

Vilniaus Universitetas

Filosofijos fakultetas

Psichologijos institutas

Toma Kontrimaitė

Teisės psichologijos studijų programa

Magistro darbas

**Kalėjų psichologų emocinių sunkumų ir institucinės aplinkos vaidmens kokybinis
tyrimas**

Darbo vadovė: asistentė dr. Ksenija Čunichina

Vilnius 2025

TURINYS

SANTRAUKA	4
SUMMARY	5
SVARBIAUSIOS SĄVOKOS	6
PRATARMĖ	7
1. ĮVADAS	8
1.1. Įkalinimo įstaigose dirbančių psichologų patiriami iššūkiai	8
1.2 Nuteistųjų problemos.....	8
1.3 Psichologų pareigos kalėjime	9
1.4 Psichologų emociniai iššūkiai	10
1.4.1 Perdegimas.....	10
1.4.2 Užuojautos keliamas nuovargis	11
1.4.3 Empatija.....	12
1.5 Kiti psichologų darbo kalėjime iššūkiai	13
1.5.1 Nesaugumas	13
1.5.2 Nepasitikėjimas terapiniame santykiuose	14
1.6 Moterų psichologų patirtys.....	15
1.7 Emocinių iššūkių prevencija ir reguliacija	15
1.8 Tyrimo tikslas ir uždaviniai.....	17
2. TYRIMO METODIKA.....	18
2.1 Teorinis tyrimo pagrindimas	18
2.2 Tyrimo dalyviai	18
2.3 Tyrimo instrumentai	18
2.4 Tyrimo eiga	19
2.4.1 Tyrėjo vaidmuo ir santykis su tema bei tyrimo objektais.....	19
2.5 Duomenų analizė	20
2.6 Etiniai tyrimo aspektai.....	21
2.7 Tyrimo kokybė ir validumas	21
3. REZULTATAI	22
3.1 Emocinė patirtis dirbant kalėjime: kaina, atsakas ir išgyvenimo strategijos.....	22
3.1.1 Emocinis krūvis – nuo jautrumo iki atsiribojimo	23
3.1.2 Kaltė, bejėgiškumas ir apatija mirties akivaizdoje	24
3.1.3 Emocinė savireguliacija: tarp veiksmingų atramų ir nesugebėjimo atsipalaiduoti.....	26

3.2 Institucinis kontekstas ir santykiai: spaudimas, kontrolė ir santykių dinamikos.....	27
3.2.1 Sisteminė kontrolė be rūpesčio: kai reikalaujama, bet nepalaikoma	27
3.2.2 Psichologų santykiai su kolegomis ir nuteistaisiais	30
3.2.3 Moteriškumo kontrolė.....	31
3.3 Prasmės paieškos tarp pagalbos, biurokratijos ir beprasmybės.....	32
3.3.1 Ryšys ir pagalba kaip prasmės šaltinis	32
3.3.2 Prasmės nykimas tarp biurokratijos ir nemotyvuotų klientų	33
3.4 Siūlomi pokyčiai – psichologų vizija tvaresnei sistemai.....	34
3.4.1 Darbo sąlygų ir išteklių keitimo būtinybė.....	34
3.4.2 Sisteminiai pokyčiai – struktūra, kontrolė, požiūris	35
3.4.3 Humanizuota pagalba nuteistiesiems	36
4. REZULTATŲ APTARIMAS.....	36
4.1 Tyrimo ribotumai ir rekomendacijos ateities tyrimams	40
4.2 Praktinės rekomendacijos	41
5. IŠVADOS	42
LITERATŪRA	43
PRIEDAI	50
1 priedas. Informuotas sutikimas.....	50
2 priedas. Tyrimo klausimai	51
3 priedas. Savirefleksija	51

SANTRAUKA

Toma Kontrimaitė. *Kalėjimų psichologų emocinių sunkumų ir institucinės aplinkos vaidmens kokybinis tyrimas.* Teisės psichologijos studijų programos magistro darbas. Darbo vadovė: asistentė dr. Ksenija Čunichina. Vilniaus universitetas. Filosofijos fakultetas. Vilnius, 2025. 52 puslapiai.

Yra žinoma, kad teisės psichologai susiduria su užuojautos keliamu nuovargiu ir perdegimu, prie kurių aktyviai prisideda instituciniai reikalavimai ir darbo krūvis. Lietuvos kalėjimuose dirbančių psichologų emociniai iššūkiai yra labai siaurai ištirtinėti, o kokybinių tyrimų šia tema iš viso nėra. Šio tyrimo tikslas – atskleisti Lietuvos kalėjimų psichologų patiriamus emocinius sunkumus ir institucinės aplinkos vaidmenį juose. Šiame kokybine metodologija grįstame tyrime buvo atlikti pusiau struktūruoti interviu su 10 Lietuvos kalėjimų psichologų (7 moterimis ir 3 vyrais), kurių amžiaus vidurkis – 31,3 metai, darbo stažo vidurkis – 3,5 metai. Duomenų analizei taikyta refleksyvi teminė analizė pagal Brown ir Clark (2022). Rasta, kad darbo pradžioje jaučiama empatija ir noras padėti dėl institucinių priežasčių ir pokyčio nematymo virsta į apatiją, bejėgiškumą ir prasmės darbe nykimą. Daugiausia emocinių sunkumų sukelia instituciniai reikalavimai, per didelis darbo krūvis ir nemotyvuoti klientai. Šis tyrimas prisideda prie kalėjimų psichologų emocinių iššūkių ir jų priežasčių supratimo.

Raktiniai žodžiai: kalėjimų psichologai, emociniai sunkumai, institucinis spaudimas.

SUMMARY

Toma Kontrimaitė. *A qualitative study of prison psychologists' emotional difficulties and the impact of the institutional environment.* Master's thesis in psychology of the law. Thesis supervisor: assistant dr. Ksenija Čunichina. Vilnius University. Faculty of Philosophy. Vilnius University, 2025. 52 pages.

Legal psychologists are known to experience compassion fatigue and burnout, to which institutional demands and workload actively contribute. The emotional challenges faced by psychologists working in Lithuanian prisons are very narrowly researched, and there is no qualitative research on the subject at all. The aim of this study is to explore the emotional challenges experienced by Lithuanian prison psychologists and the role of the institutional environment in them. This qualitative study was based on semi-structured interviews with 10 Lithuanian prison psychologists (7 women and 3 men), with a mean age of 31,3 years and a mean length of service of 3,5 years. Reflexive thematic analysis based on Brown and Clark (2022) was used for data analysis. It was found that empathy and willingness to help at the beginning of the work turn into apathy, helplessness and loss of meaning in the work due to institutional reasons and inability to see change. Most of the emotional difficulties are caused by institutional demands, excessive workload and unmotivated clients. This study contributes to the understanding of the emotional challenges of prison psychologists and their causes.

Keywords: prison psychologists, emotional difficulties, institutional pressure.

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Emociniai sunkumai – tai įvairūs emociniai išgyvenimai, susiję su stresu, emociniu krūviu, moralinėmis dilemomis ar organizacijoje patiriama įtampa (Maslach & Leiter, 2016).

Institucinis spaudimas – tai formalūs ir neformalūs organizaciniai reikalavimai, taisyklės ir lūkesčiai, darantys įtaką darbuotojų jausenai, elgesiui ir profesinei autonomijai (DiMaggio & Powell, 1983).

Darbo prasmė – tai subjektyvus darbuotojo suvokimas, kad jo darbas turi tikslą, vertę ir svarbą platesniam socialiniam kontekstui (Michaelson & Tosti-Kharas, 2024).

PRATARMĖ

2019 metais Sakalauskas, Jarutienė, Kalpokas ir Vaičiūnienė atskleidė pataisos įstaigų sistemos spragą, susijusią su psichologinės pagalbos prieinamumu nuteistiesiems (Sakalauskas ir kt., 2019). Autoriai pastebėjo, kad daugeliui įkalintų asmenų trūksta psichologų dėmesio, o šis trūkumas gali lemti nepakankamą emocinės gerovės užtikrinimą ir ribotas rehabilitacijos galimybes (Sakalauskas ir kt., 2019). Remiantis 2025 m. Lietuvos kalėjimų tarnybos duomenimis, šiuo metu Lietuvos kalėjimuose dirba 23 psichologai, iš kurių 4 dirba Vertinimo ir analizės komandose, 19 - Socialinio darbo ir psichologinės intervencijos komandose (Lietuvos kalėjimų tarnyba, 2025). 2024 m. duomenimis, Lietuvoje buvo įkalinti 4539 asmenys (Lietuvos kalėjimų tarnyba, 2024). Taigi, vienam įstaigoje dirbančiam psichologui tenka apie 240 nuteistųjų. Žinoma, ne visi jie prašo psichologų paslaugų, tačiau šie skaičiai vis tiek yra neproporcingi. Pasak Lietuvos teisėsaugos pareigūnų federacijos pirmininkės pavaduotojo D. Čekavičiaus, „Jau dabar psichologų krūviai nežmoniškai, vietoj penkių žmonių dirba vienas ar, geriausiu atveju, du specialistai“ (Lietuvos teisėsaugos pareigūnų federacija, 2021). Psichologų trūkumas, jų pareigybių ribų neaiškumas ir jų nesutapimas su Psichologo profesinės etikos kodeksu (Lietuvos teisėsaugos pareigūnų federacija, 2021) yra tik keletas iš problemų, su kuriomis susiduria Lietuvos kalėjimuose dirbantys psichologai. Šių specialistų darbas pasižymi unikalium kontekstu, kuriame kasdien susiduriama su iššūkiais, keliančiais sunkius emocinius išgyvenimus. Įkalinimo įstaigose dirbančių psichologų veikla apima ne tik individualių ar grupinių konsultacijų bei mokymų vedimą, bet ir bendradarbiavimą su kalėjimo personalu sprendžiant sudėtingus konfliktus, elgesio problemas ar krizines situacijas (Bertrand-Godfrey & Loewenthal, 2011). Nuolatinis darbas su nuteistaisiais, kurie dažnai pasižymi giliomis psichologinėmis traumomis, kuriems būdingi asmenybės sutrikimai ar smurtinio elgesio istorijos, gali sukelti didelį emocinį nuovargį ir kelti pavojų specialisto psichologinei bei fizinei gerovei. Be to, uždara ir įtempta įkalinimo įstaigų aplinka, dažnai lydimą nepasitikėjimo, emocinės distancijos ir griežtų taisyklių, sudaro papildomas sąlygas profesiniam stresui (Culver et al., 2011).

Toks sudėtingas darbo kontekstas iš psichologų reikalauja ne tik aukštos profesinės kompetencijos, bet ir nuolatinio emocinio atsparumo palaikymo bei gebėjimo atpažinti ir valdyti savo emocijas ir vidinius išgyvenimus. Tačiau mokslinėje literatūroje psichologų, dirbančių kalėjimuose, emociniai sunkumai (pvz., perdegimas ir užuojautos keliamas nuovargis) dar nėra plačiai išanalizuoti (Mivshek & Schriver, 2022), o Lietuvoje kokybinių tyrimų šia tema nėra. Taigi, šiame tyrime bus siekiama atskleisti Lietuvos kalėjimuose dirbančių ir dirbusių psichologų emocinius sunkumus instituciniame kontekste pasitelkiant kokybinę tyrimo metodiką.

1. ĮVADAS

1.1. Įkalinimo įstaigose dirbančių psichologų patiriami iššūkiai

Psichologų darbas įprastai reikalauja ne tik kompetencijų ir profesinių žinių, bet ir didelio emocinio atsparumo. Kasdienė sąveika su žmonėmis, turinčiais tarpasmeninių, emocinių sunkumų, gyvenimą trikdančių trauminių potyrių padarinių gali tapti dideliu iššūkiu net ir ilgai savo srityje dirbantiems specialistams. Tyrimai nurodo, kad būtent teisės psichologijos krypties psichologai susiduria su įvairesniais ir, dažnai matomais kaip didesniais, sunkumais savo darbe nei medicinos įstaigose ar privačiose klinikose dirbantys specialistai (Kelty & Gordon, 2015). Apskaičiuota, kad beveik penktadalis ekstremalių situacijų valdymo, teisėsaugos ir baudžiamosios justicijos darbuotojų patiria arba jiems gresia didelė profesinio streso ar perdegimo rizika (Kelty & Gordon, 2015). Teisės psichologams kyla padidinta rizika susidurti su tokiais emociniais iššūkiais kaip užuojautos keliamu nuovargiu ir perdegimu, o tai turi įtakos nuteistųjų priežiūros kokybei ir tęstinumui (Kelty & Gordon, 2015). Darbo rizikos veiksniu laikomas susirūpinimas dėl asmeninio fizinio saugumo skatina išsekimo, cinizmo, atsiskyrimo, neveiksmingumo ir sumažėjusio asmeninio pasitenkinimo jausmą (Finney et al., 2013). Šie iššūkiai yra būdingi būtent teisės psichologams, nuolat susiduriantiems su nuteistaisiais, traumuojančia patirtimi, didelės rizikos klientais ir organizaciniais reikalavimais, kurie labai skiriasi nuo bendrąją klinikinę psichologijos praktiką atliekančių psichologų (Sansbury, Graves & Scott 2015). Pataisos įstaigų darbuotojai potencialiai patiria didesnę rizikos veiksnių skaičių darbe, nes jie teikia pagalbą prieš savo valią čia apgyvendintai populiacijai, o jų misija – prisidėti prie visuomenės saugumo, „aktyviai skatinant ir padedant nusikaltėliams tapti įstatymus gerbiančiais piliečiais, vykdant pagrįstą, saugią, patikimą ir žmogišką kontrolę“ (Finney et al., 2013, p. 6). Kadangi darbas su įkalinimo įstaigose esančiais nuteistaisiais yra išskirtinis savo specifika, verta aptarti ne tik pačių psichologų patiriamus emocinius iššūkius, bet ir jų klientų problemas.

1.2 Nuteistųjų problemos

Gyvenimo sąlygos laisvėje ir įkalinimo įstaigoje skiriasi ne tik pačia aplinka, bet ir iššūkiais, su kuriais susiduria šiose sąlygose gyvenantys žmonės. Europos Tarybos Kankinimų prevencijos komiteto požiūriu, šimtai nuteistųjų Lietuvos kalėjimuose yra laikomi nuolatinio kankinimo sąlygomis (Sakalauskas, 2024). Kai kurių Lietuvos kalėjimuose esančių nuteistųjų padėtis prilygsta šiuolaikinei vergovei (priverstinio darbo forma) ir gali būti laikoma Žmogaus teisių konvencijos 3 straipsnio, draudžiančio visų formų žeminančių elgesį, pažeidimu (Sakalauskas, 2024). Psichologinių paslaugų teikimo kalėjime sudėtingumą lemia ne tik pati kalėjimo aplinka, bet ir sunkumai, kuriuos nuteistieji atsineša su savimi į įkalinimo įstaigą. Didelė dalis nuteistųjų turi įvairių psichikos sveikatos ir mokymosi sunkumų (Romily & Bartlett, 2010; Talbot, 2008), daugelis jų piktnaudžiauja narkotinėmis medžiagomis (Fazel, Bains & Doll,

2006), jie yra socialiai atskirta grupė (Social Exclusion Unit, 2002). Kalėjimuose taip pat yra laikomi asmenys, kurių psichikos sveikatos poreikių lygis reikalauja hospitalizavimo, tačiau jų perkėlimas į psichiatrijos ligoninę užtrunka arba visai neįvyksta (Rickford & Edgar, 2005). Taip pat, psichologinio streso lygis, savęs žalojimo bei savižudybių skaičius kalėjimuose yra itin aukštas (Pratt, 2015). 2009 metais atliktame tyrime rasta, kad savižudybės atvejai tarp kalinčių asmenų yra dažnesni nei tarp laisvėje esančios populiacijos (Baillargeon et al., 2009). Anot Sakalausko ir kt. (2019), yra ypatingai svarbu, kad įkalinimo įstaigose dirbantys psichologai atkreiptų dėmesį į nuteistuosius ar suimtuosius, kurie yra save žaloję praeityje – šie veiksmai dažnai liudija apie savižudiškus ketinimus ateityje.

1.3 Psichologų pareigos kalėjime

Įkalinimo įstaigose dirbantys psichologai atlieka daugybę profesinių pareigų, įskaitant tiesioginį vertinimą ir gydymą (piktnaudžiavimo psichoaktyviosiomis medžiagomis, seksualinių ir smurtinių nusikaltimų, vertybių ir požiūrių nagrinėjimą, savižudybių prevenciją, individualiai ir grupėse vedamus užsiėmimus), kitų asmenų darbo priežiūrą, pagalbą, konsultavimą ir mokymus, vedamus kalėjimų vadovams bei operatyvinio personalo darbuotojams, ir mokslinių tyrimų atlikimą (Shingler, Sonnenberg & Needs, 2019). Jie taip pat turi apsvarstyti nuteistojo elgesio rizikos pobūdį, jo psichologinio funkcionavimo aspektus, veiksnius, kurie gali padidinti riziką arba apsaugoti nuo jos, psichologines, socialines ar aplinkos intervencijas, kurios gali padėti sumažinti ar valdyti riziką ir t. t. (Vess, Ward & Yates, 2017). 1996 metais publikuotame darbe psichoanalitikas Hinshelwood padarė išvadą, kad įkalinimo institucijoms būdingas „rūpestingumo ir teisingumo kultūros susidūrimas“ (1996, p. 467). Jis pastebėjo, kad tiek nuteistųjų, tiek kalėjimo pareigūnų bendravimo ir elgesio pobūdis yra labai griežtas ir agresyvus, kuris, jo manymu yra atsiradęs kaip gynyba – nuteistiesiems nuo nerimo dėl bejėgiškumo jausmo, o kalėjimo pareigūnams – dėl galimo smurto iš nuteistųjų. Jis padarė išvadą, kad psichologai priklauso tai kalėjime esančiai grupei, kuri nukrypsta nuo šios dominuojančios kultūros ir yra matoma kaip silpna ir minkšta iš nuteistųjų bei pareigūnų perspektyvos. Toks požiūris gali trukdyti nuteistiesiems matyti prasmę terapiniame darbe.

Įkalinimo įstaigos kelia didelių iššūkių psichoterapijai ir psichologinėms intervencijoms, atsižvelgiant į tai, kas paprastai pripažįstama kaip terapijos rėmai – dėl šių rėmų neaiškumo yra dažnai keliamas klausimas dėl jos veiksmingumo kalėjimo sąlygomis (Hinshelwood, 1996). Iš tiesų anksčiau buvo teigiama, kad, „psichoterapija kalėjimuose neveikia ir negali veikti, tai gali būti neetiška veikla ir ji neturėtų būti įprastai praktikuojama“ (Schlesinger, 1979, p. 307). Psichologinėms intervencijoms skirtų patalpų trūkumas, neaiškos laiko ribos, dominuojantys saugumo klausimai ir jų poveikis konfidencialumui – tai tik keletas problemų, su kuriomis susiduria psichologas, atvykęs dirbti į kalėjimą (Williams Saunders, 2001). Be to, sudėtingi nuteistųjų poreikiai ir įkalinimo poveikis jų gebėjimui įsitraukti į savirefleksijos procesą

gali pareikalausti iš specialisto didesnio atsparumo ir tam tikro lankstumo (Huffman, 2006). Huffman (2006) taip pat teigia, kad šioje aplinkoje būtina nukrypti nuo to, kas gali būti vadinama normaliomis ribomis ir optimaliais psichoterapijos rėmais, tarp kurių konfidencialumas, stabili ir neutrali aplinka yra laikomi svarbiausiais dalykais. Autoriaus nuomone, nepaisant to, kad „kalėjimo psichikos sveikata yra prievartos ir užuojautos hibridas“ (Huffman, 2006, p. 326), didėjantis nuteistųjų poreikis gauti individualius užsiėmimus su terapeutu verčia specialistus permąstyti nuteistiesiems teikiamą pagalbą. Huffman (2006) daro išvadą, kad nors psichologo etinė pozicija kalėjimo sąlygose yra nuolat kvestionuojama, terapija kalėjime, kaip humaniška veikla, privalo būti tęsiama.

Apibendrinant galima teigti, kad veiksmingas konsultavimo darbas įkalinimo įstaigose, pasižyminčiose ypatinga organizacine dinamika, psichologui yra sudėtingai pasiekiamas, bet labai reikalingas kokybiškam nuteistųjų pokyčiui. Su problemomis, kylančiomis teikiant psichologines paslaugas nuteistiesiems, yra neatsiejami ir emociniai psichologų patiriami iššūkiai, kurių aptarimas yra būtinas norint geriau suprasti šios darbo specifikos problematiką.

