RESOCJALIZACJA POLSKA
POLISH JOURNAL OF SOCIAL REHABILITATION
30/2025
ISSN 2081-3767 | e-ISSN 2392-2656
DONIESIENIA Z BADAŃ
DOI 10.15290/pjsr.2025.30.10

Anna Chańko-Kraszewska
Uniwersytet w Białymstoku
a.chanko@uwb.edu.pl, https://orcid.org/0000-0002-8749-5338

Zakład karny jako instytucja traumatogenna w doświadczeniach funkcjonariuszy zatrudnionych w jednostkach podległych Okręgowemu Inspektoratowi Służby Więziennej w Olsztynie

Abstrakt: Celem artykułu jest ukazanie zakładu karnego jako instytucji o potencjale traumatogennym w doświadczeniach funkcjonariuszy służby więziennej. Założono, że specyfika środowiska izolacyjnego, permanentna ekspozycja na stres oraz kontakt z osobami pozbawionymi wolności, mogą prowadzić do powstawania objawów obciążenia psychicznego i traum zawodowych. Badania miały na celu identyfikację głównych źródeł stresu, traumatycznych doświadczeń funkcjonariuszy i sposobów radzenia sobie z nimi, a także ocenę dostępnego wsparcia instytucjonalnego. W badaniu zastosowano jakościową metodę wywiadu pogłębionego. Przeprowadzono 20 indywidualnych wywiadów z funkcjonariuszami pełniącymi służbę w różnych działach jednostek penitencjarnych (m.in. ochrony, penitencjarnym). Analiza materiału empirycznego została przeprowadzona z wykorzystaniem podejścia tematycznego (Braun, Clarke, 2006), co umożliwiło wyodrębnienie kluczowych kategorii opisujących doświadczenia badanych.

Uzyskane wyniki wskazują, że zakład karny jest odbierany jako środowisko wysokiego ryzyka traumatyzacji, w którym dominującymi czynnikami obciążającymi są: chroniczne napięcie emocjonalne, kontakt z agresją i autoagresją osadzonych, presja odpowiedzialności oraz poczucie braku wpływu na organizację pracy. Badani wskazują także na skutki psychologiczne, takie jak zaburzenia snu, nadmierna czujność czy wyczerpanie emocjonalne. Jednocześnie

ujawniają istotne deficyty w systemie wsparcia instytucjonalnego, w tym ograniczoną dostępność do pomocy psychologicznej oraz niewystarczające działania profilaktyczne ze strony pracodawcy. Wyniki potwierdzają, że zakład karny należy traktować jako instytucję generującą specyficzne obciążenia traumatyczne, wymagające kompleksowej reakcji organizacyjnej.
Słowa kluczowe: trauma, instytucja totalna, zaburzenia zdrowia psychicznego, deprywacja, izolacja więzienna, stres.

Wprowadzenie

Instytucje penitencjarne stanowią jeden z najbardziej złożonych i wymagających obszarów funkcjonowania państwa, zarówno w wymiarze prawnym, organizacyjnym, jak i społecznym. Zakład karny, jako specyficzna forma instytucji totalnej, charakteryzuje się ścisłą reglamentacją przestrzeni, czasu oraz relacji interpersonalnych. Choć w literaturze przedmiotu wiele uwagi poświęca się wpływowi środowiska izolacji na osoby pozbawione wolności, zdecydowanie rzadziej analizuje się jego oddziaływanie na funkcjonariuszy Służby Więziennej, którzy na co dzień pozostają w centrum interakcji z osadzonymi oraz podlegają presji związanej z utrzymywaniem bezpieczeństwa i porządku w jednostce.

Współczesne badania wskazują, że praca w zakładzie karnym wiąże się z narażeniem na chroniczny stres, kontakt z agresją, konfrontację z zachowaniami autoagresywnymi oraz obciążeniem odpowiedzialności za życie i zdrowie innych osób. Czynniki te mogą prowadzić do rozwoju zaburzeń o charakterze stresowym, w tym objawów potraumatycznych, wypalenia zawodowego czy problemów natury somatycznej. Z tego względu zakład karny bywa określany jako środowisko o potencjale traumatogennym, nie tylko wobec osób osadzonych, ale także wobec kadry penitencjarnej.

W artykule podjęto problem obecności zjawisk traumatyzujących w doświadczeniach funkcjonariuszy zatrudnionych w jednostkach podległych Okręgowemu Inspektoratowi Służby Więziennej w Olsztynie. Celem badań jest wskazanie, jakie sytuacje, relacje i warunki pracy są postrzegane przez funkcjonariuszy jako obciążające psychicznie oraz w jaki sposób radzą sobie oni z doświadczanym stresem. Analiza opiera się na dwudziestu pogłębionych wywiadach indywidualnych, które umożliwiły rekonstrukcję subiektywnych perspektyw badanych i uchwycenie szerokiego spektrum ich doświadczeń.

Doświadczenia traumatyczne i trauma zawodowa

Doświadczenia traumatyczne w pracy funkcjonariuszy więziennych stanowią istotny obszar analizy, gdyż specyfika środowiska penitencjarnego zwiększa ryzyko wystąpienia zarówno bezpośrednich, jak i pośrednich obciążeń psychicznych. Aby

zrozumieć, w jaki sposób trauma może manifestować się wśród funkcjonariuszy, konieczne jest przyjrzenie się podstawowym definicjom traumy, jej formom zawodowym, mechanizmom wtórnej traumatyzacji oraz kumulatywności stresu w pracy penitencjarnej.

Trauma jest efektem wystąpienia rzadkiego, niespodziewanego urazu, szoku lub bólu (Steuden, Janowski, 2016). Wiąże się z doświadczeniem wydarzenia (stresora), z którym organizm człowieka nie jest w stanie poradzić sobie, pomimo posiadanych zasobów (czynników chroniących). Do takich zdarzeń zaliczyć można m.in.: ryzyko śmierci, istotne zagrożenie śmiercią, narażenie na poważne urazy lub ryzyko ich wystąpienia, narażenie na przemoc seksualną lub groźbę jej użycia (DSM-5). Traumatogenne działanie stresora ma miejsce nie tylko wtedy, gdy jednostka pozostaje w bezpośredniej styczności ze zdarzeniem wywołującym traumę, ale również wówczas, gdy jest obserwatorem stresującej sytuacji, pośrednio doświadcza jej poprzez otrzymanie informacji o narażeniu na śmierć kogoś bliskiego lub na skutek częstej czy intensywnej ekspozycji na nieprzyjemne szczegóły traumatycznych wydarzeń (APA, 2013).

