

Beata Pastwa-Wojciechowska  
Andrzej Piotrowski  
Aneta Chybicka

## **Samoocena, poczucie własnej skuteczności i strategie radzenia sobie ze stresem wśród osadzonych pracujących i planujących podjęcie pracy po zakończeniu odbywania kary pozbawiania wolności**

### **Self-esteem, self-efficacy and strategies for coping with stress among working inmates and planning to start work after the end of imprisonment**

Artykuł ma na celu przedstawienie wyników badań przeprowadzonych wśród osadzonych pracujących i niepracujących oraz planujących zatrudnienie i nie mających takich planów w kontekście ich samooceny, poczucia własnej skuteczności oraz strategii radzenia sobie ze stresem.

**Słowa kluczowe:** samoocena, poczucie własnej skuteczności, strategie radzenia sobie ze stresem, osadzeni, praca.

The article aims to present the results of research conducted among working and non-working inmates as well as those who plan to hire and do not have such plans in the context of their self-esteem, self-efficacy and stress coping strategies.

**Key words:** self-esteem, self-efficacy, coping strategies, inmates, work.

## Wprowadzenie

Uwięzienie generuje bardzo specyficzną i trudną sytuację dla osób się w niej znajdujących. Z jednej strony akcentowane są czynniki wpływające na osobę odbywającą karę pozbawienia wolności a w konsekwencji determinujący jej sposób funkcjonowania w tym specyficznym środowisku, z drugiej zaś podkreśla się, że kara pozbawienia wolności może stworzyć osadzonemu możliwość wykorzystania szansy na rozpoznanie lub zdobycie nowych umiejętności oraz zasobów i kompetencji. Bez względu na aspekt, na którym się koncentrujemy, istotnym celem oddziaływań resocjalizacyjnych jest społeczna readaptacja skazanych, którzy mogą napotykać różnego rodzaju ograniczenia w ponownej adaptacji do świata zewnętrznego, czego wyrazem mogą być m.in. trudności z odnalezieniem się na rynku pracy<sup>1</sup>. Dlatego praca oferowana więźniom w czasie odbywania przez nich kary pozbawienia wolności ma istotne znaczenie nie tylko dla ich funkcjonowania w trakcie jej odbywania, ale także w szerszym kontekście dla procesu ich readaptacji społecznej poprzez ich aktywizację zawodową, naukę nowego zawodu. Praca osadzonych ma też znaczenie ekonomiczne, ponieważ odpłatnie zatrudnieni osadzeni mogą dzięki niej spłacać swoje zobowiązania finansowe, zaspakajać potrzeby materialne lub wspomagać finansowo swoje rodziny. Dlatego też pracę osadzonych należy ujmować wieloaspektowo, zarówno z perspektywy skazanego, jak i ogółu społeczeństwa. W perspektywie jednostkowej znaczenie będą miały m.in. czynniki osobowościowe, posiadane zasoby oraz wsparcie informacyjne od wychowawcy czy szerzej ujmując administracji więziennej. Natomiast w kontekście społecznym spotykamy się ze zjawiskiem degradacji społecznej spowodowanej stygmatyzacją przejawiającą się sposobem myślenia o skazanym w kategoriach „przestępca” czy „utrzymanek państwa” – ktoś gorszy. Jak dowodzą badania, praca wykonywana przez skazanych w trakcie ich pobytu w więzieniu uczy osadzonych samodzielności, przystosowuje do realiów pracy na wolności, rozszerza posiadane już kompetencje zawodowe, ułatwia podjęcie aktywności zawodowej po zakończeniu kary<sup>2,3</sup> natomiast brak pracy (bezrobocie) demoralizuje

<sup>1</sup> L. Schaefer, S. Brewer, *Probation and parole: From control to case management*, [w:] E. Jeglic, C. Calkins (red), *Handbook of Issues in Criminal Justice Reform in the United States*, Cham 2022.

<sup>2</sup> H., Machel *Psychospołeczne uwarunkowania pracy resocjalizacyjnej personelu więziennego*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2001.

<sup>3</sup> E. Elisha, E. Shoham., B. Hasisi, D. Weisburd *For prisoners, “work works”: Qualitative findings from an Israeli program*, [w:] “The Prison Journal” 2017, 97(3).

więźniów, powoduje utratę kontaktu z nowymi technologiami, wzmaga ich roszczeniową postawę, tworzy szkodliwą sytuację nadmiaru wolnego czasu, który nie jest produktywnie wykorzystywany a także wzmocnia dolegliwość kary<sup>4</sup>. Przy czym należy pamiętać, że praca nie ma stanowić kary, ani też zwiększać jej dolegliwości<sup>5</sup>. Praca sprzyja niezależności finansowej od państwa, rodzin, znajomych czy współosadzonych<sup>6</sup>. Również sami skazani nadają ważne znaczenie pracy, albowiem uważają ją za jedną z najważniejszych wartości w swoim życiu, zaraz po rodzinie<sup>7</sup>. Uważają oni posiadanie pracy za czynnik pozwalający im na godną egzystencję, dający poczucie sprawczości, działania, przeciwieństwo bezczynności.

Praca osadzonych w jednostkach penitencjarnych wykonywana może być odpłatnie lub nieodpłatnie. Nawet wykonywania nieodpłatnie praca uczy samodyscypliny, odpowiedzialności i punktualności przez co utrwała się nawyk pracy, który może być bardzo pomocny po ukończeniu odbywania kary<sup>8</sup>. Praca jako rutynowa czynność w dobry sposób zabezpiecza osoby po odbyciu kary przed powrotem do przestępczości<sup>9</sup>. Ważnym aspektem pracy osadzonych jest niwelowanie nudy, co zapobiega powstawaniu konfliktom między osadzonymi, ale także niweluj dolegliwość odbywania kary. Niewątpliwą korzyścią pracy wykonywanej przez skazanych jest profilaktyczna funkcja zapobiegania lub niwelowania zjawisko prizonizacji<sup>10</sup>. Nie każdy osadzony może pracować. Do pracy nie wysyła się osób, które nie wyrażą na to zgody, nie mają odpowiednich kompetencji, a gdy praca jest poza jednostką – gdy istnieje duże ryzyko niepowrotu. Firmy zewnętrzne nie zawsze chętnie zatrudniają osadzonych z uwagi np.: na skomplikowaną procedurę lub niskie kwalifikacje i rotację osadzonych. Osadzeni z karą dożywotniego pozbawienia wolności mogą być zatrudnieni tylko na terenie zakładu karnego a tzw. „niebezpieczni”

<sup>4</sup> A. Mufarreh, J. Waitkus, T.A. Booker, *Prison official perceptions of technology in prison*, [w:] "Punishment & Society" 2022, 24(3).

<sup>5</sup> M. Fryszak *Praca osób pozbawionych wolności, stan prawny oraz praktyka – zarys problematyka*, [w:] „The Prison Systems Review” 2020, 107.

<sup>6</sup> H. Machel, *Sens i bezsens resocjalizacji penitencjarnej – casus polski*, Oficyna Wydawnicza "Impuls", Kraków 2006.

<sup>7</sup> Z. Iwański, *Wartości w procesie resocjalizacji skazanych*, Wydawnictwo Instytutu Technologii Eksploatacji, Radom 2006.

<sup>8</sup> S. M., Kwiatkowski, *Problemy rynku pracy*, [w:] S.M. Kwiatkowski A., Bogaj B., Baraniak (red.), *Pedagogika pracy*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2007.

<sup>9</sup> R. Apel, J. Horney *How and why does work matter? Employment conditions, routine activities, and crime among adult male offenders*, [w:] "Criminology: An Interdisciplinary Journal" 2017, 55 (2).

<sup>10</sup> E. Karpuszenko, *Praca a readaptacja społeczna osadzonych*, [w:] „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie” 2017, XXVI(1).

jedynie na terenie swego oddziału. Więźniowie pracujący poza terenem jednostek do pracy są konwojowani w pełnym lub zmniejszonym systemie, a jeśli odbywają karę w jednostkach typu otwartego, to do pracy udają się bez konwojowania. Ucieczki osadzonych, jeśli już się zdarzają to zwykle mają miejsce w przypadku zatrudnienia zewnętrznego bez konwojowania.

