

УДК 340.115(075)

DOI 10.25799/AR.2019.43.1.044

## **О необходимости психогигиены сотрудников уголовно-исполнительной системы: педагогический аспект**

**Кулакова Светлана Владимировна**

Старший научный сотрудник НИЦ-1,  
Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний России,  
125130, Российская Федерация, Москва, ул. Нарвская, 15-а;  
e-mail: centr2nii@yandex.ru

**Новиков Алексей Валерьевич**

Доктор педагогических наук, кандидат юридических наук, доцент,  
главный научный сотрудник,  
Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний России,  
125130, Российская Федерация, Москва, ул. Нарвская, 15-а;  
профессор кафедры уголовного права,  
Астраханский государственный университет,  
414056, Российская Федерация, Астрахань, ул. Татищева, 20-а;  
профессор кафедры гражданского права,  
Российская таможенная академия,  
140009, Российская Федерация, Люберцы, просп. Комсомольский, 4;  
e-mail: novikov.pravo@mail.ru

**Слабкая Диана Николаевна**

Научный сотрудник,  
Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний России,  
125130, Российская Федерация, Москва, ул. Нарвская, 15-а;  
e-mail: sdn10.70@mail.ru

### **Аннотация**

Основное внимание в представленной работе уделено проблеме поддержания психологического здоровья у личного состава учреждений и органов уголовно-исполнительной системы. В статье последовательно и убедительно показано, как наличие проблем пенитенциарной деятельности, негативно влияет на систему исполнения наказаний на разных уровнях: уровень отдельного сотрудника, уровень коллектива учреждения, уровень функционирования учреждения. В данной статье, рассмотрена психогигиена в контексте поддержания психологического здоровья, которое является залогом физического здоровья сотрудников уголовно-исполнительной системе. Авторами определяются источники основных проблем пенитенциарной деятельности, которые способны оказать влияние на психологическое здоровье сотрудника. Несоблюдение

психогигиенических принципов в целом, и, отдельных его составляющих в частности создает условия для развития деструктивных форм поведения у сотрудников. Авторы отмечают, что данная проблема, несмотря на свою теоретическую и практическую актуальность, в настоящее время изучена мало.

#### **Для цитирования в научных исследованиях**

Кулакова С.В., Новиков А.В., Слабкая Д.Н. О необходимости психогигиены сотрудников уголовно-исполнительной системы: педагогический аспект // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 1А. С. 16-22.

#### **Ключевые слова**

Пенитенциарная психология, психогигиена, психопрофилактика, сотрудники, уголовно-исполнительная система.

## **Введение**

Если профессия соответствует интересам, способностям, эмоциональным потребностям и подготовке человека, то труд – источник радости, удовлетворения, психического здоровья. В этой связи вызывает сомнения тот факт, что работа в уголовно-исполнительной системе в целом может вызывать позитивные эмоции. Особенно это касается той части сотрудников, которые непосредственно работают с осужденными.

Психогигиена, как понятие возникло в IX веке после опубликования книги «Душа, которая нашлась вновь» К. Бирсом, бывшим пациентом психиатрической больницы в США. И до настоящего времени принципы психической гигиены и мероприятия, проводимые в этой области, имеют первостепенное значение для профилактики не только психических заболеваний, но и некоторых непсихических заболеваний, так называемых психосоматических болезней.

По мнению современных исследователей, основной задачей психогигиены и психопрофилактики является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям с целью предотвращения нервно-психических и психосоматических заболеваний, а также облегчения острых психотравматических реакций (психогений). Остановимся подробнее на источниках проблем, негативно влияющих на психологическое здоровье сотрудников уголовно-исполнительной системы.

### **Выполнение деятельности, не соответствующей квалификации сотрудника**

В связи со спецификой службы даже офицеры периодически вынуждены заниматься деятельностью, в значительной степени не соответствующей их квалификации, например, сопровождать осужденных или служебный транспорт, проводить обысковые мероприятия, участвовать в дежурствах, уборке служебных помещений. Также стрессогенными являются ситуации, когда сотрудники работают не по специальности, например, юрист работает в должности психолога, бухгалтер с высшим образованием, не имея возможности карьерного роста, работает младшим инспектором в отделе охраны. Вне зависимости от желания или нежелания сотрудника находиться на несоответствующей должности или заниматься несвойственной деятельностью, данные обстоятельства являются стрессогенными, и сотрудник должен понимать и осознавать их последствия для своего психологического здоровья. Обычно

же сотрудник настолько погружен в ежедневную рутину, что не задумывается о важности своей психогигиены, а в значительной части случаев даже не подозревает о ее необходимости.