Funkcjonariusze więzienni stanowią grupę zawodową o wysokiej ekspozycji na stresory pracy: fizyczne zagrożenie, agresję, konflikty interpersonalne, a także kontakt z osadzonymi przejawiającymi zachowania autoagresywne lub psychiczne kryzysy (Kinman, Clemens, 2022; Viotti, 2016; Finney i in., 2013). Takie środowisko sprzyja powstawaniu traumy zawodowej tj. urazów psychicznych związanych z wykonywaniem obowiązków służbowych, które mogą mieć charakter zarówno jednorazowy (np. poważny incydent), jak i chroniczny. Badania wykazują, że około 59 % pracowników penitencjarnych zgłasza doświadczenie tzw. „critical incidents", a aż 44% spośród nich wykazuje symptomy PTSD powiązane z tymi zdarzeniami (Jaegers i in., 2022). Polskie badania nad stresem w Służbie Więziennej potwierdzają te obserwacje. Dodatkowo, w opracowaniu dotyczącym źródeł stresu u personelu penitencjarnego wskazuje się m.in. na przeciążenie obowiązkami, autokratyczny styl zarządzania, napięte relacje międzyludzkie i kontakt z więźniami jako czynniki psychogenne pracy (Poklek, 2013). Sekułowicz (2019) wskazuje, że funkcjonariusze więzienni doświadczają umiarkowanego poziomu wypalenia zawodowego, a depersonalizacja jest jednym z najsilniejszych wymiarów tego syndromu; czynniki takie jak lęk, niski poziom wsparcia społecznego i nieodpowiednie strategie radzenia sobie z trudnymi doświadczeniami, wpływają na ryzyko wypalenia i pojawienie się różnych zaburzeń zdrowia fizycznego i psychicznego funkcjonariuszy.

W literaturze psychologicznej i resocjalizacyjnej wyróżnia się kilka form traumy zawodowej, które mogą występować u funkcjonariuszy więziennych.

Pierwszą z nich jest *trauma pierwotna*, inaczej określana traumą bezpośrednią. Odnosi się ona do realnych, personalnych, osobistych doświadczeń traumatycznych, takich jak agresja i przemoc fizyczna, napaści ze strony osób osadzonych czy inne krytyczne incydenty, jakich pracownik doświadcza na służbie. Konsekwencją

ciągłej ekspozycji na wskazane stresory może być PTSD (zespół stresu pourazowego). James, Todak (2018), po przebadaniu 355 pracowników zakładów penitencjarnych, wskazują iż 19% z nich spełniało kryteria PTSD. Wynik ten porównywalny jest z danymi dotyczącymi weteranów wojennych. Czynniki ryzyka obejmują m.in. ekspozycję na incydenty krytyczne i niejasny zakres obowiązków, z kolei czynniki ochronne to satysfakcja z przypisanych zadań oraz pozytywne relacje z współpracownikami i przełożonymi (Ellison, Jaegers, 2022). W innym badaniu wśród strażników więziennych, realizowanym przez Jaegers i współpracowników (2019), ponad połowa (53,4%) uzyskała wynik wskazujący na objawy PTSD, a wypalenie zawodowe (burnout) okazało się istotnym predyktorem tych objawów. Również polska literatura penitencjarna dokumentuje konkretne zdarzenia traumatyczne w pracy funkcjonariuszy. Basiński i Basińska (2004) opisują sytuacje przemocy zarówno ze strony osadzonych, jak i wewnątrz personelu, które mogą prowadzić do ostrych reakcji stresowych, zespołu stresu pourazowego albo dłuższych zaburzeń emocjonalnych.

Kolejny rodzaj traumy związany jest z odczuwaniem stresu emocjonalnego, który pojawia się w wyniku kontaktu z osobami, które przeżyły traumę (np. osadzeni dzielący się z funkcjonariuszem swoimi przeżyciami, wysłuchiwanie relacji o samouszkodzeniach więźniów). Zjawisko to nazywane jest *traumą wtórną* (współdoświadczaną). Koncepcję wtórnej traumatyzacji opisuje Figley (1995), w kontekście osób pracujących z ofiarami traumy, ale odnosi się ona również do profesjonalistów w środowiskach penitencjarnych: funkcjonariusze często reagują emocjonalnie na cierpienie więźniów. Wpływ wtórnej traumatyzacji może przejawiać się w postaci objawów zbliżonych do PTSD: intruzji wspomnień, unikania emocjonalnego, nadmiernej czujności oraz chronicznego wyczerpania emocjonalnego. McCann i Pearlman (1990) są zdania, iż w systemie przekonań i światopoglądzie osoby, która empatycznie angażuje się z traumą innej osoby dochodzi do istotnych zmian. Badacze określają ten proces terminem *współtraumatyzacja* (vicarious trauma) lub *zmęczenie empatyczne* (compassion fatigue). King i Oliver (2022) twierdzą, że funkcjonariusze więzienni mogą doświadczać symptomatologii spójnej z VT np. poprzez empatyczne relacje z osadzonymi, kontakt z ich opowieściami o przemocy czy zachowaniach autodestrukcyjnych, a także przez „normalizację" traumy w instytucji penitencjarnej. Badania wykazują, że STS (secondary traumatic stress) oraz VT są skorelowane z wypaleniem zawodowym (burnout) (Malkina-Pykh, 2017). W kontekście więziennictwa objawy wynikające z traumy współdoświadczanej mogą być nasilane przez brak formalnego wsparcia psychicznego, ograniczoną dostępność do pomocy psychologicznej oraz kulturę organizacyjną, w której wyrażanie słabości bywa postrzegane jako ryzykowne lub nieakceptowalne.

Istnieje jeszcze jeden, niekliniczny termin używany w literaturze służb mundurowych (np. wojsko, policja, funkcjonariusze więzienni), oznaczający przewlekłe trudności psychiczne wynikające z wielokrotnej ekspozycji na wysokie obciążenia

operacyjne, zmęczenie czy stres. Nosi on nazwę Operational Stress Injury (OSI), obejmuje m.in. PTSD, depresję, lęki i jest pojęciem stosowanym w celu zrozumienia długoterminowych konsekwencji pracy w warunkach penitencjarnych (Fusco i in., 2021; Ricciardelli, MacDermid, Ferguson, 2024).

Jednym z kluczowych mechanizmów wpływających negatywnie na zdrowie psychiczne funkcjonariuszy więziennych jest *trauma kumulatywna* tj. konsekwencja wielokrotnych, powtarzających się stresów o niskiej lub umiarkowanej intensywności, które z biegiem lat mogą prowadzić do znaczącego obciążenia psychicznego. Kumulatywne zmęczenie (cumulative fatigue) u pracowników służb mundurowych, wynika nie tylko z początkowych kryzysów, ale z codziennego stresu pracy (Schwartz, Allen, 2024).

W Polsce specyfika instytucji więziennej zwiększa ryzyko kumulacji obciążeń. W świetle informacji podanych przez NIK źródła stresu leżą m.in. w strukturze zakładów karnych: nadmiernej przemocy wewnętrznej, niewystarczającej liczby funkcjonariuszy, przeludnieniu zakładów, nieodpowiednim poziomie zabezpieczeń oraz obciążeń organizacyjnych (NIK, 2025). Dodatkowo badania Bargiel-Matusiewicz i Stelmachowskiej (2016) wskazują na związek między stresem a poczuciem własnej skuteczności, co może pogłębiać doświadczenie chronicznego napięcia. W dłuższej perspektywie trauma kumulatywna może prowadzić do zaburzeń snu, wypalenia, pogorszenia dobrostanu psychicznego i fizycznego. W świetle badań Sygit-Kowalkowskiej, Piotrowskiego i Hamzah (2021) ponad 40% polskich funkcjonariuszy więziennych zgłasza objawy bezsenności (insomnii). Poszukiwanie wsparcia stanowi natomiast bufor, który zmniejsza wpływ bezsenności na wypalenie zawodowe u funkcjonariuszy więziennych.

