalizować własnych stanów emocjonalnych, i chociaż przeżywa emocje – nie wie, czym one są (Berenbaum i Prince, 1994). Uważa się, że aleksytymia przejawia się głównie jako brak dostępu osoby do własnych emocji na poziomie ich psychicznej reprezentacji (Maruszewski i Ścigała, 1995), co prowadzi również do utrudnienia orientacji w zakresie fizjologicznych i behawioralnych ich wskaźników.

Nowsze koncepcje aleksytymii wskazują na niejednorodność tego syndromu. Bermond (1997) wyróżnił trzy jej typy: *aleksytymia typu 1* – stan, kiedy sygnały informujące o emocjach nie są interpretowane, osoba nie czuje nic lub traci wprawę w rozpoznawaniu i nazywaniu tych sygnałów; *aleksytymia typu 2* – typ ten charakteryzuje się zdolnością osoby do uświadamiania sobie przeżywanych emocji i odróżniania ich od fizjologicznych korelatów, zaś upośledzenie dotyczy włączenia procesów poznawczych do regulacji emocjonalnej i rozumiane jest jako ubóstwo słownictwa emocjonalnego oraz brak złożonej regulacji emocji, *aleksytymia typu 3 (pseudoaleksytymia)* – osoba jest świadoma przeżywanych emocji i potrafi je nazywać, a także odróżniać je od ich fizjologicznych korelatów, zaburzeniu ulegają tu procesy świadomej refleksji i zdolność do wyciągania wniosków z doświadczeń emocjonalnych.

Warto podkreślić, iż aleksytymicy częściej przeżywają emocje negatywne, czego konsekwencją może być ich tłumienie. Z kolei tłumienie emocji negatywnych, takich jak: złość, gniew, wstręt czy strach, może doprowadzić do ich pojawienia się w niewłaściwym kontekście braku zdolności inicjowania zdarzeń pozytywnych (Taylor, 1994) lub do ich przemieszczenia na siebie (Taylor, Bagby i Parker, 1991).

Zatem wydaje się słuszne przypuszczenie, iż funkcjonowanie w zakładzie karnym może wiązać się z wysokim poziomem aleksytymii, która stanowi w naszym rozumieniu pewną formę adaptacji do teźże trudnej sytuacji.

Celem naszego badania było także sprawdzenie, czy przeżywane przez osoby osadzone emocje podstawowe różnią się w zależności od tego, w jakim momencie czasowym osadzenia znajduje się dana osoba. Obserwacja rzeczywistości więziennej pozwoliła nam bowiem zauważyć pewne prawidłowości. Po pierwsze, związane z postrzeganiem przez osadzonego końca okresu izolacji, po drugie, związane ze zmieniającą się częstością przeżywanych emocji w zależności od momentu teźże izolacji. Celem lepszego zrozumienia, czym jest ów koniec okresu izolacji bardziej uzasadnione wydało się nam wprowadzenie pojęcia *perspektywa końca izolacji*. Można bowiem zauważyć, iż osadzony niejako w sposób naturalny okres własnego pobytu w danej jednostce penitencjarnej dzieli na 3 etapy związane z: początkiem, środkiem i końcem odbywanej kary. Przy czym należy zauważyć, iż powyżej wymieniony podział nie oznacza, iż środek kary wynosi zawsze taką samą liczbę spędzonych w izolacji lat (u jednego osadzonego będzie to 3 lata przy odbywanym wyroku 6 lat, a u innego może to być na przykład 6 miesięcy przy zasądzonym rocznym wyroku pozbawienia wolności). Dodatkowo, na początku odbywania kary każdy osadzony przeżywa szczególnie trudne chwile (m.in. spowodowane oddzieleniem od bliskich), czemu częściej towarzyszą negatywne emocje (np. smutek). Po przejściu koniecznego okresu adaptacji do warunków więziennych (gdzie można zauważyć wyciszenie emocji), osadzony, widząc zbliżający się koniec izolacji, przeżywa częściej uczucia związane z opuszczeniem więzienia i koniecznością readaptacji do społeczeństwa (np. strach), ale również i pozytywne uczucia związane np. z powrotem do własnej rodziny.

## Badanie 1

W badaniu założono więc, że osadzonych mężczyzn będzie cechować wysoki poziom aleksytymii (Hipoteza 1). Postawiono także Hipotezę 2 mówiącą, że częstość przeżywanych emocji podstawowych u osadzonych mężczyzn będzie różnić się w zależności od perspektywy końca izolacji.