Aktualnie według statystyk Służby Więziennej zatrudnianych jest około 51% osadzonych (Ministerstwo Sprawiedliwości Centralny Zarząd Służby Więziennej, 2022). Wykonują oni swoją pracę na rzecz jednostek penitencjarnych, przywięziennych zakładów pracy, kontrahentów zewnętrznych oraz w ramach umów zlecenie lub o dzieło. Osadzony pracujący średnio poświęca na pracę około 100 godzin miesięcznie, a gdy praca jest odpłatna otrzymuje za to wynagrodzenie w kwocie około 1700 zł

Należy jednak zdać sobie sprawę, że w rzeczywistości pozawięziennej osadzeni często mają problemy z podjęciem i/lub utrzymaniem pracy (np.: podejmują pracę i ją rzucają zniechęcając się jej rutyną czy kierowanymi wobec nich oczekiwaniami). Nie podejmują też pracy, ponieważ uważają, że oferowane im wynagrodzenie jest zbyt niskie i lepiej opłaca się im otrzymywać inne świadczenia. Zatem jak już zaznaczono omawiając zagadnienie pracy osób pozbawionych wolności należy zdać sobie sprawę z wieloaspektowości tego zagadnienia.

## Praca osadzonych

W 2016 roku Ministerstwo Sprawiedliwości uruchomiło program „Praca dla Więźniów”, który jest realizowany przez Służbę Więzienną. W ramach tego programu więźniowie uzyskują możliwość bezpłatnego przyuczenia do nowego zawodu, przez co zwiększyć się mogą ich szanse na znalezienie zatrudnienia po odbyciu kary. Woźniak zwraca uwagę, że jest to program wspierania szeroko rozumianej readaptacji społecznej osób przebywających w zakładach karnych i aresztach śledczych, a w szczególności ich aktywizacji zawodowej<sup>11</sup>. Do korzyści związanych z zatrudnieniem skazanych w ramach programu wskazuje się m.in.: a) prawidłowe wykonywanie przez osadzonych swoich obowiązków, często

---

<sup>11</sup> A. Woźniak *Badania własne korelacji zmiennych pracy skazanego w kontekście procesu resocjalizacji penitencjarniej*, [w:] „Roczniki Pedagogiczne” 2019, 11(47).

z dużym zaangażowaniem, b) obniżenie kosztów utrzymania więźniów przez społeczeństwo, c) program ten jest finansowana przede wszystkim przez samych skazanych, a nie z pieniędzy podatników, d) środki finansowe z potrąceń od wynagrodzeń osób skazanych przeznaczane są na Fundusz Aktywizacji Zawodowej Skazanych oraz Rozwoju Przywzięciennych Zakładów Pracy, z którego finansuje się budowę hal produkcyjnych, w których zatrudnieni będą osadzeni, oraz e) osoby skazane przed przystąpieniem do pracy przechodzą specjalne szkolenia uczące je funkcjonować w środowisku pracy<sup>12</sup>.

Pomimo wielu pozytywnych aspektów wprowadzonego programu warto jednak pamiętać, że obejmuje on osoby przebywające w placówkach penitencjarnych, co nie zapobiega trudnościami z podejmowaniem czy utrzymaniem przez osadzonych pracy w warunkach wolnościowych. Ustawodawca umożliwił dodatkowe korzyści finansów przedsiębiorcom, którzy budują lub korzystają z hal przeznaczonych na potrzeby tego programu i prowadzą tam swoją działalność oraz preferencje w zakresie zamówień publicznych.

Jak podkreślają Kwieciński i Waligóra<sup>13</sup> praca wykonywana przez osoby przebywające w izolacji więziennej służy jako: a) pozyskiwanie wynagrodzenia za konkretną pracę, b) sposób zmiany ich postaw poprzez uczenie i utrwalanie nowo nabytych umiejętności, c) sposób wykształcenia szacunku do pracy oraz osób ją wykonujących oraz d) szansę na poznanie życia zgodnego z prawem, a w efekcie możliwość poprawnego funkcjonowania w społeczeństwie. Tym samym dokonując przeglądu badań polskich i zagranicznych dotyczących zatrudnienia osadzonych można znaleźć wiele aspektów, które są w nich poruszane, tj. cechy podmiotowe osadzonych np.: osobowościowe, satysfakcję z pracy osadzonych, funkcje pracy w kontekście osób pozbawionych wolności<sup>14</sup>. Mniej niż 18% osób skazanych we Włoszech pracuje rotacyjnie (około miesiąca w roku) będąc zatrudnionymi przez Administrację Więzienną a tylko 1% zatrudnionych jest w spółdzielniach lub firmach zewnętrznych wykonujących stałą pracę zarobkową. Badania wskazały, że w przypadku owego 1% zaobserwowano znacznie niższy powrót do przestępstwa. Powstaje zatem

---

<sup>12</sup> Ibidem.

<sup>13</sup> J. Kwieciński, B. Waligóra, *Zatrudnienie w strategii readaptacji społecznej skazanych - na przykładzie Zakładu Karnego we Wronkach*, [w:] B. Skafiriak (red.), *Pomoc postpenitencjarna w kontekście strategii działań resocjalizacyjnych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007.

<sup>14</sup> E. Karpuszenko, *Praca a readaptacja społeczna osadzonych*, [w:] „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie” 2017, XXVI(1).

pytanie, jakie cechy musi posiadać praca oferowana osobom skazanym, aby zredukować ich powrotność do przestępstwa? Okazuje się, że praca musi mieć przede wszystkim sens dla osoby skazanej. Badania jakościowe udowodniły, że w historii życia osadzonych wyłaniają się słowa - klucze, które nie odnoszą się do kategorii stricte zawodowych, ale do kategorii „afektywnych”, takich jak szacunek – dobro – kontekst ludzki – troska o siebie – znaczenie – wartość. Dlatego rozwiązanie nie polega tylko na dawaniu pracy, ale prawdziwym problemem jest: jaką pracę chcemy im dać? Czy też bardziej precyzyjnie to ujmując, co chcemy zaoferować osobom skazanym poprzez pracę? Dla człowieka, ze względu na samą ludzką naturę, praca ma wartość wewnętrzną, poprzez którą poszukuje się samorealizacji i sensu. Samorealizacja poprzez pracę, odkrywanie własnych możliwości, skłonności i postaw pozwalają człowiekowi poznać własne możliwości i ograniczenia. Praca staje się jednością z osobą, która poprzez to co robi, może zadbać o siebie i swoją prawdziwą naturę, np.: można pracować z sumiennością, pomysłowością i kompetencją albo można osiągnąć poczucie oddania się pracy i odkryć pozytywne efekty takiego podejścia do pracy<sup>15</sup>. Istotne jest, aby praca osadzonych nie tylko zajmowała ich czas, ale także uczyła nowych kompetencji, które będą przydatne po opuszczeniu zakładu karnego, dzięki czemu motywacja osadzonych do podjęcia pracy będzie większa<sup>16</sup>.

Dlatego też na wzór programów w innych krajach istotny byłby nadzór nad osadzonymi w tym zakresie, także po opuszczeniu przez nich placówek. Wyniki badań wskazują, że osoby skazane, które po opuszczeniu zakładu karnego mają dozór w zakresie wywiązywania się z realizacji zatrudnienia w ramach integracji ze społeczeństwem otrzymują wyższe wynagrodzenie oraz obserwuje się w tej grupie niższy wskaźnik recydywy niż u osób, które takiemu nadzorowi nie podlegały<sup>17</sup>. Przeciętnemu obywatelowi powody uzyskania pracy zarobkowej i przestrzegania prawa wydają się oczywiste, z czym wiążą się takie wartości, jak wolność w dążeniu do dobrych rzeczy w życiu, takich jak dom, rodzina i wygodny standard życia. Wysokie wskaźniki recydywy i bezrobocia wśród byłych

---

<sup>15</sup> N. Boscoletto, *Il lavoro guarisce? Il lavoro nella riabilitazione sociale: l'ambito carcerario [Does work heal? The role of work in social rehabilitation in prisons]*, [w:] „La Medicina del lavoro” 2010, 101.