Mechanizmy traumatyzacji w zakładzie karnym nie funkcjonują w próżni – są silnie osadzone w strukturze organizacyjnej, kulturze instytucji i zasobach wsparcia. Badania nad zaangażowaniem w pracę (work engagement) u polskich funkcjonariuszy więziennych pokazują, że strategie radzenia sobie (np. aktywne radzenie, unikanie) oraz warunki organizacyjne (typ jednostki penitencjarnej) mają wpływ na ich subiektywny dobrostan (Sygit-Kowalkowska, Piotrowski, Hamzah 2021). Ponadto badania Sekułowicz (2019) nad wypaleniem wskazują, że niski poziom wsparcia społecznego – zarówno formalnego (szkoleń, pomocy psychologicznej), jak i nieformalnego (relacje międzyludzkie), sprzyja wzrostowi ryzyka wypalenia i symptomów traumatycznych. W kontekście prewencji warto też zauważyć, że interwencje wspierające dobrostan psychiczny funkcjonariuszy więziennych (np. szkolenia, programy wsparcia kryzysowego, psychoterapia) są analizowane pod kątem swojej skuteczności: metaanalityczne badania pokazują, że interwencje oparte na terapii poznawczo-behawioralnej, uważności (mindfulness) czy zarządzaniu stresem mogą przynieść realne korzyści (np. zmniejszenie wypalenia, poprawa zdrowia psychicznego), ale do tej pory nie są dostatecznie wdrażane (Owusu-Ansah, Tsabedze, Mapaling, 2025).

Przedstawiona analiza teoretyczna ukazuje wielowymiarowy charakter obciążeń psychicznych, jakie mogą dotykać funkcjonariuszy Służby Więziennej. Istniejące badania, zarówno polskie, jak i międzynarodowe, wskazują, że funkcjonariusze stanowią grupę szczególnie narażoną na doświadczenia o charakterze traumatycznym, a zarazem często dysponują ograniczonym dostępem do adekwatnych form wsparcia instytucjonalnego. Jednocześnie wiedza na temat specyfiki tych doświadczeń w warunkach polskiego systemu penitencjarnego pozostaje niewystarczająca, szczególnie w ujęciu jakościowym, pozwalającym uchwycić subiektywną perspektywę funkcjonariuszy oraz złożoność ich funkcjonowania w środowisku wysokiego ryzyka. W związku z tym podjęto próbę empirycznego zbadania, jak funkcjonariusze postrzegają własne doświadczenia stresu i traumy, jakie sytuacje uznają za najbardziej obciążające, w jaki sposób radzą sobie z konsekwencjami psychicznymi pełnionej służby oraz jak oceniają dostępność i skuteczność wsparcia oferowanego przez instytucję.

Metodologia badań

Badania miały charakter jakościowy i zostały zaprojektowane w celu pogłębionego zrozumienia doświadczeń funkcjonariuszy Służby Więziennej związanych z ekspozycją na stres i sytuacje o charakterze traumatycznym. Zastosowano indywidualne wywiady pogłębione (IDI), które pozwalają na rekonstrukcję subiektywnych znaczeń, sposobów interpretowania rzeczywistości zawodowej oraz strategii radzenia sobie z obciążeniami psychicznymi. Wywiady przeprowadzono w oparciu o półustrukturyzowany scenariusz, obejmujący zagadnienia związane z codziennymi obowiązkami, incydentami szczególnie obciążającymi, percepcją ryzyka i bezpieczeństwa, stosowanymi sposobami radzenia sobie oraz oceną wsparcia instytucjonalnego.

Zebrany materiał poddano analizie z wykorzystaniem podejścia tematycznego według Braun i Clarke (2006), umożliwiającego identyfikację powtarzających się kategorii i wzorców znaczeniowych w narracjach badanych. Proces analizy obejmował: zapoznanie się z materiałem empirycznym, kodowanie pierwotne, konstrukcję tematów, ich przegląd i doprecyzowanie oraz tworzenie spójnej narracji analitycznej. Takie podejście umożliwiło uchwycenie złożoności doświadczeń funkcjonariuszy oraz wielowymiarowości stresu i traumatyzacji w środowisku penitencjarnym.

Badania zrealizowano z zachowaniem zasad etycznych, w tym dobrowolności udziału, anonimowości, ochrony danych osobowych i zapewnienia uczestnikom prawa do wycofania się z badania na każdym etapie. Wywiady przeprowadzono w warunkach gwarantujących poufność i komfort rozmowy.

Cele badań

Celem głównym badań jest identyfikacja doświadczeń stresu i traumatycznych sytuacji w pracy funkcjonariuszy Służby Więziennej, a także sposobów radzenia sobie z obciążeniami psychicznymi oraz ocena dostępnego wsparcia instytucjonalnego.

Cele szczegółowe obejmują:

1. Określenie głównych źródeł stresu zawodowego funkcjonariuszy.
2. Rozpoznanie doświadczeń o charakterze traumatycznym.
3. Analizę strategii radzenia sobie stosowanych przez funkcjonariuszy w sytuacjach kryzysowych i w codziennym funkcjonowaniu zawodowym.
4. Ocenę form i dostępności wsparcia instytucjonalnego, w tym pomocy psychologicznej, szkoleń i systemów prewencji stresu.

Realizacja tak określonych celów umożliwia wgląd w psychospołeczne funkcjonowanie pracowników penitencjarnych oraz diagnozę potrzeb w zakresie wsparcia i prewencji.

Charakterystyka badanej grupy

W badaniu wzięło udział 20 funkcjonariuszy więziennych pełniących służbę w jednostkach penitencjarnych różnego typu. Dobór miał charakter celowy, uwzględniający zróżnicowanie doświadczeń zawodowych, rodzaju wykonywanych zadań oraz stażu służby. Celem było uzyskanie możliwie szerokiego spektrum perspektyw.

Struktura badanej grupy przedstawia się następująco:

a) płeć: większość stanowili mężczyźni (n = 14), kobiety (n = 6);
b) wiek: uczestnicy reprezentowali różne kategorie wiekowe, od 24 do 52 lat;
c) staż służby: od funkcjonariuszy z kilkuletnim doświadczeniem (min. 3 lata) po osoby pełniące służbę ponad 25 lat;
d) działy pełnienia służby: dział ochrony (n = 12), penitencjarny (n = 8).

Wyniki

Percepcja zakładu karnego jako środowiska ryzyka

Analiza wypowiedzi badanych funkcjonariuszy wskazuje jednoznacznie, że zakład karny jest postrzegany jako przestrzeń permanentnego zagrożenia, wymagająca ciągłej czujności, szybkiej reakcji i wysokiej odporności psychicznej. Ryzyko to ma charakter zarówno bezpośredni, związany z możliwością wystąpienia przemocy fizycznej, jak i pośredni, wynikający z obciążenia psychicznego związanego z obserwacją zachowań osób pozbawionych wolności, ich kryzysów emocjonalnych czy wykorzystywania manipulacyjnych strategii interpersonalnych do realizacji swo-

ich celów. Poczucie zagrożenia jest nieodłącznym elementem codziennej praktyki penitencjarnej, a jego stała obecność wpływa na sposób, w jaki funkcjonariusze konstruują swoją rolę zawodową, relacje z osadzonymi oraz podejście do bezpieczeństwa. Badani podkreślają, że atmosfera niepewności i możliwość eskalacji konfliktów są trwałym elementem środowiska penitencjarnego. Jak wskazują respondenci:

> Nigdy nie wiesz, kiedy sytuacja wymknie się spod kontroli. Nawet podczas rutynowej kontroli może dojść do ataku lub próby zastraszenia. Niby wchodzisz w tą rutynę dnia codziennego, ale jak już wydaje Ci się, że wszystko jest ogarnięte, nagle pstryk i dzieje się coś nieoczywistego. Nagle skazany, który był w porządku staje się jak dzikie zwierzę, które musisz okiełznać (F4).