1.4 Psichologų emociniai iššūkiai

1.4.1 Perdegimas

Perdegimas yra apibrėžiamas kaip konstruktas, kurį sudaro trys dimensijos: emocinis išsekimas, „apibrėžiamas kaip lėtinio nuovargio ar streso emocinė išraiška“ (Gallavan & Newman, 2013, p. 1); depersonalizacija, kuri reiškia „beširdiškumą ar nesirūpinimą klientais ar pacientais“ (Gallavan & Newman, 2013, p. 1); ir asmeninio pasiekimo suvokimo sumažėjimas (Gallavan & Newman, 2013, p. 1). Profesinis perdegimas apibūdinamas kaip laipsniško emocinės, kognityvinės ir fizinės energijos praradimo procesas, pasireiškiantis psichinio ir emocinio išsekimo, asmeninio atsiribojimo ir pasitenkinimo profesine veikla sumažėjimo simptomais (Kulakova, 2015). Perdegimas yra laipsniškas ir progresuojantis procesas, vykstantis, kai su darbu susijęs stresas sukelia emocinį išsekimą (Gallavan & Newman, 2013). Emocinis išsekimas gali pasireikšti, kai sumažėja specialisto pasitenkinimo savo pasiekimais pojūtis, kuris, tikėtina, dažniau pasitaiko, kai didėja specialisto darbo krūvis, o jo sudėtingumas yra prastai subalansuotas (Gallavan & Newman, 2013). Tyrimai parodė, kad perdegę specialistai yra mažiau linkę tinkamai reaguoti su empatija ir rodyti emocinę paramą dėl jų pačių įsitraukimo į gynybos mechanizmus, kurie išsaugo jų emocinį pajėgumą, o tai savo ruožtu daro neigiamą poveikį klientų gerovei, santykiui tarp kliento ir terapeuto ir galimybei klientui tobulėti terapijos metu (Bears, McMinn, Seegobin & Free, 2013). Tyrimai rodo, kad įkalinimo įstaigose dirbantys psichologai yra labiau pažeidžiami streso ir perdegimo nei kitose įstaigose dirbantys psichologai (Senter, Morgan, Serna-McDonald & Bewley, 2010). Toks pažeidžiamumas yra aiškinamas remiantis antrinio streso poveikiu (dėl dažno susidūrimo su pasakojimais apie sunkius

nusikaltimus, kančią ir smurtą) ir darbu su sudėtingais ir priešiška nusiteikusiais klientais darbo įstaigose, kuriose viskas yra itin griežtai kontroliuojama (Gallavan & Newman, 2013). Neseniai atliktoje sisteminėje apžvalgoje (Simionato & Simpson, 2018) apie rizikos veiksnius, susijusius su psichoterapeutų perdegimu, buvo rasta, kad jaunesnis amžius, mažesnė profesinė patirtis ir pernelyg didelis terapeuto įsitraukimas į klientų problemas buvo dažniausi su perdegimu susiję veiksniai. Simionaro ir Simpson (2018) darbe tirti psichologai, dirbantys privačiose praktikose ir valstybinėse sveikatos įstaigose, tačiau apžvalgų apie teisės psichologų perdegimą ir jo ryšį su psichologų amžiumi ar darbo patirtimi nėra.

Kokybiniuose tyrimuose perdegimas atsispindi ir psichologų pasakojimuose. Terapeutai pasakojo apie nuovargio jausmą, sunkumus susikaupiant darbe apibūdindami jausmą, kad „jie ten yra, bet jų nėra“ (Clarke et al., 2020, p. 6). Šių sunkumų emocinį poveikį liudijo dalyvių išgyvenimai, kai jie jautėsi praradę jautrumą ir motyvaciją. Panašiai buvo paveiktas ir jų profesinis veiksmingumas bei emocinis prieinamumas. Tyrimuose (Clarke et al., 2020; Papadomarkaki & Lewis, 2008) taip pat buvo pabrėžta, koku mastu perdegimas paveikė terapeutų asmeninį gyvenimą ir santykius. Autoriai daro prielaidą apie tai, kad šis emocinio prieinamumo trūkumas, kurį patiria terapeutai, kai jaučiasi išsekę ir perdegę, persmelkia jų asmeninius santykius su šeima ir draugais, todėl suprastėja jų socialiniai ryšiai, atsiranda izoliacija ir vienatvė. Kaip svarbiausi veiksniai, lemiantys terapeutų stresą ir perdegimą, kokybiniuose tyrimuose buvo nurodyti sisteminis ir organizacinis spaudimas (Clarke et al., 2020; Papadomarkaki & Lewis, 2008; Turnbull & Rhodes, 2019). Dažniausiai susiduriama su reikiamų išteklių ir laiko trūkumu, viršvalandžiais, neklinikinio darbo, pavyzdžiui, administracinių ir vadybinių užduočių, poveikiu, dideliu darbo krūviu, nekokybiška apsauga ir psichologo darbo sudėtingumu (Clarke et al., 2020; Papadomarkaki & Lewis, 2008; Turnbull & Rhodes, 2019). Be to, perdegimas taip pat gali pasireikšti po susidūrimo su ekstremaliais atvejais darbe, kai patiriamas užuojautos keliamas nuovargis.

Apibendrinant galima teigti, kad perdegimas teisės psichologų darbe gali augti kone su kiekviena diena – bendraujant su nuteistaisiais, atliekant daugybę įvairaus tipo pareigų, susiduriant su dideliais organizacijų lūkesčiais ir negalint jų pasiekti dėl išteklių trūkumo. Perdegimas yra taip pat susijęs su užuojautos keliamu nuovargiu (Salston & Figley, 2003), tad svarbu plačiau aptarti ir jo problematiką.

1.4.2 Užuojautos keliamas nuovargis

Specialistai, kurie nuolat susiduria su traumomis ir smurtu, ypač dirbantys bausmių vykdymo, teisinėje ir psichikos sveikatos priežiūros įstaigose, gali susidurti su užuojautos keliamo nuovargio simptomais (Pirelli et al., 2020). Su perdegimu taip pat susijusi „užuojautos keliamo nuovargio“ sąvoka pirmą kartą buvo paminėta 1992 m. Joinson darbe, kuriame jis nagrinėjo slaugytojų perdegimą (Joinson, 1992). Nuo to laiko šis terminas gali būti vartojamas pakaitomis su perdegimu, vikarine traumatizacija ir

trauminiu stresu (Salston & Figley, 2003). Tačiau užuojautos keliamo nuovargio išsivystymui, kuris yra panašus į vikarinę traumą, nebūtina patirti traumuojančio įvykio ar net apie jį žinoti. Užuojautos keliamas nuovargis „išsivysto įsijaučiant į klientų emocinį skausmą ir kančią be tiesioginio ar netiesioginio traumos poveikio“ (Pirelli et al., 2020, p. 1). Užuojauta yra susijusi su „kito asmens kentėjimo įsisąmoninimu, susipynusiu su noru palengvinti kančią“ (Radey and Figley, 2007, p. 207). Pastangos pažvelgti į pasaulį iš problemų kamuojamo asmens perspektyvos dažnai tampa iššūkiu psichologui – tai gali sukelti emocinį nuovargį, išsekimą, paskatinti apleisti savęs priežiūrą, sustiprinti asmeninius išgyvenimus bei priversti ignoruoti savo poreikius, vertybes ar įsitikinimus (Aukštinaitytė ir Zajančkauskaitė-Staskevičienė, 2010). Šios išgyvenamos emocijos ir jausmai literatūroje yra apibrėžiami kaip užuojautos keliamas nuovargis (Salston & Figley, 2003).

Užuojautos keliamo nuovargio simptomai gali išsivystyti palaipsniui arba greitai ir gali apimti simptomus tokius kaip neigiamą emocinį susijaudinimą (pvz., jaučiamas didesnis pyktis, neapykanta, nusivylimas), sunkumus atskiriant darbą ir namų gyvenimą, mažesnę streso toleravimo lygį, emocinius protrūkius, sumažėjusį pasitenkinimą darbu, žalingą emocijų reguliaciją (pvz., alkoholio vartojimą, socialinę izoliaciją), sumažėjusį bendrą funkcionavimą ir produktyvumą darbe ir namuose (Pirelli et al., 2020). Tyrimais nustatyta, kad mažesnę darbo patirtį turintys psichologai pasižymi didesne rizika patirti užuojautos keliamą nuovargį (Sheehy Carmel & Friedlander, 2009). Tačiau Lietuvoje atlikto tyrimo rezultatai nurodo, kad jame tirti psichologai nurodė nedidelę užuojautos keliamo nuovargio procentinę išraišką, kuri buvo reikšmingai mažesnė už užuojautos teikiamo pasitenkinimo įverčius (Aukštinaitytė ir Zajančkauskaitė-Staskevičienė, 2010).

Taigi, rasta, kad užuojautos keliamas nuovargis yra opi problema psichologines paslaugas įkalinimo įstaigose teikiančių specialistų imtyje, o kituose psichologinės pagalbos sektoriuose dirbantys psichologai nurodo žemesnius šio emocinio sunkumo įverčius. Tokie radiniai nurodo į svarbą adresuoti užuojautos keliamo nuovargio paplitimą Lietuvos kalėjimuose dirbančių psichologų patirtyse.

1.4.3 Empatija

Tyrimai rodo, kad perdegimas yra atvirkščiai proporcingai susijęs su empatija, t. y. didesnis perdegimas yra susijęs su mažesne empatija (Wilkinson et al., 2017). Empatija – gebėjimas vikariškai patirti ir suprasti kitų žmonių emocijas, yra labai svarbus sėkmingiems socialiniams ir pažintiniams gebėjimams ir elgesiui (Lockwood, 2016). Nors empatija nereiškia, kad psichologai neabejotinai tiksliai žino, kaip jaučiasi kitas žmogus, ji laikoma vienu iš svarbiausių terapinio santykio plėtojimo elementų (Lockwood, 2016). Empatija yra įdomus reiškinys dėl to, kad iš psichologų tikimasi rodyti empatiją visiems klientams, nepaisant jiems pateikiamos informacijos ar emocinio turinio (Wondra & Ellsworth, 2015). Empatija gali

būti ypač sudėtinga teisės psichologams, kurie dirba su įvairių nusikalstamų veikų vykdytojais. Pavyzdžiui, nuteistiesiems demonstruojant savigailą po atlikto nusikaltimo, specialistas turi išlikti objektyvus ir stengtis suvaldyti alternatyvias kylančias emocijas, pavyzdžiui, pyktį aukos atžvilgiu (Wondra & Ellsworth, 2015). Žmogaus perspektyvos priėmimas ir empatiškas santykis gali teigiamai prisidėti prie terapinio santykio tarp kliento ir psichologo augimo ir suteikti reikšmingos informacijos, svarbios diagnostiniam įverčiui, profesinei nuomonei ar rekomendacijų pateikimui (Lockwood, 2016).

Taip pat iš psichologijos srityje dirbančių specialistų yra tikimasi, kad jie laikysis griežtų standartų ir aukosis dėl savo klientų gerovės (Kaeding et al., 2017). Dažnai psichologai turi išlaikyti empatiją klientams, nepriklausomai nuo jų atsineštos problemos, kuri kartais gali apimti elgesį, pasaulėžiūrą ar veiksmus, kurie gali atrodyti neteisingi ar amoralūs (Kaeding et al., 2017). Neretai psichologai turi paaukoti savo komfortą, kad suteiktų erdvę, kurioje galima sukurti terapinį aljansą. Psichologo gebėjimas būti empatiškai tiksliam yra ypač svarbus kalbant apie klientų emocijas, nes teisingas reagavimas į klientų svyruojančių emocijų pokyčius yra daugelio terapinių intervencijų pagrindas (Kaeding et al., 2017). Psichologai yra unikaliai apmokyti tyrinėti, identifikuoti ir spręsti savo asmenines išankstines nuostatas ir pasaulėžiūrą, kad galėtų empatiškai bendrauti su klientais, tuo pat metu suvokdami savo emocinę reakciją į kliento pasisakymus (Atzil-Slonim et al., 2019). Neužtikrinta kliento ir paties psichologo emocijų pusiausvyra terapinėje aplinkoje gali prisidėti prie perdegimo rizikos, nes sumažėja ir pasikeičia psichologo „emocijų užtikrintumo jausmas ir jo požiūrio vientisumas, jei to nesumažina saviugda ir tinkamas mokymas“ (Abargil & Tishby, 2021, p. 4). Psichologo empatija taip pat yra susijusi su mažesniu kliento pasipriešinimu gydymui ir didesniu atsiskleidimu gydymo metu (Forrester et al., 2008), taip pat nustatyta, kad terapeuto empatija ir šiluma yra geriausi grupinės terapijos sėkmę prognozuojantys veiksniai seksualinius nusikaltimus padariusiems asmenims (Marshall et al., 2003).

Empatijos svarba psichologijos paslaugų srityje yra neatsiejama nuo kokybiško terapinio darbo. Suprantant, kokią svarbą terapijos ar konsultavimo veiksmingumui ir kliento augimui turi empatija, sulaukiama iš specialisto pusės, yra svarbu plėsti žinias apie specifinius empatiško bendravimo iššūkius, su kuriais susiduria psichologai, dirbantys su įvairius nusikaltimus atlikusiais asmenimis.

1.5 Kiti psichologų darbo kalėjime iššūkiai

1.5.1 Nesaugumas

Apart aptartų emocinių sunkumų, su kuriais susiduria kalėjimuose dirbantys psichologai, svarbu paminėti ir kitus, ne rečiau pasireiškiančius sunkumus, tampriai susijusius su psichologų darbu kalėjime, vienas iš jų - nesaugumas. Tyrėjų Bertrand-Godfrey ir Loewenthal (2011) tyrime dalyvavę kalėjime dirbantys psichologai teigė, kad, nors darbą kalėjime jie mato kaip turtingą ir vertingą patirtį, kai kurie šio

darbo aspektai kelia nemalonius išgyvenimus. Kai kurie psichologai teigė, kad savo darbe jie jautėsi izoliuoti nuo kitų darbuotojų, nepalaikomi kalėjimo sistemos ir nesaugūs. Pavojaus jausmas, pasak psichologų, paprastai kyla iš įtampos, kurią jie jaučia, kai patenka į kalėjimo korpusus, kur aplinka yra priešiškesnė ir mažiau valdoma nei kabinete su kleintais. Dauguma dalyvių įvardija, kad šios zonos, ypač tos, kuriose nuteistieji vaikšto neprižiūrimi, kelia didžiausią baimę (Bertrand-Godfrey & Loewenthal, 2011). Pavyzdžiui, Smith (1999) aiškino, kaip dirbdama konsultante kalėjime ji ėmė rūpintis savo išgyvenimu. Ji pabrėžia, kad dažnai „suvokdavau, jog mane apima fizinio ir psichologinio išgyvenimo poreikis. Norint išgyventi kalėjime, labai svarbu veiksmingai valdyti nerimą dėl to, kad esi įkalinta ir bejėgė, o aplinkui gali būti sadistinių ir smurtinių išpuolių“ (p. 431).

Dėl šių išgyvenimų atsirandanti gynyba paprastai trukdo prasmingų santykių su kolegomis vystymuisi (Smith, 1999) ir, kaip teigia Harvey (2011a), svarbu, kad psichologai žinotų apie galimą pavojų jų saugumui, tačiau taip pat svarbu, kad šis žinojimas netrukdytų užmegzti terapinio santykio su nuteistaisiais.

1.5.2 Nepasitikėjimas terapiniame santykyje

Vienas iš svarbiausių dėmenų, be kurių neveiktų terapinis santykis, yra abipusis pasitikėjimas tarp psichologo ir kliento. Specifinė problema, su kuria susiduria įkalinimo įstaigų darbuotojai, yra sunkumai užmegzti santykius, grįstus pasitikėjimu, kurie yra būtini terapiniame darbe ir svarbūs nuteistųjų reabilitacijai (Gaum, Hoffman, & Venter, 2006). Kalėjimuose dirbantys psichologai teigė, kad jie supranta, jog dirba įstaigoje, orientuotoje į bausmę, kurioje personalas yra išmokytas nepasitikėti nuteistaisiais ir kurioje galimybės užmegzti terapinius santykius yra ribotos (Harvey, 2011b). Harvey (2011b) tyrimo dalyvių pasakojimuose atsispindi gilus nepasitikėjimas santykyje tarp kalėjimo pareigūnų ir nuteistųjų. Toks darbuotojų požiūris gali būti grindžiamas nuolatine baimė, kad nuteistieji jais manipuliuoja, apgaudinėja ar kitaip kelia grėsmę saugumui, o tai gali neigiamai paveikti psichologo gebėjimą užmegzti pasitikėjimu grįstą ryšį su nuteistaisiais.

Pasitikėjimu grįsto santykio formavimui taip pat trukdo ir psichologų įsipareigojimas pranešti apie konsultacijos metu išaiškėjusią nusikalstamą veiką, apie kurią iki to laiko nebuvo žinoma (Scheela, 2001). Toks įsipareigojimas yra paradoksalus atsižvelgiant į tai, kad konsultacijų metu psichologai siekia paskatinti nuteistuosius atsiverti ir prisipažinti apie visą atliktą baudžiamąją veiką (Scheela, 2001). Visi Scheela (2001) tyrime dalyvavę terapeutai sutiko, kad privalomas ataskaitų apie konsultacijoje sužinotą nusikalstamą veiką teikimas yra „terapinių santykių priešingybė“ (p. 757). Siekiai padėti nuteistajam augti kaip žmogui, rasti būdus pataisyti savo padarytas klaidas ir vengti tokių pačių nusikaltimų atlikimų ateityje

yra neatsiejami nuo nuodugnaus jo nusikalstamos veikos išaiškinimo ir darbo su ja. Taigi, minėtas psichologų įpareigojimas gali būti viena pagrindinių kliūčių išpildyti šiuos siekius.

1.6 Moterų psichologų patirtys

Tyrimais yra atskleisti ir moterų psichologų darbo ypatumai įkalinimo įstaigose, su kuriais vyrai psichologai nesusiduria arba susiduria daug rečiau (Shelley et al., 2011; Ermshar & Meier, 2014). Psichologės, dirbančios kalėjimuose, susiduria su lyčių diskriminacija ir seksizmu (Shelley et al., 2011). Moterys psichologės gali būti diskriminuojamos dėl kitų darbuotojų nuostatų, pavyzdžiui, kad jos prasčiau valdo savo emocijas, o dėl šių intensyvių emocinių būsenų jos neva prasčiau geba objektyviai dirbti su sudėtingais klientais, o tai gali būti matoma kaip trūkumas pataisos įstaigose (Shelley et al., 2011). Dirbant su nuteistųjų populiacija svarbu atsižvelgti ir į tai, kaip moterys rengiasi darbe, kaip bendrauja su kitais (nuteistaisiais ir pareigūnais) ir kaip save reprezentuoja (Ermshar & Meier, 2014). Tai, kaip moterys turi keisti savęs reprezentavimą prisitaikant prie skirtingų aplinkų (pvz., kaip jos pateikia save darbo vietoje palyginti su jų tikrąja autentiška asmenybe ir elgesiu) gali būti reikšminga perdegimo ir nepasitenkinimo darbu atžvilgiu (Ermshar & Meier, 2014).

Psichologės, dirbančios įkalinimo įstaigose, turi atidžiai stebėti savo išvaizdą ir tai, kaip ji gali provokuoti ar paveikti klientus (Dean & Barrett, 2011). Tiek vyrai, tiek moterys psichologai visose psichologijos srityse turi rengtis dalykiškai ir santūriai, tačiau kalėjimų psichologės teigia, kad jos yra tokios budrios dėl savo aprangos, kad kartais jaučiasi „defeminizuotos“ (Dean & Barrett, 2011). Tokį didelį budrumą lemia moterų objektyvizavimas, tarp nuteistųjų paplitusios parafilijos, kurias vizualiniai dirgikliai gali lengvai suaktyvinti (Dean & Barrett, 2011). Psichologės teigia, kad dirbant kalėjime joms reikia save defeminizuoti, kad išvengtų galimo nusikaltėlių priekabiavimo ar netinkamo elgesio ir užtikrintų, kad dėmesys išliktų sutelktas į terapinį darbą, o ne į jas kaip seksualinius objektus (Dean & Barrett, 2011). Psichologės, dirbančios su nuteistaisiais, turi atkreipti dėmesį į savo išvaizdos detales, įskaitant avalynės tipą, kvepalus, papuošalus ar aprangos elementus, kurie gali sukelti asociacijas ir daryti įtaką nuteistojo specialistės profesionalumo bei jos vaidmens terapiniame procese suvokimui (Dean & Barrett, 2011).

