

ANTYSTRESOWA WARTOŚĆ ALTERNATYWNEJ TERAPII DŹWIĘKIEM W ZAKŁADZIE KARNYM dr Anetta Jaworska, Akademia Pomorska w Słupsku

Wprowadzenie

Nadrzędnym celem każdego wychowania jest dążenie do ukształtowania pewnego ideału człowieka. W przypadku wychowania resocjalizującego dążenie to wydaje się zadaniem szczególnie złożonym. Złożoność ta implikuje konieczność podejmowania nowych badań i szukania nowych metod pracy z osobami przebywającymi w placówkach resocjalizacyjnych. W założeniach teleologicznych pedagogiki resocjalizacyjnej, jako cel ostateczny określa się takie głębokie przemiany tożsamości wychowanków, które uczynią z nich ludzi kreatywnych, samorealizujących się i szczęśliwych.

Oczywiście to nie szczytny cel stanowi istotę efektywności oddziaływań pedagogicznych, ale możliwość jego realizacji. Szukanie takich sposobów, pozwalających na efektywną, szeroko rozumianą resocjalizację, stało się dla mnie impulsem do podjęcia i zrealizowania zaprezentowanych w dalszej części tych wywodów badań. Nowa, kreatywna readaptacja społeczna, wymaga wyjścia poza rutynę i reprezentowania otwartej postawy wobec niekonwencjonalnych metod oddziaływania na osoby niedostosowane społecznie. Wszędzie tam gdzie dominuje oczywistość, należy stawiać nowe pytania, tam gdzie wciąż panują jedynie słuszne poglądy na rzeczywistość wychowawczą, należy propagować zróżnicowane wizje świata, poddając je rzecz jasna krytycznej refleksji naukowej.

Naukowe podstawy terapii dźwiękiem

Terapia muzyką, jako jeden z podstawowych rodzajów terapii naturalnych towarzyszy człowiekowi od najdawniejszych czasów. Uznanie muzyko terapii, jako dyscypliny naukowej przypada na początek XX wieku i nikt dziś nie próbuje podważać istotności i terapeutycznej wartości muzyki. Muzyka i jej elementy wykorzystywane są w oddziaływaniach pedagogicznych, jako środki stymulacji, strukturalizacji oraz ekspresji emocjonalnej i komunikacji niewerbalnej w procesie rozwoju osobowości człowieka.

Wiele uzasadnionych z punktu widzenia nauki wątpliwości, budzą natomiast wszelkie formy tzw. muzykoterapii alternatywnej – z jednej strony intrygujące z uwagi na formę i obiecujące ze względu na ich subiektywnie obserwowalne działanie uspokajające; z drugiej jednak w niewielkim stopniu rozpoznane empirycznie, co w znacznym stopniu odbiera im wartość naukową. Jednak, to właśnie te mało rozpoznane obszary ludzkiej działalności powinny budzić ciekawość eksploracyjną, choćby tylko ze względu na ich potencjalną wartość korekcyjną.

Jedną mało zbadanych form alternatywnej muzykoterapii jest terapia przy pomocy mis dźwiękowych metodą Petera Hess'a®. Wśród cech terapii dźwiękiem najczęściej wymieniane są: szybsze osiągnięcie stanu głębokiego odprężenia, zmniejszenie napięcia oraz usunięcie blokad dzięki głębokiemu odprężeniu, harmonizowanie organizmu na poziomie komórkowym, pozytywny wpływ na poczucie własnej wartości, kreatywność, odzyskanie radości życia, całościowe oddziaływanie na ciało, umysł i psychikę. Z punktu widzenia pedagogiki resocjalizacyjnej szczególnie istotna wydaje się możliwość zastosowania działania ich dźwięku w zakresie wyciszenia stresorodnych oddziaływań środowiska więziennego, unormowanie relaksacyjne nadaktywnego układu nerwowego oraz uspokojenie myśli.

Terapeutyczne oddziaływanie dźwięczących mis opiera się nie tylko na pobudzeniu organu słuchu – tak jak w przypadku klasycznej muzykoterapii, lecz koncentruje się na wykorzystaniu zjawiska rezonansu. Zasada rezonansu akustycznego dotyczy również ciała ludzkiego. Dzięki temu dźwięki oddziałują nie tylko na organ słuchu lecz również na tkanki całego ciała, pobudzając je do drgań¹. Nie ulega już wątpliwości, że odpowiednio zastosowane działanie mis dźwiękowych pozwala na określony i zweryfikowany naukowo wpływ leczniczy, związany z somatyczną sferą człowieka. Z punktu widzenia zadań resocjalizacyjnych bardziej istotne stają się jednak możliwości, jakie brzmienie mis dźwiękowych dawałoby w zakresie ewentualnego wpływu na sferę osobowościową i społeczną sprawców przestępstw. Jak zauważa M. Konopczyński *...można przyjąć, że jeśli człowiek odzyskuje wewnętrzną równowagę somatyczną, zwiększa się również prawdopodobieństwo odzyskiwania przez niego równowagi społecznej*².