> Czasem po prostu się boisz, o siebie, swoje życie. Jak masz dzieci, które na ciebie czekają, to myślisz sobie po takiej akcji – czy to wszystko jest warte zachodu. Mija czas i chowasz te strachy. Do kolejnej akcji (F9).

Również drobne, pozornie nieistotne napięcia mogą, zdaniem funkcjonariuszy, prowadzić do sytuacji kryzysowej. To konieczność ciągłego monitorowania nastrojów i zachowań osadzonych wzmacnia poczucie czujności:

> Czasami wystarczy drobna prowokacja, żeby wywołać konflikt. Trzeba być stale czujnym (F2).

> To nie jest ciepła posadka, to lunapark z rollercoasterami. Czasem jak wsiądziesz w jakiś wagonik, to już nie masz możliwości wyjścia, bo pasy cię mocno trzymają. Czasem masz wrażenie, że wypadniesz, że to już koniec, choć przecież sprawdziłeś mocowanie kilka razy. Nie ma tu pewności. Zbój przymila się, a jak się odwrócisz to wbije ci nóż w plecy, bo coś mu się nie spodobało (F15).

Doświadczenia osób badanych wskazują, że postrzeganie ryzyka jest silnie związane ze specyfiką działu, w którym pełnią służbę. Funkcjonariusze działu ochrony, mający najbardziej bezpośredni i fizyczny kontakt z osadzonymi, identyfikują swoje środowisko pracy jako szczególnie wymagające, zarówno pod względem zagrożeń somatycznych, jak i presji emocjonalnej:

> Codziennie widzimy różne formy agresji. To, co dla kogoś może wydawać się zwykłą sytuacją, dla nas jest potencjalnym zagrożeniem (F8).

> W dziale ochrony trudno przewidzieć, który osadzony może się zachować agresywnie. Musisz reagować natychmiast (F5).

Z kolei funkcjonariusze działu penitencjarnego, mimo że ich praca nie wymaga zazwyczaj fizycznego interweniowania, wskazują na zagrożenia o charakterze

psychologicznym oraz na obciążenia wynikające z pracy z osobami w kryzysach emocjonalnych, z zaburzeniami psychicznymi lub angażującymi się w zachowania autoagresywne:

> Nie tylko przemoc fizyczna jest problemem. Kiedy widzisz delikwenta z ranami ciętymi, który żyletką bawi się na swoim ciele z taką precyzją, że niejeden chirurg by pozazdrościł i jeszcze się przy tym uśmiecha, to zastanawiasz się, gdzie są granice. To zostawia ślad na psychice, te obrazy pojawiają się w twojej głowie, a jest ich więcej, są też gorsze (F14).

> Kontakt z osobami w kryzysach psychicznych wymaga ogromnej uwagi. Każda nieuwaga może mieć poważne konsekwencje (F13).

Wypowiedzi te wskazują, że choć rodzaj ryzyka różni się między działami, jego intensywność i wpływ na funkcjonowanie psychiczne pozostają równie znaczące.

W narracjach funkcjonariuszy szczególnie widoczny jest aspekt kumulatywności doświadczeń stresowych, które, nawet jeśli nie są ostre czy spektakularne, powtarzając się codziennie, generują narastające poczucie obciążenia. Stała gotowość i brak możliwości pełnego „wyłączenia się" po pracy są charakterystycznymi elementami opisywanymi przez osoby badane:

> Człowiek nigdy nie wyłącza się ze służby w pełni. Nawet po pracy analizujesz sytuacje, które mogłyby pójść źle (F7).

> Po kilku latach służby zauważyłem, że te małe napięcia kumulują się. Każdy dzień zostawia jakiś ślad (F10).

> To nie jest tak, że codziennie dzieje się coś dramatycznego. Czasem jest wręcz spokojnie. Ale właśnie ten spokój jest pozorny, bo wiesz, że w każdej chwili może się coś wydarzyć. To ciągłe napięcie nie schodzi ze mnie nawet po pracy (F12)

> Najgorsze jest to, że głowa nigdy nie odpoczywa. Nawet kiedy wracam do domu, dalej jestem na służbie, reaguję na każdy dźwięk, każdy telefon. Ciężko się całkowicie wyłączyć, bo ciało i umysł są przyzwyczajone do ciągłej czujności (F3).

> Każdy dzień jest podobny, ale w tym właśnie tkwi problem. Te małe sytuacje, drobne konflikty, podwyższone głosy – one się zbierają. Po latach robi się z tego taki ciężar, że człowiek nawet nie pamięta, od czego się zaczęło (F17).

To poczucie „ciągłej służby" jest jedną z kluczowych cech różniących pracę w jednostkach penitencjarnych od innych zawodów wymagających dyspozycyjności.

W wypowiedziach funkcjonariuszy pojawia się także wyraźne zróżnicowanie wynikające ze stażu służby. Osoby z krótszym doświadczeniem podkreślają wysoki poziom stresu na początku kariery, związany przede wszystkim z brakiem umiejętności oceny ryzyka:

> Na początku każdy alarm wydawał się kryzysowy. Teraz lepiej oceniam sytuację, ale czujność nigdy nie znika (F1).

> Kiedy zaczynałem, bałem się prawie wszystkiego, choć oczywiście nie dawałem tego po sobie poznać. Tu w kryminale musisz być silny i twardy. Teraz wiem, które sytuacje są naprawdę niebezpieczne (F11).

Funkcjonariusze z długoletnim stażem postrzegają ryzyko w sposób bardziej analityczny, choć nie oznacza to mniejszego obciążenia. Wieloletnia praktyka dostarcza im narzędzi do bardziej precyzyjnego odczytywania zachowań osadzonych, jednak nie eliminuje poczucia zagrożenia:

> Doświadczenie uczy przewidywać zachowania osadzonych, ale nigdy nie masz 100% pewności (F20).

> Po dwudziestu latach służby nauczyłem się obserwować drobne sygnały, które mogą zapowiadać problem (F17).

W ten sposób wypowiedzi funkcjonariuszy potwierdzają, że niezależnie od długości służby percepcja zakładu karnego, jako środowiska ryzyka, pozostaje elementem konstytutywnym ich pracy, wpływając zarówno na ich zachowania, jak i samopoczucie psychiczne.