### **Наличие непрореагированных эмоций**

Также необходимо отметить, что та часть времени, которая не посвящена непосредственному взаимодействию со спецконтингентом, занята участием в служебных совещаниях, комиссиях, собраниях, на которых в основном разбираются проблемные вопросы и формулируются задачи, требующие решения. Так, со временем накапливаются негативные переживания, непрореагированные эмоции, усиливается дефицит позитивных впечатлений, хроническая усталость. Сотрудник становится агрессивным, раздражительным, безынициативным, страдают взаимоотношения в служебном коллективе.

### **Сложные взаимоотношения в служебном коллективе**

Большое психогигиеническое значение имеет система корректных отношений внутри коллектива. Служба внутри закрытой организации, в условиях хронического стресса, где деятельность разных отделов не только имеет общие интересы, но порой и противоположные, создает предпосылки для напряженных взаимоотношений между сотрудниками.

### **Неравномерный рабочий ритм**

Поскольку служба в уголовно-исполнительной системе подразумевает работу с людьми, тем более с их наиболее неблагополучной частью – осужденными, ритм работы зачастую неровный, изобилующий внезапными срочными задачами и поручениями. Из-за этого сотрудники не могут до конца планировать работу, создается необходимость в нарушении их распорядка дня, приходится задерживаться на работе или работать в свои выходные. Таким образом, не происходит полного восстановления и отдыха, что приводит к постепенному накоплению хронической усталости.

### **Хроническая усталость**

Сотрудники пенитенциарного ведомства часто жалуются, что работают «на износ», возвращаются со службы в состоянии, характеризуемом метафорой «как выжатый лимон». Постоянные сонливость, раздражительность, упадок сил, пониженный иммунитет – признаки хронической усталости. Как одно из следствий – возникновение какого-либо недомогания или заболевания.

### **Пренебрежительное отношение к своему физиологическому состоянию**

Еще одним распространенным способом игнорирования собственных потребностей является невнимательное отношение к своему физиологическому состоянию и стремление остаться на работе в период недомогания или болезни. Тот факт, что сотрудник в подобном дискомфортном состоянии не способен эффективно выполнять свои служебные обязанности и даже может негативно влиять на других, увы, не всегда принимается к сведению. В результате сотрудник занимается самолечением, бессистемно принимая лекарственные препараты, не долечивается до конца, что может приводить к осложнениям и хроническому течению болезни.

---

## **Пренебрежительное отношение к психологическому состоянию**

С учетом того, что сотрудники пренебрегают своим физиологическим комфортом, психологическому состоянию вообще уделяется мало внимания. Это приводит к тому, что сотрудники усугубляют свои психологические проблемы, своевременно не обращаясь к специалисту-психологу. Более того – среди них неразвита культура обращения к психологу. В этой связи необходимо последовательно, систематично и регулярно проводить разъяснительную работу, направленную на популяризацию деятельности психолога и повышения его статуса как профессионала, к которому можно обратиться в ситуации проблем.

## **Проблема сенсорного голода**

Недостаточность впечатлений, воздействий извне особенно актуальна для сотрудников уголовно-исполнительной системы. Из дня в день, из года в год человек заходит в одно и то же исправительное учреждение, видит одних и тех же коллег, в одинаковой форме, выполняет однотипные функции по своим должностным обязанностям. В большинстве случаев ему даже запрещено пользоваться мобильным телефоном. Таким образом у него накапливается дефицит впечатлений, который необходимо восполнять для поддержания своего психологического здоровья.

## **Незначительное пространство для свободной, творческой деятельности, самовыражения**

Работа сотрудника УИС, вне зависимости от занимаемой должности, строго регламентирована большим количеством нормативных документов, каждый его шаг контролируется, записывается на видео, подвергается анализу и зачастую критике. Любой неосторожный поступок и даже слово могут привести к серьезным последствиям. Более того, поведение человека за пределами службы также должно соответствовать определенным стереотипам. Это сковывает сотрудника в поведении, инициативе, что приводит к фрустрации важной потребности – в самовыражении.

## **Незначительный опыт позитивных воспоминаний**

Специфика деятельности сотрудника УИС такова, что он работает в местах лишения свободы, прямо или косвенно взаимодействует с осужденными, что априори не создает предпосылок для позитивных впечатлений и воспоминаний. Так каждым годом службы накапливается багаж негативных переживаний.