<sup>16</sup> J. Pandeli, M. Marinetto, J. Jenkins, *Captive in cycles of invisibility? Prisoners' work for the private sector*, [w:] “Work, Employment and Society”, 2019, 33(4)

<sup>17</sup> R. Peled-Laskov, E. Shoham, L. Cojocar, *Work-Related Intervention Programs: Desistance From Criminality and Occupational Integration Among Released Prisoners on Parole*, [w:] „International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology” 2019, 63(13)

przestępców sugerują, że powody dla których warto uczciwie żyć i podjąć niezbędne kroki w tym kierunku nie są oczywiste. Okazuje się, że znacznie większe znaczenie niż brak wykształcenia lub umiejętności, dyskryminacja lub inne przeszkody zewnętrzne, mają impulsywność i nieznanostwo świata pracy, które jak się okazuje wyjaśniają ich słabe wyniki po zwolnieniu z więzienia. W oparciu o takie założenia został opracowany program dla osób skazanych opuszczających placówki penitencjarne więźniów w hrabstwie Montgomery w stanie Maryland. Zdając sobie sprawę, że ani silne bodźce dotyczące wolności i wypłacalności finansowej, ani silne bodźce zniechęcające do ponownego uwięzienia i zubożenia nie zmieniły wystarczająco zachowania osób, które odbyły karę pozbawienia wolności.

Jak dowodzą liczne badania naukowe praca ma ogromny wpływ na szeroko rozumiany rozwój człowieka, w tym jego funkcjonowanie społeczne<sup>18</sup>. Praca wyznacza miejsce, które zajmujemy w społeczeństwie, decydując o naszej pozycji społecznej oraz sytuacji materialnej, co przekłada się na nasz dobrostan oraz satysfakcję w innych dziedzinach życia. Innymi słowy, dzięki pracy możemy zdobyć zasoby finansowe, dzięki którym możemy zapewnić sobie realizację podstawowych potrzeb, w tym także tych związanych z celami życiowymi czy zainteresowaniami. Ponadto osoba, która pracuje legalnie, zyskuje szereg uprawnień takich jak urlopy, prawo do terminowego wynagrodzenia czy świadczeń socjalnych, mających wpływ na realizację funkcji opiekuńczo – zabezpieczającej. Warto także zaakcentować, że praca oddziałuje na wyznawane przez człowieka wartości, stosunek do samego siebie oraz otaczającej go rzeczywistości społecznej. Obserwowane w tym zakresie różnice pokoleniowe jeszcze bardziej uwydatniają znaczenie pracy dla kształtowania się preferowanych wartości<sup>19</sup>.

W literaturze przedmiotu najczęściej wymienia się następujące uniwersalne funkcje pracy ludzkiej: 1) funkcję ekonomiczną (związaną z wytwarzaniem tzw. produktu społecznego, ocenianą z punktu widzenia jej efektywności), 2) funkcję dochodową, pozwalającą na zaspokojenie potrzeb własnych i najbliższej rodziny oraz 3) funkcję społeczną, polegającą na kreowaniu użyteczności społecznej, rozwijającą człowieka, tworzącą

---

<sup>18</sup> B. Zinkiewicz, *Znaczenie pracy osób pozbawionych wolności na przestrzeni dziejów*, [w:] „Państwo i Społeczeństwo” 2018, XVII(4).

<sup>19</sup> S. Chaudhari, R. Yadav, S. Rai, *Work Values & Job Attitudes: A Study of Gen Y in Public Sector*, [w:] “Indian Journal of Industrial Relations” 2021, 57(1).

więzi społeczne<sup>20</sup>. Z kolei powołując się na poglądy Wiatrowskiego<sup>21</sup>, które stanowią bazę wielu analiz w literaturze pedagogiczno-resocjalizacyjnej podkreśla się wagę trzech aspektów znaczenia pracy: a) aspekt czynnościowy, rozumiany jako pewna forma działania, b) aspekt podmiotowy, utożsamiany z racjonalnym, celowym i skutecznym wysiłkiem człowieka w dążeniu do samorealizacji oraz 3) aspekt przedmiotowy (rzeczowy), traktowany jako wynik, efekt danego działania. Jeżeli popatrzymy na wyżej wymienione aspekty, to okazuje się że mamy do czynienia z celowym działaniem człowieka ale także poczuciem jego skuteczności działania, co przekłada się na podejmowanie lub nie konkretnych zachowań. Należy także zauważyć, że poprzez zachowanie (działanie człowieka) człowiek uzewnętrznia swoje właściwości podmiotowe, w tym cechy osobowości czy istotne dla niego wartości.

Warto zwrócić uwagę, że badania dotyczące roli pracy w procesie resocjalizacji osób skazanych są bardzo zróżnicowane. Przede wszystkim podkreśla się, że praca stanowi jeden z podstawowych środków oddziaływań penitencjarnych<sup>22</sup>. I tak, zwraca się uwagę, że:

- a) Umożliwienie podejmowania pracy osadzonym oddziałuje pozytywnie na ich niekorzystne stany emocjonalne redukując napięcia i frustrację wywołaną izolacją, a tym samym przyczynia się do zmniejszenia skali zachowań o charakterze oporu, zachowań przemocowych i autoagresywnych<sup>23, 24</sup>.
- b) Praca umożliwia wgląd w siebie i identyfikację własnych potrzeb, zmianę postaw wobec otoczenia oraz ułatwia modyfikację przekonań, albowiem włączenie osadzonego w system pracy zarobkowej zwiększa jego zdolność do przyjmowania gratyfikacji za określoną postawę społeczną<sup>25, 26</sup>.

---

<sup>20</sup> B. Zinkiewicz *Znaczenie pracy osób pozbawionych wolności na przestrzeni dziejów*, [w:] „Państwo i Społeczeństwo” 2018, XVII(4).

<sup>21</sup> Z. Wiatrowski, *Praca jako wartość uniwersalna i jako problem XXI wieku*, [w:] W. Furmanek (red.), *Praca człowieka jako kategoria współczesnej pedagogiki*, Wydawnictwo Oświatowe Fosze, Rzeszów–Warszawa 2007.

<sup>22</sup> M. Fryszak, *Praca osób pozbawionych wolności, stan prawny oraz praktyka – zarys problematyka*, [w:] „The Prison Systems Review” 2020, 107.

<sup>23</sup> A. Woźniak, *Badania własne korelacji zmiennych pracy skazanego w kontekście procesu resocjalizacji penitencjarnej*, [w:] „Roczniki Pedagogiczne” 2019, 11(47).

<sup>24</sup> A. Weissbrot-Koziarska, A. Kanios, *Praca jako środek resocjalizacji osób w izolacji więziennej – przegląd badań*, [w:] „Resocjalizacja Polska” 2021, 22.

<sup>25</sup> E. Sokołowska, *Praca charytatywna skazanych na karę pozbawienia wolności*, [w:] „Resocjalizacja Polska” 2015, 9.

<sup>26</sup> A. Weissbrot-Koziarska, A. Kanios, *Praca jako środek resocjalizacji osób w izolacji więziennej – przegląd badań*, „Resocjalizacja Polska” 2021, 22.