## Metoda

### Uczestnicy badania

W badaniu wzięło udział 88 mężczyzn w wieku 21–67 lat ( $M = 34,43$ ;  $SD = 10,81$ ) osadzonych w zakładzie karnym typu zamkniętego. Byli to recydywiści (średnio odsiadujący trzeci swój wyrok), niegrypsujący (nieprzynależący do podkultury więziennej), z różnym stażem izolacji więziennej mierzonym w latach ( $Min = 0,5$ ;  $Max = 25$ ;  $M = 4,27$ ;  $SD = 4,6$ ), którzy popełnili różnego rodzaju przestępstwa (kradzież, włamanie, zagarnięcie mienia, wyłudzenie, fałszerstwo – 47,9%, rozbój, kradzież zuchwała, pobicie, porwanie, groźby karalne – 49,3%, morderstwo, gwałt – 2,7%). Uczestnicy nie byli objęci terapią dla osób uzależnionych oraz nie zdiagnozowano u nich zaburzeń psychicznych i neurologicznych. Badanych podzielono na trzy grupy, ze względu na perspektywę końca izolacji rozumianą jako początek ( $N = 36$ ), środek ( $N = 37$ ) i koniec ( $N = 15$ ) czasu osadzenia badanej osoby w danym zakładzie karnym.

## Materiały

Poziom aleksytymii weryfikowany był za pomocą Kwestionariusza ALEX-40 (w polskiej adaptacji Maruszewskiego i Ścigały, 1998). Test składa się z 40 twierdzeń, które dotyczą rozumienia i przeżywania emocji. Zadaniem osoby badanej jest określenie na skali 5-punktowej, na ile te twierdzenia oddają jej sposób reagowania. Krańce skali oznaczają: 1 – *w pełni mnie charakteryzuje*, 5 – *zupełnie mnie nie charakteryzuje*. Test zawiera pięć podskal wyodrębnionych na podstawie analizy czynnikowej: *trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych*, *ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie*, *słaby wgląd we własne doznania emocjonalne*, *niska pobudliwość emocjonalna i myślenie konkretne*. Zakres możliwych do uzyskania wyników wynosi od 40 do 200 punktów. Wskaźnik zgodności wewnętrznej Kwestionariusza ALEX-40 (*alfa* Cronbacha) wynosi dla tej próby badawczej 0,88.

Częstość przeżywanych emocji podstawowych (radość, smutek, gniew, strach, wstręt i zdziwienie) była określana przez osoby badane na skali 5-punktowej, gdzie 1 oznacza *wcale*, 2 – *rzadko*, 3 – *średnio*, 4 – *często*, 5 – *ciągle*.

## Procedura

W danym dniu prowadzące prosily o zgłoszenie się osób osadzonych do świetlicy więziennej, gdzie zapytano ich o zgodę na udział w badaniu oraz poinformowano, że mogą oni w dowolnym momencie zrezygnować z uczestnictwa w nim. Po wysłuchaniu instrukcji osoby badane otrzymały kwestionariusze, które po wypełnieniu wkładały do koperty i ją zaklejały. Autorki towarzyszyły osadzonym w trakcie całego badania i osobiście odbierały koperty z kwestionariuszami.

## Wyniki

Celem analizy było sprawdzenie poziomu aleksytymii w badanej grupie. Okazało się, że poziom tej zmiennej jest podwyższony ( $M = 116,52$ ;  $SD = 26,86$ ) i różni się istotnie od średniej mężczyzn w badaniach Maruszewskiego i Ścigały (1998) ( $M = 110,25$ ),  $t(87) = 2,03$ ;  $p < 0,05$ , co pozwala potwierdzić przyjętą hipotezę 1.