Apibendrinant galima teigti, kad nors visi psichologai, nepriklausomai nuo jų lyties, dirbdami įkalinimo įstaigose susiduria su šiai darbo vietai būdingais specifiniais sunkumais, būtent moterys psichologės šioje aplinkoje susiduria su papildomomis probleminėmis situacijomis ir sprendimo būdų joms paieškomis.

1.7 Emocinių iššūkių prevencija ir reguliacija

Nors psichologams yra itin svarbu atpažinti aukščiau minėtus iššūkius ir rūpintis savo psichologine sveikata, dažnai į juos sureaguoja pavėluotai – tik tuomet, kai šie sunkumai jau pradeda neigiamai veikti

asmeninę psichologų gerovę ir mažinti darbo efektyvumą. Ši problema ypač aktuali teisės psichologijos paslaugų teikėjams ir ekspertams, nes būtent jie dažnai susiduria su perdegimu ir užuojautos keliamu nuovargiu. Aukščiau aptartų sunkumų, neigiamai paveikiančių psichologų, dirbančių kalejimuose, darbo kokybę ir asmeninę savijautą, galima išvengti įvairiais būdais.

Vienas iš būdų išvengti profesinio perdegimo yra profesinių ribų ir kompetencijų įsivertinimas ir išlaikymas (Ermshar & Meier, 2014). Psichologo profesinės etikos kodeksas nurodo į būtinybę įsivertinti savo asmenines ir profesines kompetencijas prieš teikiant psichologines paslaugas klientams (Lietuvos psichologų sąjunga, 2018). Pavyzdžiui, psichologei moteriai atsisakymas priimti klientą arba kliento nukreipimas pas kitą paslaugų teikėją dėl jos pačios priešpriešos jam ar jo padarytoms veikoms padeda išlaikyti jos pačios profesines ir asmenines ribas. Šios rekomendacijoms yra taikomos tiek moterims, tiek vyrams, dirbantiems psichologinių paslaugų sektoriuje, tačiau tyrimai rodo, kad būtent dėl teisės psichologes moteris lydinčios stigmatos, susijusios su sunkumais išlikti objektyvioms dėl patiriamų emocijų, joms gali būti sunku atpažinti savo ribas (Ermshar & Meier, 2014). Todėl dirbant psichologijos srityje moterims yra ypač svarbu konsultuotis su patikimais kolegomis ir aktyviai dalyvauti supervizijose, stengiantis gauti kuo kokybiškesnę objektyvų grįžtamąją ryšį, galintį padėti geriau įsisąmoninti savo asmenines nuostatas ir kompetencines ribas (Ermshar & Meier, 2014).

Psichologai taip pat turi užsiimti nuolatine savianalize ir praktikomis, fokusuotomis į savipagalbą (Hernandez-Wolfe, 2018). Užuojautos keliamo nuovargio ir perdegimo tyrimai patvirtino itin svarbų savęs priežiūros vaidmenį psichologų gerovei (Smith & Moss, 2009). Tokie tyrimai rodo, kad sveiko kūno ir proto balansas yra reikalingas, kad būtų išvengta perdegimo apraiškų, tokių kaip socialinės izoliacijos, valgio pertraukų nepaisymo, klientų poreikių iškėlimo į pirmą vietą ir pan. (Hernandez-Wolfe, 2018). Šis balansas yra palaikomas įsitraukiant į hobius, sportą ir palaikant santykius su artimais žmonėmis (Scheela, 2001). Psichologai, kurie nurodė, kad užsiima dėmesingo įsisąmoninimo praktikomis, teigė, kad jie daug daugiau laiko skiria savęs pažinimui, suvokia savipagalbos svarbą ir yra sąmoningesni būdami santykiyje su klientais (Keane, 2014).

Tyrimai rodo, kad psichologai, dirbantys teisės psichologijos srityje, užuojautos keliamą nuovargį ir perdegimą gali patirti net kelis kartus per savo karjerą (Sansbury et al., 2015). Dėl šių, tikėtina, neišvengiamų sunkumų tikimybės pačioms organizacijoms tenka svarbi atsakomybė aktyviai rengti savo darbuotojus šioms krizėms (Sansbury et al., 2015). Atsižvelgiant į institucijų reikalavimus ir teisės psichologo darbo pobūdį, savipagalbos skatinimo, profesinio tobulėjimo, konsultavimosi su kolegomis ir sveikatingumo skatinimo elementai yra keletas iš rekomenduojamų strategijų, kurias institucijos gali implementuoti nepaveikiant klientų konsultavimui skiriamo laiko (Ashley-Binge & Cousins, 2020). Pavyzdžiui, Hatcher ir Noakes (2010) savo tyrime tyrė psichologus, dirbančius su seksualinio pobūdžio

nusikaltėliais, rado, kad psichologai, kurie surinko žemiausius perdegimo ir užuojautos keliamo nuovargio įverčius, nurodė, kad jie dažnai skiria ne vieną dieną savo sveikatos priežiūrai, kiek įmanoma labiau kontroliuoja savo darbo aplinką ir krūvį bei turi galimybę dalyvauti supervizijose ir sulaukti kolegų paramos. Kiti tyrėjai teigia, kad įkalinimo institucijoms taip pat rekomenduojama kasmet rengti oficialius vertinimus, kurių metu būtų galima stebėti jose dirbančių psichologų perdegimo lygį (Ashley-Binge & Cousins, 2020) ir šių vertinimų rezultatus psichologams aptarti supervizijų metu su savo vadovais (Sansbury et al., 2015). Girgis ir Hansen (2007) taip pat rado, kad psichologų ir konsultantų gretose dažniausiai minėtos perdegimo prevencijos strategijos buvo galimybė prireikus gauti paramą, pavyzdžiui, konsultacijas, supervizijas ir tarpusavio paramos tinklus, po to - galimybė gauti atostogas, įstaigoje turėti daugiau kolegų, su kuriais gali dalintis darbus ir turėti galimybę tobulėti profesinėje srityje.

Apibendrinant radinius galima teigti, kad teisės psichologijos srityje dirbantiems psichologams yra rekomenduojama daug laiko skirti saviugdai, savianalizei ir bendrai savo psichologinės ir fizinės gerovės priežiūrai bei aktyviai dalyvauti supervizijose. Svarbu, kad šiuos metodus skatintų ir pati institucija, kurioje psichologai dirba – tai psichologams parodytų, kad pati institucija vertina juos kaip darbuotojus ir rūpinasi jų emocine gerove.

Nors kalėjimų psichologų emociniai sunkumai gali turėti reikšmingų pasekmių jų darbo kokybei ir emocinei gerovei, šių patirčių specifika yra menkai išnagrinėta Lietuvos kalėjimų kontekste, o kokybinių tyrimų šia tema nėra.

1.8 Tyrimo tikslas ir uždaviniai

Tyrimo tikslas: atskleisti įkalinimo įstaigų psichologų patiriamus emocinius sunkumus ir institucinės aplinkos vaidmenį juose.

Tyrimo uždaviniai:

1. Atskleisti, kokie emociniai sunkumai dažniausiai patiriami įkalinimo įstaigų psichologų darbe.
2. Atskleisti temas, atspindinčias įkalinimo įstaigų psichologų patirtis, susijusias su institucinės aplinkos poveikiu, darbo sąlygomis ir kasdieniais iššūkiais.

2. TYRIMO METODIKA

2.1 Teorinis tyrimo pagrindimas

Tiriant psichologų emocinius iššūkius buvo pasirinkta refleksyvi teminė analizė, sukurta Braun ir Clarke (2022), kurios pagrindas yra socialinio konstruktyvizmo ir interpretacinės paradigmos prielaidos (Braun & Clarke, 2022). Refleksyvi teminė analizė yra kokybinis tyrimo metodas, skirtas atpažinti, analizuoti ir interpretuoti temas kokybiniuose tyrimuose. Šios metodikos tikslas yra atskleisti tyrimo dalyvių patirtis ir jų prasmes, susijusias su nagrinėjama tema, o gauti duomenys yra interpretuojami per tyrėjo refleksijos prizmę (Braun & Clarke, 2022). Tyrėjo refleksija apibūdina procesą, kurio metu tyrėjas kritiškai apmąsto savo vertybes, prielaidas, lūkesčius ir veiksmus ir kaip jie gali paveikti rezultatų interpretaciją. Šis procesas susijęs su pripažinimu, kad tyrimo radiniai nėra nepriklausomi nuo tyrėjo įtakos ir kad tyrėjo prielaidos ir pasirinkimai neišvengiamai formuoja tyrimo rezultatus ir jų interpretaciją (Braun et al., 2022). Šioje prasmų paieškoje tyrėjas nuolat reflektuoja apie galimas išankstines nuostatas bei jų poveikį rezultatams. Ištraukos iš tyrėjos užrašų, vedamų rašto darbo rašymo metu, pateiktos prieduose (3 priedas). Šiame tyrime taikoma indukcinė duomenų analizė – t.y. temos atsiranda iš tyrimo dalyvių duomenų be išankstinių nustatytų temų (Braun & Clarke, 2022). Šis būdas pasirinktas dėl to, kad šioje tyrimų sferoje tyrimų yra nedaug, tad nėra aišku, kokios temos gali kilti iš duomenų. Dėl to bus įtraukiamos temos, kurios atsiskleidžia iš duomenų, nesvarbu, ar jos buvo įvardytos ankstesnėje literatūros apžvalgoje (Braun & Clarke, 2006).

2.2 Tyrimo dalyviai

Šiame tyrime dalyvavo 10 Lietuvos kalėjimuose dirbančių ir dirbusių psichologų (7 moterys ir 3 vyrai), iš kurių šiuo metu dirba 7, o nebedirba 3. Pasirinkta į tyrimą įtraukti ir dirbusius psichologus siekiant aprėpti platesnį patirčių spektrą, įskaitant ir išėjimo iš darbo priežastis, kurios gali būti glaudžiai susijusios su emociniais sunkumais ir instituciniu spaudimu, atsiskleidžiančiais ilgalaikėje darbo patirtyje. Bendras tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis – 31,3 metai, darbo stažo vidurkis – 3,5 metai. Siekiant apsaugoti tyrimo dalyvių anonimiškumą, pasirinkta neatskleisti jų amžiaus ir darbo stažo ribų. Tyrimo dalyviai dirba arba dirbo Vilniaus, Šiaulių ir Pravieniškių I-ajame bei II-ajame kalėjimuose.

2.3 Tyrimo instrumentai

Tyrime naudotas pusiau struktūruoto interviu metodas, nes šis būdas leidžia prisitaikyti prie tyrimo dalyvio pasakojimo ir gauti daugiausia informacijos, kuriant bendradarbiavimą tarp tyrimo dalyvio ir tyrėjo (Gudaitė, 2007). Interviu pradžioje buvo prisistatyta, paaiškintas tyrimo tikslas ir tyrimo dalyvio teisės. Interviu metu pradinis klausimų skaičius buvo papildytas dar dviejais klausimais, nes pirmųjų interviu metu šie klausimai iškilo iš tyrimo dalyvių pasakojimų, tad buvo nuspręsta juos įtraukti į tolimesnius interviu.

Interviu metu taip buvo klausiama tikslinamųjų klausimų, kurie skyrėsi kiekviename interviu, siekiant įsigilinti į tyrimo dalyvių patirtis. Pilnas klausimų sąrašas pateikiamas prieduose (2 priedas). Pagrindiniai interviu klausimai buvo šie:

- Papasakokite, ar dirbant su nuteistaisiais kyla/kildavo emocinių iššūkių? Jei taip, su kokiais emociniais iššūkiais tenka/teko susidurti?
- Kaip manote, ar įkalinimo įstaigos vidinė kultūra turi/turėjo įtakos Jūsų emocinei būsenai? Jei taip, kokios?
- Ar sulaukiate/sulaukėte emocinės pagalbos ar paramos iš institucijos vadovybės ar kitų kolegų? Jei taip, kaip ji pasireiškia/pasireiškė?

2.4 Tyrimo eiga

Tyrimo dalyvių paieška buvo tikslinga, jos metu buvo paskelbtas skelbimas svetainės „Facebook“ „Psichologų“ grupėje bei prašant tyrimo dalyvių į tyrimą pakviesti savo pažįstamus kolegas, dirbančius arba dirbusius kalėjime. Tyrimo dalyviai buvo surinkti per dvi savaites. Kadangi tyrimo dalyviai buvo iš skirtingų Lietuvos miestų, visiems išskyrus vienam dalyviui patogiausia interviu forma buvo nuotolinė, interviu atliekami naudojantis „Microsoft Teams“ platforma (užtikrinant, kad aplink nėra pašalinių asmenų ar blaškančių garsų), o gyvai atliktas interviu, konfidencialumo reikalavimams užtikrinti, vyko užsakytame privačiame kambaryje vienoje iš Vilniaus bibliotekų. Interviu buvo įrašomi kompiuteryje ir telefone ir transkribuojami viso duomenų rinkimo metu, esant galimybei – iš karto po interviu atlikimo. Transkripcijose netaisyta tyrimo dalyvių kalba, viskas rašoma taip, kaip kalbėjo tyrimo dalyviai. Trumpiausias interviu truko 43 minutes, o ilgiausias – 1 valandą ir 36 minutes. Vidutinis vieno interviu transkribavimo laikas – 4 valandos, iš viso transkribavimas užtruko apie 40 valandų. Iš viso buvo transkribuoti 94 puslapiai. Duomenys buvo analizuojami „MAXQDA 24“ programa, kuria naudotis leidimas buvo gautas iš Vilniaus universiteto.

2.4.1 Tyrėjo vaidmuo ir santykis su tema bei tyrimo objektais

Nuo mažens duomiuosi kriminaliniu pasauliu – mano žiūrimos dokumentikos, internetiniai video ir skaitomos knygos dažniausiai yra kažkuo susiję su nusikalstamu žmonių elgesiu. Studijų metu pasirinkusi teisės psichologijos studijų kryptį žinojau, kad norėsiu dirbti policijoje arba kalėjime. Šio darbo temą buvau sugalvojusi jau anksčiau, bet niekaip nesisekė rasti bendraminčio darbo vadovo, kuriam ji taip pat būtų įdomi. Radusi savo vadovę ir nusprendusi atlikti praktiką Vilniaus kalėjime įsitikinau, kad ši tema domina ne tik mane, bet ir kitus – ji ne tik įdomi, bet ir labai aktuali. Supratau, kad praktika kalėjime man leis geriau įsigilinti į jos turinį, nes turėjau galimybę bendrauti su šioje įstaigoje esančiu personalu, stebėti jų darbą. Nors pati nesusidūriau su jų minimais sunkumais, galėjau bent iš arčiau pamatyti jų apraiškas. Tikiu, kad

šis tyrimas bus aktualus ne tik man, kaip į šią darbo sferą norinčiai patekti jaunai psichologei, bet ir tiems, kurie nėra girdėję apie šio darbo iššūkius, tiems, kurie gali atjausti tyrimo dalyvių patirtims bei kalėjimų institucijos atstovams, kuriems įdomūs jų darbuotojų išgyvenimai. Interviu metu stengiausi empatiškai išklausti tyrimo dalyvių, nuoširdžiai domėjausi jų išgyvenimais. Ypatingai džiaugiuosi tuo, kad man pačiai buvo labai įdomu atlikti šį tyrimą ir analizuoti gautus duomenis.

2.5 Duomenų analizė

Refleksyvi teminė analizė turi aiškias duomenų analizavimo gaires, tačiau svarbu paminėti, kad šios analizės žingsniai ne visada eina lineariai, gana dažnai tenka grįžti į buvusiu žingsnius, o tai nurodo į kruopščią duomenų analizę (Brown & Clark, 2022). Pirmiausia buvo susipažinta su duomenimis – kiekvienas interviu buvo perskaitytas keletą kartų, užrašuose pasižymint kylančias idėjas. Po susipažinimo buvo kuriami aktualių duomenų kodai. Kiekvienas interviu buvo koduotas ir antrą kartą perkoduotas tam, kad būtų užtikrinamas teksto ištraukų atitikimas priskirtiems kodams arba kuriami nauji, pirmą kartą neapgalvoti kodai. Refleksyviai teminei analizei užtenka vieno koduojančio tyrėjo (Braun & Clarke, 2022), tad kodų kūrimo procese nedalyvavo papildomi asmenys. Po kodų sukūrimo buvo pereita prie temų generavimo į aktualias temas. Pagal refleksyvios teminės analizės žingsnius (Braun & Clarke, 2022), šiame etape kodai buvo buriami į grupes pagal savo aktualumą ir bendratemiškumą. Pirmiausia kodai buvo renkami į stambias grupes, tuomet perskirstyto į konkretesnes. Vėliau buvo pereita prie sekančio žingsnio – temų peržiūros ir tobulinimo. Buvo tikrinama, ar temos tikrai atitinka sukoduotus duomenų ekstraktus ir atvirkščiai. Buvo pastebėta nemažai atvejų, kai vienas ekstraktas tikdavo dviems ar trimis temoms – šioje vietoje stengiasi įžvelgti gilesnę ekstraktų mintį ir prasmę, taip paskiriant ekstraktą atitinkamai temai. Vėliau buvo atliekamas galutinių temų apibrėžimas ir jų bei jų potemių pavadinimų kūrimas. Pagal autore, rekomenduotina temas formuluoti ne vienu bendru žodžiu, bet detaliau nurodyti, kas bus atskleidžiama tose temose (Braun & Clarke, 2022). Pavyzdžiui, pirminė „Emocinių iššūkių“ tema buvo pakeista į „Emocinė patirtis dirbant kalėjime: kaina, atsakas ir išgyvenimo strategijos“. Pagal tyrėjų rekomendacijas (Braun & Clarke, 2022) taip pat buvo atsižvelgta į rezultatų dalies aprašymą – vietoje konkretaus tyrimo dalyvių skaičiaus minėjimo jos rekomenduoja vartoti žodžius „dauguma“, kai kalbama apie daugiau nei pusės dalyvių pasisakymus tam tikra tema, taip pat – „keletas“, kai kalbama apie mažiau nei pusę tyrimo dalyvių. Raporto sukūrimo žingsnyje buvo rašoma galutinė duomenų analizė remiantis pagrindinėmis temomis ir jų potėmėmis, tekstą pildant duomenų ekstraktais, iliustruojančiais aprašomas temas. Cituojami ekstraktai aprašomi su tyrėjos įžvalgomis, kurių pasiskirstymas yra orientuotas į balansą, kuriame pusę teksto apima ekstraktai, o kitą pusę – tyrėjos komentarai, kaip yra rekomenduojama šios analizės autorių (Braun & Clarke, 2022).

2.6 Etiniai tyrimo aspektai

Prieš interviu kiekvienas tyrimo dalyvis gavo informuoto sutikimo formą (1 priedas), dalyvių pasirašyti sutikimai buvo gauti prieš interviu atlikimą. Visi tyrimo dalyviai buvo informuoti apie tyrimo tikslą, jo pobūdį ir savo teisę bet kada nutraukti interviu, tuo atveju ištrinant tyrimo interviu įrašą. Tyrimo dalyviai buvo informuoti, kad dalyvavimas tyrime yra savanoriškas ir pasitraukimas iš jo neturės jokių neigiamų pasekmių. Taip pat buvo pažadėta užtikrinti dalyvių tapatybę ir konfidencialumą nenaudojant konkrečių duomenų apie jų amžių, darbo stažą, bei pakeičiant jų vardus analizėje. Jokiam tyrimo etape nėra dalinamasi tyrimo dalyvius identifikuoti leidžiančia informacija. Kadangi tyrimo metu buvo kalbama apie jautrias temas ir įvykius, tyrėja elgėsi etiškai ir pagarbiai, jautriai reagavo į dalyvių pasakojimus ir emocijas, buvo stengtasi su dalyviais suformuoti saugų ir pagarbų santykį. Po interviu buvo paklausta, kaip tyrimo dalyviai jaučiasi, skirtas laikas jų refleksijai apie tyrimą ir jų savijautą. Kadangi šio tyrimo analizė yra refleksivi, tyrėja supranta, kad jos pačios nuostatos ir patirtys, ypatingai pačiai atlikus praktiką kalėjime, galėjo paveikti tyrimo rezultatus, tačiau buvo stengtasi susikaupusias mintis perteikti savo užrašuose ir vėliau korektiškai pateikti šiame darbe, neužgožiant tyrimo dalyvių patirčių.