## **Проблемы психогигиены быта**

Нарушение установленного распорядка дня, пренебрежение бытовыми потребностями сотрудника, сложная санитарно-гигиеническая ситуация на рабочем месте – негативные факторы, влияющие на психогигиену быта.

Кроме того, зачастую у сотрудника нет возможности в спокойной обстановке пообедать – в большинстве учреждений даже не предусмотрено место для приема пищи (столовой, комнаты приема пищи), иногда нет доступного способа разогреть еду. Это приводит к тому, что

сотрудник питается прямо на рабочем месте – перед компьютером, среди служебных бумаг, что является некомфортным и негигиеничным. Более того – то, что сотрудник фактически находится на рабочем месте, провоцирует попытки осужденных и коллег привлечь его к текущим делам в обеденное время. В результате пища принимается наспех, урывками, лишая человека полноценного обеда и необходимого перерыва в работе.

### **Неразвитость культуры проведения досуга**

Работа в уголовно-исполнительной системе, строго регламентированная и не способствующая проявлению инициативы, хроническая усталость ограничивают кругозор и активность сотрудника, в результате люди распоряжаются своим временем неконструктивно, не имеют разносторонних интересов, увлечений и хобби за пределами службы, могут рассматривать алкоголь как основной способ расслабления и увеселения.

### **Потребительское отношение к себе как к части процесса (функции)**

Иногда сотрудник встраивается в процесс несения службы таким образом, что перестает воспринимать себя как личность, а воспринимает в первую очередь – как функцию, которую он реализует в рамках своих должностных обязанностей. Это выхолащивает его личностные особенности, заставляет пренебрегать своими физиологическими и психологическими потребностями, снижает самосознание, меняет самоидентификацию.

### **Заключение**

Возникает закономерный вопрос, когда же сотрудник находит источник радости, удовлетворения и психического здоровья? Возможно, в процессе служебной деятельности этого не происходит. Таким образом, необходимо изучать и, пользуясь научно обоснованными данными, улучшать гигиенические и психогигиенические условия работы сотрудников УИС, а также обращать их внимание на важность индивидуальной психогигиены – систематично на лекциях в рамках служебной подготовки, при индивидуальной и групповой психологической работе.

### **Библиография**

1. Алексеева О.С., Нилова Л.А., Цветкова Н.А. Сравнительный анализ личностных характеристик сотрудников уголовно-исполнительной системы в зависимости от уровня экспертной оценки их личности // Прикладная юридическая психология. 2017. № 4. С. 32-41.
2. Андреев В.Н. и др. Психолог следственного изолятора. М., 1983. 34 с.
3. Башкатов И.П., Саблина Л.С. Психолог ВТК. М., 1977. 55 с.
4. Бовин Б.Г. Психологическая профилактика профессионального отчуждения сотрудников уголовно-исполнительной системы. Тверь, 2017. 223 с.
5. Дмитриева Т.Б. (ред.) Медицинская и судебная психология. М.: Генезис, 2005. 606 с.
6. Овчинников Б.В. и др. Основы клинической психологии и медицинской психодиагностики. СПб., 2005. 320 с.
7. Сидоров П.И., Парняков А.В. Клиническая психология. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. 880 с.
8. Сурнов К.Г. Проблемы этики в клинической психологии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2006. № 2. С. 3-11.
9. Тарабрина Н.В. Клиническая психология. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
10. Цветкова Н.А., Котельникова Н.И. Выгорание сотрудников пограничного контроля как следствие стресса и признак профессиональной дезадаптации // Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды. 2013. С. 87-92.

---

## **About the need for the psycho-hygiene of employees of the criminal-executive system: Pedagogical aspect**

**Svetlana V. Kulakova**

Senior Scientific Officer,  
Scientific-Research Institute of the Federal Penitentiary Service of the Russian Federation,  
125130, 15-a, Narvskaya st., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: centr2nii@yandex.ru

**Aleksei V. Novikov**

Doctor of Pedagogy, PhD in Law,  
Associate Professor,  
Chief Scientific Officer,  
Scientific-Research Institute of the Federal Penitentiary Service of the Russian Federation,  
125130, 15-a, Narvskaya st., Moscow, Russian Federation;  
Professor at the Department of Criminal Law,  
Astrakhan State University,  
4140546, 20-a, Tatishcheva st., Astrakhan, Russian Federation;  
Professor at the Department of Civil Law,  
Russian Customs Academy,  
140009, 4, Komsomolyskiy av., Lyubercy, Russian Federation;  
e-mail: novikov.pravo@mail.ru

