

*Małgorzata Wawrzyniak,
Anna Chmielewska*

*Psychologia Jakości Życia
2002, tom 1 nr 2 (115–125)*

Małgorzata Wawrzyniak
Szkola Wyższa Psychologii Społecznej
Warszawa

Anna Chmielewska
Szkola Wyższa Psychologii Społecznej
Społeczna Psychologia Kliniczna
Rok V
Warszawa

Uwięzienie, a syndrom aleksytymii

Opisane w artykule badanie stanowiło próbę odpowiedzi na pytanie, czy izolacja społeczna może prowadzić do wystąpienia syndromu aleksytymii. Warunki, jakie panują w więzieniu: izolacja, uniformizacja, kryminalne środowisko, destrukcyjny wpływ grupy, trauma i stres, wszystko to może stanowić podłoże dla nasilenia się cech aleksytymicznych. Przebadano 59 więźniów testem ALEX 40, których następnie poproszono o wykonanie zadania emocjonalnego. Badanie wykazało, że istnieje związek między czasem izolacji a poziomem aleksytymii, który wzrasta. Okazuje się, że częstsze przeżywanie emocji negatywnych przez więźniów nie prowadzi do ich łatwiejszej werbalizacji. Wykazano także, że im wyżej w hierarchii więziennej znajduje się osadzony, tym jest bardziej aleksytymiczny.

Słowa kluczowe: aleksytymia, izolacja, grypsujący – nie grypsujący.

Wprowadzenie w problematykę badawczą

Aleksytymia objawia się przede wszystkim nieumiejętnością rozpoznawania własnych stanów emocjonalnych, brakiem słów dla opisu emocji, ubóstwem wyobraźni i fantazjami wynikającymi z operacyjnego stylu myślenia i wreszcie nieumiejętnością różnicowania między przeżywaną emocją a jej wskaźnikiem fizjolo-

gicznym. Brak dostępu do przeżywanych emocji wpływa niewątpliwie na jakość naszego życia i sposób funkcjonowania.

Nazwa, jaką wybrali Nemiah i Sifneos (1996) dla powyższego syndromu zaburzeń emocjonalnych – aleksytymia – oznacza „brak słów dla emocji”. Współcześnie uważa się, że aleksytymia przejawia się głównie brakiem dostępu jednostki do własnych emocji na poziomie ich psychicznej reprezentacji (por. Maruszewski i Ścigała 1995), co prowadzi również do utrudnienia orientacji w zakresie fizjologicznych i behawioralnych wskaźników emocji.

Na syndrom aleksytymii składają się następujące cechy:

1. Niezdolność do werbalizacji emocji – czego konsekwencją jest przeżywanie nieokreślonego pobudzenia i stosowanie nieadekwatnych technik kontroli emocji.

2. Niezdolność do odróżnienia pobudzenia fizjologicznego od emocji – koncentracja na fizjologicznych aspektach emocji i stosowanie atrybucji zewnętrznej dla przeżywanych uczuć.

3. Ubóstwo życia wyobrażeniowego – głównie w aspekcie marzeń dotyczących zdarzeń pozytywnych.

4. Operacyjny styl myślenia – powierzchowność i konkretność myślenia.

Szczegółowy opis cech syndromu aleksytymii zawierają prace: Maruszewskiego i Ściągły (1997, 1998; por. też: Berenbaun i Prince 1994; McDonald i Prkachin 1990; Taylor, Bagby, i Parker 1991).

Taylor (1994) zwrócił uwagę na specyfikę życia psychicznego aleksytymików: częściej przeżywają oni emocje negatywne, myślą w sposób konkretny, preferują rzeczy znane, nie potrafią radzić sobie ze stresem, mają wąskie zainteresowania i skupiają się na konkretnych faktach.