2.7 Tyrimo kokybė ir validumas

Šio tyrimo kokybę ir validumą buvo stengiamasi užtikrinti remiantis Elliot, Fischer ir Rennie (1999) kriterijais kokybiniais tyrimams. Tyrėjos asmeninės perspektyvos atskleidimas aprašomas 2.4.1 poskyryje – ten atspindi tyrėjos santykis su tema ir tyrimo objektais. Tyrimo metu išskirtos temos yra gausiai iliustruojamos tyrimo dalyvių interviu citatomis, taip pat išsamiai aprašomi tyrimo rezultatai. Tyrimo klausimai ir išskirtos temos su potėmėmis buvo patvirtintos vadovės. Išskirtos temos yra tarpusavyje susijusios, analizėje atskleidžiami tamprūs jų ryšiai. Šiame darbe rezultatai pateikiami ir aprašomi taip, kad būtų suprantami visiems skaitytojams – stengiamasi nevertoti specifinių mokslinių terminų, o jei jie minimi – stengiamasi juos kuo geriau paaiškinti.

3. REZULTATAI

Išanalizavus duomenis buvo sugeneruotos keturios pagrindinės temos. Šios temos ir jų potėmės matomos lentelėje (1 lentelė). Kiekviena tema su jai priklausančiomis potėmėmis, iliustruojamos ištraukomis iš tyrimo dalyvių interviu, aptariama atskirai.

1 lentelė. *Tyrime atrastos temos ir potėmės.*

Tema	Potėmė
Emocinė patirtis dirbant kalėjime: kaina, atsakas ir išgyvenimo strategijos	Emocinis krūvis – nuo jautrumo iki emocinio išsekimo
	Kaltė, bejėgiškumas ir emocinis atbukimas mirties akivaizdoje
	Ribos, atsitraukimas ir savireguliacijos strategijos – būdai išgyventi emocinį krūvį
Institucinis kontekstas ir santykiai: spaudimas, kontrolė ir santykių dinamikos	Sisteminė kontrolė be rūpesčio: kai reikalaujama, bet nepalaikoma
	Psichologų santykiai su kolegomis ir nuteistaisiais
	Moteriškumo kontrolė
Prasmės paieškos tarp pagalbos, biurokratijos ir beprasmybės	Ryšys ir pagalba kaip prasmės šaltinis
	Biurokratinis prasmės nykimas
Siūlomi pokyčiai: psichologų vizija tvaresnei sistemai	Darbo sąlygų ir išteklių keitimo būtinybė
	Sisteminiai pokyčiai – struktūra, kontrolė, požiūris
	Humanizuota pagalba nuteistiesiems

3.1 Emocinė patirtis dirbant kalėjime: kaina, atsakas ir išgyvenimo strategijos

Psichologo darbas kalėjime yra neatsiejamas nuo nuolatinio emocinio įsitraukimo, greito reagavimo krizinėse situacijose ir susidūrimo su skausmingomis klientų patirtimis ir situacijomis. Emocinis darbo krūvis šioje įstaigoje yra nuolat kintantis, keičiantis psichologų savijautą, požiūrį ir santykius su kitais bei pačiu savimi. Emocinė įtampa, peržengusi darbo ribas, įsilieja ir į psichologų gyvenimą už jo ribų, pasireikšdama nerimu, negebėjimu atsipalaiduoti ir nuolatinėmis ramybės paieškomis. Iš dalyvių pasakojimų išskyriau potėmes, kurios pavadintos „Emocinis krūvis – nuo jautrumo iki atsiribojimo“, „Kaltė, bejėgiškumas ir apatija mirties akivaizdoje“ ir „Emocinė savireguliacija: tarp veiksmingų atramų ir nesugebėjimo atsipalaiduoti“.

3.1.1 Emocinis krūvis – nuo jautrumo iki atsiribojimo

Iš tyrimo dalyvių pasakojimų išryškėjo, kad darbe su nuteistaisiais patiriamos emocijos yra ne tik intensyvios, bet ir kintančios. Darbo pradžioje jaučiama motyvacija, rūpestis ir empatija kinta laikui bėgant – šie pirminiai išgyvenimai virsta apatija, emociniu atbukimu ir bejėgiškumu. Nuosekliai sekinami psichologų resursai virsta atsitraukimu nuo darbo ir apatija savo klientams.

Dauguma tyrimo dalyvių pasakojo, kad darbo pradžioje jautėsi neabejingi nuteistųjų problemoms, norėjo juos išgirsti, kaip tik įmanoma jiems padėti. Kaip teigė psichologė Liepa: „<...> buvau neabejinga, man būdavo gera jų klausyt <...>, aš norėdavau ir išgirsti, ir stengtis, ir daryt“. Tačiau psichologai sako, kad toks giluminis įsitraukimas į nuteistųjų pasakojimus galų gale juos apsunkindavo, versdavo jaustis kaip nuteistųjų išsiliejimo objektais. Kaip pasakojo psichologas Arnas: „<...> tu per save praleidi viską. Toks jausmas, kad tai lieka kažkaip prikibę ir reikia nusiplauti <...> tą tokią dėmę, purvą. Tai tas man ir yra emocinė įtampa. Aptaško jie mane savo tais visais dalykais <...> ir tu toks sunkesnis jautiesi, ta šviesa kažkaip sunkiau pasiekia tavo patį, į šešėlį įlendi“. Iš Arno pasakojimo išgirdau, kad nuteistųjų skausmai „prikimba“ prie paties psichologo, o kaip sakė psichologė Miglė: „<...> psichologas kaip klozetas, į jį viskas nupilama“. Toks palyginimas gali sufleruoti, kad psichologas dehumanizuojamas, o jam išliejami visi – tiek geri, tiek blogi – nuteistųjų išgyvenimai galų gale palieka psichologą su svetimais skausmais, svetimu „purvu“, kuriais nėra lengva atsikratyti. Tokia psichologo pozicija, atrodo, suvokiama kaip pasyvi – primanti emocijas, bet nieko negalinti su jomis padaryti.

Pastovi emocinė įtampa, privalėjimas atitikti įstaigos standartus, emociškai sunkūs klientai ir negebėjimas atsitraukti nuo darbų psichologus vedė į perdegimą, kuris mažindavo motyvaciją dirbti: „<...> perdegimas buvo, o tada buvo – ai dzin, nieko nebedarysiu“ (Lina). Nors ne visi psichologai teigė, kad susidūrė su perdegimu, jų pasakojimuose vieni iš dažniausiai pasikartojančių jausmų buvo beviltiškumas ir nusivylimas, kylantys dėl klientų pasipriešinimo pokyčiams arba dėl neefektyvios sistemos ir jos keliamų reikalavimų. Kaip sakė Nojus: „Atrodo, jau pasistūmėja šiek tiek konsultacijos metu į priekį ir tada kitos konsultacijos metu matai, kad vėl vienas arba du žingsniai atgal, ir atrodo tas darbas <...> emociškai paliečia tave, nes tu nori padėti, bet matai, kad neišeina. Buvusi psichologė Ieva teigė, kad būtent šie išgyvenimai buvo vieni iš pagrindinių, paskatinusių ją išeiti iš darbo: „Beviltiškumas ir beprasmybės jausmas yra vienos iš tų priežasčių, dėl ko išėjau“.

Daugumai psichologų kildavo pyktis dėl institucinių reikalavimų, neteisybės jausmo, nuteistųjų skundų, perimtų emocijų ir institucijos permetamos atsakomybės psichologui taisyti problemas, kurių jie negeba išspręsti. Psichologė Liepa dalinosi, kad jaučiamas pyktis ir frustracija pasiekė tokį tašką, kad: „Užtemo akyse ir aš pradėjau matyt, kaip aš jį [nuteistąjį] tiesiog daužau“. Ji teigė, kad jos jaučiamas pyktis ir agresija pradėjo reikštis ne tik darbo aplinkoje, bet ir jos kasdieniame gyvenime: „Grįžus iš darbo

aš kokias dvi valandas būnu nenormali, agresyvi, pikta <...> Aš pati pradėjau kaltinti, menkinti, labai stipriai žeminti žmones, stiprių agresijos formų dabar turiu. <...> kažkas viduj užaina ir atrodo suplėšyčiau į gabalus ar žodžiais, ar kažkuo, bet aš noriu kažką padaryti, kad tau būtų kuo blogiau“. Liepos pasakojime girdėjau didelę frustraciją dėl to, kokia ji yra dabar – jai pačiai nepatinka, kad ji jaučia tiek daug pykčio savo aplinkai, ir ji supranta, kad šis pyktis yra ilgos darbo patirties kalėjime pasekmė. O psichologė Martyna dalinosi, kad jaučiasi irzlesnė, mažiau laiko skiria socialiniam gyvenimui: *„Po tų sunkių dienų pastebėjau, kad tampa irzlesnė ir nebe tiek norisi bendrauti su draugais, nes nuovargis labai didelis jaučiasi“.*

Pastovus emocinis fonas, apimantis beviltiškumą, pyktį ir beprasmybę, dažnai perauga į apatiją ar net emocinio atbukimo būseną. Kaip dalinosi Nojus: *„Pradžioj jauti pyktį, nusivylimą, neteisybės jausmą, bet kai tas kartojasi kaip ciklas, kažkurioj vietoj tau jau ne tai, kad nustoja rūpėti, bet tu nebeturi jėgų nei pykt, nei nieko, nes tave viduj pykdo ir liūdina, bet tuo pačiu priimi, kad to buvo galima tikėtis“.* Stiprios emocijos ir matymas, kad įstaigoje ir nuteistuosiuose nevyksta pokyčiai, išsekvoja psichologo jėgas ir tai perauga į matomos neteisybės priėmimą. Lina dalinosi, kad iš pradžių mintys sukasi apie tai, kaip galima padėti, ką padaryti, ką pakeisti, bet vėliau: *„Pripranti prie šito ir tada išvis jokių jausmų nėra“.* Psichologai nebėra tokie įsitraukę į konsultacijas, o jų metu koncentruojasi ne į emocinę paramą, bet į sprendimų ieškojimą: *„<...> apatiškumas atsiranda. Aš matau, kad jums skauda, tai ką galim padaryti? Nebelieka išbuvimo su žmogumi jo skausme, emociškai to jausmo nelabai įsileidi. <...> tau negali tiek daug rūpėti tas žmogus, nes tiesiog neturi tam resursų“* (Arnas). Miglė dalinosi, kad emocinis atbukimas pasireiškia ir jos kasdieniame gyvenime: *„Aš susimąsčiau, kad aš esu emociškai atbukus, nes žmogus man pasakoja ar žiniasklaidoje kažkur pamatai, kaip kažkas kažką sumušė, nužudė, kažkaip žiauriai kankino ir panašiai, ir aš visiškai į tai nereaguojau, man visiškai vienodai“.* Iš psichologės pasidalinimo galima girdėti, kad ji patiria emocinę nejautrą įvykiams, kurie įprastai galėtų šokiruoti ar išgąsdinti.

3.1.2 Kaltė, bejėgiškumas ir apatija mirties akivaizdoje

Vieni stipriausiai emociškai psichologus paveikiančių įvykių yra nuteistųjų savižudybės ir savižala. Psichologai dalinosi, kad jie jaučia didelį nerimą dėl nuteistųjų, kurie yra savižalos ar savižudybės rizikos grupėje. Ypač darbo pradžioje, neturint daug patirties su tokia klientų grupe, jų savižala ir grasinimai žudyti yra priimami labai rimtai: *Pirmus pusę metų būdavo sunku girdėti, tą „žudysiuos“, nes priimdavai rimtai ir ten tikrai būdavo „dega, bėgam““* (Liepa). Psichologė Miglė pasakojo apie savo pirmąjį susidūrimą su klientu, žadėjusiu žudyti. Tą dieną išeidama iš darbo ji galvojo, kad: *„<...> tą žmogų vis tiek palieku tokį, nu neišdirbtą <...>, nebuvo to susitarimo, kad tu išlauksi kitos konsultacijos“.* Ji prisimena, kaip vakare skambino budinčiajai ir teiravosi, ar nuteistajam viskas gerai. Pastovi nuteistųjų savižala keldavo ir nusivylimo jausmą: *„<...> užmezgi su jais neblogą kontaktą ir pergyveni dėl jų. Ir jeigu vėl susižalojo, vėl*

tu eini pas jį, ir vėl šnekiesi, ir vėl konsultuoji. Ir būdavo, kad lyg ir pagerėjo, ir tada vėl viskas atgal, tai daug nusivylimo keldavo“ (Lina).

Nojus pasakojo apie jautrų nutikimą su nuteistąja, kuri jam atsivėrė apie savo savižudybės planą ir priemones. Tokiose situacijose susiduriama su etine dilema – tokius atvejus psichologas privalo pranešti institucijai, tačiau tai padarydamas, jis gali rizikuoti klientės pasitikėjimu: *„Tu suvoki, kad sistema dažniausiai neveikia ir pranešdamas tu gali padaryti netgi daugiau žalos, nes gali prarasti žmogaus pasitikėjimą“ (Nojus).* Visgi, Nojus pranešė institucijai apie nuteistosios mintis ir jos turimas savižudybės priemones, tikėdamasis, kad jai bus suteikta atitinkama priežiūra ir pagalba. Po penkių dienų nuteistajai atėjus į konsultaciją, Nojus sužinojo, kad iš jos savižudybės priemonės vis dar nebuvo paimtos. Kaip teigia Nojus: *„<...> informavimas, parašymas, kad nors apsaugokim, netenka prasmės absoliučiai, netgi padaro tikrai blogiau, nes tada rizikuoji dar stipriau“.* Dar vėliau Nojų pasiekė žinia, kad nuteistoji visgi bandė žudyti išvykos metu.

Čia svarbu aptarti mintis, su kuriomis susidūrė kiekvienas apie nuteistųjų savižudybes kalbėjęs psichologas – kaltės jausmą dėl nuteistojo mirties. Keli psichologai teigia užmezgę labai artimą ryšį su šiais nuteistaisiais. Nojus, sužinojęs apie klientės bandymą žudyti, buvo stipriai emociškai paveiktas: *„Labai emociškai paveikė, kai sužinojau, kad ji ligoninėje, nes tai reiškia – bandė. Reiškia kažko nepadariau, reiškia kažkur neapsaugojau, reiškia kažkur galėjau padaryti daugiau“.* Nojaus pasakojime girdėjau liūdesį ir bejėgiškumą. Jis stengėsi kaip įmanoma geriau padėti, tačiau galų gale vis tiek susidūrė su skausmu ir savo pastangų kvestionavimu. Psichologas Arnas teigė panašioje situacijoje kvestionavęs savo kaip psichologo kompetenciją: *„<...> toks kaltinimas savęs ir nekompetencijos jausmas, perdėtai jaučiausi atsakingas už tai“.* Tyrimo dalyviams pasakojant apie savo išgyvenimus jaučiau, kokią didelę atsakomybę jie prisiima už savo klientų sveikatą ir psichologinę gerovę, kaip jie nori dėl jų stengtis ir kaip giliai juos paveikia nuteistųjų savižudybės. Tačiau su laiku, po susidūrimo su ne vienu savižudybės atveju, jie teigia supratę ir tai, kad jie nėra atsakingi už kitų žmonių pasirinkimus: *„Tas emocinis išsekimas padeda suprasti, kad čia jo pasirinkimas. Neišgelbėsi žmogaus, kad ir kaip norėtum“ (Arnas).*

Psichologai taip pat pajautė, kad tokios patirtys juos emociškai atbukino. Liepa pasidalino itin jautriomis mintimis, kuriose atsiskleidžia iki kokių ekstremalių išgyvenimų gali nuvesti chroniškas stresas darbo aplinkoje:

„<...> ateina tas atsainumas, kad man jau visai vienodai, kas miršta. Mano resursai yra tokie, kad aš... man dzin, kad miršta. Aš jau atėjau į tokią stadiją, kad aš džiaugiuosi, jeigu kažkas miršta, jeigu kažkas nusižudo. Aš džiaugiuosi, kad yra vienu žmogum mažiau, nes tas žmogus nuolat sakydavo, kad žudysis <...>. Ir aš žinau, kad jis už 2 dienų vėl žudysis. Tai kai dabar nusižudo – aš džiaugiuosi, ar šiaip miršta – aš džiaugiuosi.“ (Liepa).

Kaip teigė Miglė, tokia apatija gali būti suprantama, nes jei psichologai nuolatos intensyviai reaguotų į nuteistųjų savižudybę ir savižalą, tai pakenktų ir jų pačių psichikai: „*Čia jau tam tikras gynybos mechanizmas, nes taip pat kaip ir tie policininkai, medikai, kur mato ten sutraiškytus visokius kūnus – nu jeigu visada reaguosi, tai pats išprotėsi*“.

3.1.3 Emocinė savireguliacija: tarp veiksmingų atramų ir nesugebėjimo atsipalaiduoti

Susidūrimas su intensyviomis darbo sąlygomis reikalauja rasti būdų, kurie padeda reguliuoti darbe patiriamas emocijas. Ši potėmė atskleidžia, kas padeda psichologams reguliuoti savo emocinę būseną patiriant kasdienį stresą darbo aplinkoje ir patirtis apie negebėjimą rasti sau tinkančios pagalbos.

Visi tyrime dalyvavę psichologai teigė, kad būtent kolegų palaikymas buvo pirminis emocinės paramos šaltinis jų darbe. Nojus pasakojo, kad: „*<...> tu galėsi išsipasakoti, tu žinai, kad jie pasistengs tave atliepti, pasistengs padėti lygiai taip pat, kaip tu tą darai jiems. Ir tada tau pasidaro lengviau, nes tu nesijauti vienišas su ta problema*“. Būtent tai, kad jų kolegoms supranta, su kokiais iššūkiais tenka susidurti kalėjimuose dirbantiems psichologams, padeda jiems jaustis suprastiems ir išgirstiems. Kolegos padėdavo ne tik spręsti problemas, bet ir atsipalaiduoti ar bent trumpam atsitraukti nuo minčių apie darbą.

Emocinę reguliaciją taip pat padeda palaikyti psichologų artimieji, ypač antrosios pusės ir draugai. Dėl artimo ryšio ir dažno kontakto šie žmonės psichologuose įžvelgia net menkiausius streso pėdsakus ir padeda „išsiventiliuoti“: „*<...> išsiventiliuodavau per pasakojimą jiems, tada tos emocijos daugmaž nuslūgdavo*“ (Lina). Lukas dalinosi, kad vienas iš jo artimųjų nerimavo, kad kalėjimo kultūra gali neigiamai paveikti jo bendravimą ar mąstymą, ir jis teigė, kad būtent jo mergina jį apsaugo nuo šių pokyčių: „*<...> santykis su antra puse mane apsaugo nuo tų realių emocinių arba charakterio pasekmių*“. Psichologas Arnas taip pat pasakojo, apie antros pusės paramos svarbą: „*Pats didžiausias pagalbinis dalykas yra emocinė parama iš mano partnerės*“.

Apart santykių su kitais žmonėmis, išlaikyti emocinę pusiausvyrą psichologams padeda ir jų hobiai bei mėgstamos veiklos, kurios leidžia atsitraukti nuo darbų: „*Man padeda su meistriškumu susijusios veiklos, nes dažniausiai man tik tam tikros disociacijos reikia nuo tų problemų*“ (Lukas). Tokios veiklos apima rašymą, sportą, šokių, grojimą, meditaciją ir pan. Keista, kad tik du tyrimo dalyviai, kalbėdami apie emocinę reguliaciją, paminėjo atostogas kaip būdą atsiriboti nuo darbo. Net ir kalbant apie jas, buvo paminėta, kad atostogų metu psichologai sugeba atgauti ne emocijas, bet fizinę jėgą.