- c) Skazani za największy walor oddziaływań resocjalizacyjnych podjętej przez siebie pracy wskazali takie aspekty jak możliwość kontynuowania pracy poza zakładem karnym, możliwość rozwijania swojej pasji i zainteresowań oraz możliwość wykonywania pracy zgodnej z wyuczonym zawodem. Skazani rzadko zwracali uwagę na kwestie finansowe jako czynnik resocjalizujący. Bardzo ważna była w ich opinii praca społeczna. Uznali oni bowiem, że każdy człowiek powinien podejmować się działania społecznego, ponieważ tylko wtedy jest wartościowy dla samego siebie i ogółu społeczeństwa. W ich opinii działanie podejmowane na rzecz innych stanowi również ważny element wypełnienia czasu wolnego<sup>27, 28</sup>.
- d) Istotnym czynnikiem warunkującym chęć podjęcia zatrudnienia przez osadzonych jest możliwość otrzymywania wynagrodzenia za pracę, przy czym są oni zainteresowani zatrudnieniem pod warunkiem otrzymywania dobrych zarobków. Część skazanych podkreśla także, jak ważna jest dla nich możliwość podniesienia swoich kwalifikacji bądź zdobycia nowych. Twierdzili, że podjęcie pracy w trakcie odbywania kary jest dla nich szansą na uzyskanie samodzielności życiowej po opuszczeniu zakładu karnego. Badania przeprowadzone przez Pstrąg ujawniły, że w badanej przez nią grupie znaleźli się także osadzeni, którzy traktowali pracę jako rozrywkę, możliwości rozwoju swoich pasji oraz nawiązania kontaktów społecznych<sup>29</sup>.
- e) Ze względu na częsty brak wykształcenia osadzonych motywowanie ich do podjęcia pracy wiąże się z uświadamianiem im konieczności uzyskania konkretnych kwalifikacji zawodowych czy nabyciem doświadczenia zawodowego. Pokazanie takich aspektów ma na celu wskazanie im czynników ułatwiających możliwość zdobycia i/lub utrzymania pracy po opuszczeniu zakładu karnego<sup>30, 31</sup>.
- f) Ważnym aspektem pracy, na który zwracają uwagę osadzeni (poza korzyściami finansowymi) jest poczucie satysfakcji z działania. Taki stan rzeczy wynika zazwyczaj z przytłaczającej beczynności podczas

---

<sup>27</sup> E. Łuczak, *Zatrudnienie skazanych w praktyce wybranych jednostek penitencjarnych Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Olsztynie*, [w:] „Przegląd Więziennictwa Polskiego” 2016, 93

<sup>28</sup> A. Weissbrot-Koziarska, A. Kanios, *Praca jako środek resocjalizacji osób w izolacji więziennej – przegląd badań*, [w:] „Resocjalizacja Polska” 2021, 22.

<sup>29</sup> D. Pstrąg *Praca w procesie readaptacji społecznej skazanych*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny” 2014, XXXIII.

<sup>30</sup> O. Tytko, *Więźniowie na rynku pracy — analiza doświadczeń polskich i zagranicznych*, [w:] „Górnośląskie Studia Socjologiczne. Seria Nowa” 2020, 11.

<sup>31</sup> R. Gerlach, *Praca byłych osadzonych – możliwości i ograniczenia*, [w:] „Resocjalizacja Polska” 2021, 21.

odbywania kary, a tym samym szukanie jakiegokolwiek zajęcia, które pozwoliłoby czuć się im przydatnym. Wielu osadzonych w perspektywie ograniczanej liczby ofert pracy dla więźniów, decyduje się na dostępną pracę społecznie użyteczną np. wolontariat w hospicjum<sup>32</sup>. Badania nad tym rodzajem wykonywanej pracy rozszerzają rolę pracy w procesie resocjalizacji, gdzie wskazują w tym przypadku na pojawienie specyficznej motywacji, która opisywana jest zazwyczaj jako możliwość zadośćuczynienia społecznej krzywdy wynikającej z łamania prawa.

Praca osadzonego oddziałuje przede wszystkim na niego samego, nie pozostaje jednak bez wpływu na całe społeczeństwo. Wykonywanie pracy przez osadzonych jest pozytywnie odbierane przez ogół społeczeństwa, które podkreśla jej walor resocjalizacyjny i ekonomiczny. Jednocześnie rynek pracy, na którym mogą poruszać się osadzeni jest niewielki<sup>33</sup>.

Dlatego też praca dla osób przebywających w warunkach izolacji więziennej ma nie tylko znaczenie związane z ich rolą społeczną, ale także sposobem myślenia o sobie, poczuciem własnej skuteczności a tym samym uruchamianiem różnego rodzaju strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych (np. stresowych). W polskim systemie penitencjarnym skazanemu zapewnia się w miarę możliwości świadczenie pracy (art. 121§1). Kodeks Karny Wykonawczy wskazuje, że skazanego zatrudnia się na podstawie skierowania do pracy albo umożliwia się skazanemu wykonywanie pracy zarobkowej w ramach umowy o pracę, umowy zlecenia, umowy o dzieło, umowy o pracę nakładczą lub na innej podstawie prawnej (art. 121§2), przy czym zatrudnienie skazanego następuje za zgodą i na warunkach określonych przez dyrektora zakładu karnego, zapewniających prawidłowy przebieg odbywania kary pozbawienia wolności (art. 121§3)<sup>34</sup>.

Ponadto skazani na karę dożywotniego pozbawienia wolności odbywający karę w zakładzie karnym typu zamkniętego może wykonywać pracę wyłącznie na terenie zakładu karnego (art. 121§10). Osadzeni ze względu na rodzaj zakładu karnego, w którym przebywają mają zróżnicowane możliwości wykonywania pracy. I tak, zgodnie z treścią Kodeksu Karnego

---

<sup>32</sup> P. Krakowiak, A. Paczkowska, R. Witkowski *Prisoners as hospice volunteers in Poland*, [w:] „Medycyna Paliatywna w Praktyce” 2013, 7(2).

<sup>33</sup> W. Kotowski, *Zatrudnianie osób pozbawionych wolności*, Wydawnictwo Prawnicze LexisNexis, Warszawa 2013.

<sup>34</sup> Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. - *Kodeks karny wykonawczy*, Dz.U. 1997 nr 90 poz. 557, ze zm.

Wykonawczego skazani odbywający karę w zakładzie typu zamkniętego mogą być zatrudniani poza terenem zakładu karnego w pełnym systemie konwojowania (art. 90 ust. 2). Z kolei skazani odbywający karę pozbawienia wolności w zakładzie typu półotwartego mogą być zatrudniani poza terenem zakładu karnego w systemie zmniejszonego konwojowania lub bez konwojenta, w tym również na pojedynczych stanowiskach pracy (art. 91 ust. 2). Natomiast skazani odbywający karę pozbawienia wolności w zakładzie typu otwartego mogą być zatrudniani przede wszystkim poza terenem zakładu karnego, bez konwojenta, na pojedynczych stanowiskach pracy.

## Samooocena

Samooocena to świadoma postawa osoby wobec własnego Ja, w jej aspekcie emocjonalnym (emocje związane z obiektem, jakim jest własne Ja) i poznawczym (sądy na swój temat). Samooocena u osób dorosłych ma stosunkowo trwały charakter i słabo poddaje się oddziaływaniu, jej zmiany wymagają czasu i zwykle są nieznaczne. Samooocena podatna jest na zmiany wtedy, gdy działający bodziec jest albo bardzo intensywny, albo długotrwały. Stąd może być związana z faktem pracy w trakcie wykonywania kary. Z samoooceną powiązane jest poczucie własnej skuteczności<sup>35</sup>.

## Poczucie własnej skuteczności

Przekonanie o własnej skuteczności związane jest z wewnętrznym umiejscowieniem kontroli. Wyższe przekonanie dotyczące własnej skuteczności wiąże się z tym, że podmiot bardziej optymistycznie ocenia szanse poradzenia sobie z sytuacją stresującą czy trudną. Wiąże się też z większym zaangażowaniem w realizację tych celów, nawet wtedy, gdy osoba musi zmierzyć się z przeciwnościami. Wyższe poczucie własnej skuteczności sprzyja stawianiu sobie bardziej ambitnych celów. Przekonanie dotyczące własnej skuteczności podatne jest na oddziaływanie i ma bardziej elastyczny charakter niż samooocena. Może zmieniać się

---

<sup>35</sup> W. Napora, *Do Ego-resiliency, Self-efficacy and Life Orientation Predict Self-esteem of Top World Magicians? An International Study*, [w:] "Psychological Thought" 2021, 14(1).

pod wpływem doświadczeń i przeżyć jednostki oraz wskutek działania czynników zewnętrznych<sup>36</sup>.