Aleksytymik nie potrafi zwerbalizować własnych stanów emocjonalnych, i choć przeżywa emocje, nie wie czym są one w istocie. Przyczyn swojego pobudzenia dośzukuje się w atrybutach zewnętrznych posługując się operacyjnym stylem myślenia. Tłumienie i blokowanie procesów emocjonalnych prowadzi do zaburzeń somatycznych, m.in. wrzodów żołądka i dwunastnicy, choroby wieńcowej czy astmy. Tłumienie emocji negatywnych, takich jak: złość, gniew, wstręt czy strach, może w ostateczności doprowadzić do dysfunkcjonalności polegającej na pojawieniu się emocji w niewłaściwym kontekście lub doprowadzić do braku zdolności inicjowania zdarzeń pozytywnych. W innym przypadku, gdy emocje są silnie tłumione, może dojść do bardzo silnego niekontrolowanego wybuchu reakcji afektywnej. Maruszewski i Ściagała (1998) uważają, że aleksytymicy posiadają zdolność do maskowania własnych zaburzeń, często sprawiając wrażenie osób doskonale przystosowanych społecznie. Aleksytymia nie działa globalnie, a raczej w sposób parcjalny, polega na zablokowaniu dostępu jedynie do niektórych emocji. Najczęściej tłumioną emocją jest gniew. Taylor, Bagby, Ryan i Parker (1990) sugerują, że aleksytymicy mogą przemieszczać emocję gniewu na siebie. Ich badania wykazały także, że alek-

sytmia nie koreluje z poziomem wykształcenia, wiekiem oraz ze statusem społeczno-ekonomicznym.

Wyniki badań Hoppego, Bogena, Devaraya i Sasaki (za: Maruszewski i Ścigała 1998) wskazują na neuropsychologiczne podłoże aleksytymii, która może ujawnić się w wyniku zaburzenia międzypółkulowego transferu informacji, co utrudnia werbalizację i ekspresję emocji, tworzenie pełnej reprezentacji doświadczeń emocjonalnych oraz ich kontrolę. Szerzej neuropsychologiczne modele aleksytymii opisuje Herzyk (2000).

Przyczyny powstawania aleksytymii nie są dotychczas wyjaśnione. Istnieje kilka teorii traktujących o uwarunkowaniach tego syndromu (szerzej model psychodynamiczny i poznawczo-rozwojowy został opisany przez Maruszewskiego i Ścigałę 1998).

Życie w więzieniu, a aleksytymia

Konsekwencją doświadczeń traumatycznych, a także pewną formą obrony w sytuacji kryzysowej, może być pojawienie się przejściowych zachowań aleksytymicznych, które nazwano wtórną aleksytymią (Sifneos 1991). Niewątpliwie tego typu traumatycznym doświadczeniem jest sytuacja uwięzienia.

Agresja, akty przemocy i przestępstwa prowadzą do izolowania sprawców od reszty społeczeństwa. Między więźniami wytwarza się hierarchiczny porządek. Na szczycie hierarchii stoją grypsujący i ci z długoletnim wyrokiem. Charakterystyczną cechą więźniów wydaje się być właśnie przeżywanie agresji, która wzbudzona często musi być wyładowana do końca. Więźniowie, umieszczeni razem, rozpoczynają między sobą walkę. W miarę upływu czasu ich konflikt staje się mniej zaciekły i w końcu grupa współżyje ze sobą w ramach wykrystalizowanego hierarchicznego porządku. Porządek rang pozwala uniknąć starć w grupie i stanowi pewnego rodzaju sposób na rozładowywanie agresji. Przywódca grupy określa pozostałym jej członkom rodzaj wykonywanych zadań. Bycie najwyższym rangą wymaga posiadania określonych cech, np. siły fizycznej, agresywności, twardości i kontroli emocji.

Wśród więźniów istnieje podział na grypsujących i nie grypsujących (zwanych w gwarze więziennej frajerami). Odrębną grupę stanowią tzw. cwele, czyli mężczyźni wykorzystywani seksualnie, którzy są przedmiotem ataków, drwin, poniżania i gwałtów. Grypsujący więźniowie mówią o sobie „ludzie”, są – najogólniej ujmując – przeciw władzy i systemowi penitencjarnemu. Nie grypsujący nie mają prawa dotykać ich rzeczy i jeść z nimi przy wspólnym stole. Z jednej strony są nieustannie poniżani i odtrącani przez grypsujących, z drugiej zaś strony są źle traktowani przez strażników.