Analiza wypowiedzi respondentów wskazuje, że percepcja zakładu karnego jako środowiska ryzyka jest wielowymiarowa. Obejmuje zarówno zagrożenia fizyczne, jak i psychiczne, a także potrzebę ciągłej gotowości, świadomość kumulatywnego stresu i znaczenie doświadczenia zawodowego w ocenie ryzyka. Wszyscy funkcjonariusze podkreślają, że poczucie zagrożenia jest integralną częścią pracy, która wymaga od nich stałej czujności, elastyczności i umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

Kluczowe źródła doświadczeń traumatycznych stresu i obciążenia emocjonalnego

Doświadczenia funkcjonariuszy wskazują, że główne źródła stresu i traumatyzacji w pracy penitencjarnej można podzielić na trzy kategorie: zagrożenia fizyczne, obciążenia wynikające z zachowań i stanów emocjonalnych osadzonych oraz czynniki organizacyjne i relacyjne w środowisku służby. Wszystkie te elementy, choć różne w swojej naturze, tworzą złożony układ stresorów, które kumulują się w czasie i wpływają na samopoczucie psychiczne oraz funkcjonowanie zawodowe funkcjonariuszy.

Najczęściej pojawiającym się źródłem obciążenia są sytuacje, w których funkcjonariusze muszą podejmować interwencje wobec zachowań agresywnych lub nieprzewidywalnych. Szczególnie dotyczy to funkcjonariuszy działu ochrony,

którzy pełnią służbę na oddziałach mieszkalnych, w celach, przy konwojowaniu lub podczas szybkich interwencji:

> Nawet zwykły spacer po oddziale może skończyć się szarpaniną. Wystarczy, że ktoś jest poirytowany, albo chce coś wymusić (F5).

> Zdarzały się sytuacje, że osadzony złapał coś ostrego i trzeba było reagować dosłownie w sekundę (F8).

Osoby badane podkreślają, że część incydentów jest niemożliwa do przewidzenia, gdyż osadzeni mogą reagować impulsywnie, pod wpływem emocji lub substancji psychoaktywnych przemycanych na teren zakładu. Konieczność szybkiej, zdecydowanej reakcji powoduje wysoki poziom pobudzenia fizjologicznego oraz przewlekły stan napięcia.

Wypowiedzi funkcjonariuszy z działu penitencjarnego, a także części osób z działu ochrony, wskazują na inną kategorię stresorów, związaną z bezpośrednim kontaktem z cierpieniem psychicznym osadzonych. Funkcjonariusze wielokrotnie są świadkami prób samobójczych, samookaleczeń lub zachowań wskazujących na głęboki kryzys emocjonalny osób inkarcerowanych:

> Najtrudniej patrzeć, jak ktoś niszczy samego siebie. Poczucie niemocy, bezradności, tego, że nie możesz wpłynąć na jego zachowanie i zmianę przekonań jest trudne i obciążające. Był u nas taki chłopaczek, długi wyrok, bardzo długi. Za długi na jego głowę. Nie wytrzymał. Nie potrafił pogodzić się z tym, że wyjdzie jako dziadzio i wszedł na listę wisielców. To brutalne, ale dzieje się w tych murach. Nie każdy umie dźwignąć ciężar odpowiedzialności za swoje przestępstwa. Nie każdy umie też patrzeć, odciąć, ogarnąć (F15).

> Widziałam chłopaka, który drugi raz próbował się powiesić. Tego się nie da tak po prostu zapomnieć (F13).

To właśnie te sytuacje często są relacjonowane jako najbardziej obciążające psychicznie, ponieważ niosą ze sobą konflikt emocjonalny: z jednej strony funkcjonariusz ma obowiązek reagować profesjonalnie, z drugiej – realnie konfrontuje się z ludzką tragedią i cierpieniem.

Ważnym źródłem stresu jest również organizacja pracy oraz relacje między funkcjonariuszami. Wysoka rotacja kadry, braki personalne, niedobór szkoleń i presja czasu generują poczucie przeciążenia:

> Czasami jesteśmy w trzech na oddział, gdzie powinno być pięciu. To rodzi ogromny stres (F11).

> Zmiany kadrowe wybijają cię z rytmu. Wchodzisz na służbę i nie wiesz, z kim pracujesz tego dnia (F6).

Dla niektórych uczestników obciążeniem są również relacje wewnątrz zespołu, zwłaszcza w sytuacjach konfliktów lub braku wsparcia:

> Bywa tak, że większy stres mam od współpracowników niż od osadzonych. Kiedy nie ma współpracy, ciężko czuć się bezpiecznie (F16).

> Kryminał to brutalny świat. I nie chodzi o osadzonych. Nad nimi masz jakąś władzę. Chodzi o ludzi, z którymi pracujesz. Niektórzy tylko czekają, aż podwinie ci się noga, krzywo patrzą, rzucają niemiłe hasła, żartują z ciebie i masz wrażenie, że momentami zakrawa to o przemoc. Ale trwasz w tym, pokazujesz, że jesteś silna, bo inaczej cię zjedzą (F3).

Z perspektywy funkcjonariuszy stres w pracy penitencjarnej nie jest pojedynczym doświadczeniem, lecz raczej siecią wzajemnie nakładających się bodźców, od zagrożeń fizycznych, przez obciążające sytuacje emocjonalne, po napięcia wyrastające z samej struktury i kultury organizacyjnej. W praktyce oznacza to, że każdy dzień służby splata w sobie element nieprzewidywalności zachowań osadzonych, konieczność konfrontacji z ludzkim cierpieniem oraz niepewność wynikającą z funkcjonowania w niestabilnym środowisku pracy. To nie jeden konkretny incydent, lecz ich suma tworzy charakterystyczny klimat służby. W takim otoczeniu stres nie jest epizodem, lecz stałym tłem, które stopniowo kształtuje sposób myślenia, reagowania i radzenia sobie z codziennością zawodową.

Skutki psychospołeczne pracy w jednostce penitencjarnej

Praca w warunkach permanentnego zagrożenia i stresu niesie ze sobą wyraźne konsekwencje psychospołeczne. W wypowiedziach osób badanych dostrzec można zarówno skutki krótkoterminowe (np. napięcie, drażliwość), jak i długoterminowe zmiany w sposobie funkcjonowania, niekiedy bliskie objawom przewlekłego stresu czy wypalenia zawodowego.

Badani wskazują m.in. na problemy ze snem, podwyższony poziom lęku, trudności w relaksacji, a także objawy psychosomatyczne:

> Po nocnej zmianie zdarza się, że nie mogę zasnąć przez kilka godzin. Ciągle jestem jakby w trybie alarmowym (F7).

> Po większych akcjach czuję drżenie w ciele jeszcze przez pół dnia (F20).

W części wypowiedzi pojawia się też opis zjawisk zbliżonych do objawów intruzji lub nadmiernej czujności:

> Bywa, że po pracy analizuję każdą sytuację, co mogłem zrobić inaczej. To męczy psychicznie (F5).

Funkcjonariusze często wskazują, że praca wpływa na ich życie prywatne, przede wszystkim poprzez zmęczenie, drażliwość oraz trudność w oddzieleniu życia osobistego od zawodowego:

> Wracam do domu i jestem tak wykończony, że nie mam siły na rozmowy. Rodzina to odczuwa (F17).

> Momentami jestem bardziej czujna niż powinnam, nawet na spacerze z dziećmi. Naoglądam się tych obrazów, posłucham o tym, co niektórzy z nich robili z dziećmi i włącza mi się jakaś psychoza (F3).