Empiryczna, obiektywna ocena wpływu dźwięku na organizm ludzki prowadzona jest od dawna. Badania prowadzone na Politechnice Poznańskiej przez Halinę i Marka Portalskich³. Częstotliwość tych dźwięków będąc na ogół mniejsza od częstotliwości dźwięków słyszalnych, leży w obszarze mechanicznych rezonansów narządów wewnętrznych człowieka oraz częstotliwości prądów czynnościowych mózgu. Dla przypomnienia przytoczę tu charakterystyczne zakresy częstotliwości fal emitowanych przez ludzki mózg: fale beta – 30-14 Hz; fale alfa – 13-8 Hz; fale theta – 7-4 Hz; fale delta – 3-1 Hz. Pomiary działania mis dźwiękowych wykonane przez H. i M. Portalskich wykazały złożony charakter dźwięków tych mis. Określone, zarejestrowane i udokumentowane częstotliwości drgań okazały się leżeć w zakresie fal alfa i theta mózgu⁴, co tłumaczy łatwość osiągnięcia stanu głębokiego relaksu u osób poddanych działaniu dźwięku i drgań wywołanych zwłaszcza przez dwa typy mis: podstawowej – zwanej również brzusznej i sercowej.

Oddziaływanie mis dźwiękowych w zakresie ich zdolności do zmiany amplitudy fal mózgowych otwiera przed tą terapią spektrum możliwości resocjalizacyjnych. Po pierwsze należy zauważyć, że wzmożona aktywność fal beta w mózgu oraz mała zdolność umysłu do wchodzenia na poziom alfa rejestrowana jest w stanach lękowych oraz w skłonnościach do zachowań agresywnych i autoagresywnych. Jeżeli prawdą jest, że brzmienie mis dźwiękowych powoduje zwolnienie rytmu beta powinno być to zauważalne w zewnętrznych zachowaniach w postaci wyciszenia i złagodzenia napięcia.

Jednak zaakceptowanie niekonwencjonalnych metod w każdej dziedzinie życia wymaga elastyczności i otwartego umysłu, który nie zwalnia jednocześnie z obowiązku zachowania krytycznego myślenia. Podążając za tym obowiązkiem, proponowaną, alternatywną metodę resocjalizacji skazanych poddano weryfikacji naukowej. Jednocześnie silnie podkreślam, że niezależnie od swoich ewentualnych walorów resocjalizacyjnych, niekonwencjonalne metody pracy ze skazanymi w zakładach karnych, mogą stać się doskonałym i skutecznym uzupełnieniem całokształtu oddziaływań resocjalizacyjnych, a nie je zastępować.

Metodologia badań

Impulsem do podjęcia badań stała się z jednej strony zaostrzająca się wśród badaczy i silnie uzasadniona krytyka efektywności resocjalizacyjnej kary pozbawienia wolności⁵ z drugiej zaś wewnętrzna wiara w możliwość przywracania człowiekowi rozumnych rządów nad samym sobą. Badania, których celem było określenie resocjalizacyjnej wartości terapii dźwiękiem stanowią pierwszy element znacznie szerzej zaplanowanego i rozpoczętego w styczniu 2006 roku, projektu badawczego wkraczającego w obszar alternatywnych metod resocjalizacji.

Formułując koncepcję własnych badań kierowałam się wewnętrzną, ale i naukową potrzebą by porzucić to co znane i zająć się nieznanym, gdyż to co wiemy o człowieku i jego możliwościach dokonywania w sobie kreatywnych przemian, jest zaledwie ułamkiem tego co wiedzieć powinniśmy.

Specyfika podejmowanych badań wymagała szczególnego do nich podejścia metodologicznego, co obejmowało między innymi potrzebę skonstruowania własnych narzędzi badawczych. Asumptem do ich sporządzenia stała się z jednej strony określony poziom dyskursywny penitentów, z drugiej zaś brak funkcjonujących w Polsce, prostych narzędzi badawczych, mierzących interesujące mnie wymiary funkcjonowania człowieka w warunkach zakładu zamkniętego. Rozpatrując specyfikę intelektualną pensjonariuszy zakładów karnych, przede wszystkim należało wziąć pod uwagę niski poziom wykształcenia ogólnego i kompetencji językowych większości skazanych, oraz brak zdolności do dłuższej koncentracji. Kolejną przyczyną spreparowania własnych narzędzi badawczych, była potrzeba uzyskania takich danych, które byłyby specyficzne wyłącznie dla środowiska więziennego.