Przekonania dotyczące własnej skuteczności wpływają na ocenę osobistych zasobów jednostki w sytuacji stresowej. Sytuacja uwięzienia traktowana jest jako sytuacja stresowa, ale także jako stan chronicznego kryzysu, który uruchamia reakcje obronne i wycofywania się, co może wiesć do depersonalizacji i derealizacji<sup>37</sup>. Przekłada się to na brak zainteresowania otoczeniem, brak umiejętności radzenia sobie czy bierność<sup>38</sup>, co z kolei będzie skutkowało brakiem zainteresowania tym co dzieje się wokół. Zarówno Kępiński<sup>39</sup>, jak i Ciosek<sup>40</sup> zauważają zarówno funkcje obronne depersonalizacji, jak i jej negatywne konsekwencje. Innymi słowy, depersonalizacja jest czynnikiem chroniącym przed przeżywaniem silnych negatywnych emocji, gdyż poprzez przeniesienie do nierealnego świata pozwala na pozornie prawidłowe funkcjonowanie w niekorzystnych warunkach. Natomiast negatywnymi konsekwencjami jest deficyt planów na przyszłość i brak konieczności planowania działań codziennych.

## Style radzenie sobie ze stresem

Style radzenia sobie ze stresem to zestaw zachowań stosowanych przez podmiot w celu poradzenia sobie z obciążającą, trudną sytuacją. Najbardziej skutecznym, zadaniowym stylem radzenia sobie ze stresem jest aktywne radzenie sobie. Ten styl adresuje sytuację trudną, koncentruje się na niej i prowadzi do jej rozwiązania. Stres zwykle związany jest z przeżywaniem negatywnych stanów emocjonalnych, takich jak lęk, zwątpienie, poczucie niemocy czy gniew. Emocjonalny styl związany z poszukiwaniem wsparcia i koncentracją na emocjach pomaga poradzić sobie z trudnymi stanami emocjonalnymi poprzez ich wyrażenie, zrozumienie i pozyskanie akceptacji i pomocy w postaci rady innych osób. Najmniej konstruktywnym stylem radzenia sobie ze stresem są zachowania unikowe. Nie

---

<sup>36</sup> S.F. Maier, M.E. Seligman, *Learned helplessness: theory and evidence*, [w:] "Journal of experimental psychology" 1976, 105(1).

<sup>37</sup> T. Lanciano, L. de Leonardis, A. Curci, *The Psychological Effects of Imprisonment: The Role of Cognitive, Psychopathic and Affective Traits*, [w:] "Europe's Journal of Psychology" 2022, 18(3).

<sup>38</sup> R.K. James, B.E. Gilliland, *Strategie interwencji kryzysowej*, Wydawnictwo Edukacyjne Parpa Media, Warszawa 2008.

<sup>39</sup> A. Kępiński, *Rytm życia*, Wydawnictwo Literackie, Warszawa 1972.

<sup>40</sup> M. Ciosek, *Psychologia sądowa i penitencjarna*, LexisNexis, Warszawa 1997.

prowadzą one do zaadresowania sytuacji, a raczej do jej ignorowania i angażowania się w czynności zastępcze. Przy tym stylu stresor zwykle działa nadal, a podmiot nie rozwiązuje obciążającej, trudnej sytuacji, co zwykle prowadzi do spotęgowania problemu<sup>41</sup>. Aktywne style radzenia sobie ze stresem powiązane są z poczuciem własnej skuteczności<sup>42</sup>. W tabeli 1 przedstawione zostały style radzenia sobie ze stresem oraz wchodzące w ich skład strategie.

Tabela 1. Style radzenia sobie ze stresem i wyróżniane w ich obrębie strategie oraz ich definicje

<b>Styl</b>	<b>Strategia</b>	<b>Definicja strategii</b>
Aktywne Radzenie Sobie	Planowanie	Myśli i plany związane z tym, jak podmiot zamierza poradzić sobie ze stresorem.
	Pozytywne Przewartościowanie i Rozwój	Dostrzeganie w sytuacji stresującej możliwości rozwoju, spostrzeganie jej w bardziej pozytywny sposób.
	Aktywne Radzenie Sobie	Podjęmowanie działań zmierzających do poradzenia sobie z sytuacją stresującą, usunięcia przyczyn lub skutków.
	Unikanie Konkurencyjnych Działań	Unikanie działań nie związanych z sytuacją stresującą, tak by lepiej zaadresować problem.
	Powstrzymanie się od Działania	Unikanie działań przedwczesnych, planowanie działań we właściwym czasie.
Poszukiwanie Wsparcia i Koncentracja na Emocjach	Poszukiwanie Emocjonalnego Wsparcia Społecznego	Szukanie zrozumienia, sympatii, akceptacji.
	Koncentracja na Emocjach i ich Wyładowanie	Tendencja do ekspresji emocji, niepokój związany z własnym stanem emocjonalnym.
	Poszukiwanie Instrumentalnego Wsparcia Społecznego	Szukanie pomocnych informacji, rady osób posiadających doświadczenie lub zaufanych, szukanie pomocy.
	Zwrot ku Religii	Oparcie w religii jako źródle emocjonalnego wsparcia.

<sup>41</sup> Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik, *Mini-COPE-Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2009.

<sup>42</sup> T. Gorgulu, *The effect of self-efficacy and coping strategies on treatment motivation of individuals in the substance addiction group work process*, [w:] "Journal of Psychiatry & Neurological Sciences" 2019, 32(1).

Styl	Strategia	Definicja strategii
Zachowania Unikowe	Zaprzeczanie	Ignorowanie stresującej sytuacji, zaprzeczanie jej zaistnienia.
	Zaprzestanie Działań	Reagowanie bezradnością i zaprzestaniem aktywności skierowanej na zaadresowanie sytuacji trudnej.
	Poczucie Humoru	Używanie humoru jako sposobu łagodzenia trudnych emocji.
	Odwracanie Uwagi	Angażowania się w czynności zastępcze, np. sen, oglądanie telewizji, Internet.
	Zażywanie Alkoholu lub Innych Środków Psychoaktywnych	Łagodzenie przykrych emocji poprzez spożywanie alkoholu lub zażywanie środków psychoaktywnych.
	Obwinianie siebie	Przypisywanie sobie winy za stresującą sytuację.

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Juczyński, Ogińska-Bulik (2009)<sup>43</sup>.

Przegląd zaprezentowanych stanowisk teoretycznych i praktycznych oraz konieczność wypełniania luki empirycznej skłania do postawienia poniższych hipotez:

Hipoteza 1. Poczucie własnej skuteczności jest wyższe u osadzonych pracujących w porównaniu z niepracującymi oraz u planujących podjąć pracę w porównaniu z nieplanującymi podjęcia zatrudnienia po odbyciu kary pozbawiania wolności.

Hipoteza 2. Samoocena jest wyższa u osadzonych pracujących w porównaniu z niepracującymi. Wyższa samoocena charakteryzuje osadzonych planujących podjęcie pracy w porównaniu do nieplanujących zatrudnienia się po ukończeniu kary.

Hipoteza 3. Osadzeni pracujący i planujący pracę po odbyciu kary stosują strategię radzenia sobie ze stresem związane z aktywnym radzeniem sobie, a niepracujący i nie planujący podjęcia pracy osadzeni stosują strategię związane z zachowaniami unikowymi.

<sup>43</sup> Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik, *Mini-COPE-Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2009.

## Metodologia badań

### **Cel badania**

Głównym celem badania było zweryfikowanie czy poczucie własnej skuteczności, samooceńa i stosowane style radzenia sobie ze stresem są związane wykonywanie pracy w trakcie osadzenia oraz z zamiarem wykonywania pracy po zakończeniu odbywania. Ponadto celem badania było ustalenie czy przekonanie o własnej skuteczności, samooceńa i strategie radzenia sobie ze stresem są związane z takimi zmiennymi jak: typem zakładu karnego i system odbywania kary pozbawienia wolności.

### **Osoby badane**

Przebadano 84 osadzonych przebywających w dwóch różnych rodzajach zakładów karnych: dla recydywistów (26 osób) i dla osób odbywających karę po raz pierwszy (58 osób).