Tačiau psichologų pasakojimuose atsispindi ir tai, kad ne visada paprasta šiomis veiklomis užsiimti – kai kurie iš jų teigė, kad pačiame darbe nėra galimybės atsipalaiduoti, nes jų kabinetai yra visad atviri žmonių užėjimui, o ir pertraukų metu dažnai tenka dirbti. Kaip sakė Lukas: „*Man realiai reiktų išeit kažkur, kur jie manęs negalėtų pasiekti, kas nėra labai paprasta, tai tas pasitraukimas nėra lengvas. <...> įstaigoj*

trūksta tokio čiaupo išleisti garus“. Taip pat, kai kurie psichologai pasakojo, kad po darbo jie jaučiasi išsekę, neturintys energijos mėgstamoms veikloms. Kaip teigė Martyna: „*Savaitgaliais kartais norisi užsidaryti namie ir nieko nedaryti, kažkokių veiklų mėgiamų, kurias anksčiau mėgau. Nebesinori nieko aktyvaus, nesinori bendrauti su žmonėmis, norisi tik daugiau pamiegoti, daugiau užsidaryti namie“.* Dar viena problema, kurią įvardijo keli tyrimo dalyviai buvo ta, kad metodai, kuriais jie bandė atsipalaiduoti, pavyzdžiui, alkoholio vartojimas ir izoliacija, buvo neveiksmingi arba dar labiau kenkiantys jų sveikatai ilgalaikėje perspektyvoje. O Liepa pasidalino savo visišku negebėjimu atsipalaiduoti – vien mintys apie atsipalaidavimą jai kelia paniką, o būvimas kalėjimo aplinkoje ilgą laiką verčia ją jaustis lyg aplink, net ir už darbo ribų, ją persekiotų nuolatinė grėsmė: „*Aš pagalvoju apie atsipalaidavimą ir man iškart įsijungia panika, akys pradeda lakstyti, įsijungia baimė. Man yra grėsmė atsipalaiduoti, nes mane puls“* ir „*mano organizmas... jam yra nesaugu atsipalaiduoti, nes aš galiu nukentėti. Čia tas pats, kas, jeigu kristų bombos į tave ir tu nestebėsi tų bombų, tai jos į tave pataikys“.* Liepos kūnas ir psichika yra nuolat pasirengę „atakai“, ji patiria hiperbudrumą. Jai poilsis nebėra opcija, kurios būtų laukiama ir kuri keltų malonias mintis.

3.2 Institucinis kontekstas ir santykiai: spaudimas, kontrolė ir santykių dinamikos

Šioje temoje atskleidžiamas institucinis kontekstas, kuriame dirbdami psichologai pasakoja apie spaudimą, reikalavimus, patiriamą kontrolę, institucijoje esančių asmenų tarpusavio santykius ir tai, kaip moteriškumas tampa rizikos veiksniu, kuris reikalauja nuolatinio akylumo. Šios tyrimo dalyvių mintys atspindimos trijose temose, kurių pavadinimai: „Sisteminė kontrolė be rūpesčio: kai reikalaujama, bet nepalaikoma“, „Psichologų santykiai su kolegomis ir nuteistaisiais“ ir „Moteriškumo kontrolė“.

3.2.1 Sisteminė kontrolė be rūpesčio: kai reikalaujama, bet nepalaikoma

Darbas kalėjime yra neatsiejamas nuo institucinių reikalavimų, kurie beveik visiems tyrime dalyvavusiems psichologams kėlė pyktį ir beviltiškumą. Pirmiausia, psichologai teigė, kad dirbdami kalėjime jie jaučiasi nuolat stebimi. Vienas iš pavyzdžių yra baimė, kad jų kabinetuose yra kameros, kad kiekvienas žodis, kurį jų kabinete ištars nuteistasis, gali būti išgirstas, taip pažeidžiant konfidencialumo ribas. Martyna pasakoja, kad būtent ši baimė trukdo kokybiškoms konsultacijoms ir kontaktui su nuteistaisiais, nes jie patys bijo, kad jų bus klausomasi: „*Jis negali atvirai pas mane pasakotis, nes turbūt mane čia kažkas seka, mane kažkas stebi, žiūri, kad aš ribų neperžengiau“.* Nuolatinis stebėjimas ir kontrolė verčia moteris psichologes kvestionuoti net savo kalbėjimo manieras: „*Aš turiu šnekėti nepakankamai gražiai, nes aš jeigu gražiau su jais šneku, jie [administracija] padeda sakyt, kad aš su jais flirtuoju. Aš turiu ne per šlykščiai šnekėti, nes tada <...> administracija sakys „kodėl tu su juo grubiai šnekėjai“. <...> Tai yra įtampa nuolatinė dėl to, kaip reikia šnekėti, ir man tai nėra natūralu“* (Liepa).

Psichologai taip pat jaučia, jog įstaiga nesidomi jų darbe patiriamais sunkumais ir emocine būkle. Jie teigia, kad jų darbas yra labai sunkus, jame yra daug emocinio smurto, baimės, bet daugumos psichologų vadovai tuo visai nesidomi. Kaip pasakojo Martyna: „*Vadovybė nemato to smurto, mūsų kasdienio gyvenimo ir ką mes ten veikiam, ir kaip kartais sugadina nuotaiką vienas ar kitas atsitikimas ar nuteistasis*“. Dauguma tyrimo dalyvių, paklausus klausimo, ar iš institucijos gauna emocinę paramą, atsakė neigiamai: „*Labai trumpai ir griežtai čia atsakysiu. Iš institucijos – ne*“ (Nojus). Psichologai dalinasi poreikiu, kad vadovai domėtųsi jų darbu, jų patiriamais sunkumais. Kaip sakė Lukas: „*<...> galėtų tiesiog emailą neoficialiai parašyt, paklaust „kaip ten pas tave krūvis, kaip sekas?*“ *<...> Tokio žmogiško ryšio ir emocinio palaikymo trūksta iš pačios įstaigos*“. Iš psichologų pasakojimų išgirdau, kad jiems labai trūksta žmogiško ir palaikančio ryšio su savo vadovais. Palaikymo institucijoje psichologai beveik nesulaukia, o jei pagalba ir yra siūloma (pavyzdžiui, Lietuvos kalėjimų tarnyboje dirbanti psichologė), tyrimo dalyviai tokiomis paslaugomis nepasitiki, nes bijo, kad nebus užtikrintas konfidencialumas ir informacija, kurią jie patikės, bus perduota kitiems asmenims. Dalyviai minėjo ir galimybę dalyvauti supervizijose – psichologai jose mato naudą, tačiau anot jų, supervizijos yra gana retos, o visi psichologai galimybės jose dalyvauti neturi.

Moterys psichologės taip pat dalinasi, kad darbo aplinkoje dažnai jaučiasi nesaugiai, o toks saugumo stygius verčia abejoti pagalba, jei jos kažkada prireiktų. Psichologė Ieva pasakojo apie susitikimą su agresyviu nuteistuoju; ji buvo susitarusi su pareigūnais, kad šie stovės už durų ir ją saugos, jei nuteistasis taptų agresyvus. Ji pasakojo, kad susitikimo gale pasijautė nesaugiai, pamačiusi, kad žadėtos apsaugos aplinkui nėra: „*Mes išeinam iš to kambariuko ir nei vieno pareigūno koridoriuj nėra*“ (Ieva). Moterys psichologės dalinasi, kad saugumas šiame darbe yra tik iliuzija. O Martyna pasakojo, kad kalbėti su vadovybe apie savo patiriamus sunkumus net nėra prasmės: „*Nėra ir tokia erdvė sudaroma, kad tu galėtum ateiti ir pasisakyti, kad labai sunku klientą kažkokį turi, su kuriuo negali susitvarkyti. Ne, net nesijaučia kaip natūralus dalykas eiti ir pasakoti šituos dalykus vadovybei, nes tikrai jausmas toks, kad jiems nelabai rūpi*“.

Institucija taip pat kelia psichologams pyktį, kai yra išleidžiami nauji darbo nurodymai, kurie neatitinka realių išteklių, reikalingų tiems lūkesčiams įgyvendinti. Ieva teigė, kad: „*Ateina kažkokie sprendimai, kurie yra nepamatuoti, sistemoj ir taip trūksta žmonių, kad padarytų dabartines funkcijas, o pridedama dar dešimt ant viršaus. <...> visiškai nėra atsižvelgiama į žmogiškuosius resursus*“. O Lukas teigia, kad žmonės, keliantys jiems papildomus darbo reikalavimus, nesupranta, kaip atrodo psichologo darbas: „*Atrodo, kad tie žmonės, kurie yra aukščiau, nesupranta, kaip realiai pas mus atrodo tai, ką mes darom*“. Psichologai piktinasi, kad jų darbo tikslai labai skiriasi nuo institucijos tikslų, o tai trukdo kokybiškam ir tikslingam darbui. Nojus dalinasi, kad: „*Vieni nori padėti, kiti nori uždaryti, užrakinti ir neišleisti niekada, tretiems yra vienodai <...>. Labai skiriasi tikslai ir tai labai stabdo bet kokią progresą*“.

Ieva teigia, kad: „*Atrodydavo, kad vadovaujančiam organe nėra bendro tikslo ir bendro suvokimo, kaip turėtų atrodyti įkalinimo baismė ir koks yra jos tikslas*“. Psichologai dalinosi, kad toks tikslų nesutapimas yra viena iš priežasčių, dėl ko jų darbas netenka tikslo. Jie jaučiasi neišgirsti, kai yra bandoma kalbėtis apie šią problemą, ir jų darbas tampa beprasmiškas. Psichologai mano, kad reali pagalba nuteistiesiems gali būti suteikiama tik tuo atveju, jei visi institucijos darbuotojai dirbs vieno bendro tikslo link. Psichologai galvoja, kad tikslų nesutapimas yra susijęs su nekompetentingais vadovais ir darbuotojais, kurie palaiko tokią kalėjimo kultūrą: „*Tas mikroklimatas yra labai įsišaknijęs ir jis yra palaikomas tam tikrų medžių, tai yra tam tikrų žmonių, kurie ten yra ilgai. Paskui jų vertybės persiduoda naujai ateinantiems specialistams*“ (Lukas). O Evelina teigė, kad patiems psichologams išsikrovoti pokytį sistemoje yra sunku, jei ne beprasmiška: „*Tu dažnai jautiesi kaip mažytis bejėgis sraigtelis visoje sistemoje, toks bejėgis kažką pakeisti*“.

Psichologus taip pat pykdo ir institucinė neveikla, dėl kurios kyla dar daugiau skundų iš nuteistųjų pusės, kuriuos turi išklausti psichologai, o kritinėse situacijose tai gali net kainuoti gyvybę. Nojus atveju, nuteistoji, iš kurios turėjo būti atimtos savižudybės priemonės (žr. skyrelį „Kaltė, bejėgiškumas ir apatija mirties akivaizdoje“), praėjus ilgam laikui jas vis dar turėjo. Nojus teigia nuteistajai pasakęs, kad jis privalo informuoti instituciją apie jos ketinimus ir kad priemonės iš jos bus paimtos, tačiau šie žodžiai tapo beprasniai dėl institucijos neveiklumo: „*Iš esmės kaip ir tu pasakai, kad va taip bus padaryta, bet tai nėra padaryta, mes paliekam jai visas tas priemones*“. Šioje situacijoje Nojus pasitikėjo institucija, tačiau galų gale jos atstovai netesėjo savo įsipareigojimų ir tokiu būdu rizikavo nuteistosios gyvybe. Psichologai tokiose situacijose jaučiasi bejėgiai, nes galutiniai sprendimai yra priimami instituciniame lygmenyje, kuriame jie neturi kontrolės.

Dar viena svarbi problema, atsispindėjusi daugiau nei pusės psichologų interviu, buvo institucijos sprendimai, kurie prieštarauja psichologų sprendimams. Dažniausiai tai buvo susiję su įstaigos nuostatomis prieš nuteistuosius ir jų progresą. Nuteistųjų pastangos keistis, augti ir gerinti savo elgesį buvo atmetamos, nors psichologų akyse šie klientai padarė milžinišką pastangą konsultacijų ir elgesio korekcijos programų metu. Ieva pasakojo, kad dėl tokių sprendimų jos darbas praranda prasmę: „*Jeigu aš matau, kad žmogui sėkmingai sekasi keistis, jis pabaigia programą, įgyvendinęs visus tikslus, ir tada jam sako „ne, tu niekada nepasikeisi“, tada kokia yra mano darbo prasmė?*“ Nojus dalinosi panašiomis mintimis, sakydamas, kad jis mato neteisybę, kai nuteistieji parodo pokytį, bet į tai ne tik, kad neatsižvelgiama, bet bandoma dar labiau trukdyti nuteistojo progresui: „*<...> ne tai, kad į tai neatsižvelgiama, bet dar ir specialiai kišami pagaliai į ratus ir bandoma jį kažkaip sukirsti ir padaryti iš jo didžiausią nusikaltėlį*“.

3.2.2 Psichologų santykiai su kolegomis ir nuteistaisiais

Psichologų darbas kalėjime neatsiejamas nuo santykių su jų kasdienėje darbo aplinkoje esančiais žmonėmis – kolegomis ir nuteistaisiais. Šie santykiai gali ne tik papildyti psichologų kasdienybę, bet ir ją apsunkinti.

Dauguma psichologų mato save kaip įstaigos dalį, tačiau ta dalis yra atsiskyrusi nuo kitų kolegų dėl nesutampančio požiūrio į tai, kaip turi atrodyti darbas kalėjime. Kaip teigė Martyna, būtent pareigūnų elgesys jai kelia neigiamus išgyvenimus: „*Pareigūnai, kurie dirba įstaigoje, tai tikrai labai dažnai būna ir nemandagūs ir grubūs*“. Psichologai išreiškė frustraciją, kad būtent pareigūnai neetiškai elgiasi su nuteistaisiais, o tai trukdo kokybiškai jų resocializacijai, kas, vėlgi, atsiremia į psichologų beprasmybės jausmą. Tai puikiai atsispindi Linos interviu – ji yra pasibaisėjusi pareigūnų elgesiu, ją stebino ir tai, kad patys nuteistieji kartais elgdavosi korektiškiau nei pareigūnai: „*Kaip psichologai stengiamės, darom, o pareigūnai visiškai priešingai. Buvo, kad tu mokai juos, kaip bendrauti, ypač su agresyvesniais nuteistaisiais, ir kartais pasiklausydavau, kaip jie ten bendrauja – nu tiesiog baisu būdavo, dar blogiau nei nuteistieji. Būdavo net situacijų, kada nuteistieji pareigūną ramindavo*“. Iš visų tyrimo dalyvių tik vienas psichologas teigiamai atsiliepė apie daugumos pareigūnų darbą.

Kalbėdami apie savo santykius su nuteistaisiais psichologai pasakojo, kad nuteistieji jiems rūpi, jiems nuoširdžiai įdomu jų klausytis, o kartais, kaip psichologė Martyna pasakojo: „*Nu beprotiškai gaila kartais pasidaro, labai dažnai apie tą žmogų pagalvoji. Ir norisi tada pagloboti tą žmogų*“. Iš psichologų pasakojimų išgirdau, kad jų, taip pat kaip ir kitose srityse dirbančių psichologų, santykis su klientais pasižymi rūpesčiu, nerimu dėl klientų ir galvojimu apie jų progresą. Tai yra normali darbo su žmonėmis dalis, kurią vertina kalėjime dirbantys psichologai.

Kita darbo su nuteistaisiais pusė atsispindėjo per psichologų pasakojimus apie baimę, abejones ir nepasitikėjimą dirbant su nuteistaisiais. Beveik visos moterys psichologės jautė baimę susidūrusios agresyviais klientais ar su jų grasinimais. Kaip pasakojo Miglė: „*Esu susilaukus komentarų tokių, kad „tai žinai, laisvėje, būna, žmonės paslysta, per perėjas neatsargiai vaikšto“*“. O Martyna pasakoja apie netiesioginius grasinimus: „*<...> per aplinkui užsimena, kad aš galėčiau nukentėti ir jis man galėtų padaryti tą ir aną, jeigu aš parodyčiau kažkokią nepagarbą*“. Vienas iš dažniausiai minėtų darbo su nuteistaisiais sunkumų buvo nuolatinis susidūrimas su jų manipuliacijomis. Psichologai pasakojo, kad nuteistieji manipuliuoja grasindami skundais, teismu, savižala ir savižudybe. Liepa pasakojo apie savo susidūrimus su manipuliatyviais nuteistaisiais: „*<...> grasina – „tu manęs gali nebesutikti, aš persipjausiu gerklę“ <...> arba, kai pradėjau dirbti, atsimenu, sakė, jeigu aš nepaklusi jo reikalavimams, tai jis ateis pas mane į kabinetą ir persirėš gerklę nuo čia iki čia [rodo su nykščiu nuo vienos kaklo pusės iki kitos]*“. O Lina dalinosi, kad toks dažnas susidūrimas su manipuliacijomis ją veda į emocinį atbukimą ir atjautos

nuteistiesiems nebeturėjimą: „Matyt tas įgriso ir atsirado atbukimas, ir tos atjautos jiems nebeliko, kai matai, kad jie žaidžia su tavim“.

3.2.3 Moteriškumo kontrolė

Moterų psichologų darbas įkalinimo įstaigose, kuriose didžioji dalis darbuotojų ir klientų yra vyrai, yra paveikiamas tokios aplinkos. Moteriška tapatybė kalėjimo aplinkoje gali tapti papildomu iššūkiu čia dirbančioms psichologėms. Šioje potemėje bus aptariama moteriškumo kontrolė ir nuolatinė savistaba, kurių neišvengia kalėjimuose dirbančios psichologės.

Psichologės dalinasi griežtais įstaigos reikalavimais, keliamais jų išvaizdai, aprangai, kalbėjimo tonui ir kitiems jų saviraiškos aspektams. Psichologės pasakojo apie įstaigos reikalavimus jų išvaizdai – kojos gali matytis tik žemiau kelių ribos, plaukai turi būti surišti, negalima dėvėti basučių, negali matytis pėdos, pečiai, negalima dėvėti sportinio stiliaus drabužių, nešioti ilgų auskarų, apranga turi būti kukli, nepabrėžianti figūros ir pan. Šie reikalavimai daugumai tyrimo dalyvių atrodė suprantami, tačiau kai keletas dalyvių kalbėjo apie poreikį kuo labiau save neutralizuoti. Evelina dalinosi, kad: „*Stengiausi mažinti savo moteriškumą, neatrodyt kažkaip labai gražiai, susineutralizuoti. Dėmesys išvaizdai, kuri skatintų antidėmesį*“. Pastovus savo išvaizdos stebėjimas ir jos tinkamumo kvestionavimas verčia psichologes jausti stresą. Kaip dalinosi Liepa: „*Kartais apsirengi ir atrodo, kad čia viskas normaliai, bet, tarkim, nuteistiesiems labai patinka. Ir tada tu supranti, kad jeigu jiems patinka, tai labai blogai – tada patiri stresą*“. Psichologės pasakojo, kad visi moterų išvaizdos pokyčiai yra pastebimi, ypač iš nuteistųjų pusės. Dirbdamos kalėjime moterys turi atkreipti dėmesį ne tik į savo išvaizdą, bet ir į tai, kaip jos bendrauja su savo klientais. Liepa apie tai pasakojo sakydama: „*Aš su jais draugiškai bendraudavau iš pradžių, bet tada labai daug šnekėdavo, kad aš per daug sau leidžiu ir kad flirtuoju, tada reikėjo eit emociškai per visas administracijos apkalbas. Tada aš ką nors grubiai pasakau - vėl tarnybinius pradeda rašyt. Tada vėl nepakankamai grubiai*“. Liepa jaučiasi niekad neįtinkanti institucijos reikalavimams, o tai kelia daug įtampos darbe.

Moterys pasakojo, kad darbe susiduria su diskriminacija ir nuostatomis apie tai, kodėl jos pasirinko dirbti įkalinimo įstaigoje. Nėra paslaptis, kad net ir šioje darbo srityje yra užsimezgę ne vieni romantiniai santykiai tarp psichologų ir nuteistųjų – apie tai kalbėjo keletas tyrimo dalyvių. Psichologės samprotauja, kad būtent dėl tokių atvejų jos pačios yra nuolat kvestionuojamos savo darbo kolegų bei vadovų. Ieva pasakojo apie pareigūnų komentarus, kurie suponuodavo, kad ji kabinete užsiima kažkuo daugiau nei konsultacijomis: „*Tai ką jūs ten taip ilgai šnekat, aš čia žiūrėjau per kamerą, čia pas tave valandą tas nuteistas, ką jūs ten veikiat? Tu jauna mergina, tai ką tu čia veiki, ar tikrai ne vyro atėjai ieškot?*“. Tokie komentarai versdavo psichologes pasijausti nejaukiai ne tik dėl jų potekstės, bet ir dėl žinios, kad jos yra

nuolat stebimos. Anot psichologų, pareigūnai ne tik komentuoja jų darbą, bet kartais ir fiziškai bei verbaliai prie jų priekabiauja. O Ieva, savo vadovui pranešusi apie nederamą elgesį iš pareigūnų pusės, pasakojo, kad: „*Kai kurie sugeba net ir fiziškai prie tavęs priekabauti ir tu eini sakyt vadovui, o jis sako „aš nežinau, kas yra seksizmas““*. Psichologės jautė pyktį, kad tokiose situacijose vadovai jų neužstoja ir nesudrausmina priekabiuojančių pareigūnų, tad joms su priekabiavimu tenka kovoti vienoms.