Badania pilotażowe dotyczące resocjalizacyjnej wartości terapii dźwiękiem, prowadzone były w okresie drugiego trymestru 2006 roku w Zakładzie Karnym w Wierchowiu. Przestrzegając schematu eksperymentalnego, oddziaływanie dźwiękiem poprzedzono przeprowadzeniem pomiaru zmiennych zależnych w postaci pretestu, a następnie po poddaniu skazanych czteromiesięcznemu działaniu dźwięku mis wykonano posttest przy użyciu sporządzonych w tym celu narzędzi badawczych. W badaniach wzięło udział ogółem 46 skazanych, z których 23 zakwalifikowano do grupy eksperymentalnej a 23 stanowiło grupę kontrolną. Ze względu na ograniczone możliwości personalne osoby przeprowadzającej terapię, jednorazowa liczebność eksperymentalnej próby badawczej nie mogła wykraczać poza tak określoną liczbę skazanych, podziału skazanych na grupę eksperymentalną i kontrolną dokonano losowo. Kryterium doboru próby stanowiły ich skłonności do przejawianych zachowań automutacyjnych łącznie z zachowaniami suicydalnymi. Udział w eksperymencie był całkowicie dobrowolny. W trakcie trwania eksperymentu trzech spośród skazanych biorących w nim udział zostało przetransportowanych do innych placówek więzienniczych. Kwestionariusze tych osób zostały wyłączone z analizy statystycznej.

Ostatecznie cały eksperyment przeprowadzony został na grupie 20 penitentów, którzy odbywali zajęcia terapii dźwiękiem w dwóch oddzielnych grupach na terenie zakładu karnego w Wierchowiu. 21 skazanych spełniających przyjęte kryteria doboru próby badawczej stanowiło natomiast grupę kontrolną. Inicjatorem i wykonawcą omawianej metody na terenie zakładu karnego w Wierchowiu jest jego dyrektor a jednocześnie instruktor mis dźwiękowych płk Andrzej Samek. Zakład karny w Wierchowiu dysponuje optymalnymi do tego typu działań warunkami infrastrukturalnymi. Sale do terapii dźwiękiem (przeznaczone także do innego typu oddziaływań alternatywnych) wyposażone są w materace i oddalone od pozostałej części zakładu tak, aby umożliwiały możliwość koncentracji. Sprzęt, jako środek techniczny do realizacji metody w postaci zestawu metalowych mis i gongów jest prywatną własnością płk A. Samka, który wspierając więźniów, jednocześnie realizuje własną pasję do muzyki. Działania te zachowują warunek legalności administracyjnej nie tylko ze względu na osobę dyrektora, ale dzięki zgodzie na powadzenie działań uzyskanej od Centralnego Zarządu Służby Więziennej.

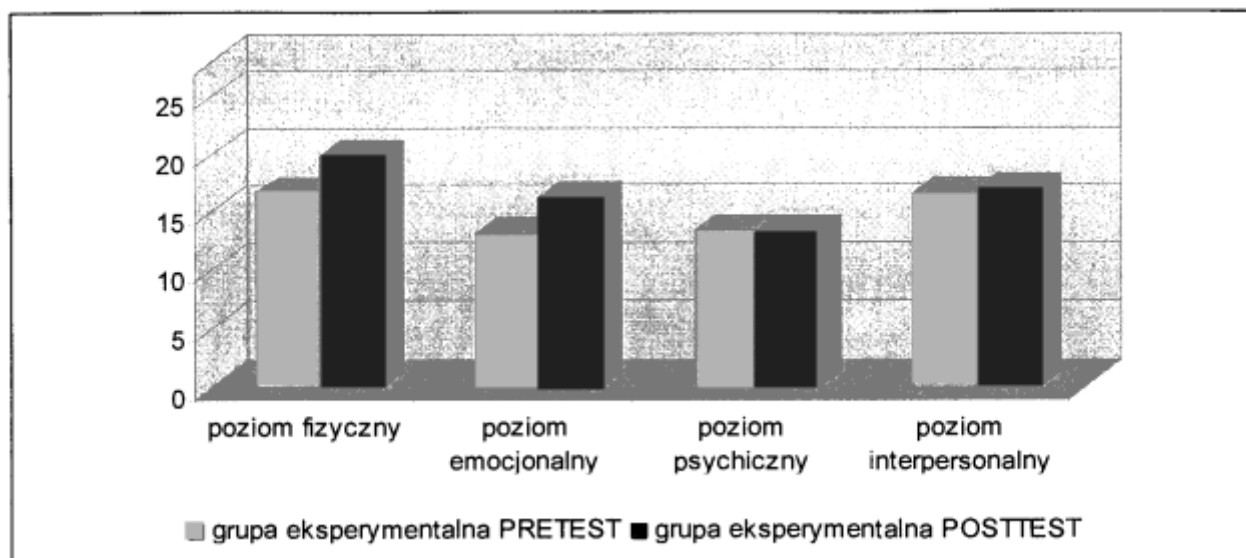
Badanych więźniów scharakteryzowano w zakresie dwóch zmiennych związanych bezpośrednio z karą pozbawienia wolności: rodzaju popełnionego przestępstwa oraz uprzedniej karalności. Różnice w tym zakresie pomiędzy grupami eksperymentalnymi a kontrolną nie nabierają istotnych różnic statystycznych.