Badani więźniowie przebywali w zakładzie zamkniętym (33 osoby) i półotwartym (51 osób). Osadzeni poddani byli jednemu z dwóch systemów wykonywania kary: zwykłemu (51 osób) i programowego oddziaływania (33 osoby). Osoby badane były w różnym wieku – 5 osób poniżej 25 roku życia, 35 osób w przedziale pomiędzy 26 a 30 rokiem życia, 24 osoby w przedziale pomiędzy 31 a 40 rokiem życia, 15 osób w przedziale pomiędzy 41 a 50 rokiem życia i 5 osób powyżej 50 roku życia. Wykształcenie badanych osadzonych było zróżnicowane: 20 osób posiadało wykształcenie podstawowe, 20 osób wykształcenie gimnazjalne, 29 osób wykształcenie zawodowe, 12 osób wykształcenie średnie, 3 osoby wykształcenie wyższe. Osadzeni pracujący w trakcie odbywania kary stanowili grupę 56 osób.

### **Przebieg badania**

Badanie prowadzone było metodą tradycyjną, osadzeni wypełniali dostarczone im kwestionariusze. W badaniu wykorzystano trzy skale: Skalę Samooceny SES Rosenberga do pomiaru globalnej samooceny<sup>44</sup>; Skalę Uogólnionej Własnej Skuteczności GSES Schwarzera, Jerusalem,

---

<sup>44</sup> I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna, *Samooceńa i jej pomiar: SES: polska adaptacja skali SES M. Rosenberga: Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2008.

Juczyński<sup>45</sup> oraz Wielowymiarowy Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem COPE Carvera i współpracowników<sup>46</sup>.

W Ankiecie znalazły się pytania, czy po zakończeniu kary osoby badane zamierzają podjąć pracę, a także czy były zatrudnione w trakcie wykonywania kary, czy pracowały na terenie zakładu karnego czy też poza nim oraz czy otrzymywały za swoją pracę wynagrodzenie.

### **Narzędzia badawcze**

Skala Samooceny SES mierzy samoocenę rozumianą jako świadomą postawę osoby wobec własnego Ja, w jej aspekcie emocjonalnym (emocje związane z obiektem jakim jest własne Ja) i poznawczym (sądy na swój temat). Skala składa się z 10 itemów a osoba badana ustosunkowuje się do każdego z nich na 4-punktowej skali typu Likerta od 1 – „zdecydowanie zgadzam się” do 4 – „zdecydowanie nie zgadzam się”.

Do pomiaru poczucia własnej skuteczności wykorzystano Skalę Uogólnioną Własnej Skuteczności). Mierzy ona siłę przekonania jednostki co do tego, na ile skutecznie radzi ona sobie z przeciwnościami i trudnymi sytuacjami, przeszkodami w realizacji celów. Skala składa się z 10 itemów a osoba badana ustosunkowuje się do każdego z nich na 4-punktowej skali typu Likerta od 1 – „nie” do 4 – „tak”.

Do pomiaru strategii radzenia sobie ze stresem zastawowo kwestionariusz Mini - COPE, który składa się z 28 stwierdzeń wchodzących w skład 14 strategii (po 2 twierdzenia w każdej strategii). W skład kwestionariusza wchodzi następujące skale: aktywne radzenie sobie, planowanie, pozytywne przewartościowanie, zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań, obwinianie siebie, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego, poszukiwanie wsparcia instrumentalnego, zajmowanie się czymś innym, zaprzeczanie, wyładowanie, tworzą zwrot ku religii, akceptacja, poczucie humoru. Osoba badana ustosunkowuje się do każdego z nich na 4-punktowej skali typu Likerta od 0 – „prawie nigdy tak nie postępuję” do 3 – „prawie zawsze tak postępuję”.

---

<sup>45</sup> R. Schwarzer, M. Jerusalem, Z. Juczyński, *NPPZ-Narzędzia Pomiaru w Promocji i Psychologii Zdrowia, Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2012.

<sup>46</sup> Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik, *Mini-COPE-Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2009.



## Wyniki

### **Poczucie własnej skuteczności**

W tabeli 2 zamieszczono średnie i odchylenia standardowe oraz różnice międzygrupowe poczucia własnej skuteczności u osadzonych pracujących i niepracujących.

Tabela 2. Poczucie własnej skuteczności u osadzonych pracujących i niepracujących w trakcie odbywania kary.

Zatrudnianie w trakcie wykonywania kary	M	SD	t	p
Tak	3,29	0,46	7,33	0,000
Nie	2,54	0,46		

Osadzeni pracujący w trakcie odbywania kary odznaczają się wyższym poczuciem własnej skuteczności w porównaniu z niepracującymi.

W tabeli 3 zamieszczone zostały wyniki analizy poczucia własnej skuteczności osadzonych planujących i nieplanujących zatrudnienie po odbyciu kary.

Tabela 3. Poczucie własnej skuteczności u osadzonych planujących podjąć pracę po zakończeniu kary i osadzonych nieplanujących zatrudnienia.

Zamiar zatrudnienia po odbyciu kary	M	SD	t	p
Tak	3,10	0,55	3,44	0,006
Nie	2,44	0,54		

Poczucie własnej skuteczności wyższe jest u osób, które zamierzają podjąć pracę po zakończeniu kary w stosunku do osób, które nie mają takich planów.

Poczucie własnej skuteczności nie różni się u osób pracujących na terenie zakładu karnego w stosunku do osób pracujących poza zakładem karnym. Nie ma też związku z tym, czy osadzeni otrzymują wynagrodzenie za pracę, czy też nie.

W świetle uzyskanych wyników hipotezę pierwszą należy uznać za potwierdzoną. Poczucie własnej skuteczności jest wyższe u osadzonych pracujących w porównaniu z niepracującymi oraz u planujących podjąć

pracę w porównaniu z nieplanującymi podjęcia zatrudnienia po odbyciu kary pozbawiania wolności.

### **Samoocena**

Tabela 4 zawiera statystyki opisowe samooceny dla osadzonych pracujących i niepracujących.

Tabela 4. Samoocena u osadzonych pracujących w trakcie odbywania kary i osadzonych niepracujących.

<b>Zatrudnianie w trakcie wykonywania kary</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
nie	20,82	3,28	4,51	0,000
tak	24,19	3,42		

Samoocena jest wyższa u osób zatrudnionych w trakcie wykonywania kary w stosunku do osadzonych niepracujących.

W tabeli 5 zamieszczono wyniki porównania średnich samooceny dla osadzonych planujących i nieplanujących zatrudnienia po zakończeniu kary.

Tabela 5. Samoocena u osadzonych zamierzających i niezamierzających podjąć pracę po zakończeniu kary.

<b>Zamiar podjęcia pracy po zakończeniu kary</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Nie	21,51	3,39	-3,50	0,005
Tak	25,90	3,75		

Osadzeni planujący podjęcie pracy charakteryzują się wyższą samooceną w porównaniu z nieplanującymi zatrudnienia.

W świetle uzyskanych wyników hipotezę drugą można uznać za potwierdzoną. Samoocena jest wyższa u osadzonych pracujących w porównaniu z niepracującymi.

### **Strategie radzenia sobie ze stresem**

Tabela 6 prezentuje natężenie częstotliwości korzystania z poszczególnych strategii radzenia sobie ze stresem u osadzonych pracujących i niepracujących.

Tabela 6. Strategie radzenia sobie ze stresem osadzonych zatrudnionych i niezatrudnionych w trakcie odbywania kary.

Strategia	Zatrudnienie w trakcie wykonywania kary	M	SD	t	p
Aktywne radzenie sobie	Tak	2,49	0,72	6,28	0,000
	Nie	1,45	0,75		
Planowanie	Tak	2,48	0,58	5,92	0,000
	Nie	1,70	0,57		
Pozytywne przewartościowanie i rozwój	Tak	1,69	0,79	3,07	0,003
	Nie	1,12	0,87		
Akceptacja	Tak	2,00	0,78	-1,805	0,075
	Nie	2,30	0,62		
Poczucie humoru	Tak	0,68	0,78	-1,28	0,202
	Nie	0,93	0,98		
Zwrot ku religii	Tak	0,78	1,02	-0,66	0,507
	Nie	0,93	0,96		
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	Tak	2,01	0,63	3,72	0,000
	Nie	1,45	0,74		
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	Tak	1,59	0,83	-0,16	0,867
	Nie	1,62	0,78		
Odwracanie uwagi	Tak	1,35	0,71	-3,05	0,003
	Nie	1,83	0,69		
Zaprzeczanie	Tak	0,80	0,74	-4,46	0,000
	Nie	1,59	0,87		
Koncentracja na emocjach i ich wyładowanie	Tak	1,09	0,72	-3,83	0,000
	Nie	1,75	0,84		
Zażywanie alkoholu lub innych środków psychoaktywnych	Tak	0,52	0,81	-1,54	0,127
	Nie	0,83	1,05		
Obwinianie siebie	Tak	1,41	0,88	-2,70	0,008
	Nie	1,91	0,70		

Osadzeni pracujący częściej korzystają ze strategii opartej na aktywnym radzeniu sobie, planowaniu, pozytywnym przewartościowaniu, poszukiwaniu wsparcia emocjonalnego a rzadziej odwracaniu uwagi, zaprzeczaniu, koncentracji na emocjach oraz obwinianiu siebie w radzeniu sobie ze stresem w porównaniu z osadzonymi niepracującymi.