Z relacji kilku badanych wynika, że praca w zakładzie karnym wiąże się z poczuciem społecznego niezrozumienia lub braku aprobaty dla tego zawodu:

> Ludzie myślą, że tylko pilnujemy więźniów. A ta praca jest dużo trudniejsza. Czasami czuję się niezrozumiany (F12).

> Ten, kto tu nie pracował, nie wie, jak to wygląda w środku. Mówią, że jesteśmy brutalni, że traktujemy skazanych jak podludzi, że wyładowujemy swoje frustracje na nich itd. No i że to wszystko przenosimy do domów, więc nasze żony i dzieci chodzą pod linijkę. Nie mówię, że nie znam takich funkcjonariuszy, ale mam wrażenie, że musimy się ze wszystkiego tłumaczyć. A wystarczyłoby, żeby ten, co ocenia tu wszedł i doświadczył jednego ataku ze strony skazanego za przemoc domową. I znika bycie człowiekiem dla człowieka (F20).

Część funkcjonariuszy, szczególnie badani z dłuższym stażem zawodowym, odczuwa symptomy wypalenia zawodowego, takie jak utrata motywacji, dystans wobec osób osadzonych czy emocjonalne „odcinanie się”:

> Po tylu latach trochę człowiek twardnieje. Inaczej by się nie dało funkcjonować (F10).

> Czasami łapię się na tym, że reaguję mechanicznie, bez emocji (F18).

Przedstawione relacje pokazują, że codzienne funkcjonowanie w środowisku więziennym stopniowo kształtuje specyficzny profil obciążeń, które wykraczają poza samą sferę zawodową. Służba w warunkach izolacji wpływa na sposób przeżywania emocji, na zdolność do odpoczynku oraz na jakość relacji z innymi ludźmi. Z czasem część funkcjonariuszy zaczyna doświadczać trudności w powrocie do „zwykłego rytmu” poza murami jednostki, co prowadzi do poczucia oddalenia od bliskich i narastającej izolacji społecznej. Wraz z upływem lat intensywność przeżyć związanych z pracą może też skutkować zobojętnieniem emocjonalnym lub wyczerpaniem, które stają się formą ochrony przed nadmiarem doświadczanych bodźców. Te złożone zmiany ukazują, że konsekwencje służby mają charakter pogłębiający się i obejmują wielowymiarowe aspekty funkcjonowania psychospołecznego.

Strategie radzenia sobie z obciążeniami

Strategie radzenia sobie stosowane przez funkcjonariuszy mają charakter zarówno indywidualny, jak i zespołowy. Wypowiedzi respondentów wskazują, że najczęściej stosowane są mechanizmy nieformalnego wsparcia, techniki samoregulacyjne oraz sposoby redukowania emocjonalnego zaangażowania.

Najczęściej wskazywaną strategią jest rozmowa i dzielenie się doświadczeniem z innymi funkcjonariuszami. Relacje koleżeńskie są kluczowym zasobem, pozwalającym zredukować napięcie:

> Najlepiej pomaga rozmowa z kimś, kto też to przeżył. Zwykły człowiek tego nie zrozumie (F1).

> Wśród kolegów mamy swoje sposoby, żeby się wspierać. To ratunek po trudnych sytuacjach (F14).

Nieformalne więzi w zespole stają się podstawowym sposobem amortyzowania skutków stresu. Wspólne omawianie trudnych zdarzeń, żart sytuacyjny czy krótkie rozmowy „na zapleczu" pomagają rozładować napięcie i przywrócić poczucie normalności po wymagających interwencjach.

Drugim istotnym obszarem strategii są aktywności ukierunkowane na regulację napięcia fizjologicznego. Niektórzy funkcjonariusze próbują odzyskać równowagę poprzez aktywność sportową, inni wybierają dłuższe spacery, czas spędzony z rodziną, prace fizyczne lub techniki wyciszające. Zwracają jednak uwagę, że potrzeba „oczyszczenia głowy" po służbie jest na tyle silna, że niekiedy wymaga intensywnych form wysiłku, pozwalających przełączyć uwagę z nagromadzonych emocji na aktywność ciała. Niektórzy funkcjonariusze stosują aktywność fizyczną tj. bieganie, siłownię czy uprawiają sport, jako sposób na odreagowanie stresu nagromadzonego w pracy:

> Trening to dla mnie jedyny sposób, żeby odciąć stres po służbie. Daję sobie wówczas totalny wycisk, żeby czuło ciało, a nie myślała głowa. Chodzę też na basen (F6).

Ważną grupę stanowią także strategie o charakterze psychologicznym, oparte na dystansowaniu się, racjonalizowaniu sytuacji czy utrzymywaniu „profesjonalnej obojętności". Choć mechanizmy te pozwalają funkcjonować w środowisku, gdzie silne emocje mogą zakłócać bezpieczeństwo, część respondentów podkreśla ich ambiwalentny charakter. Z jednej strony umożliwiają zachowanie kontroli, z drugiej – stosowane przez wiele lat – mogą prowadzić do tłumienia uczuć, utraty wrażliwości lub kumulowania trudnych doświadczeń, które powracają w momentach osłabienia:

> Staram się nie brać niczego zbyt osobiście. To ułatwia zachowanie spokoju (F9).

> Wypracowałam w sobie barierę, wiem, kiedy muszę odciąć emocje (F16).

Warto zauważyć, że niektórzy funkcjonariusze szukają również sposobów na symboliczne „oddzielenie" pracy od życia prywatnego np. poprzez krótkie rytuały po zakończonej służbie, świadome wyciszenie telefonu czy unikanie rozmów o pracy w domu. Choć strategie te są stosowane rzadziej, wskazują na rozwijającą się świadomość potrzeby dbania o higienę psychiczną.

Wszystkie te strategie pełnią funkcję ochronną, pomagając utrzymać równowagę psychiczną w wymagającym środowisku pracy. Jednocześnie wypowiedzi respondentów pokazują, że żadna z nich nie jest rozwiązaniem doskonałym: przynoszą ulgę, ale nie eliminują źródła stresu, a niektóre (zwłaszcza oparte na tłumieniu emocji) mogą prowadzić do kumulowania trudnych przeżyć. W efekcie radzenie sobie ze stresem w służbie penitencjarnej staje się procesem dynamicznym, wymagającym ciągłego dostosowywania i poszukiwania równowagi między ochroną psychiczną a profesjonalnym zaangażowaniem.

Wsparcie instytucjonalne – ocena i odczuwane deficyty

Wypowiedzi funkcjonariuszy pokazują, że choć system wsparcia instytucjonalnego formalnie istnieje, jego praktyczna użyteczność bywa ograniczona. Wielu pracowników Służby Więziennej zauważa, że dostęp do profesjonalnej pomocy psychologicznej jest ważnym elementem ochrony ich dobrostanu, jednak w rzeczywistości możliwości skorzystania z niej są niewystarczające. Osoby badane zgłaszają trudności z umówieniem wizyty, długi czas oczekiwania lub brak możliwości uzyskania pomocy w sytuacjach nagłych, kiedy wsparcie jest najbardziej potrzebne. W efekcie psycholog staje się zasobem obecnym „na papierze", ale nie zawsze realnie dostępnym:

> Psycholog jest, ale trudno dostać termin, zwłaszcza w nagłej sytuacji (F16).

> To ważne, że ta pomoc istnieje, ale często jest jej za mało (F19).