Gniew, złość i lęk, w obawie przed karą, są silnie tłumione. Nie można w obecności wychowawcy okazywać złości czy gniewnie zaciskać pięści. W więzieniu nie ma możliwości rozładowania emocji zarówno pozytywnych, jak i negatywnych. Tłumione emocje mogą w konsekwencji doprowadzić do niekontrolowanego gwałtownego wybuchu. Brak możliwości rozładowywania negatywnych emocji, powoduje większą gotowość do odpowiedzenia na bodźce wyzwalające agresję (Eibl-Ebesfeldt 1998; Pospiszy 1985).

Izolacja, długotrwała frustracja, brak możliwości rozładowania popędu seksualnego i agresywnego, wszystko to może sprawiać, że w miarę upływu czasu izolacji zaburzenia emocjonalne ulegną pogłębieniu.

Problemy i hipotezy badawcze

Podstawowym problemem badawczym była próba odpowiedzi na pytanie: czy w miarę pobytu w więzieniu poziom aleksytymii wzrasta? Spodziewano się, że warunki panujące w więzieniu będą sprzyjały pojawieniu się deficytów emocjonalnych lub nawet ich pogłębieniu wraz z czasem izolacji. Biorąc pod uwagę tendencję osadzonych do tworzenia grup grypsujących charakteryzujących się negatywną postawą oczekiwano, że grupa ta będzie bardziej aleksytymiczna.

Pierwsza hipoteza badawcza dotyczyła zależności między czasem uwięzienia a aleksytymią. Spodziewano się, że wraz z czasem izolacji cechy aleksytymiczne nasilą się.

Hipoteza druga mówi, że im wyżej w hierarchii więziennej znajduje się osoba badana (grupa grypsująca), tym wyższy poziom aleksytymii będzie ją charakteryzował.

Procesy desymbolizacji (Maruszewski i Ścigała, 1998) stanowią ogromną trudność dla aleksytymika, gdyż zdolność do prawidłowego odkodowywania metaforycznych komunikatów emocjonalnych stanowi podstawowe kryterium prawidłowej orientacji w świecie emocji. Aleksytymicy świetnie radzą sobie z interpretowaniem sytuacji dobrze zdefiniowanych społecznie, lecz tylko wówczas, gdy bodziec emotogeny dostarczany jest w postaci jednoznacznej i dobrze zdefiniowanej.

Odwolując się do koncepcji aleksytymii oczekiwano też, że miejsce w hierarchii więziennej będzie miało istotny wpływ na zdolność do nazywania emocji (hipoteza trzecia).

Metoda

Osoby badane

Przebadano 59 więźniów (mężczyzn) z aresztu śledczego Warszawa-Białoleka w różnym wieku (18–63 lata), z różnym czasem izolacji (od 1 do 216 miesięcy), grypsujących (36 osób) i nie grypsujących (23 osoby), zarówno recydywistów (12 osób), jak i osadzonych po raz pierwszy (47 osób).

Narzędzia badawcze

W badaniu zastosowano skalę do pomiaru poziomu aleksytymii – ALEX 40 (Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire), której polskiej adaptacji dokonali Maruszewski i Ścigała (1998). Jest to metoda kwestionariuszowa, składająca się z 40 pozycji, oparta na samoopisie. Osoby badane udzielają odpowiedzi na 5-wagowych skalach typu Likerta, od „w pełni mnie charakteryzuje” – do „zupełnie mnie nie charakteryzuje”. Badany wybiera miejsce na skali w zależności od oceny swojego sposobu reagowania. Test ALEX 40 zawiera pięć podskal wyodrębnionych na podstawie analizy czynnikowej: trudności w werbalizowaniu doznań emocjonalnych, ubóstwo wyobraźni oraz marzeń na jawie, słaby wgląd we własne doznania emocjonalne, niska pobudliwość emocjonalna i myślenie konkretne. Skala posiada dobre właściwości psychometryczne. Jej rzetelność, określana na podstawie zgodności wewnętrznej (α Cronbacha), przekracza 0,8; rzetelność podskal wynosi od 0/68 do 0,87 (Maruszewski i Ścigała 1998). Inne właściwości psychometryczne testu ALEX 40 i innych skal mierzących aleksytymię zostały opisane przez Krystala (1988) i Maruszewskiego i Ścigałę (1998).