W celu weryfikacji Hipotezy 2 zebrane dane były analizowane w jednoczynnikowym modelu analizy wariancji, gdzie zmienną niezależną była perspektywa końca izolacji (3: początek vs. środek vs. koniec czasu osadzenia w danym zakładzie karnym), a zmienną zależną częstość przeżywanych emocji podstawowych (radość, smutek, gniew, strach, wstręt i zdziwienie). Analizy wykazały istnienie istotnych różnic w częstości przeżywania radości,  $F(2,75) = 4,19$ ;  $p < 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,1$  (osoby z grupy 3, czyli będące na końcu czasu osadzenia, przeżywają radość najczęściej), smutku,  $F(2,76) = 4,28$ ;  $p < 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,101$  (osoby z grupy 1, czyli będące na początku czasu osadzenia, przeżywają smutek najczęściej), gniewu,  $F(2,75) = 12,95$ ;  $p < 0,001$ ;  $\eta^2 = 0,257$  (osoby z grupy 1 przeżywają gniew najczęściej). Częstość przeżywania wstrętu,  $F(2,76) = 2,43$ ;  $p < 0,09$ ;  $\eta^2 = 0,06$  i zdziwienia,  $F(2,76) = 2,42$ ;  $p < 0,09$ ;  $\eta^2 = 0,06$  jest różna na poziomie tendencji w zależności od perspektywy końca izolacji, różnice w częstości doświadczania strachu okazały się statystycznie nieistotne. Wyniki analiz post-hoc prezentuje tabela 1.

**Tabela 1.** Różnice w częstotliwości przeżywania emocji podstawowych, a perspektywa końca izolacji u osadzonych mężczyzn

Emocja	Perspektywa końca izolacji		
	Początek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Środek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Koniec czasu osadzenia <i>M(SD)</i>
Radość	2,94(0,84) <sub>ab</sub>	2,41(1,24) <sub>a</sub>	3,36(1,22) <sub>b</sub>
Smutek	3,09(1,16) <sub>a</sub>	2,56(1,37) <sub>ab</sub>	1,93(1,33) <sub>b</sub>
Gniew	3,03(1,09) <sub>a</sub>	2,53(1,29) <sub>a</sub>	1,21(0,58) <sub>b</sub>
Strach	2,18(1,16) <sub>a</sub>	1,81(1,12) <sub>a</sub>	2,21(1,72) <sub>a</sub>
Wstręt	2,61(1,34) <sub>a</sub>	1,88(1,18) <sub>b</sub>	2,21(1,63) <sub>ab</sub>
Zdziwienie	2,82(1,1) <sub>a</sub>	2,34(1,26) <sub>ab</sub>	2,21(1,63) <sub>b</sub>

*Uwaga.* Częstość przeżywania emocji mierzona była na skali 5-punktowej (od *wcale* do *ciężko*). Średnie oznaczone różnymi indeksami literowymi różnią się na poziomie  $p < 0,05$  przy zastosowaniu testu Gamesa-Howella.

Dodatkowo przeanalizowano także związek między aleksytymią a częstością przeżywania emocji podstawowych ( $r$  Pearsona). Okazało się, że im wyższy jest poziom aleksytymii, tym osoba rzadziej przeżywa radość, strach i zdziwienie (tabela 2).

**Tabela 2.** Korelacje między aleksytymią a częstością przeżywania emocji podstawowych

Emocje	Aleksytymia
Radość	-0,29*
Smutek	-
Gniew	-
Strach	-0,37**
Wstręt	-
Zdziwienie	-0,36**

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$

Następnie przeprowadzono analizy dotyczące poziomu aleksytymii i jej podskal: *trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych, ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie, słaby wgląd we własne doznania emocjonalne, niska pobudliwość emocjonalna i myślenie konkretne* w zależności od zmiennej: perspektywa końca izolacji (tabela 3).

**Tabela 3.** Poziom aleksytymii i wszystkich jej podskal, a perspektywa końca izolacji u osadzonych mężczyzn

	Perspektywa końca izolacji		
	Początek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Środek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Koniec czasu osadzenia <i>M(SD)</i>
Aleksytymia	108,89(18,01) <sub>a</sub>	128,82(28,10) <sub>b</sub>	103,20(29,38) <sub>a</sub>
1. Werbalizacja	24,97(6,02) <sub>ab</sub>	27,45(7,04) <sub>a</sub>	21,60(9,39) <sub>b</sub>
2. Wyobraźnia	22,17(6,09) <sub>a</sub>	26,39(7,94) <sub>b</sub>	21,80(10,03) <sub>ab</sub>
3. Wgląd	20,74(6,49) <sub>a</sub>	24,84(6,99) <sub>b</sub>	19,33(8,01) <sub>a</sub>
4. Pobudliwość	21,80(5,01) <sub>a</sub>	24,29(6,24) <sub>a</sub>	19(4,57) <sub>b</sub>
5. Myślenie	19,20(5,57) <sub>a</sub>	25,84(8,46) <sub>b</sub>	21,47(6,57) <sub>a</sub>

*Uwaga.* Podskale: 1 – trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych, 2 – ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie, 3 – słaby wgląd we własne doznania emocjonalne, 4 – niska pobudliwość emocjonalna, 5 – myślenie konkretne. Średnie oznaczone różnymi indeksami literowymi różnią się na poziomie  $p < 0,05$  przy zastosowaniu testu Gamesa-Howella.