3.3 Prasmės paieškos tarp pagalbos, biurokratijos ir beprasmybės

Kalbėdami apie emocinius iššūkius psichologai dažnai užsimindavo apie beprasmybės jausmą. Prasmės paieškos psichologo, dirbančio įkalinimo institucijoje, darbe tapo atskira tema, kurioje nagrinėjami prasmės šaltiniai ir jos nykimas biurokratijos bei darbo su nemotyvuotais klientais akivaizdoje. Analizės metu buvo išskirtos dvi potėmės: „Ryšys ir pagalba kaip prasmės šaltinis“ ir „Prasmės nykimas tarp biurokratijos ir nemotyvuotų klientų“.

3.3.1 Ryšys ir pagalba kaip prasmės šaltinis

Vienas dažniausiai aptartų prasmės šaltinių buvo žmogiškas ryšys tarp psichologų ir nuteistųjų. Psichologai pasakojo, kad, net jei darbas su nuteistaisiais nėra rezultatyvus resocializacijos programų vykdymo prasme, vien tai, kad jie geba padėti klientams per terapinį ryšį ir pokalbį, jiems suteikia pasitenkinimo savo darbu. Kaip pasakojo Lukas: „*<...> net jeigu jie asmenybiškai nepasikeis, žinau, kad jiems palengvės vien nuo terapinio ryšio, man tas yra svarbu. Man rūpi, dabar jie man rūpi.*“ Kita dažnai interviu suskambėjusi mintis buvo apie prasmės jausmą, atsirandantį iš kontakto, užmegzto su nemotyvuotais, agresyviais arba bendrauti su psichologu nenorėjusiais nuteistaisiais. Evelina pasakojo apie jautrias akimirkas mezgant kontaktą su tokiais klientais: „*Jautrios tokios akimirkos, kai mačo, hiper vyriškas vyras tau parodo savo pažeidžiamą pusę ar konsultacijų metu net apsiverkia. Tas man būdavo taip jautru, taip gražu, kai žmogus nuleidžia tuos visus šarvus. Tai prasmė ir yra, kad užmegzdavai kontaktą su tuo žmogum*“. Iššūkiai mezgant ryšį su tam tikrais nuteistaisiais buvo kaip kompetencijos pasitvirtinimo šaltinis. O iš Martynos pasakojimo galima girdėti, kad ji didžiujasi savo gebėjimu formuoti tokį ryšį su nuteistaisiais, kuriame jie galėtų kalbėti apie tai, apie ką negalėtų pasakoti net artimiausiems žmonėms: „*<...> didžioji dalis sako, kad man gali pasipasakoti dalykus, kurių negalėtų nė vienam nuteistajam ar netgi šeimos nariui papasakoti*“.

Psichologai taip pat teigė, kad darbas su ta nedidele motyvuotų žmonių grupe yra labai prasmingas. Kaip pasakojo Lukas: „*Yra tam tikras kiekis žmonių, tie 15% ar 30 %, kuriems aš padarysiu realų indėlį. Net jeigu jie į įstaigą grįš, jie gali grįžt kitokie, negu buvo prieš tai*“. Psichologai dalinosi, kad pasitenkinimą darbu su nuteistaisiais keldavo ir introspektyvūs, savianalizės gebėjimais pasižymintys klientai, su kuriais darbas yra įdomus pačiam psichologui. Iš psichologų pasakojimų išgirdau, kad jie nėra naiviai nusiteikę

kalbėdami apie nuteistųjų pokytį – dauguma supranta, kad psichologų indėlis nuteistųjų gyvenimuose nebus toks didelis, kaip būtų galima norėti. Bet jiems prasmę suteikia žinojimas, kad jie bent minimaliai prisidės prie nuteistųjų progreso, prie kokybiškesnio jų gyvenimo išėjus į laisvę.

3.3.2 Prasmės nykimas tarp biurokratijos ir nemotyvuotų klientų

Profesinė prasmė kalėjime, anot psichologų, yra vis dažniau kvestionuojama dėl nesuprantamų reikalavimų, neatsižvelgimo į psichologų darbo iššūkius ir krūvį. Be to, darbe vis dažniau atsiranda nemotyvuotų klientų, dirbančių tik „dėl pliusiuko“. Dalyvių pasakojimuose dažnai atsispindėjo nusivylimas, beprasmybės jausmas ir abejonės, kad jų pastangos kažką keisti gali būti išgirstos ir atlieptos. Martyna pasakojo apie beprasmybę laukiant pokyčio sisteminiame lygmenyje: „<...> *daug nusivylimo pajaučiu būtent pačia sistema <...>, beviltiškumo jausmas apima, atrodo kažkaip nebematai vietos pokyčiui kažkokiam. Atrodo, ką aš čia iš viso darau ir ar yra kažkokios prasmės čia būti*“. Martyna, kaip ir beveik visi tyrimo dalyviai, pridėjo, kad darbo prasmė nyksta ir dėl vis didėjančio darbo krūvio: „<...> *darbo krūvis pradeda atrodyti nepakeliamas ir nelogiškas, tikrai smarkiai per didelis*“. Psichologai teigė, kad jų darbas būtų matomas kaip prasmingesnis, jei nereikėtų atlikti tiek daug, kaip sakė Liepa: „*beprasmių, niekam nereikalingų darbų*“.

Beprasmiai darbai dažnai siejami ir su darbu su nemotyvuotais klientais – daugumai psichologų darbas su jais matomas kaip laiko švaistymas, tačiau institucijos reikalavimai verčia nepaisyti tokių psichologų skundų ir vis tiek dirbti su šiais žmonėmis. Keli psichologai teigė, kad anksčiau, kai kalėjimuose daugiau fokuso kryo į darbų kokybę, o ne kiekybę, darbas buvo daug prasmingesnis. Nuteistieji pas psichologą dažniausiai eidavo vedami savo asmeninių paskatų, o ne institucijos reikalavimų. Liepa dalinosi, kad: „*Anksčiau nebuvo resocializacijos planų, pagal kuriuos privalėjom dirbti, <...> niekas neidavo per prievartą*“. Psichologams darosi vis sunkiau įžvelgti prasmę darbe, kuriame progresas matuojamas skaičiais, o ne žmogaus pokyčiu. Miglė pasakojo, kad: „<...> *[nuteistieji] ateina dėl to, kad kažkas liepė – liepė pareigūnas, nes reikia paskatinimo, liepia lygtinio paleidimo komisija, nes taip reikia. O patys iš savęs to poreikio neišsako ir viskas tampa taip beprasmiška*“.

Privalomas darbas su nemotyvuotais klientais skatina psichologus jausti beprasmybę. Nojus dalinosi, kad kad ir kiek būdų jis yra išbandęs, su kai kuriais žmonėmis yra neįmanoma dirbti ir užmegzti kokybiško terapinio ryšio: „*Atrodo, atiduodi visus resursus bandydamas 153-imis būdais priėti prie to žmogaus ir vis tiek nieko iš to negauni*“. Jis pasakojo, kad darbas su tokiais klientais iššaukia pyktį, nes jo pastangos yra beprasmos: „*Dirbdamas pajaučiau pyktį, tam tikrą susierzinimą. Atrodo, kiek kartų tą patį galiu kartoti ir vis tiek negirdi, ir vis tiek tos pastangos niekur neveda*“. Psichologai dalinosi, kad nuteistieji dažnai bando perleisti atsakomybę dėl savo pokyčių psichologams – Liepa pasakojo, kad neretai susiduria

su klientų prašymais padėti jiems keistis, patiems neįdedant asmeninių pastangų: „*Jis sako „tu padaryk, kad aš nebebūčiau piktas, bet aš nesikeisiu. Ir aš nei šnekėsiu apie tai, nei atsiversiu, nei rodysiu emocijas, nei keisiu savo požiūrį“*“. Ji vis prisimindavo laikus, kai neegzistavo privalomas nuteistųjų lankymasis pas psichologą: „*<...> niekas neateidavo per prievartą, visiškai nebuvo jokios žmogui prievartos ateiti*“. Ji ir kiti psichologai teigė, kad būtent toks darbas buvo prasmingas – kai ir pats klientas, ir psichologas jame matė prasmę.

3.4 Siūlomi pokyčiai – psichologų vizija tvaresnei sistemai

Tyrimo dalyviai įvardijo ne tik sunkumus, su kuriais tenka susidurti dirbant kalėjime, bet ir dalinosi savo įžvalgomis apie tai, kaip būtų galima pagerinti kalėjimo sistemą. Šioje temoje atsiskleidžia dalyvių vizija tvaresnei, žmogiškesnei ir efektyvesnei sistemai – nuo institucinio palaikymo ir darbo krūvio mažinimo iki kalėjimo restuktūrizavimo ir požiūrio į nuteistuosius keitimo. Remiantis dalyvių siūlomais pokyčiais, buvo išskirtos trys pagrindinės potėmės: „Darbo sąlygų ir išteklių keitimo būtinybė“, „Sisteminiai pokyčiai – struktūra, kontrolė, požiūris“ ir „Humanizuota pagalba nuteistiesiems“.

3.4.1 Darbo sąlygų ir išteklių keitimo būtinybė

Kaip minėta anksčiau, tyrimo dalyviai didelį darbo krūvį įvardijo kaip vieną pagrindinių emocinių sunkumų darbe priežasčių. Dėl per mažo darbuotojų skaičiaus vienam psichologui tenka atlikti daugybę darbų – reaguoti į skubius atvejus, rašyti ataskaitas, vesti nuteistiesiems programas ir konsultacijas, dalyvauti posėdžiuose ir pan. Visi šie darbai dažniausiai priskiriami vienam žmogui, neturinčiam galimybių tų darbų perduoti kitiems. Nuolatinis perdegimo jausmas, nesaugumas dėl neišpildytų užduočių, pastovi vadovų kritika – dėl šių veiksnių psichologai kalba apie būtinybę mažinti darbo krūvį ir užtikrinti žmogiškųjų išteklių pakankumą. Lina pasakojo apie neadekvatų nuteistųjų skaičių, tenkantį vienam psichologui: „*Dabar vienam psichologui tenka keli šimtai nuteistųjų*“. Ji norėtų, kad šis skaičius ateityje keistųsi: „*<...> reikėtų, kad būtų po 50 maksimaliai*“. Miglė dalinosi, kad toks didelis klientų kiekis labai išvargina psichologą, o dėl to kenčia jo darbo kokybė: „*Reiktų ribot darbo laiką, tą tiesioginį kontaktą su žmonėmis, nes toks dažnas kontaktas labai sekina emociškai ir į perdegimą veda, į motyvacijos praradimą, ir gali gale specialistas lieka neveiksnius. Nors formaliai jisai kaip ir dirba, bet to darbo rezultatų belieka*“. Psichologės Saulės pasiūlymas buvo orientuotas į oficialių dokumentų formavimą, kuriuose būtų aiškiai nurodytos psichologo darbo ribos, leidžiančios jiems ilgalaikėje perspektyvoje išvengti ar bent apmažinti perdegimo tikimybę: „*<...> suformuoti tokį dokumentą, kuriame apibrėžtų, kiek per savaitę galėtų būti daugiausiai konsultacijų, kad darbuotojas nepervargtų. Kurios funkcijos yra tikrai būtinos, o kurios – pagalbinės ir gali būti atidedamos, iki kol pagrindiniai degantys darbai bus padaryti*“. Psichologai teigia, kad tam, kad mažėtų jų krūvis, reikia didinti psichologų darbo etatų skaičių. Jie sako, kad kalėjime trūksta

ir kitų sričių specialistų – psichologams paskiriami darbai dažnai neatitinka jų kompetencijų, tad jie jaučia poreikį į kalėjimus darbinti ir kitus specialistus, pavyzdžiui, psichiatrus, psichoterapeutus.

Keli psichologai išreiškė poreikį turėti daugiau laiko poilsiui, atsitraukimui nuo darbo, kad jie galėtų patys kokybiškai pailsėti ir būti produktyvesniais. Apie tai kalbėjusi Saulė siūlė psichologams skirti daugiau laiko atsitraukti nuo darbo: „<...> *priverstinį poilsį arba atsitraukimą nuo darbo, nes vis tiek tu negali būti vienodai produktyvus visą tą laiką ir tada klaidų tikimybė didėja*“. Psichologai sakė, kad tokių pokyčių jie tikisi iš Lietuvos kalėjimų tarnybos, nes būtent jos atstovai gali keisti su jų darbu susijusius įstatymus.

3.4.2 Sisteminiai pokyčiai – struktūra, kontrolė, požiūris

Kalbėdami apie reikalingus pokyčius, psichologai daug kalbėjo apie įvairius pačio kalėjimo struktūros aspektus. Jų manymu, dėl Lietuvos kalėjimų struktūros yra palaikoma kastų sistema, iš nuteistųjų atimamas privatumas, jiems nėra suteikiama pakankamai užimtumo veiklų – visa tai trukdo kokybiškam resocializacijos darbui. Kaip teigė Ieva: „*Pas mus neturėtų būti bendrabučio tipo patalpų, nes kai mes Lietuvoje turim problemas su kastom, tai mums trukdo absoliučiai visam procesui*“. Lina dalinosi, kad didelis kiekis nuteistųjų, gyvenančių vienoje patalpoje, kelia iššūkius jų pačių tarpusavio santykiams, o tai, vėlgi, daro įtaką nuteistųjų savijautai: „*Visą tą reorganizaciją vėl iš naujo reiktų daryti, nes gyvena iki 20 žmonių vienam kambary, tai tu 20 psichologų įleisk į vieną kambarį ir jie ten metus laiko kartu gyvens niekur neišeidami – tai ir tie susipyks*“. Uždarų kamerų poreikis buvo girdimas iš kelių psichologų – jie teigė, kad tik turėdami daugiau privačios erdvės ir tylios aplinkos, nuteistieji galės kokybiškai dirbti su savimi. Keli tyrimo dalyviai siūlo imti pavyzdį iš kitų užsienio šalių, pavyzdžiui, Norvegijos.

Keli psichologai taip pat dalinosi, kad šis darbas būtų daug patrauklesnis naujiems psichologams, jei įstaigos darbuotojai iš tikrųjų atstovautų Lietuvos kalėjimų tarnybos nurodytus tikslus ir vertybes – orų ir pagarbų bendravimą su nuteistaisiais bei tikslingą resocializacijos siekį. Šiuo metu psichologai mato dideles atskirtis tarp kalėjimo darbuotojų vertybių ir tikslų. Nojus teigė, kad: „*Jeigu tai būtų įstaiga, kurioj visi turi tą patį tikslą, kad visi nori padėti žmonėms, tada tu galėtum dirbti ir tą tikslą pasiekti. Aišku, nebūtų ten viskas rožėm klota, bet mes judėtume į priekį*“. Kol nebus bendro tikslo, arba jis bus, bet jo nesisieks visa įstaiga, psichologams ir toliau teks susidurti su beviltiškumo jausmu ir beverčiu darbu. Tam, kad toks tikslas būtų įgyvendintas, psichologai siūlo vykdyti geresnę darbuotojų atranką, kuri padėtų mažinti vidinę korupciją ir auginti specialistus su prosocialiomis nuostatomis. Kaip sakė Lina: „<...> *pareigūnai neša narkotikus, telefonus, tai tikrai daryčiau tą apsaugą ir pareigūnų atranką geresnę. Ir tie, nu, negražiai pasakysiu, bet sovietiniai vyresnio amžiaus vyrai, mato pasikeitimą tik per smurtą*“.

3.4.3 Humanizuota pagalba nuteistiesiems

Be abejo, kalbėdami apie reikalingus pokyčius, psichologai dėmesio skyrė ir su savo klientais susijusiam darbui ir galimoms jo perspektyvoms. Vienas svarbiausių pokyčių, kurių tikėjosi didžioji psichologų dalis, buvo susijęs su įstaigos darbuotojų požiūriu į nuteistuosius. Anot jų, nuteistųjų progresas vyktų greičiau, jei į juos būtų žiūrima kaip į žmones. Lukas pasakojo, kad kai kurie įstaigos darbuotojai nemato prasmės dirbti su nuteistaisiais: „<...> *nemato prasmės ten stengtis, nes čia gi žulikai*“. Psichologai taip pat teigia, kad institucijos fokusas yra sukoncentruotas į tinkamus dalykus, tik priėjimas prie jų yra neveiksnius. Pavyzdžiui, Martyna dalinosi, kad su resocializacijos programų vykdymu viskas būtų gerai, jei iki jų pradžios būtų suformuotas ryšys su nuteistuoju ir jei būtų sudaryta aplinka, kurioje jis, pasitikėdamas psichologu, galėtų motyvuotai eiti progreso link: „*Orientuojamės į tas korekcines programas, kurias jie turi praeiti, nors iš tikrųjų žmogui ne to reikia. Reikia daug daugiau laiko skirti paprastoms psichologinėms konsultacijoms, motyvaciniams pokalbiams ir tik tada, pasitikėjimą didesnę užmezgus, pereiti prie kažkio korekcinio darbo*“.

Prie pokyčių, orientuotų į nuteistuosius, vėl sugrįžtama prie poreikio turėti daugiau laiko konsultacijoms ir tikslingam nuteistųjų įgūdžių mokymui, fokusuotis į darbo kokybę, o ne kiekybę. Psichologai kelia poreikį kiek įmanoma labiau sumažinti „popierizmą“ (kurio, kaip įsitikinę keli psichologai, niekas neskaito ir netikrina), daugiau laiko skiriant gyvam kontaktui su nuteistaisiais. Taip pat buvo kalbėta ir apie poreikį nuteistiesiems dirbti tik su tomis sritimis, su kuriomis jie patys sutinka dirbti, taip išvengiant kuo didesnio kiekio nemotyvuotų klientų, kurie psichologams kelia pyktį ir beviltiškumą. Kaip sakė Liepa: „*Jokio privalomumo daryti dalykus, pavyzdžiui, planą vykdyti su įrašytomis priemonėmis, kurių jie nenori, ir versti daryti*“. Pora psichologų taip pat užsiminė apie poreikį atskirti motyvuotus nuteistuosius nuo nemotyvuotų, nes motyvuoti klientai dažnai gana paprastai perima nemotyvuotų klientų nuostatas, taip netiesiogiai trikdamas nuteistųjų resocializacijos progreso eigą. Kaip sakė Liepa: „<...> *atskirčiau tuos, kurie yra nemotyvuoti <...> ir dirbčiau tik su tais, kurie nori keistis*“.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

Rezultatų aptarime bus pateikiamos svarbiausi tyrimo rezultatai ir išvados, gauti išanalizavus kalėjimo psichologų emocinius sunkumus instituciniame kontekste.

Nors ne visi tyrimo dalyviai įvardijo perdegimą kaip vieną iš emocinių sunkumų, beveik visų jų pasakojimuose atsispindėjo pagrindiniai perdegimo simptomai – palaipsniui atsiradęs motyvacijos, susidomėjimo ir empatiško reagavimo virsmas į apatiją, beprasmiškumą, beviltiškumą ir vidinės motyvacijos sumažėjimą darbe (Kulakova, 2015; Gallavan & Newman, 2013). Kai kurie dalyviai pasakojo apie jų charakterio pokyčius ir už darbo ribų – jie pasakojo apie pyktį, susierzinimą ir apatiją savo aplinkai,

kaip ir rasta ankstesniuose tyrimuose (Clarke et al., 2020; Papadomarkaki & Lewis, 2008). Kaip ir kitoje literatūroje, perdegimą ir jo simptomų apraišką, pasak šio tyrimo dalyvių, labiausiai skatina per didelis darbo krūvis, skiriamas neatsižvelgiant į jam atlikti reikalingus išteklius (Gallavan & Newman, 2013). Taip pat – nemotyvuoti klientai ir nesutampantys įstaigos ir psichologų tikslai bei požiūris į nuteistųjų resocializaciją. Šio tyrimo dalyviai teigė, kad dėl tokio nuomonių ir nuostatų nesutapimo jie jaučiasi atskirti nuo kitų darbuotojų – toks psichologų atsiskyrimas buvo aptartas ir Hinshelwood (1996) darbe. Rezultatuose taip pat išvelgiau užuojautos keliamo nuovargio simptomų (Pirelli et al., 2020) – tyrimo dalyviai, kaip vienas dažniausiai šiame darbe jaučiamų emocijų, įvardijo pyktį ir nusivylimą, kylančius iš beprasmybės jausmo, sunkumus atskirti darbą ir gyvenimą už jo ribų, emocinius protrūkius, sumažėjusį pasitenkinimą darbu, socialinį atsiribojimą, žalingą emocijų reguliaciją (pvz., alkoholio vartojimą) ir sumažėjusį produktyvumą.