Muzyka nie jest nośnikiem komunikatów bezpośrednich, dlatego też aleksytymicy mają trudności w nazywaniu emocji przeżywanych podczas jej słuchania. Zakłada się, że emocje przeżywane podczas słuchania utworu są odpowiednikiem emocji przeżywanych w rzeczywistych sytuacjach (Ekman i Davidson 1998; Maruszewski i Ścigała 1998). W związku z tym w tym badaniu wykorzystano 5-minutowy fragment utworu J.S. Bacha „Ave Maria”, który potraktowano jako nośnik komunikatów emocjonalnych.

Procedura

Osoby badane (w trzech turach, po około 20 osób w każdej) poproszono, by wypełniły kwestionariusz ALEX-40. Następnie zaprezentowano badanym fragment utworu Bacha. Po wysłuchaniu muzyki zadaniem więźniów było udzielenie odpo-

wiedzi na pytanie: „jakie emocje budzi w Tobie ta muzyka?”. Wygenerowane określenia przeżywanych stanów emocjonalnych lub nazwy emocji badani zapisywali na odwrocie arkusza testu. Badacz poprosił również, by każdy z więźniów oznaczył literą G przynależność do grupy grypsujących. 5 sędziów dokonywało oceny wygenerowanych słów jako określeń nasyconych emocjami pozytywnymi lub negatywnymi na podstawie listy nazw emocji skonstruowanej przez Maruszewskiego i Ścigałę (1998). Określenie zostawało uznane za nazwę emocji, jeśli oceny sędziów były spójne.

Wyniki

Czas izolacji, a poziom aleksytymii

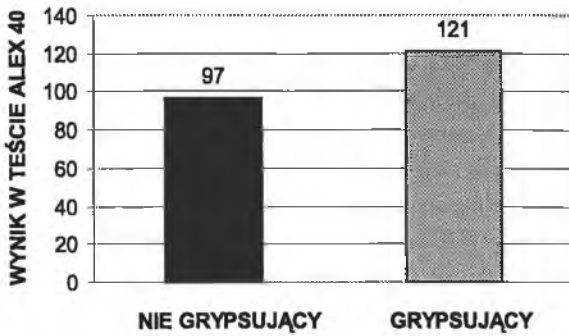
Współczynnik korelacji między czasem osadzenia (wyrażonym w miesiącach) a wynikami w teście ALEX 40 wynosi $r = 0,32$ i jest istotny na poziomie $p = 0,05$. Okazuje się więc, że poziom aleksytymii u więźniów rośnie wraz z czasem ich osadzenia.

Pozycja w hierarchii więziennej a zdolności do uświadamiania sobie i werbalizacji emocji

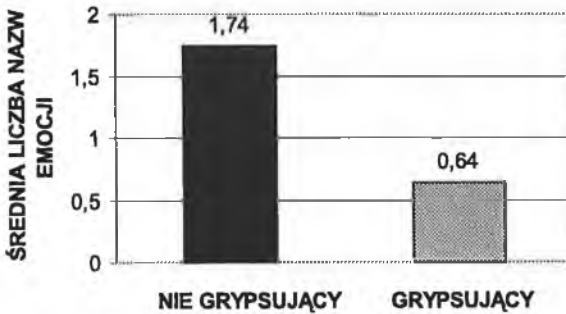
Porównano więźniów grypsujących i nie grypsujących pod względem poziomu aleksytymii oraz liczby słów użytych do opisu własnego stanu emocjonalnego. Analiza wariancji wykazała zależność poziomu aleksytymii od miejsca w hierarchii więziennej ($F [1;57] = 22,30, p < 0,001$). Jak pokazuje Ryc. 1 (na s. 121) średni wynik w teście ALEX 40 w grupie grypsujących ($M = 120,5, SD = 19,6$) w porównaniu z grupą nie grypsującą ($M = 97,0, SD = 16,9$) okazał się istotnie wyższy. Tak więc więźniowie znajdujący się wyżej w hierarchii charakteryzują się większym nasileniem cech aleksytymicznych.