Okazało się, że osoby badane różnią się istotnie poziomem aleksytymii,  $F(2,85) = 8,49$ ;  $p < 0,001$ ;  $\eta^2 = 0,166$  – najwyższy jej poziom cechuje osoby z grupy 2, czyli znajdujące się w środku swojego czasu osadzenia; grupa ta różni się od osób w grupie 1 (będących na początku okresu izolacji) i 3 (koniec czasu izolacji), które to grupy cechuje podobny poziom aleksytymii. Podobne wyniki – istotne statystycznie różnice pomiędzy trzema grupami oraz najwyższe wyniki w grupie 2 – uzyskano dla wszystkich podskal Kwestionariusza ALEX-40: trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych,  $F(2,85) = 3,78$ ;  $p < 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,082$ , ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie,  $F(2,85) = 3,46$ ;  $p < 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,075$ , słaby wgląd we własne doznania emocjonalne,  $F(2,85) = 4,75$ ;  $p < 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,1$ , niska pobudliwość emocjonalna,  $F(2,85) = 5,29$ ;  $p < 0,01$ ;  $\eta^2 = 0,111$  i myślenie konkretne,  $F(2,85) = 8,11$ ;  $p < 0,01$ ;  $\eta^2 = 0,16$ .

## Badanie 2

Celem badania było zweryfikowanie hipotezy mówiącej o tym, że w badanej próbie osadzonych kobiet będzie odnotowany wysoki poziom aleksytymii (Hipoteza 1). Przyjęto również, że w tej grupie badanych poziom aleksytymii (Hipoteza 2) oraz częstość przeżywania emocji podstawowych (Hipoteza 3) będzie różnił się w zależności od perspektywy końca izolacji.

## Metoda

### Uczestnicy badania

W badaniu uczestniczyło 58 kobiet w wieku 20–67 lat ( $M = 36,39$ ;  $SD = 13,08$ ) osadzonych w zakładzie karnym typu zamkniętego. Były to zarówno kobiety osadzone po raz pierwszy (67,7%), jak i recydywistki (32,3%), z różnym stażem izolacji więziennej mierzonym w miesiącach ( $Min = 0,5$ ;  $Max = 90$ ;  $M = 15,08$ ;  $SD = 19,81$ ), które popełniły różnego rodzaju przestępstwa (kradzież, włamanie, zagarnięcie mienia, wyłudzenie, fałszerstwo – 32,6%, rozbój, kradzież zuchwała, pobicie, porwanie, groźby karalne – 52,2%, morderstwo, gwałt – 15,2%). Osadzone nie były objęte żadną formą terapii, nie zdiagnozowano również u nich zaburzeń psychicznych i neurologicznych. Badane kobiety podzielono na trzy grupy ze względu na perspektywę końca izolacji: początek ( $N = 27$ ), środek ( $N = 19$ ) i koniec ( $N = 12$ ) czasu osadzenia badanej kobiety w danym zakładzie karnym.

### Materiały i procedura

W przeprowadzonym badaniu do pomiaru zmiennych zastosowano te same narzędzia co w Badaniu 1, przy zastosowaniu identycznej procedury.

## Wyniki

W badaniu przyjęto, że osadzone kobiety będzie cechować wysoki poziom aleksytymii (Hipoteza 1). Przeprowadzone analizy wykazały, że poziom tej zmiennej jest wysoki ( $M = 110,25$ ;  $SD = 14,25$ ) i różni się istotnie od średniej kobiet ( $M = 94,9$ ) zamieszczonej w pracy Maruszewskiego i Ścigały (1998),  $t(57) = 8,28$ ;  $p < 0,001$ .