Darbe patiriamus išgyvenimus ir emocijas tyrimo dalyviai reguliavo būdais, kurie buvo nurodyti ir ankstesnėje literatūroje (Scheela, 2001; Hatcher & Noakes, 2010) – pokalbiais su kolegomis ir artimaisiais bei įsitraukimu į hobius ir sportą. Deja, institucijos vaidmuo emocijų reguliavime buvo matomas kaip neegzistuojantis arba menkavertis. Tai gali dar labiau didinti atstumą tarp įstaigos ir psichologų. Tyrimo dalyviai teigė, kad darbe nėra suteikta erdvės atsipalaiduoti, tad vieninteliai kolegos gali suteikti reikiamą atramą. Viena tyrimo dalyvė dalinosi ir visišku negebėjimu atsipalaiduoti dėl nuolat jaučiamos įtampos, išsivysčiusio hiperbudrumo. Tokie intensyvūs išgyvenimai gali nurodyti į institucinės aplinkos įsiskverbimą į somatinį lygmenį – psichologės organizmas yra įpratintas gyventi parengtyje ir nuolatinėje įtampoje, o atsipalaidavimas, siejamas su grėsme, kelia paniką. Taigi, darbas kelėjimo aplinkoje iš psichologų reikalauja nuolatinio budrumo. Jo kaina – emocinis išsekimas, apatija klientams ir savo aplinkai, perdegimas ir bejėgiškumas. Šie išgyvenimai rodo, kaip pastovus spaudimas, reikalavimai ir bergždžios pastangos išsekina psichologų vidinius resursus siekiant pokyčio sistemoje.

Tyrime atsiskleidė ir psichologų išgyvenimai nuteistųjų savižudybės akivaizdoje. Neradau tyrimų, nagrinėjančių būtent šios tyrimo imties emocinių patirčių susidūrus su savižudybe, tad šią temą yra verta giliau nagrinėti ateities tyrimuose. Tyrimo dalyviai jautriai dalinosi apie savižudybių atnešamą nerimą, savęs kaltinimą ir kompetencijų kvestionavimą. Šioje temoje atsiskleidė ir etikos dilema – ar apie nuteistųjų grąšinimus žudyti pranešti institucijai, ar ne, žinant, kad tokiose situacijose įsitagos neveiksnumas psichologui gali kainuoti kliento pasitikėjimą ar net jo gyvybę. Įdomu buvo ir tai, kad vienos psichologės reakcija skyrėsi nuo kitų – nuteistųjų mirtys jai pradėjo kelti atgaivą ir džiaugsmą, o ne liūdesį ar kitas tame pačiame spektre esančias emocijas. Tai, kad kartais nuteistųjų mirtis tampa palengvėjimu ir kad išsivysto toks emocinis atbukimas, yra ne abejingumo ženklas, o apsauginė psichikos reakcija, išsivystanti esant nuolatiniam stresui ir akistatai su mirtimi ir savižala.

Kaip ir ankstesniuose tyrimuose, šiame tyrime buvo rasta tampri psichologų patiriamų emocinių sunkumų sąsaja su instituciniais veiksniais. Tyrimo dalyviai institucijoje jaučiasi nesaugiai (Williams Saunders, 2001) – jie pasakoja, kad darbe jaučiasi nuolat kritikuojami ir stebimi (pvz., su slaptomis vaizdo kameromis jų kabinetuose) – jausmas, kad viskas, ką jie daro, yra akylai stebima, verčia kvestionuoti savo konsultacijų konfidencialumo užtikrinimą ir institucijos pasitikėjimą savo darbuotojais. Juos, taip pat kaip Clarke et al. (2020) tyrimo dalyvius, pykdo ir vis didesni instituciniai reikalavimai. Psichologai jaučiasi nesuprasti, neišgirsti ir taip, lyg jie nerūpėtų savo vadovams ar pačiai įstaigai. Juos pykdo institucijos neveikla, pažadų netesėjimas ir darbuotojų, ypač pareigūnų ir vadovų, nekompetentingumas. Moterys psichologės institucijoje iš kolegų jaučia diskriminaciją ir seksizmą, be viso to turėdamos atitikti griežtus įstaigos reikalavimus dėl savo aprangos ir bendravimo ypatumų, kaip nurodoma ir kituose tyrimuose (Shelley et al., 2011; Ermshar & Meier, 2014; Dean & Barrett, 2011). Šiame tyrime dalyvavę psichologai, kaip ir Harvey (2011b) tyrimo dalyviai, pasakojo apie nuteistųjų manipuliacijas ir baimę keliančius grasinimus. Tokie klientų veiksmai, anot psichologų, verčia nuolatos kvestionuoti jų intencijas, psichologės moterys jaučiasi nesaugiai girdėdamos grasinimus, o į manipuliacijas stengiamasi kreipti kuo mažiau dėmesio.

Iš duomenų analizės atsiskleidė ir tai, kas tyrimo dalyviams šiame darbe teikia prasmę. Smet, Dowling, Hancock, ir Schaninger (2022) atliktame tyrime rasta, kad 70% darbuotojų teigia, jog jų asmeninį gyvenimo tikslo suvokimą daugiausia lemia darbas, o kai darbas jiems atrodo prasmingas, jie dirba geriau, yra daug labiau atsidavę ir yra perpus mažiau linkę ieškoti naujo darbo. Tyrimų apie psichologų, dirbančių kalėjime, prasmės paieškas neradau, tad manau, kad šią temą taip pat verta giliau nagrinėti ateities tyrimuose. Šio tyrimo dalyvių pasakojimuose darbo prasmė atsispindėjo žmogiškame ryšyje tarp nuteistųjų ir psichologų – jie teigė šiame darbe jaučią didelę prasmę užmezgus artimą ryšį su nuteistaisiais, kurie buvo nemotyvuoti ir gynybiškai nusiteikę. Prasilažimas pro tokių klientų barjerus teikia psichologams sėkmės pojūtį, gebėjimas padėti tokiems klientams leidžia psichologams pasijausti kompetentingais. Daug vidinių resursų pareikalavęs sėkmingas kontakto užmezgimas liudija, kad jų pastangos yra vertingos, jų darbas – prasmingas. Tačiau psichologai taip pat dalinosi ir bejėgiškumo išgyvenimais, mintimis apie prasmės nykimą – nemotyvuoti klientai, instituciniai reikalavimai, kurie įstaigos progresą matuoja skaičiais, o ne nuteistųjų pokyčiu, ir darbo krūvis prisideda prie prasmės jausmo nykimo. Toks kontekstas kelia įspūdį, kad darbas įstaigoje yra tik imituojamas – nuteistieji vaikšto į programas, gauna pažymėjimus, kad jose lankėsi, bet prasmingas įsitraukimas, giluminis elgesio ir minčių pokytis vyksta tik labai retai. Regis, pagalba tokiam darbe praranda savo tikslą, transformacinį pobūdį, kurio fokusas ir yra orientuotas į giluminius nuteistųjų mąstymo ir elgesio virsmus. Nuolatinis institucijos spaudimas rodyti rezultatyvų nuteistųjų pokytį psichologams kelia daug pykčio, nes tokie reikalaujamų pokyčių mastai yra neaprežiami

tokiai mažai grupei darbuotojų. Taigi, psichologai darbe tampa tarpininkais tarp nesikeičiančių klientų ir institucijos reikalavimų šiems klientams keistis. Iš dviejų skirtingų pusių ateinantis spaudimas ir priešingi siekiai verčia psichologus abejoti savo darbo prasme ir jausti tuštumą, kurią palieka susidūrimas su beprasmybe. Sistema ne tik, kad nepadeda psichologams eiti reikalaujamo tikslo link, bet dar ir kuria papildomą emocinį spaudimą, kuris dar labiau sekina psichologų motyvaciją ir norą atitikti institucijos keliamus reikalavimus.

Pasakodami apie savo ateities viziją šiai įstaigai, psichologai dalinasi mintimis apie pokyčius, kurie, anot jų, būtų naudingi siekiant tvaresnės ir efektyvesnės sistemos. Dauguma šio tyrimo dalyvių nurodė į poreikį mažinti darbo krūvį ir didinti darbuotojų, ypač psichologų, skaičių. Jie, kaip ir Huffman (2006), teigė, kad institucija turėtų skirti daugiau fokuso ne korekciniams elgesio programoms, bet kokybiškam konsultaciniam darbui su nuteistaisiais, nes būtent jų metu mezgamas ryšys ir giluminis nuteistųjų išgyvenimų nagrinėjimas yra pagrindinis pokyčio šaltinis. Kitais žodžiais tariant, psichologai norėtų matyti daugiau fokusavimosi į darbo kokybę, o ne kiekybę. Jie, kaip ir Hoffman (2006), taip pat teigia, kad nuteistųjų progresas būtų daug greitesnis, jei jie turėtų daugiau privatumo ir stabilios aplinkos, kuri yra būtina savirefleksijai ir asmeniniam augimui – kalbėdami apie kalėjimo reformavimą, keli tyrimo dalyviai minėjo Norvegišką kalėjimų modelį – bendrabučio tipo patalpos, anot psichologų, yra viena didžiausių kliūčių nuteistųjų progrose. Psichologai taip pat dalinosi, kad tam, kad kalėjime esančių nuteistųjų progresas vyktų sklandžiau, turėtų būti vykdoma kokybiškesnė darbuotojų atranka. Tokiu būdu būtų galima atrinkti personalą, turintį bendrą tikslą – padėti, o ne bausti. Toks tikslų nesutapimas ne tik, kad nepadeda, bet dar ir trukdo kokybiškam darbui su nuteistaisiais, nes, išėję iš psichologų kabineto, nuteistieji grįžta į destabilizuojančią aplinką, kurioje jie yra žeminami ir matomi kaip neverti pokyčio.

Taigi, kalėjimų psichologų profesinė tapatybė yra nuolat išbandoma – reikalavimai daryti kuo daugiau, kuo greičiau veda psichologus į savo tapatybės performavimą. Iš giluminio ryšio pereinama į paviršutinišką – tikslas kartu su klientais pasiekti kokybišką pokytį jų gyvenimuose virsta siekiu paviršutiniškai atlikti nurodytas pareigas ir mažiau energijos fokusuoti į tikrą giluminį darbą su klientu. Psichologų tapatybė, siejama su gilumine pagalba žmonėms, tampa eiline funkcija, orientuota į darbo rezultatų kiekybę. Tai prieštarauja psichologo darbo tikslui – kokybiškos pagalbos teikimui ryšyje su klientu. Tačiau net ir tokiomis sąlygomis kai kurie tyrimo dalyviai stengiasi išlaikyti kritinį mąstymą ir vadovautis savo giluminėmis vertybėmis. Iš pasakojimų išgirdau, kad net ir susidūrę su prasmės kviestavimu psichologai siekė kurti ir išlaikyti savo kaip psichologo savigarbę ir ribas, net jei tai reikštų sprendimo išeiti iš darbo priėmimą. Iš psichologų pasakojimų susidariau įspūdį, kad jų darbas yra susijęs su nuolatine kova – kova su institucija ir jos reikalavimais siekiant išsaugoti savo kaip psichologų vertybes ir psichologinio darbo

principus. Pyktis, kylantis dėl nuolatinio nuomonių išsiskyrimo tarp psichologų ir institucijos, verčia juos kvestionuoti savo indėlį klientų gyvenimuose bei darbo prasmę.

Šis kokybine metodologija grįstas tyrimas, nagrinėjantis kalėjimų psichologų emocinius sunkumus instituciniame kontekste, yra pirmas tyrimas Lietuvoje šia tema. Jis atveria vidinę psichologų darbo realybę, kuri iki šiol buvo dažniausiai nematoma arba fragmentiškai aprašyta. Šis tyrimas prisideda prie gilesnio psichologų, dirbančių kalejimuose, darbo supratimo – ne pareigybių ir funkcijų, bet būtent emociškai sudėtingo darbo konteksto. Darbas atskleidžia nuolatinę psichologų kovą su neteisybe, prasmės paieškas, slegiančias emocijas ir profesinės laikysenos išsaugojimo siekį. Refleksyviai ir sistemingai analizuojamos kalėjimų psichologų patirtys Lietuvos kontekste padeda užpildyti spragą mokslinėje literatūroje šia tema ir atveria galimybę ją plačiau nagrinėti ateities tyrimuose.

4.1 Tyrimo ribotumai ir rekomendacijos ateities tyrimams

Šis tyrimas turi keletą ribotumų, į kuriuos svarbu atsižvelgti interpretuojant gautus rezultatus. Kadangi tyrime dalyvavo nedidelis skaičius tikslingai atrinktų psichologų, šio tyrimo išvados negali būti negeneralizuojamos visai įkalinimo įstaigoje dirbančiai ar dirbusiai populiacijai. Taip pat, pasirinktas refleksyvios teminės analizės metodas nurodo į aktyvų mano, kaip tyrėjos, vaidmenį interpretuojant gautus rezultatus, tad jie gali neišvengiamai atspindėti mano asmeninę interpretaciją. Kadangi pati atlikau praktiką kalejime, galėjau iš arčiau stebėti psichologų darbą. Mačiau, kaip stipriai psichologams rūpi jų klientai, kokių unikalų ryšį jie yra suformavę su kiekvienu nuteistuoju, su kuriuo dirba. Tad interviu metu jaučiamas nusivylimas sistemos sprendimais mane veikia tikriausiai giliau, nei veiktų kitą asmenį, neturėjusį mano trumpos, bet svarios patirties. Taip pat dera paminėti, kad mano lytis galėjo veikti interpretaciją, nes pačiai teko susidurti su nederamu pareigūnų elgesiu praktikos metu, kuriam norėjau skirti dėmesio šiame darbe. Kadangi tyrimo dalyvių imtį sudarė daugiau moterų nei vyrų, norėjau giliau panagrinėti būtent moterų darbo patirtis vyrų dominuojamoje aplinkoje – jų bendravimo, išvaizdos ypatumus, kuriems tenka skirti daug dėmesio. Taigi, šioms temoms skiriamas dėmesys yra kilęs iš mano asmeninių paskatų išgirsti kitų moterų patirtis, o jų pasisakymų interpretacija gali būti veikiamą mano asmeninės patirties.

Svarbu paminėti, kad, keičiantis įstaigai, įstatymams ir kultūrai, gali keistis ir psichologų patirtys joje, tad ateities tyrimų rezultatai gali skirtis nuo šio tyrimo radinių. Taip pat, šio tyrimo rezultatai buvo gauti interviu metu – tai galėjo lemti tam tikrų patirčių nutylėjimą arba neaprypimą pateiktais klausimais. Galiausiai, tyrimas buvo atliktas Lietuvos kalėjimų kontekste, tad jo radiniai tiesiogiai neatspindi kitų šalių kalejimuose dirbančių psichologų patirčių dėl kultūrinių, sisteminių ir organizacinių ypatumų.

Atsižvelgiant į minėtus ribotumus, ateities tyrimuose būtų vertinga įtraukti didesnį dalyvių skaičių, kuris atstovautų platesnį kalėjimuose dirbančių psichologų spektrą. Tyrimai galėtų būti mišrūs

(apjungiantys kiekybinius ir kokybinius tyrimus) siekiant ne tik gilinti, bet ir kiekybiškai išmatuoti psichologų patirtis, bei longitudinaliniai – taip, kintant darbo sąlygoms Lietuvos kalėjimuose, būtų galima stebėti psichologų išgyvenimų pokytį ilgalaikėje perspektyvoje. Tyrimuose būtų galima gvildinti kaip specifiniai veiksniai, pavyzdžiui, dalyvių amžius, darbo stažas ir įstaigos tipas (atviras/uždaras) galėtų veikti ar būti susijęs su psichologų patirtimis.

4.2 Praktinės rekomendacijos

Remiantis tyrimo rezultatais galiu pateikti kelias rekomendacijas Lietuvos kalėjimų tarnybai ir psichologų vadovams, dirbantiems kalėjimuose:

1. Iš psichologų pasakojimų galima geriau suprasti, su kokiais emociniais ir profesiniais iššūkiais jie susiduria darbe, tad geresnei šių iššūkių reguliacijai rekomenduočiau tobulinti struktūruotą emocinės paramos sistemą. Rekomenduočiau organizuoti daugiau supervizijų, skatinti skaidrią komunikaciją tarp psichologų ir administracijos ir dažniau domėtis psichologų savijauta darbe taip skatinant žmogišką, rūpesčiu grįstą santykį tarp institucijos ir psichologų.
2. Kaip viena didžiausių problemų šiame darbe buvo įvardytas per didelis darbo krūvis, tad rekomenduočiau peržiūrėti darbo krūvio standartus ir įvertinti darbų intensyvumą, kad jis realistiškai atitiktų psichologų pajėgumus. Darbo krūvio įvertinimas svarbus tam, kad psichologai turėtų aiškias ribas, kada jie gali atsitraukti nuo darbo – t.y. valgymo pertraukų metu ir už darbo ribų. Rekomenduočiau paskirstyti darbus pagal jų svarbą – aiškiai iškomunikuoti, kurie darbai yra neatidėliotini, o kurie – gali būti atlikti ir vėliau.
3. Psichologai jaučiasi kaip atskira posistemė kalėjime dėl nesutampančių nuomonių su kitais įstaigos darbuotojais ir administracijos priimamais sprendimais. Rekomenduočiau dažniau įtraukti psichologus į sprendimų priėmimą ir diskusijas, kad jų profesinė nuomonė būtų įvertinta kaip eksperto indėlis.

5. IŠVADOS

1. Lietuvos kalėjimuose dirbantys psichologai darbe dažniausiai susiduria su perdegimu, beviltiškumo ir beprasmybės jausmais, kurie mažina motyvaciją dirbti, skatina dažniau atsitraukti nuo privalomo darbo ir patirti apatiją darbe su klientais.
2. Emocinius sunkumus lemia instituciniai reikalavimai, nesaugumas, per didelis darbo krūvis ir nemotyvuoti klientai.
3. Psichologų emocijų reguliacijai labiausiai padeda jų darbo kolegos, artimieji ir mėgstamos veiklos, o pagalbos iš institucijos nėra arba, jei yra – ji nepakankama.
4. Nuteistųjų savižala ir savižudybė įvardyti kaip vieni stipriausiai emociškai paveikiančių įvykių darbe.
5. Moterys psichologės darbe susiduria su diskriminacija, seksizmu ir griežtomis išvaizdos ir elgesio taisyklėmis. Psichologų patirtyse išryškėjo lyčių nelygybės aspektai, kurie moterims didina emocinį krūvį.
6. Darbo prasmė dažnai siejama žmogiškuoju ryšiu, o jos nykimas - su instituciniais reikalavimais, neatsižvelgimu į psichologų darbo iššūkius ir darbo krūvį bei privalomu darbu su nemotyvuotais klientais. Tai kuria vidinį konfliktą tarp profesinių užduočių ir asmeninių vertybių.
7. Psichologų siūlomi pokyčiai kalėjimų sistemai: įdarbinti daugiau psichologų, keisti kalėjimų struktūrą – kurti daugiau izoliatoriaus tipo patalpų, atlikti geresnę darbuotojų atranką siekiant atrinkti į nuteistųjų resocializaciją, o ne baudimą orientuotus darbuotojus ir skirti daugiau fokuso nuteistųjų konsultacijoms, o ne elgesio korekcijos programoms.