**Diana N. Slabkaya**

Scientific Officer,  
Scientific-Research Institute of the Federal Penitentiary Service of the Russian Federation,  
125130, 15-a, Narvskaya st., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: sdn10.70@mail.ru

### **Abstract**

The focus of this paper is on the problem of maintaining psychological health among the personnel of institutions and bodies of the penitentiary system. The article consistently and convincingly shows how the existence of problems in penitentiary activities adversely affects the system of execution of punishments at different levels: the level of the individual employee, the level of the institution's collective, the level of functioning of the institution. This article examines mental health in the context of maintaining psychological health, which is the key to the physical health of employees of the penitentiary system. The authors identify the sources of the main problems of penitentiary activities that can affect the psychological health of an employee. Non-observance of psycho-hygienic principles in general, and its individual components in particular, creates conditions for the development of destructive forms of behavior among employees. The authors note that this problem, despite its theoretical and practical relevance, is currently little studied. It is necessary to study and, using scientifically based data, to improve the hygienic and

psycho-hygienic working conditions of the staff of the penitentiary system, and also to draw their attention to the importance of individual mental hygiene, systematically in lectures as part of professional training, with individual and group psychological work.

### For citation

Kulakova S.V., Novikov A.V., Slabkaya D.N. (2019) O neobkhodimosti psikhogigieny sotrudnikov ugovolno-ispolnitel'noi sistemy: pedagogicheskii aspekt [About the need for the psycho-hygiene of employees of the criminal-executive system: Pedagogical aspect]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 8 (1A), pp. 16-22.

### Keywords

Penitentiary psychology, mental hygiene, psychoprophylaxis, employees, penitentiary system.

### References

1. Alekseeva O.S., Nilova L.A., Tsvetkova N.A. (2017) Sravnitel'nyi analiz lichnostnykh kharakteristik sotrudnikov ugovolno-ispolnitel'noi sistemy v zavisimosti ot urovnya ekspertnoi otsenki ikh lichnosti [Comparative analysis of the personal characteristics of employees of the penitentiary system, depending on the level of expert assessment of their personality]. *Prikladnaya yuridicheskaya psikhologiya* [Applied legal psychology], 4, pp. 32-41.
2. Andreev V.N. et al. (1983) *Psikholog sledstvennogo izolyatora* [Psychologist in a detention center]. Moscow.
3. Bashkatov I.P., Sablina L.S. (1977) *Psikholog VTK* [Penitentiary psychologist]. Moscow.
4. Bovin B.G. (2017) *Psikhologicheskaya profilaktika professional'nogo otchuzhdeniya sotrudnikov ugovolno-ispolnitel'noi sistemy* [Psychological prevention of professional alienation of employees of the penitentiary system]. Tver.
5. Dmitrieva T.B. (ed.) (2005) *Meditsinskaya i sudebnaya psikhologiya* [Medical and forensic psychology.]. Moscow: Genezis Publ.
6. Ovchinnikov B.V. et al. (2005) *Osnovy klinicheskoi psikhologii i meditsinskoi psikhodiagnostiki* [Fundamentals of clinical psychology and medical psychodiagnostics]. St. Petersburg.
7. Sidorov P.I., Parnyakov A.V. (2010) *Klinicheskaya psikhologiya* [Clinical psychology]. Moscow: GEOTAR-Media Publ.
8. Surnov K.G. (2006) Problemy etiki v klinicheskoi psikhologii [Problems of ethics in clinical psychology]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya* [Moscow University Bulletin. Series 14. Psychology], 2, pp. 3-11.
9. Tarabrina N.V. (2009) *Klinicheskaya psikhologiya* [Clinical psychology]. St. Petersburg: Piter Publ.
10. Tsvetkova N.A., Kotel'nikova N.I. (2013) Vygoranie sotrudnikov pogranichnogo kontrolya kak sledstvie stressa i priznak professional'noi dezadaptatsii [Burnout of border control officers as a result of stress and a sign of professional maladjustment]. In: *Psikhologicheskaya adaptatsiya i psikhologicheskoe zdorov'e cheloveka v oslozhnennykh usloviyakh zhiznennoi sredy* [Psychological adaptation and psychological health of a person in complicated conditions of the living environment].