Kolejnym krokiem było wykonanie analizy dotyczącej zmiennej: aleksytymia w kontekście zmiennej: perspektywa końca izolacji (3: początek vs. środek vs. koniec czasu osadzenia w danym zakładzie karnym). Wyniki prezentuje tabela 4.

Z analizy wynika, że poziom aleksytymii jest różny na poziomie tendencji w trzech badanych grupach, czyli w zależności od perspektywy końca izolacji,  $F(2,55) = 2,88$ ;  $p < 0,07$ ;  $\eta^2 = 0,095$ . Najwyższy poziom aleksytymii cechuje osoby z grupy 2, czyli znajdujące się w środku swojej kary; grupa ta różni się od osób w grupie 1 (będących na początku okresu izolacji), natomiast nie różni się od osób z grupy 3 (koniec kary). Podobne wyniki uzyskano tylko dla jednej podskali kwestionariusza ALEX-40 – *myślenie konkretne*,  $F(2,55) = 2,64$ ;  $p < 0,08$ ;  $\eta^2 = 0,088$ .



**Tabela 4.** Poziom aleksytymii i wszystkich jej podskal, a perspektywa końca izolacji u osadzonych kobiet

	Perspektywa końca izolacji		
	Początek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Środek czasu osadzenia <i>M(SD)</i>	Koniec czasu osadzenia <i>M(SD)</i>
Aleksytmia	106,07(12,57) <sub>a</sub>	115,22(13,55) <sub>b</sub>	113,92(16,61) <sub>ab</sub>
1. Werbalizacja	24,89 (5,53) <sub>a</sub>	26,11 (4,32) <sub>a</sub>	27,25 (7,01) <sub>a</sub>
2. Wyobrażenia	21,86 (6,46) <sub>a</sub>	24,22 (5,56) <sub>a</sub>	22,83 (4,43) <sub>a</sub>
3. Wgląd	22,11(4,9) <sub>a</sub>	22,39(4,51) <sub>a</sub>	22,58(4,03) <sub>a</sub>
4. Pobudliwość	18,04(5,67) <sub>a</sub>	20,28(6,73) <sub>a</sub>	20,50(6,36) <sub>a</sub>
5. Myślenie	19,18(4,06) <sub>a</sub>	22,22(3,64) <sub>b</sub>	20,75(6,05) <sub>a</sub>

*Uwaga.* Podskale: 1 – trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych, 2 – ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie, 3 – słaby wgląd we własne doznania emocjonalne, 4 – niska pobudliwość emocjonalna, 5 – myślenie konkretne. Średnie oznaczone różnymi indeksami literowymi różnią się na poziomie  $p < 0,05$  przy zastosowaniu testu Gamesa-Howella.

W celu przetestowania Hipotezy 3 wykorzystano jednoczynnikową analizę wariancji, gdzie czynnikiem była zmienna perspektywa końca izolacji (3: początek vs. środek vs. koniec czasu osadzenia), a zmienną zależną częstość przeżywanych emocji podstawowych (radość, smutek, gniew, strach, wstręt i zdziwienie). Wyniki dla wszystkich emocji okazały się nieistotne statystycznie, zatem częstość przeżywanych emocji podstawowych u osadzonych kobiet nie różni się w zależności od perspektywy końca izolacji, co nie pozwala na przyjęcie Hipotezy 3. Dodatkowe analizy wykazały, że w grupie kobiet aleksytmia nie koreluje z częstością przeżywania emocji podstawowych.

## Porównanie wyników mężczyzn i kobiet

W celu porównania obu grup w zakresie testowanych zmiennych (Badanie 1 i Badanie 2) wykonano test  $t$  dla prób niezależnych. Okazało się, że mężczyźni ( $M = 116,52$ ;  $SD = 26,86$ ) i kobiety ( $M = 110,25$ ;  $SD = 14,25$ ) różnią się na poziomie tendencji w zakresie zmiennej aleksytymia,  $t(145) = 1,84$ ;  $p < 0,07$ . Ponadto kobiety oceniają, że częściej przeżywają emocje podstawowe – smutek,  $t(135) = 5,92$ ;  $p < 0,001$ ; gniew,  $t(135) = 2,46$ ;  $p < 0,05$ ; strach,  $t(121) = 4,99$ ;  $p < 0,001$ ; wstręt,  $t(136) = 2,18$ ;  $p < 0,05$  i zdziwienie,  $t(137) = 2,74$ ;  $p < 0,01$  – niż mężczyźni (tabela 5).