> O jakiej pomocy mówimy. Przecież to pic na wodę. Jak jest medialnie, to nagle mówią, jakie to otrzymujemy wsparcie. Realia są inne. Musimy sami sobie radzić z tym całym bajzlem (F20).

Kolejnym obszarem, na który wskazują osoby badane, są szkolenia przygotowujące do radzenia sobie z obciążeniami psychicznymi i trudnymi sytuacjami w pracy penitencjarnej. Choć funkcjonariusze regularnie uczestniczą w szkoleniach obowiązkowych, dotyczą one głównie aspektów technicznych czy proceduralnych. Tymczasem potrzeby funkcjonariuszy obejmują również rozwijanie kompetencji miękkich: radzenia sobie ze stresem, regulacji emocji, zarządzania napięciem oraz skutecznej komunikacji z osobami w kryzysie. Brak takich szkoleń sprawia, że

pracownicy często polegają na intuicji lub doświadczeniu, co nie zawsze wystarcza w sytuacjach nagłych czy skrajnych:

> Szkolenia mamy, ale głównie te obowiązkowe. Brakuje zajęć dotyczących naszej psychiki (F18).

Jednym z najbardziej obciążających deficytów, wielokrotnie powtarzanym przez respondentów, są problemy kadrowe. Braki personalne bezpośrednio przekładają się na wzrost obciążenia jednostką pracy oraz poczucie odpowiedzialności za bezpieczeństwo całego oddziału. Mniejsza liczba funkcjonariuszy na służbie oznacza większe ryzyko i intensywniejszą pracę, co zwiększa poziom stresu i zmniejsza poczucie bezpieczeństwa. Funkcjonariusze podkreślają, że liczniejsze i stabilniejsze zespoły mogłyby znacząco odciążyć pracowników i zredukować napięcie towarzyszące codziennym obowiązkom:

> Wszystko byłoby łatwiejsze, gdyby ludzi było więcej. Teraz cały ciężar spada na tych, którzy zostali (F11).

W opinii wielu uczestników badań instytucjonalne formy wsparcia mogłyby być bardziej systematyczne i dostosowane do realnych potrzeb. Padają sugestie dotyczące wprowadzenia regularnych spotkań o charakterze profilaktycznym, superwizji pracy, konsultacji grupowych czy tworzenia stałych grup wsparcia. Według funkcjonariuszy działania te nie tylko pomogłyby w radzeniu sobie z bieżącymi doświadczeniami, ale także pełniłyby ważną funkcję prewencyjną, pozwalającą rozładowywać napięcie zanim przerodzi się ono w poważniejsze problemy emocjonalne:

> Powinien być stały program wsparcia, nie tylko reagowanie po fakcie (F20).

> Brakuje rozmów, które pozwalałyby rozładować to, co nosisz w środku (F3).

Reasumując, funkcjonariusze oczekują wsparcia bardziej responsywnego, regularnego i opartego na realnych potrzebach środowiska więziennego. Sugestie dotyczące superwizji, grup wsparcia i działań profilaktycznych wskazują na rosnącą świadomość, że skuteczna pomoc powinna wykraczać poza interwencję po kryzysie i obejmować ciągłe towarzyszenie pracownikom w ich codziennym funkcjonowaniu zawodowym.

Dyskusja wyników

Analiza doświadczeń funkcjonariuszy zatrudnionych w jednostkach podległych Okręgowemu Inspektoratowi Służby Więziennej w Olsztynie potwierdza, że zakład karny funkcjonuje jako instytucja o wysokim potencjale traumatogennym.

Wyniki wskazują, że chroniczna ekspozycja na zagrożenia fizyczne i psychiczne, konieczność stałej czujności oraz kontakt z cierpieniem i agresją osadzonych tworzą środowisko sprzyjające kumulacji obciążeń psychicznych. Taki obraz wpisuje się w koncepcje traumatogennego charakteru instytucji zamkniętych, w których codzienne doświadczenia mogą prowadzić do powstawania objawów stresu zawodowego i traumatyzacji.

Zróżnicowanie źródeł stresu w zależności od pełnionej funkcji podkreśla znaczenie kontekstu służby w rozumieniu doświadczeń traumatycznych. Funkcjonariusze działu ochrony, mający bezpośredni kontakt fizyczny z osadzonymi, doświadczają ryzyka w sposób natychmiastowy i namacalny, natomiast pracownicy działu penitencjarnego częściej raportują obciążenia związane z obserwacją zachowań autodestrukcyjnych lub kryzysów emocjonalnych. To rozróżnienie sugeruje, że mechanizmy traumatyzacji w zakładzie karnym są wielowymiarowe, obejmując zarówno traumę wynikającą z bezpośredniego zagrożenia somatycznego, jak i obciążenia psychiczne powstające w wyniku chronicznego kontaktu z cierpieniem innych.

Wyniki badań wskazują również, że doświadczenia stresowe mają charakter kumulatywny, a codzienne, pozornie drobne napięcia stopniowo kształtują długotrwałe obciążenia psychiczne. Takie mechanizmy potwierdzają teoretyczne ujęcia chronicznego stresu zawodowego w pracy penitencjarnej, który może prowadzić do rozwoju objawów PTSD, wypalenia zawodowego czy nadmiernej czujności. Ważnym wnioskiem jest to, że nawet doświadczeni funkcjonariusze, którzy dzięki stażowi potrafią lepiej oceniać ryzyko, pozostają narażeni na przewlekłe obciążenia emocjonalne, co wskazuje, że doświadczenie zawodowe nie eliminuje potencjału traumatogennego środowiska.

Analiza strategii radzenia sobie wskazuje na istotną rolę wsparcia społecznego w zespole oraz mechanizmów autoregulacyjnych, jednak ich efektywność jest ograniczona przez strukturalne deficyty instytucjonalne. Brak regularnego wsparcia psychologicznego, niewystarczające działania profilaktyczne i problemy kadrowe w jednostkach penitencjarnych, zwiększają ryzyko kumulacji traumatycznych doświadczeń i utrudniają adaptacyjne radzenie sobie z nimi.

Wyniki badań sugerują, że zakład karny stanowi nie tylko środowisko wysokiego ryzyka fizycznego i psychicznego, ale także tworzy specyficzną kulturę pracy, w której chroniczne obciążenia stają się normą. W konsekwencji funkcjonariusze rozwijają strategie ochronne, takie jak dystansowanie emocjonalne, selektywne angażowanie się czy intensywne aktywności fizyczne, które pozwalają funkcjonować w trudnym środowisku, lecz mogą jednocześnie przyczyniać się do ograniczenia wrażliwości i kumulacji trudnych doświadczeń.

Podsumowując, wyniki badań potwierdzają, że zakład karny powinien być rozumiany jako instytucja traumatogenna, a skuteczna ochrona zdrowia psychicznego funkcjonariuszy wymaga podejścia systemowego: zarówno w zakresie profilaktyki, jak i interwencji indywidualnych i zespołowych. Wskazuje to na potrzebę rozwoju programów wsparcia dostosowanych do charakteru środowiska

więziennego, uwzględniających wielowymiarowe źródła obciążenia i specyficzne potrzeby funkcjonariuszy w różnych działach służby.