Analiza wariacji wykazała, że porównywane grupy więźniów różnią się pod względem liczby wygenerowanych słów opisujących stan emocjonalny. Więźniowie nie grypsujący podali więcej słów odnoszących się do uczuć ($M = 1,74, SD = 0,86$) niż więźniowie grypsujący ($M = 0,64, SD = 0,8; F [1;57] = 25,0, p < 0,001$), w tym – więcej nazw emocji pozytywnych odpowiednio: ($M = 1,35, SD = 0,76; M = 0,22, SD = 0,48; F [1;57] = 47,27, p < 0,001$). Wyniki te przedstawione są na Ryc. 2 i 3 na s. 121.

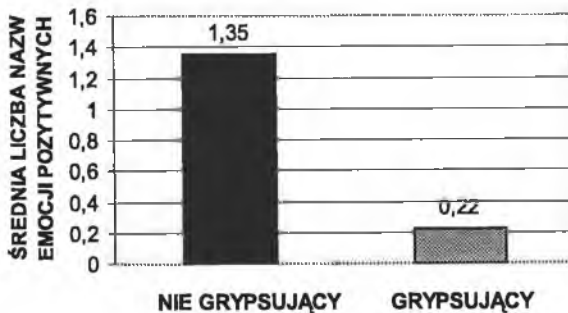
Różnica średnich liczby nazw emocji negatywnych między porównywanymi grupami okazała się nieistotna statystycznie.



Ryc. 1. Poziom aleksytymii w grupie więźniów nie grypsujących i grypsujących.



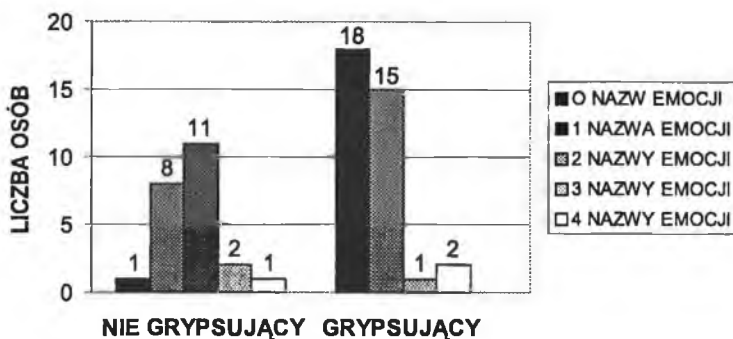
Ryc. 2. Średnia liczba nazw emocji wygenerowana w grupie więźniów nie grypsujących i grypsujących.



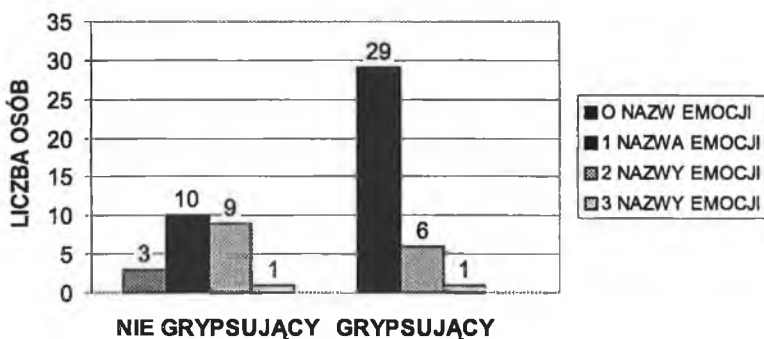
Ryc. 3. Średnia liczba nazw emocji pozytywnych wygenerowana w grupie więźniów nie grypsujących i grypsujących.