**Tabela 5.** Różnice w częstości przeżywania emocji podstawowych pomiędzy kobietami i mężczyznami

Emocja	Kobiety <i>M(SD)</i>	Mężczyźni <i>M(SD)</i>
Radość	2,82(1,03)	2,79(1,13)
Smutek	3,83(0,96)	2,67(1,33)
Gniew	3,03(1,23)	2,50(1,28)
Strach	3,17(1,37)	2,04(1,26)
Wstręt	2,73(1,22)	2,24(1,36)
Zdziwienie	3,03(1,09)	2,49(1,2)

*Uwaga.* Częstość przeżywania emocji mierzona była na skali 5-punktowej (od wcale do ciągle).

## Dyskusja

Celem badania było określenie poziomu aleksytymii u osadzonych kobiet i mężczyzn, a także wykazanie związku tej cechy z czasem izolacji więziennej. Okazuje się, że badanych – kobiety i mężczyzn – cechuje wysoki poziom aleksytymii. Osoby badane różnią się jej poziomem (w zakresie wyniku ogólnego, zaś w przypadku mężczyzn w zakresie wyników we wszystkich podskalach Kwestionariusza ALEX-40), jeśli uwzględni się perspektywę końca izolacji. Przy czym istotne jest to, iż najwyższy poziom aleksytymii ujawnił się u więźniów będących mniej więcej w środku odbywanego wyroku. Wyniki wskazujące na zmiany w zakresie poziomu aleksytymii w zależności od czasu osadzenia uzyskano już w badaniu Wawrzyniak i Chmielewskiej (2002). Przypuszczamy zatem, iż różnice w poziomie aleksytymii związane z czasową perspektywą końca osadzenia są związane z koniecznością przystosowania się osoby do trudnych warunków izolacji. Prawdopodobnie aleksytymia definiowana w teorii jako cecha niekorzystna dla osoby może być, naszym zdaniem, również *stanem* służącym lepszej adaptacji do szczególnej sytuacji, jaką jest uwięzienie, w której ujawnianie emocji jest dysfunkcjonalne (osoba przejawiająca w obecności współosadzonych np. smutek, tęsknotę czy rozpacz może zostać uznana za słabą i stać się obiektem przemocy). Jak wcześniej wspomniano, więźniowie nie mają możliwości rozładowania pozytywnych i negatywnych emocji (Pastwa, 1992), co może prowadzić do zamrożenia emocji, których wyrażanie jest nieakceptowane przez grupę, a zatem nie służy przystosowaniu rozumianemu przez nas jako konieczność wytrwania do końca odbywanej kary pozbawienia wolności. Potwierdzeniem naszych przypuszczeń mogą być wyniki uzyskane przez Keltikangas-Jarvinen (1982) wskazujące na fakt, iż osoby dokonujące przestępstw, podobnie jak aleksytymicy, wykazują trudności w opisywaniu swoich emocji.

Ponadto, z wywiadu przeprowadzonego przez nas wśród wychowawców i pracowników zakładów karnych wynika, że więźniowie po przejściu trudnego okresu przystosowawczego na początku osadzenia stopniowo adaptują się do sytuacji izolacji. Tak rozumiana adaptacja przejawia się np. poprzez wyciszenie emocji, które według nas zostają zamrożone. Być może właśnie owo zamrożenie ujawniło się w naszych badaniach jako wysoki poziom aleksytymii, rozumianej przez nas w tym przypadku jako stan, z najwyższym jej nasileniem w środkowym okresie odbywania kary (gdzie więźniowie są już zaadaptowani do warunków więziennych).

Również perspektywa końca izolacji w naszych założeniach miała wiązać się z częstością przeżywania emocji podstawowych. Badani przez nas mężczyźni na początku osadzenia przeżywają częściej smutek, gniew, wstręt i zdziwienie. Po okresie adaptacji, kiedy zaczyna zbliżać się koniec wyroku, więźniowie deklarują częstsze odczuwanie radości, co może wynikać np. z możliwości powrotu do własnego środowiska, rodziny. Zatem uczucia nie tylko zostają zamrożone (co ma służyć przystosowaniu), ale też zmienia się ich spektrum – w różnych momentach osadzenia inne emocje są przeżywane częściej przez więźniów. Na potwierdzenie tych przypuszczeń może wskazywać fakt, iż u badanych przez nas mężczyzn rzadsze odczuwanie radości, strachu i zdziwienia związane jest z wyższym poziomem aleksytymii.