LITERATŪRA

- Abargil, M., & Tishby, O. (2021). Countertransference as a reflection of the patient's inner relationship conflict. *Psychoanalytic Psychology*, 38(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/pap0000312>
- Ashley-Binge, S., & Cousins, C. (2020). Individual and organisational practices addressing social workers' experiences of vicarious trauma. *Practice: Social Work in Action*, 32(3), 191–207. <https://doi.org/10.1080/09503153.2019.1620201>
- Atzil-Slonim, D., Bar-Kalifa, E., Fisher, H., Lazarus, G., Hasson-Ohayon, I., Lutz, W., Rubel, J., & Rafaeli, E. (2019). Therapists' empathic accuracy toward their clients' emotions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 87(1), 33–45. <https://doi.org/10.1037/ccp0000354>
- Aukštinaitytė, R., ir Zajančkauskaitė-Staskevičienė, L. (2010). Psichologų išgyvenamos užuojautos pasekmių, pervargimo ir sveikatai palankaus elgesio sąsajos. *Psichologija*, 42, 44–58.
- Baillargeon, J., Penn, J. V., Thomas, C. R., Temple, J. R., Baillargeon, G., & Murray, O. J. (2009). Psychiatric disorders and suicide in the nation's largest state prison system. *The journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, 37(2), 188–193.
- Bearse, J. L., McMinn, M. R., Seegobin, W., & Free, K. (2013). Barriers to psychologists seeking mental health care. *Professional Psychology: Research and Practice*, 44(3), 150–157. <https://doi.org/10.1037/a0031182>
- Bertrand-Godfrey, B., & Loewenthal, D. (2011). Delivering therapy in prison: An IPA study researching the lived experience of psychotherapists and counsellors. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 13(4), 335–355. <https://doi.org/10.1080/13642537.2011.625197>
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis. A practical guide. Sage.
- Clarke, J. J., Rees, C. S., Breen, L. J., & Heritage, B. (2020). The perceived effects of emotional labor in psychologists providing individual psychotherapy. *Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1037/pst0000351>
- Culver, L. M., McKinney, B. L., & Paradise, L. V. (2011). Mental health professionals' experiences of Vicarious Traumatization in post-Hurricane Katrina New Orleans. *Journal of Loss and Trauma*, 16(1), 33–42. <https://doi.org/10.1080/15325024.2010.519279>
- Dean, C., & Barrett, G. (2011). The personal impact of delivering a one-to-one treatment program with high-risk sex offenders: Therapists' experiences. *Journal of Sexual Aggression: An International*,

Interdisciplinary forum for research, theory, and practice, 17, 304-319.
doi:10.1080/13552600.2010.506577

DiMaggio, P.J. and Powell, W.W. (1983). The Iron Cage Revisited: Institutional Isomorphism and Collective Rationality in Organizational Fields. *American Sociological Review*, 48, 147-160.
<https://doi.org/10.2307/2095101>

Elliott, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38(3), 215 – 229.

Ermsar, A. L., & Meier, A. M. (2014). Forensic psychology: Preparing female clinicians for challenging offenders. *Women & Therapy*, 37(1-2), 72–82. <https://doi.org/10.1080/02703149.2014.850336>

Fazel, S., Bains, P., & Doll, H. (2006). Substance abuse and dependence in prisoners: A systematic review. *Addiction*, 101, 181–191.

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(1).
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-82>

Forrester, D., Kershaw, S., Moss, H., & Hughes, L. (2008). Communication skills in child protection: How do social workers talk to parents? *Child & Family Social Work*, 0(1), 070816212033001–51.
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2007.00513.x>

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>

Gallavan, D. B., & Newman, J. L. (2013). Predictors of burnout among correctional mental health professionals. *Psychological Services*, 10(1), 115-122. <https://doi.org/10.1037/a0031341>

Gaum, G., Hoffman, S., & Venter, J. H. (2006). Factors that influence adult recidivism: An exploratory study in Pollsmoor Prison. *South African Journal of Psychology*, 36(2), 407–424.
<https://doi.org/10.1177/008124630603600212>

Girgis, A., & Hansen, V. (2007). Prevalence and predictors of burnout in the COSA oncology workforce. *Newcastle, NSW: Centre for Health research and Psycho-oncology (CHERP), University of Newcastle*.

- Gudaitė G. (2007). Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai. Vilniaus universiteto leidykla.
- Harvey, J. (2011a). Acknowledging and understanding complexity when providing therapy in prisons. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 13(4), 303–315. <https://doi.org/10.1080/13642537.2011.625204>
- Harvey, J. (2011b). Young prisoners and their mental health: Reflections on providing therapy. *Special Issue: Young People in Custody*, 197, 26–31.
- Hatcher, R., & Noakes, S. (2010). Working with sex offenders: The impact on Australian treatment providers. *Psychology, Crime & Law*, 16(1-2), 145–167. <https://doi.org/10.1080/10683160802622030>
- Hernandez-Wolfe, P. (2018). Vicarious resilience: A comprehensive review. *Revista de Estudios Sociales*, (66), 9–17. <https://doi.org/10.7440/res66.2018.02>
- Hinshelwood, R. D. (1996). Changing prisons: The unconscious dimension. In C. Cordess & M. Cox (Eds.), *Forensic psychotherapy: Crime, psychodynamics and the offender patient* (Vol. II) (pp. 465-474). London: Jessica Kingsley.
- Huffman, E.G. (2006). Psychotherapy in prison: The frame imprisoned. *Clinical Social Work Journal*, 34, 319–333.
- Joinson C. (1992). Coping with compassion fatigue. *Nursing*, 22(4), 116–120.
- Kaeding, A., Sougleris, C., Reid, C., van Vreeswijk, M. F., Hayes, C., Dorrian, J., & Simpson, S. (2017). Professional Burnout, Early Maladaptive Schemas, and Physical Health in Clinical and Counselling Psychology Trainees. *Journal of clinical psychology*, 73(12), 1782–1796. <https://doi.org/10.1002/jclp.22485>
- Keane, A. (2014). The influence of therapist mindfulness practice on psychotherapeutic work: A mixed-methods study. *Mindfulness*, 5(6), 689–703. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0223-9>
- Kelty, S. F., & Gordon, H. (2014). No burnout at this coal-face: Managing occupational stress in forensic personnel and the implications for forensic and Criminal Justice Agencies. *Psychiatry, Psychology and Law*, 22(2), 273–290. <https://doi.org/10.1080/13218719.2014.941092>
- King, A., & Oliver, C. (2020). A qualitative study exploring vicarious trauma in prison officers. *Prison Service Journal*, 251, 38-45.

- Kulakova, S. V. (2015). The specificity of manifestations of the professional burnout syndrome in practicing psychologists. *Psychology & Law / Psichologia i Pravo*, (1), 80-89. <http://search.ebscohost.com.nl.idm.oclc.org/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=103126185&site=ehost-live&scope=site>
- Liebling, A. (2007). Prison suicide and its prevention. In Y. Jewkes (Ed.), *Handbook on prisons* (pp. 423–446). Cullompton: Willan.
- Lietuvos kalėjimų tarnyba. (2024). Bausmių vykdymo sistemos aktualioji statistika 2024 metų. <https://kalejimai.lrv.lt/lt/administracine-informacija/ataskaitos/metu/>
- Lietuvos psichologų sąjunga. (2018). *Psichologų etikos kodeksas*. <https://www.psichologusajunga.lt/etika>
- Lietuvos statistikos departamentas. (2021). *Nelaisvėje: daugiau bandymų žudyti*. Prieiga 2024 m. iš <https://osp.stat.gov.lt/straipsnis-nelaisveje-daugiau-bandymu-zudyti>
- Lietuvos teisėsaugos pareigūnų federacija. (2021). *Prašome ministrės stabdyti psichologų darbo reformą: kils chaosas įkalinimo įstaigose*. Prieiga 2025 m. sausio 9 d. iš <https://www.ltpf.lt/veikla-lietuvoje/prasome-ministres-stabdyti-psichologu-darbo-reforma-kils-chaosas-ikalinimo-istaigose/>
- Lockwood, P. L. (2016). The anatomy of empathy: Vicarious experience and disorders of social cognition. *Behavioural Brain Research*, 311, 255–266. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2016.05.048>
- Marshall, W. L., Serran, G. A., Fernandez, Y. M., Mulloy, R., Mann, R. E., & Thorton, D. (2003). Therapist characteristics in the treatment of sexual offenders: Tentative data on their relationship with indices of behaviour change. *Journal of Sexual Aggression*, 9(1), 25–30. <https://doi.org/10.1080/355260031000137940>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- McNeillie, N., & Rose, J. (2020). Vicarious trauma in therapists: A meta-ethnographic review. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 49(4), 426–440. <https://doi.org/10.1017/s1352465820000776>
- Melaki, E., & Stavrou, P.-D. (2023). Re-exploring the vicarious posttraumatic growth and trauma: A comparison study between private therapists and therapists in nonprofit organizations treating trauma survivors. *Traumatology*, 29(1), 27–35. <https://doi.org/10.1037/trm0000378>

- Michaelson, C. W., & Tosti-Kharas, J. (2024). Meaning and purpose in organizations. *The Meaning and Purpose of Work*, 73–90. <https://doi.org/10.4324/9781003307327-5>
- Mivshek, M. E., & Schriver, J. L. (2022). Burnout and empathy in mental health professionals working in correctional settings, community settings, and with sex offenders. *Psychology, Crime & Law*, 30(1), 86–100. <https://doi.org/10.1080/1068316x.2022.2063862>
- O'Connor, K., Muller Neff, D., & Pitman, S. (2018). Burnout in mental health professionals: A systematic review and meta-analysis of prevalence and determinants. *European psychiatry : the journal of the Association of European Psychiatrists*, 53, 74–99. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.06.003>
- Papadomarkaki, E., & Lewis, Y. (2008). Counselling psychologists' experiences of work stress. *Counselling Psychology Review*, 23, 39–51.
- Pirelli, G., Formon, D. L., & Maloney, K. (2020). Preventing vicarious trauma (VT), Compassion Fatigue (CF), and Burnout (bo) in Forensic Mental Health: Forensic Psychology as exemplar. *Professional Psychology: Research and Practice*, 51(5), 454–466. <https://doi.org/10.1037/pro0000293>
- Pratt, D. (2015). The epidemiology of prison suicide. *The Prevention of Suicide in Prison*, 19–34. <https://doi.org/10.4324/9781315857107-2>
- Rickford, D., & Edgar, K. (2005). *Troubled inside: Responding to the mental health needs of men in prison*. London: Prison Reform Trust.
- Sakalauskas, Gintautas. Nuteistųjų resocializacijos problematika // Žmogaus teisės Lietuvoje 2022-2023 m. Vilnius : Žmogaus teisių stebėjimo institutas. eISSN 3030-1890. 2024, p. 79-83. Prieiga per internetą: <https://hrmi.lt/wp-content/uploads/2024/12/2022-2023-Zmogaus-teises-Lietuvoje-apzvalga.pdf>.
- Sakalauskas, G., Jarutienė, L., Kalpokas, V., & Vaičiūnienė, R. (2019). Kalinimo sąlygos ir kalinių socialinės integracijos prielaidos.
- Salston, M., & Figley, C. R. (2003). Secondary traumatic stress effects of working with survivors of criminal victimization. *Journal of traumatic stress*, 16(2), 167–174. <https://doi.org/10.1023/A:1022899207206>
- Sansbury, B. S., Graves, K., & Scott, W. (2015). Managing traumatic stress responses among clinicians: Individual and organizational tools for self-care. *Trauma*, 17(2), 114–122. <https://doi.org/10.1177/1460408614551978>

- Scheela, R. A. (2001). Sex offender treatment: Therapists' experiences and perceptions. *Issues in Mental Health Nursing*, 22(8), 749–767. <https://doi.org/10.1080/01612840152713009>
- Schlesinger, S.E. (1979). Therapy on a treadmill: The role of the prison psychotherapist. *Professional Psychology*, 10, 307–317.
- Senter, A., Morgan, R. D., Serna-McDonald, C., & Bewley, M. (2010). Correctional psychologist Burnout, job satisfaction, and life satisfaction. *Psychological Services*, 7(3), 190–201. <https://doi.org/10.1037/a0020433>
- Sheehy Carmel, M. J., & Friedlander, M. L. (2009). The relation of secondary traumatization to therapists' perceptions of the work ing alliance with clients who commit sexual abuse. *Journal of Counseling Psychology*, 56, 461–467. doi:10.1037/a0015422
- Shelley, T. O., Morabito, M. S., & Tobin-Gurley, J. (2011). Gendered institutions and gender roles: Understanding the experiences of women in Policing. *Criminal Justice Studies*, 24(4), 351–367. <https://doi.org/10.1080/1478601x.2011.625698>
- Shingler, J., Sonnenberg, S. J., & Needs, A. (2019). 'their life in Your hands': The experiences of prison-based psychologists conducting risk assessments with indeterminate sentenced prisoners in the United Kingdom. *Psychology, Crime & Law*, 26(4), 311–326. <https://doi.org/10.1080/1068316x.2019.1652750>
- Simionato, G., & Simpson, S. (2018). Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists : A systematic review of the literature. *Journal of Clinical Psychology*, 74(9), 1431–1456. <https://doi.org/10.1002/jclp.22615>
- Smet, A. D., Dowling, B., Hancock, B., & Schaninger, B. (2022). *The great attrition is making hiring harder. are you searching the right talent pools?.* McKinsey & Company. <https://www.mckinsey.com/capabilities/people-and-organizational-performance/our-insights/the-great-attrition-is-making-hiring-harder-are-you-searching-the-right-talent-pools>
- Smith, L. (1999). Individual and institutional defences against primitive anxieties: Counselling in prison. *Psychodynamic Counselling*, 5(4), 429-442.

- Smith, P. L., & Moss, S. B. (2009). Psychologist impairment: What is it, how can it be prevented, and what can be done to address it? *Clinical Psychology: Science and Practice*, 16(1), 1–15. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2009.01137.x>
- Social Exclusion Unit (2002). *Reducing re-offending by ex-prisoners*. London: Office of the Deputy Prime Minister.
- Talbot, J. (2008). *No one knows. Report and final recommendations*. London: Prison Reform Trust.
- Turnbull, M. G., & Rhodes, P. (2019). Burnout and growth: Narratives of Australian Psychologists. *Qualitative Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1037/qup0000146>
- Vess, J., Ward, T., & Yates, P. M. (2017). The ethics of risk assessment. *Assessments in forensic practice: A handbook*, 370-386.
- Wilkinson, H., Whittington, R., Perry, L., & Eames, C. (2017). Examining the relationship between burnout and empathy in healthcare professionals: A systematic review. *Burnout research*, 6, 18–29. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.06.003>
- William Saunders, J. (Ed.) (2001). An introduction to psychotherapy in prisons: Issues, themes, and dynamics. *Life within hidden worlds: Psychotherapy in prisons* (pp. 1–36). London: Karnac Books.
- Wondra, J. D., & Ellsworth, P. C. (2015). An appraisal theory of empathy and other vicarious emotional experiences. *Psychological Review*, 122(3), 411–428. <https://doi.org/10.1037/a0039252>

PRIEDAI

1 priedas. Informuotas sutikimas

INFORMUOTAS SUTIKIMAS DALYVAUTI TYRIME

Sveiki,

Esu Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto studentė Toma Kontrimaitė. Atlieku teisės psichologijos magistrantūros darbo tyrimą pavadinimu *„Kalėjimų psichologų emocinių sunkumų ir institucinės aplinkos vaidmens kokybinis tyrimas“*, kurio tikslas – atskleisti įkalinimo įstaigų psichologų patiriamus emocinius sunkumus instituciniame kontekste.

Tyrimo metu Jūsų bus prašoma atsakyti į klausimus apie savo darbo patirtį įkalinimo įstaigoje ir aptarti emocinius sunkumus, susijusius su šia profesija. Tyrimas vykdomas laikantis Vilniaus universiteto tyrimų etikos taisyklių, užtikrinant visišką dalyvių anonimiškumą ir duomenų konfidencialumą. Tyrimo interviu bus įrašomas, įrašai bus transkribuojami ir darbe pristatomi tik apibendrinti rezultatai, nenurodant Jūsų tapatybės. Tyrimo metu surinkti duomenys bus saugomi pagal nustatytus standartus ir sunaikinami pasibaigus tyrimui. Galite bet kuriuo metu atsisakyti dalyvauti tyrime ar paprašyti ištrinti savo duomenis. Tyrimas turėtų užtrukti vidutiniškai apie valandą.

Jūsų atsakymai ir asmeninė informacija nebus viešinama. Suprantu, kad dalintis savo patirtimi gali būti nedrąsu, tačiau Jūsų įžvalgos yra nepaprastai svarbios.

Jeigu sutinkate su tyrimo sąlygomis, prašau pasirašyti apačioje.

Sutinku dalyvauti tyrime *„Kalėjimų psichologų emocinių sunkumų ir institucinės aplinkos vaidmens kokybinis tyrimas“*. Esu susipažinusi (-ęs) su tyrimo tikslu, eiga ir savo teisėmis. Sutinku, kad interviu būtų įrašomas ir kad mano pateikta informacija būtų naudojama moksliniais tikslais, laikantis konfidencialumo ir anonimiškumo reikalavimų.

Dalyvio parašas: _____

Data: _____

2 priedas. Tyrimo klausimai

1. Kiek laiko dirbate ar dirbote įkalinimo įstaigoje?
2. Kokia tai įstaiga?
3. Kas Jus paskatino pasirinkti darbą įkalinimo įstaigoje?
4. Kaip apibūdintumėte savo kasdienį darbą įkalinimo įstaigoje? Kokias užduotis dažniausiai atliekate/atlikote?
5. Kokias emocijas dažniausiai patiriate/patirdavote šiame darbe?
6. Papasakokite, ar dirbant su nuteistaisiais kyla/kildavo emocinių iššūkių? Jei taip, su kokiais emociniais iššūkiais tenka/teko susidurti?
7. Kaip jaučiatės/jausdavotės po intensyvių konsultacijų ar sudėtingų situacijų darbe?
8. Gal galite prisiminti darbe nutikusią emociškai jautrią istoriją?
9. Ar pasitaiko/pasitaikydavo, kad emocijos, patiriamos darbe, persiduoda/persiduodavo į asmeninį gyvenimą? Jei taip, kaip tai pasireiškia/pasireiškė?
10. Ar jaučiate, kad darbe turite daug dėmesio skirti tam, kaip save reprezentuojate?
11. Ar yra buvę momentų, kai galvojote apie darbo keitimą dėl emocinio krūvio? (gal galite papasakoti apie tai daugiau?)
12. Kaip manote, ar įkalinimo įstaigos vidinė kultūra turi/turėjo įtakos Jūsų emocinei būsenai? Jei taip, kokios?
13. Ar sulaukiate/sulaukėte emocinės pagalbos ar paramos iš institucijos vadovybės ar kitų kolegų? Jei taip, kaip ji pasireiškia/pasireiškė?
14. Kokias strategijas taikote/taikėte, siekdama/as išlaikyti emocinę pusiausvyrą darbe?
15. Kaip manote, kas suteikia/suteikė prasmę jūsų darbui?
16. Jei galėtumėte, ką šiame darbe pakeistumėte?
17. *Klausimas buvusiems darbuotojams* - Ar norėtumėte grįžti į šį darbą? Kodėl?
18. Ar yra dar kažkas, kuomet norėtumėte pasidalinti apie savo emocinę patirtį dirbant įkalinimo įstaigoje ko galbūt neapėmėme visais klausimais?

3 priedas. Savirefleksija

„Jaučiu, kad interviu metu stipriai įsijaučiu į dalyvių pasakojimus. Buvusio interviu metu net jaučiau, kad pradėjo kauptis ašaros. Kadangi pati norėsiu dirbti šioje srityje, keista, kad tai, ką pasakoja tyrimo dalyviai, manęs vis tiek neatkalba nuo darbinimosi į kalėjimą. Jaučiu didelį neteisybės ir perimtos frustracijos jausmą girdėdama apie jų bergždžias pastangas, apie jų norą būti matomais ir išgirstais, bet vis tiek liekančiais

nepastebėtais. Labai viliuosi, kad šitas darbas bus prasmingas ne tik man, bet ir tiems, kurie išgirs, ką pasakojo visi šie žmonės.” (2025, kovas)

„Šiuo metu esu kodavimo etape ir esu persunkta informacijos galybe. Turiu virš pusės tūkstančio svarbių citatų ir jų skaičius vis auga. Baisu, kad nežinosiu, kaip pasirinkti pačias svarbiausias, nes jų tiek daug... Galvoje vis mezgasi potemių žemėlapiai, jie vis keičiasi ir taip stipriai norisi tiesiog sėsti ir rašyti, bet to daryti dar negaliu, nes reikia baigti koduoti visus interviu. Baisu, kad mintys ateina ir išeina, todėl visas naujas idėjas stengiuosi užsirašyti. Nemoku apsaityti kaip norisi tiesiog sėsti ir viską išlieti ant popieriaus lapo.” (2025, balandis)

„Esu rezultatų rašymo etape ir jaučiu labai didelį užsidegimą. Jausmas toks, kad mintys tiesiog liejasi, pagaliau galiu pasakyti, kad yra gera dirbti, gera nebesusilaikyti ir rašyti tai, ką galvoju. Tačiau jaučiu ir didelį vidinį spaudimą parodyti savo tyrimo dalyvių pasakojimų gylį, jų patirčių skausmą, bet atrodo, kad vis nesugebu to atspindėti savo rašomais žodžiais. Galvoje vis tvyro neteisybės jausmas iš dalyvių pusės, nes jaučiu, kad jų patirtis būtų galima atskleisti dar kokybiškiau... Tikiuosi, kad rasiu tam tinkamus žodžius.“ (2025, balandis)