Ekspresja werbalna aleksytymików okazała się wyraźnie ograniczona. 59 więźniów wygenerowało 63 słowa do opisu stanu emocjonalnego, w tym 39 słów do opisu emocji pozytywnych i 24 do opisu uczuć negatywnych. 19 badanych nie podało żadnego określenia przeżywanego stanu emocjonalnego. Dlatego przeprowadzono również porównanie częstości podawania nazw emocji w grupach więźniów nie grypsujących i grypsujących, biorąc pod uwagę liczebności osób w odniesieniu do liczby wygenerowanych nazw emocji (0, 1, 2, 3, lub 4 nazwy emocji).

Porównywane grupy (nie grypsujący – grypsujący) różnią się częstością podawania określeń stanów emocjonalnych ($\chi^2 = 25,02$, $df = 4$ $p < 0,001$, Ryc. 4) oraz – nazw emocji pozytywnych ($\chi^2 = 28,02$, $df = 3$ $p < 0,001$, Ryc. 5). W zakresie częstości nazw emocji negatywnych nie stwierdzono różnicy między porównywanymi grupami.



Ryc. 4. Rozkład częstości wygenerowanych nazw emocji w grupie nie grypsujących i grypsujących.



Ryc. 5. Rozkład częstości wygenerowanych nazw emocji pozytywnych w grupie nie grypsujących i grypsujących.

Wyniki te są spójne z analizą średnich i pokazują, że osoby grypsujące mają trudności z werbalizowaniem przeżywanych emocji, szczególnie w obszarze emocji pozytywnych.

Dyskusja

Hipoteza badawcza odnosząca się do związku między czasem izolacji a poziomem aleksytymii potwierdziła się. Okazało się, że więźniowie z dłuższym czasem izolacji mają wyższy poziom aleksytymii.

Celem naszych badań było także wykazanie związku między przynależnością do grupy grypsującej a wzrastającym poziomem aleksytymii. Wynik badania wskazuje na to, że grypsujący są bardziej aleksytymiczni, silniej tłumią emocje.

W grupie więźniów grypsujących średnia liczba wygenerowanych słów opisujących emocje była prawie trzykrotnie mniejsza niż w grupie skazanych nie grypsujących. Obie grupy różniły się zwłaszcza pod względem liczby nazwanych emocji pozytywnych, natomiast liczba wygenerowanych emocji negatywnych była zbliżona. Tak więc jest prawdopodobne, że osoby grypsujące, jako wysoko aleksytymiczne, mimo dużego natężenia emocji negatywnych (na podstawie założenia teoretycznego Taylora (1994), który opisał osoby aleksytymiczne, jako częściej przeżywające emocje negatywne) nie potrafią ich nazywać, co jest zgodne z syndromem aleksytymii (por. Maruszewski i Ścigała 1998; Taylor, op.cit.). Okazało się, że osoby grypsujące mają problemy z generowaniem nazw emocji w odpowiedzi na emocjonalny komunikat symboliczny.

Powyższe wyniki mogą stanowić potwierdzenie, że osoby z niższym poziomem aleksytymii (grupa nie grypsująca) mają lepszy dostęp do przeżywanych emocji i wyrażają je.

Tak więc warunki izolacji sprzyjają przeżywaniu uczuć negatywnych, natomiast normy więzienne ograniczają ich uzewnętrznianie.

Ogólnie wyniki naszego badania wskazują na destrukcyjny wpływ uwięzienia na osobowość człowieka. Izolacja wiąże się z wysokim natężeniem cech aleksytymicznych u osadzonych. W przebadanej grupie więźniów średni poziom aleksytymii wyniósł 111 punktów, co jest wynikiem wysokim w odniesieniu do norm testu ALEX 40. Wydaje się, że w tym przypadku aleksytymia pełni rolę funkcjonalną stanowiąc czynnik adaptacyjny do warunków i norm panujących w więzieniu (por. Maruszewski i Ścigała 1998).