Z kolei badane przez nas kobiety częściej przeżywają emocje podstawowe – smutek, gniew, strach, wstręt i zdziwienie niż mężczyźni i nie różni się deklarowana przez nie częstość przeżywania emocji w zależności od perspektywy końca izolacji. Zgodnie z naszym wnioskowaniem, ten wynik może wskazywać, iż u kobiet istnieją trudności w zakresie adaptacji do izolacji więziennej (na co również zwracają uwagę badacze przedmiotu). Owe trudności nie wynikają naszym zdaniem jedynie z faktu izolacji, ale związane są także z pewnymi prawidłowościami dotyczącymi kobiet: po pierwsze z tym, iż istnieją różnice między kobietami i mężczyznami w zakresie wielu komponentów emocji, które dotyczą między innymi większej łatwości ekspresji emocji oraz większej częstości i intensywności doświadczania emocji przez kobiety (Jasielska, 2002); i po drugie, brak im wykrystalizowanych norm podkultury więziennej (Przybyliński, 2006), co zapewnia pewnego rodzaju przewidywalność sytuacji i w konsekwencji lepszą adaptację. Nie bez znaczenia może być również fakt odseparowania od bliskich, zwłaszcza od dzieci, co nasila przeżywanie sytuacji izolacji więziennej jako trudnej i nie sprzyja pogodzeniu się z faktem osadzenia w zakładzie karnym.

Także według Maruszewskiego i Ścigały (1998) długotrwała traumatyzacja uruchamia mechanizmy zniekształcające rzeczywistość, co chroni przed doświadczaniem emocji w danym momencie, ale stosowanie ich ciągle może powodować odcinanie się od własnych uczuć. Naszym zdaniem tak rozumiana traumatyzacja istnieje w więzieniu, a zatem istnieje też tak definiowane odcinanie się od uczuć,

co z kolei my rozumiemy jako stan aleksytymii. Podobnie Zdankiewicz-Ściagała i Maruszewski (2006) uważają, iż regulacja emocji, polegająca na owym odcinaniu się od uczuć, może doprowadzić do sytuacji, w której sygnały informujące o emocjach nie są przez osobę interpretowane lub robi to ona znacznie gorzej niż dotychczas – co jest symptomem aleksytymii. Również wyróżnione przez Bermonda (1997) trzy typy aleksytymii pokazują, że aleksytymia może dotyczyć różnie nasilonych jej symptomów. Powstaje zatem pytanie, który typ aleksytymii uruchamia się jako stan służący adaptacji w więzieniu (być może dotyczy to tylko poziomu kompetencji emocjonalnych)?

Nasze przypuszczenia, że aleksytymia jest stanem, nie są pionierskie – w literaturze można odnaleźć rozumienie aleksytymii np. jako mechanizmu obronnego (Schier, 2005), a także podejmowane są próby empirycznej weryfikacji aleksytymii definiowanej jako stan (Martínez-Sánchez, Ato-García i Ortiz-Soria, 2003). Badacze ci kontrolowali poziom aleksytymii i objawy emocjonalnego dystresu spowodowanego egzaminami u studentów w czterech pomiarach. Podczas gdy wskaźniki emocjonalnego dystresu zmieniały się, poziom aleksytymii nie różnił się pomiędzy pomiarami, tak więc autorzy badania definiują aleksytymię jako stałą cechę.

Prezentowane wyniki naszych badań należy traktować jako wstępne i wymagające dalszej weryfikacji empirycznej. Potwierdzenie naszych wniosków wymaga bowiem przeprowadzenia badań podłużnych, które uwzględniłyby ewentualne zmiany w zakresie poziomu aleksytymii u tej samej osoby osadzonej z uwzględnieniem np. czasu osadzenia, jak i innych zmiennych, istotnych dla adaptacji do sytuacji trudnej.