Tabela 7 prezentuje natężenie częstotliwości korzystania z poszczególnych strategii radzenia sobie ze stresem u osadzonych planujących zatrudnienie po odbyciu kary i osób nieplanujących pracy po wyjściu z zakładu karnego.

Tabela 7. Strategie radzenia sobie ze stresem u osadzonych planujących i nieplanujących zatrudnienia.

Strategia	Zamiar podjęcia pracy po zakończeniu kary	M	SD	t	P
Aktywne radzenie sobie	Tak	2,22	0,80	3,27	0,002
	Nie	1,30	1,11		
Planowanie	Tak	2,28	0,66	3,10	0,003
	Nie	1,60	0,61		
Pozytywne przewartościowanie i rozwój	Tak	1,57	0,83	2,37	0,020
	Nie	0,90	0,87		
Akceptacja	Tak	2,14	0,77	0,96	0,336
	Nie	1,90	0,39		
Poczucie humoru	Tak	0,70	0,80	-2,28	0,025
	Nie	1,35	1,13		
Zwrot ku religii	Tak	0,86	1,01	0,63	0,529
	Nie	0,65	0,94		
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	Tak	1,90	0,70	3,51	0,001
	Nie	1,10	0,51		
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	Tak	1,64	0,83	1,06	0,288
	Nie	1,35	0,62		
Odwracanie uwagi	Tak	1,70	0,75	1,44	0,152
	Nie	1,35	0,52		
Zaprzeczanie	Tak	0,99	0,87	-2,84	0,006
	Nie	1,80	0,53		
Koncentracja na emocjach i ich wyładowanie	Tak	1,26	0,80	-2,14	0,035
	Nie	1,85	0,85		
Zażywanie alkoholu lub innych środków psychoaktywnych	Tak	0,60	0,90	-0,96	0,336
	Nie	0,90	0,96		
Obwinianie siebie	Tak	1,57	0,85	-0,59	0,553
	Nie	1,75	0,85		

Osadzeni planujący zatrudnienie częściej korzystają ze strategii takich jak: aktywne radzenie sobie, planowanie, pozytywne przewartościowanie, poszukiwanie wsparcia emocjonalnego a rzadziej z poczucia humoru, zaprzeczanie, koncentracja na emocjach w radzeniu sobie ze stresem w porównaniu z osadzonych nieplanującymi zatrudnienia.

W świetle uzyskanych wyników hipotezę trzecią można uznać za potwierdzoną. Osadzeni pracujący i planujący pracę po odbyciu kary stosują strategie radzenia sobie ze stresem związane ze stylem aktywnego radzenia sobie, a niepracujący i nie planujący podjęcia pracy osadzeni stosują częściej strategie związane z zachowaniami unikowymi.

## Dyskusja

Praca osadzonych spełnia bardzo wiele ważnych funkcji. Obniża koszty utrzymania placówek penitencjarnych, redukuje zobowiązania finansowe skazanych. Więźniowie dzięki pracy odpłatnej mogą wspomóc finansowo swoich najbliższych i przygotowują się do aktywnego wejścia na rynek pracy. Nieoceniona rola resocjalizacyjna, ekonomiczna i społeczna pracy więźniów powoduje, że znajdują się ona w głównym katalogu oddziaływań penitencjarnych. Naturalnie praca osadzonych nie jest pomysłem nowym, jednak przed epoką Oświecenia dominował pogląd wskazujący głównie na społecznie użyteczną pracę więźniów. Prawie 200 lat temu Lotz (s. 12) pisał: „ciągłe i stosowne zatrudnienie więźniów, jest jedynym środkiem utrzymania porządku, spokojności i bezpieczeństwa w domu więzień, poprawienia obyczajów i moralności występnych, zrobienie ich użytecznymi towarzystwa i oszczędzenia skarbowi publicznego kosztów na ich utrzymanie” (pisownia oryginalna)<sup>47</sup>. Warto nadmienić, że pierwsza fabryka więzienna powstała w 1832 r.<sup>48</sup>

Badania wskazują, że odsetek osób powracających do przestępstwa wśród osadzonych zatrudnionych jest dwukrotnie mniejszy w porównaniu z więźniami niepracującymi<sup>49</sup>. Niemal wszyscy badania wychowawcy

---

<sup>47</sup> J. Lotz, *Myśli o publicznych domach roboty i ich urządzaniu*, Wydawnictwo Stanisław Gieszkowski, Kraków 1825.

<sup>48</sup> M. Czerwiec, *Więzienioznastwo*, Centralny Zarząd Więziennictwa, Warszawa 1958.

<sup>49</sup> T. Kalisz, *Zatrudnienie skazanych odbywających karę pozbawienia wolności*, Wrocław 2004.

i psychologowie uważają, że bezrobocie osadzonych sprzyja ich demoralizacji<sup>50</sup>.

Celem prezentowanych badań było ustalenie czy samoocena, poczucie własnej skuteczności i strategie radzenia sobie ze stresem różnicują osadzonych pracujących i niepracujących oraz planujących zatrudnienie po ukończeniu kary i nieplanujących podjęcia pracy. W tym celu przeprowadzone zostało badanie na grupie 84 osadzonych. Wyniki badań wskazują, że więźniowie pracujący w trakcie odbywania kary charakteryzują się wyższą samooceną oraz wyższym poczuciem własnej skuteczności w porównaniu do osadzonych niepracujących. Zależność ta może mieć wpływ dwukierunkowy. Z jednej strony osoby o wyższej samoocenie i jednocześnie bardziej skuteczne są w większym stopniu zainteresowane podjęciem pracy, w tym także pracy zarobkowej, aby poprawić swój status ekonomicznym lub zwiększyć szanse na dodatkowe przywileje. Z drugiej strony samoocena i poczucie własnej skuteczności mogą rosnać w wyniku obserwacji własnych działań skutkujących sukcesem, jakim jest otrzymanie i utrzymanie pracy. Wyższa samoocena i poczucie własnej skuteczności nie gwarantują sukcesu, jednak inicjują i podtrzymują działania do niego prowadzące, tym samym zwiększają szansę na osiągnięcie celu. Podobne założenia są u podstaw wszystkich działań resocjalizacyjnych. Ich celem jest nauczenie osadzonych, że podejmowana przez nich aktywność ma sens a wysiłek, jeśli będzie utrzymywany, ma szansę doprowadzić ich do pożądanego celu.

W badaniu prezentowanym badaniu analizowano również związek strategii radzenia sobie ze stresem u osadzonych pracujących vs bezrobotnych oraz planujących zatrudnienie po ukończeniu kary vs nieplanujących podjęcia pracy. Więźniowie pracujący i planujący zatrudnienie częściej korzystają z aktywnych a tym samym efektywnych strategii radzenia sobie ze stresem w porównaniu z więźniami niepracującymi i nieplanującymi pracować. Korzystanie z aktywnych strategii radzenia sobie jest kluczowe dla sprawnego funkcjonowania w środowisku wolnościowym. Nieefektywne strategie prowadzą często do problemów interpersonalnych mogących skutkować np.: zachowaniami agresywnymi

---

<sup>50</sup> H. Machel, *Bezrobocie i czas wolny jako istotny czynnik w kryminogenezie przestępców młodocianych w opinii wychowawców i psychologów więziennych*, [w:] Stanik J.M. (red), *Psychospołeczne uwarunkowania i mechanizmy kryminogenezy a zachowania paraprzestępcze i przestępcze*, Wydawnictwo Komandor, Warszawa 2007.

lub nadużywanie alkoholu, które bardzo mocno powiązane są z ryzykiem powrotności do przestępstwa.