Abstract: Prison as a Traumatogenic Institution in the Experiences of Officers Employed in Units Subordinate to the Regional Inspectorate of the Prison Service in Olsztyn

The aim of this article is to present prisons as institutions with traumatogenic potential in the experiences of prison officers. It was assumed that the specific nature of the isolation environment, permanent exposure to stress, and contact with persons deprived of liberty could lead to symptoms of psychological stress and occupational trauma. The research aimed to identify the main sources of stress and traumatic experiences of officers and ways of coping with them, as well as to assess the available institutional support. The study used a qualitative method of in-depth interviews. Twenty individual interviews were conducted with officers serving in various departments of penitentiary units (including security and penitentiary). The empirical material was analyzed using a thematic approach (Braun, Clarke, 2006), which made it possible to identify key categories describing the experiences of the respondents.
The results indicate that prisons are perceived as high-risk environments for traumatization, where the dominant stress factors are chronic emotional tension, exposure to aggression and self-harm among inmates, the pressure of responsibility, and a sense of lack of influence over the organization of work. Respondents also point to psychological effects such as sleep disorders, excessive alertness, and emotional exhaustion. At the same time, they reveal significant shortcomings in the institutional support system, including limited access to psychological assistance and insufficient preventive measures on the part of employers. The results confirm that prisons should be treated as institutions that generate specific traumatic stress, requiring a comprehensive organizational response.

Keywords: trauma, total institution, mental health disorders, deprivation, prison isolation, stress.

Bibliografia

[1] APS, American Psychiatric Association, 2013, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.), American Psychiatric Publishing.

[2] Basiński A., Basińska B., 2004, *Sytuacje traumatyczne w pracy funkcjonariuszy Służby Więziennej*, [w:] *Służba żołnierzy i funkcjonariuszy służb państwowych wykonujących zadania w warunkach ekstremalnych*, t. 8, (red.) O. Truszczyński, L. Konopka, K. Sikora, A. Rakowski, L. Kosiorek, Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej w Wojsku, Warszawa.

[3] Braun V., Clarke V., 2006, *Using Thematic Analysis in Psychology*, „Qualitative Research in Psychology", 3(2), 77–101.

[4] Ellison J.M., Jaegers L.A., 2022, *Suffering in Silence: Violence Exposure and Post-Traumatic Stress Disorder Among Jail Correctional Officers*, „Journal of Occupational & Environmental Medicine", 1, 28–35.

[5] Figley C.R., 1995, *Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized*, New York: Routledge.

[6] Finney C., Stergiopoulos E., Hensel J., Bonato S., Dewa C.S., 2013, *Organizational Stressors Associated with Job Stress and Burnout in Correctional Officers: A Systematic Review*, „BMC Public Health", 13, 82, https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-82.

[7] Fusco N., Ricciardelli R., Jamshidi L., Carleton R.N., Barnim N., Hilton Z., Groll D, 2021, *When Our Work Hits Home: Trauma and Mental Disorders in Correctional Officers and Other Correctional Workers*. „Frontiers in Psychiatry", 11, https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.493391

[8] Jaegers L.A., El Ghaziri M., Katz I.M., Ellison J.M., Vaughn M.G., Cherniack M.G., 2022, *Critical incident exposure among custody and noncustody correctional workers: Prevalence and impact of violent exposure to work-related trauma,* „American Journal of Industrial Medicine", 65(6), 500–511, https://doi.org/10.1002/ajim.23353

[9] Jaegers L.A., Matthieu M., Vaughn M.G., Werth P., Katz I.M., Ahmad S.O., 2019, *Posttraumatic Stress Disorder and Job Burnout Among Jail Officers*, „Journal of Occupation and Environmental Medicine", 61(6), 505–510.

[10] James L., Todak N., 2018, *Prison Employment and Post-Traumatic Stress Disorder: Risk and Protective Factors*, „American Journal of Industrial Medicine", 61(9), 725–732.

[11] King A., Olivier C., 2020, *A Qualitative Study Exploring Vicarious Trauma in Prison Officers*, „Prison Service Journal", 251, 38–45.

[12] Kinman G., Clements A.J., 2022, *Prison Officers' Experiences of Aggression: Implications for Sleep and Recovery.* „Occupational Medicine", 72(9), 604–608, https://doi.org/10.1093/occmed/kqac117.

[13] Malkina-Pykh I.G., 2017, *Associations of Burnout, Secondary Traumatic Stress and Individual Differences among Correctional Psychologists*, „Journal of Forensic Science and Research", 1, 018–034.

[14] McCann I.L., Pearlman L.A., 1990, *Vicarious Traumatization: A Framework to Understanding the Psychological Effects of Working with Victims*, „Journal of Traumatic Stress" 3(1), 131–149, doi:10.4135/9781452218595.n271.

[15] Owusu-Ansah K., Tsabedze W.F., Mapaling C., 2025, *Effectiveness of Well-Being Interventions among Correctional Officers: A Systematic Review and Meta-Analysis*, „Journal of Police and Criminal Psychology", 40(3), 669–684.

[16] Poklek R., 2013, *Occupational Stress of Prison Officers Working in a Direct Contact with Prisoners*, [w:] *Riadenie bezpečnosti zložitých systémov*, (eds.) M. Martinska, A. Sipko, Akadémia Ozbrojených Síl, Liptovský Mikuláš.

[17] Ricciardelli R., MacDermid J.C., Ferguson L. (red.), 2024, *Occupational Stress Injuries: Operational and Organizational Stressors Among Public Safety Personnel* (1st ed.), New York: Routledge.

[18] Sekułowicz M., 2019, *Pracownicy zakładów karnych wobec zagrożenia wypaleniem zawodowym. Diagnoza zjawiska*, „Resocjalizacja Polska", 18.

[19] Schwartz J.A., Allen S.L., 2024, *The Accumulated Impact of Direct and Indirect Workplace Violence Exposure on Mental Health and Physiological Activity among Correctional Officers*, „Journal of Criminal Justice", 83, 102–110.

[20] Steuden S., Janowski K., 2016, *Trauma – kontrowersje wokół pojęcia, diagnoza, następstwa, implikacje praktyczne*, „Roczniki Psychologiczne", 3, 549–565.

[21] Sygit-Kowalkowska E., Piotrowski A., Hamzah I., 2021, *Insomnia among Prison Officers and Its Relationship with Occupational Burnout: The Role of Coping with Stress in Polish and Indonesian Samples*, „International Journal of Environmental Research and Public Health", 18(8), 4282, https://doi.org/10.3390/ijerph18084282.

[22] Viotti S., 2016, *Work-Related Stress among Correctional Officers: A Qualitative Study*, „Work" 53(4), https://doi.org/10.3233/WOR-152238.

Netografia

[23] Bargiel-Matusiewicz K., Stelmachowska P., Omar H.A., 2016, *The Role of Stress in Assessing Life Satisfaction and Self-Efficacy Among Prison Officers*, „Pediatrics Faculty Publications", https://uknowledge.uky.edu/pediatrics_facpub/237 [dostęp: 10.10.2025].
[24] Najwyższa Izba Kontroli, 2025: Bezpieczeństwo funkcjonariuszy Służby Więziennej podczas wykonywania obowiązków służbowych, https://www.nik.gov.pl/kontrole/P/24/083/LBI/ [dostęp: 10.10.2025].