## Bibliografia

- Berenbaum, H. i Prince, J.D. (1994). Alexithymia and the interpretation of emotion – relevant information. *Cognition and Emotion*, 8, 231–244.
- Bermond, B. (1997). Brain and alexithymia. W: A. Vingerhoets, F. van Bussel i J. Boelhouwer (red.), *The (non)expression of emotion in health and disease* (s. 113–130). Tilburg: Tilburg University Press.
- Frosch, J. (1983). *The psychotic process*. New York: International Universities Press.
- Hołyst, B. (1999). *Kryminologia*. Warszawa: Wydawnictwa Prawnicze PWN.
- Jasielska, A. (2002). Emocje a pleć. Analiza w kontekście twórczości emocjonalnej. W: A. Hulewska, A. Jasielska i M. Ziarko (red.), *Interdyscyplinarne studia nad płcią* (s. 95–116). Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Keltikangas-Jarvinen, L. (1982). Alexithymia in Violent Offenders. *Journal of Personality Assessment*, 46, 5, 462–467.
- Krzyżowski, J. (2002). *Depresja*. Warszawa: Wydawnictwo Medyk.
- Martínez-Sánchez, F., Ato-García, M. i Ortiz-Soria, B. (2003). Alexithymia – State or Trait? *The Spanish Journal of Psychology*, 6, 1, 51–59.
- Maruszewski, T. i Ściagała, E. (1995). Poznawcza reprezentacja emocji. *Przegląd Psychologiczny*, 38, 245–278.

- Maruszewski, T. i Ścigala, E. (1998). *Emocje – Aleksytymia – Poznanie*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Nelken, J. (1990). Zagadnienia psychopatii i resocjalizacji przestępców psychopatów w dziejach polskiej myśli kryminologicznej. *Archiwum Kryminologii*, 16, 245–276.
- Pastwa, B. (1992). Psychopatia jako problem diagnostyczny oraz możliwości oddziaływań psychokorekcyjnych w warunkach izolacji więziennej. W: U. Świętochowska (red.), *Tymczasowe aresztowanie i pozbawienie wolności. Aspekty demograficzne i społeczne* (s. 28–43). Gdańsk: Albatros.
- Przybiliński, S. (2006). *Podkultura więzienna – wielowymiarowość rzeczywistości penitencjarnej*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Schier, K. (2005). *Bez tchu i bez słowa. Więź psychiczna i regulacja emocji u osób chorych na astmę oskrzelową*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Sifneos, P.E. (1991). Affect, emotional conflict, and deficit: an overview. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 56, 116–122.
- Sifneos, P.E. (1996). Alexithymia: past and present. *Am. J. Psychiatry*, 153:7, 137–142.
- Szaszkiewicz, M. (1994). *Tajemnice grypserki*. Kraków: Wydawnictwo Instytutu Ekspertyz Sądowych.
- Taylor, G.J., Bagby, R.M. i Parker, J.D.A. (1991). The alexithymia construct. A potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics*, 32, 153–164.
- Taylor, G.J. (1994). The alexithymia construct: conceptualization, validation, and relationship with basic dimensions of personality. *New Trends in Experimental and Clinical Psychiatry*, 10, 61–74.
- Wawrzyniak, M. i Chmielewska, A. (2002). Uwięzienie a syndrom aleksytymii. *Psychologia Jakości Życia*, 1, 2, 115–127.
- Zdankiewicz-Ścigala, E. i Maruszewski, T. (2006). Trauma – zaburzenia pourazowe – aleksytymia. W: M. Fajkowska, M. Marszał-Wiśniewska i G. Sędek (red.), *Podpatrywanie uczuć i myśli. Zaburzenia i optymalizacja procesów poznawczych i emocjonalnych*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

*Małgorzata Wawrzyniak*

Warsaw School of Social Sciences and Humanities  
Department of Psychology  
Warsaw

*Anna Chmielewska-Hampel*

Institute for Social Studies  
Warsaw University

## Alexithymia and Imprisonment

The purpose of the research was to determine whether the emotions experienced by the inmates differ depending on the end of isolation perspectives. It was assumed that in the analysed sample there will be high level of alexithymia. Study 1 included 88 male inmates, Study 2 included 58 female inmates. The subjects have been divided into three groups according to end of isolation perspectives defined as the beginning, middle or end of the incarceration period. It was found that the level of alexithymia among male inmates and female inmates is high and differs depending on the end of isolation perspectives. Analyses have indicated that in the group of male inmates there were significant differences in the frequency of experiencing basic emotions depending on the end of isolation perspectives.

Keywords: alexithymia, frequency of experiencing basic emotions, end of isolation perspectives, prisoners.