Niezależnie od kierunku relacji praca – samoocena i poczucie własnej skuteczności oraz strategie radzenia sobie ze stresem ważnym ustaleniem naszych badań jest wskazanie, że osadzeni pracujący lub planujący zatrudnienie są w lepszej kondycji psychologicznej w porównaniu do osadzonych niepracujących i nieplanujących podjęcia pracy po opuszczeniu zakładu karnego. Przyszłe badania powinny skupić się na dynamice zmienności analizowanych zmiennych psychologicznych przed podjęciem pracy, w trakcie jej wykonywania oraz jeżeli będzie to możliwe, również po zakończeniu odbywania kary pozbawienia wolności w kontekście podejmowanej (lub też nie) przez nich pracy zarobkowej.

## Bibliografia

- Apel R., Horney J., *How and why does work matter? Employment conditions, routine activities, and crime among adult male offenders*, "Criminology: An Interdisciplinary Journal" 2017, 55 (2).
- Boscoletto N., *Il lavoro guarisce? Il lavoro nella riabilitazione sociale: l'ambito carcerario [Does work heal? The role of work in social rehabilitation in prisons]*. „La Medicina del lavoro” 2010, 101.
- Ciosek M., *Psychologia sądowa i penitencjarna*, LexisNexis, Warszawa 1997.
- Chaudhari S., Yadav, R., Rai, S., *Work Values & Job Attitudes: A Study of Gen Y in Public Sector*, "Indian Journal of Industrial Relations" 2021, 57(1).
- Czerwiec M., *Więzienioznastwo*, Centralny Zarząd Więziennictwa, Warszawa 1958.
- Dzwonkowska I., Lachowicz-Tabaczek K., Łaguna M., *Samoocena i jej pomiar: SES: polska adaptacja skali SES M. Rosenberga: Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2008.
- Elisha E., Shoham E., Hasasi B., Weisburd D., *For prisoners, "work works": Qualitative findings from an Israeli program*, "The Prison Journal" 2017, 97(3).
- Fryszak M., *Praca osób pozbawionych wolności, stan prawny oraz praktyka – zarys problematyka*, „The Prison Systems Review” 2020, 107.
- Łuczak E., *Zatrudnienie skazanych w praktyce wybranych jednostek penitencjarnych Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Olsztynie*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego” 2016, 93.
- Gerlach R., *Praca byłych osadzonych – możliwości i ograniczenia*, „Resocjalizacja Polska” 2021, 21.
- Gorgulu T., *The effect of self-efficacy and coping strategies on treatment motivation of individuals in the substance addiction group work process*, "Journal of Psychiatry & Neurological Sciences" 2019, 32(1).
- Iwański Z., *Wartości w procesie resocjalizacji skazanych*, Wydawnictwo Instytutu Technologii Eksploatacji, Radom 2006.
- James R.K., Gilliland B.E., *Strategie interwencji kryzysowej*, Wydawnictwo Edukacyjne Parpa Media, Warszawa 2008.
- Juczyński Z., Ogińska-Bulik N., *Mini-COPE-Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2009.
- Kalisz T., *Zatrudnienie skazanych odbywających karę pozbawienia wolności*, Wrocław 2004.
- Karpuszenko E., *Praca a readaptacja społeczna osadzonych*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie” 2017, XXVI(1).



- Kępiński A., *Rytm życia*, Wydawnictwo Literackie, Warszawa 1972.
- Kotowski W., *Zatrudnianie osób pozbawionych wolności*, Wydawnictwo Prawnicze LexisNexis, Warszawa 2013.
- Krakowiak P., Paczkowska A., Witkowski R., *Prisoners as hospice volunteers in Poland*, „Medycyna Paliatywna w Praktyce” 2013, 7(2).
- Kwiatkowski S.M., *Problemy rynku pracy*, W: S.M. Kwiatkowski A., Bogaj B., Baraniak (red.), *Pedagogika pracy*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2007.
- Kwieciński J., Waligóra B., *Zatrudnienie w strategii readaptacji społecznej skazanych - na przykładzie Zakładu Karnego we Wronkach*, W: B. Skafiriak (red.), *Pomoc post-penitencjarna w kontekście strategii działań resocjalizacyjnych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007.
- Lanciano T., de Leonardis L., Curci, A., *The Psychological Effects of Imprisonment: The Role of Cognitive, Psychopathic and Affective Traits*, “Europe’s Journal of Psychology” 2022, 18(3).
- Lotz J., *Myśli o publicznych domach roboty i ich urządzaniu*, Wydawnictwo Stanisław Gieszkowski, Kraków 1825.
- Machel H., *Psychospołeczne uwarunkowania pracy resocjalizacyjnej personelu więziennego*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2001.
- Machel, H., *Sens i bezsens resocjalizacji penitencjarnej – casus polski*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006.
- Machel H., *Bezrobocie i czas wolny jako istotny czynnik w kryminogenezie przestępców młodocianych w opinii wychowawców i psychologów więziennych*, W: Stanik J.M. (red), *Psychospołeczne uwarunkowania i mechanizmy kryminogenezy a zachowania paraprzestępcze i przestępcze*, Wydawnictwo Komandor, Warszawa 2007.
- Maier S.F., Seligman M.E., *Learned helplessness: theory and evidence*, “Journal of experimental psychology” 1976, 105(1).
- Ministerstwo Sprawiedliwości, Centralny Zarząd Służby Więziennej, *Statystyka roczna*, Warszawa 2022.
- Mufarreh A., Waitkus J., Booker, T.A., *Prison official perceptions of technology in prison*, “Punishment & Society” 2022, 24(3).
- Napora W., *Do Ego-resiliency, Self-efficacy and Life Orientation Predict Self-esteem of Top World Magicians? An International Study*, “Psychological Thought” 2021, 14(1).
- Pandeli J., Marinetto M., Jenkins J., *Captive in cycles of invisibility? Prisoners’ work for the private sector*, “Work, Employment and Society”, 2019, 33(4)
- Peled-Laskov R., Shoham E., Cojocar L., *Work-Related Intervention Programs: Distance From Criminality and Occupational Integration Among Released Prisoners on Parole*, „International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology” 2019, 63(13).

- Pstrąg D., *Praca w procesie readaptacji społecznej skazanych*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny” 2014, XXXIII.
- Schaefer L., Brewer S., *Probation and parole: From control to case management*, W: E. Jeglic, C. Calkins (red), *Handbook of Issues in Criminal Justice Reform in the United States*, Cham 2022.
- Schwarzer R., Jerusalem M., Juczyński Z., *NPPPZ–Narzędzia Pomiaru w Promocji i Psychologii Zdrowia, Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa 2012.
- Sokołowska E., *Praca charytatywna skazanych na karę pozbawienia wolności*, „Resocjalizacja Polska” 2015, 9.
- Tytko O., *Więźniowie na rynku pracy — analiza doświadczeń polskich i zagranicznych*, „Górnośląskie Studia Socjologiczne. Seria Nowa” 2020, 11.
- Weissbrot-Koziarska A., Kanios A., *Praca jako środek resocjalizacji osób w izolacji więziennej – przegląd badań*, „Resocjalizacja Polska” 2021, 22.
- Wiatrowski Z., *Praca jako wartość uniwersalna i jako problem XXI wieku*, W: W. Furmanek (red.), *Praca człowieka jako kategoria współczesnej pedagogiki*, Wydawnictwo Oświatowe Fosze, Rzeszów–Warszawa 2007.
- Woźniak A., *Badania własne korelacji zmiennych pracy skazanego w kontekście procesu resocjalizacji penitencjarnej*, „Roczniki Pedagogiczne” 2019, 11(47).
- Zinkiewicz B., *Znaczenie pracy osób pozbawionych wolności na przestrzeni dziejów*, „Państwo i Społeczeństwo” 2018, XVII(4).