Przedstawione wyniki są interesujące i stanowią inspirację do dalszych poszukiwań. Szczególnie interesujące są pytania o to, czy ponowne osadzenie w więzieniu wiąże się z wyższym poziomem aleksytymii, oraz jak natężenie poziomu aleksytymii zmienia się w miarę upływu czasu izolacji i jakie inne czynniki mają na to wpływ.

Wnikliwa analiza problemu wymaga badań podłużnych na więźniach i kontroli ewentualnie pogłębiającej się aleksytymii pod wpływem określonych niekorzystnych doświadczeń życiowych – izolacji społecznej, ograniczenia autonomii oraz norm panujących w środowisku więziennym.

Bibliografia

- Berenbaum H., Prince J.D. (1994). Alexithymia and the interpretation of emotion – relevant information. *Cognition and emotion*, 8, 231–244.
- Eibl-Eibesfeldt I. (1998). *Miłość i nienawiść*. Warszawa: PIW.
- Ekman P., Davidson R. (1998). *Natura emocji*. Gdańsk: GWP.
- Herzyk A. (2000). *Mózg, emocje, uczucia. Analiza neuropsychologiczna*. Lublin: Wydawnictwo UMCS
- Krystal J. (1988). Assessing alexithymia, [w:] H. Krystal (red.), *Integration and self-healing. Affect – trauma – alexithymia* (s. 286–310). Hillsdale: The Analytic Press.
- Maruszewski T., Ścigała E. (1995). Poznawcza reprezentacja emocji. *Przegląd Psychologiczny*, 38, 245–278.
- Maruszewski T., Ścigała E. (1997). Aleksytymia, procesy emocjonalne, a kodowanie informacji. *Kolowia Psychologiczne*, 6, 98–122.
- Maruszewski T., Ścigała E. (1998). *Emocje – Aleksytymia – Poznanie*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Maruszewski T., Ścigała E. (maszynopis nieopublikowany). *Aleksytymia – znak naszych czasów*.
- McDonald P.W., Prkachin K.M. (1990). The expression and perception of facial emotion in alexithymia: a pilot study. *Psychosomatic Medicine*, 52, 199–210.
- Pospiszyl K. (1985). *Psychopatia*. Warszawa: PWN.
- Sifneos P.E. (1991). Affect, emotional conflict, and deficit: an overview. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 56, 116–122.
- Sifneos P.E. (1996). Alexithymia: past and present. *Am. J. Psychiatry*, 153, 137–142.
- Taylor G.J. (1994). The alexithymia construct: conceptualization, validation, and relationship with basic dimensions of personality. *New Trends in Experimental and Clinical Psychiatry*, 10, 61–74.
- Taylor G.J., Bagby R.M., Parker J.D.A. (1991). The alexithymia construct. A potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics*, 32, 153–164.
- Taylor G.J., Bagby R.M., Ryan D.P., Parker J.D.A. (1990). Validation of the alexithymia construct: a measurement based approach. *Canadian Journal of Psychiatry*, 35, 290–297

Małgorzata Wawrzyniak, Anna Chmielewska

Warsaw School of Social Psychology

Warsaw

Imprisonment and alexithymia syndrom

The research project attempted to answer the question whether social isolation may lead to the alexithymia syndrome. Conditions in a penitentiary facility: isolation, uniformisation, criminogenous environment, destructive influence of the group, trauma and stress – all these may constitute a basis for alexithymia. The 59 jails were tested by Alex 40 and they were involved in emotional task. The research proved that there is a relation between the duration of the isolation time and the increasing level of alexithymia. This study shows that more often negative emotional experiences do not lead to simpler verbalisation of emotions. It was proven that the higher status of a convict in the jail hierarchy the more alexithymic he is.

Key words: alexithymia, isolation, clique members – outsiders.