W obu grupach dominującymi przestępstwami był rabunek mienia indywidualnego a także przestępstwa przeciwko zdrowiu i życiu i zabójstwa. Skazani biorący udział w eksperymencie nie różnili się w sposób istotny statystycznie także pod względem wykształcenia, stanu cywilnego oraz przekonań religijnych.

Badania własne

Poziom stresu

Reakcje na pozbawienie wolności bywają różne. Bez względu jednak na motywy uwięzienia, większość badań dowodzi, patogenności sytuacji uwięzienia na procesy psychiczne łącznie z powstaniem zespołu stresu pourazowego. Stresowi często towarzyszą dodatkowo inne zaburzenia w sferze psychiki a zwłaszcza lęk i stany depresyjne⁶.



Wykres 1. Poziomy czterech wymiarów stresu. źródło: badania własne

Symptomatyka stresu może przejawiać się na wielu poziomach, z których cztery, najbardziej reprezentatywne i najczęściej wymieniane w literaturze, zawarto w opracowanym dla potrzeb prowadzonych badań kwestionariuszu. Wszystkie z zawartych w kwestionariuszu 28 pytań, posiadających skalę pięciostopniową, zostały podzielone na cztery kategorie, dotyczące symptomów w poszczególnych wymiarach stresu: fizycznym, psychicznym, emocjonalnym oraz interpersonalnym. Przyglądając się średniej statystycznej osiągniętych wyników, możemy wnioskować, że w każdym z tych wymiarów funkcjonowania człowieka, poziom stresu wśród badanych osiąga dość znaczny poziom (zgodnie z zastosowanym narzędziem badawczym, im niższy wynik, tym wyższy poziom stresu). Wśród wszystkich respondentów przebywających w zakładzie karnym i wykazujących działania autodestruktywne, najmniejsze nasilenie objawów stresu można zaobserwować w wymiarze fizycznym, gdzie średnia statystyczna osiągnęła wartość, odpowiednio: 16,7 dla grupy eksperymentalnej oraz 15,9 dla grupy kontrolnej, przy najkorzystniejszy wyniku 0 punktów i najmniej korzystnym 28 punktów. Wyniki między grupami nie wykazywały przed rozpoczęciem eksperymentu różnic istotnych statystycznie. Mniej niż przy pozostałych wymiarach stresu, respondenci skarżyli się na częste zachorowania, kłopoty ze snem, zmęczenie, bóle głowy czy brak energii. Nie oznacza to jednak braku tych symptomów a jedynie nieco mniejsze ich nasilenie niż w wypadku pozostałych wymiarów. I tak operując proporcjami w grupie biorącej udział w eksperymencie przed jego rozpoczęciem skrajnie wysoki poziom objawów w wymiarze fizycznym występował u 5 osób co stanowi 25% badanych, umiarkowanie wysoki poziom 45% respondentów, pośredni 10%, umiarkowanie niski 15%, a skrajnie niski 5% skazanych (1 osoba). Zbliżone proporcje uzyskano w grupie kontrolnej. Zgodnie z dotychczasowymi, przytoczonymi już badaniami nad wpływem dźwięku mis, miałyby on posiadać zdolność wpływania na układ wegetatywny i ciało biologiczne prowadząc do uzyskania homeostazy w wymiarze zdrowia fizycznego. Rezultaty uzyskane w wyniku zastosowania terapii dźwiękiem w zakładzie karnym w Wierchowiu, pozwalają optymistycznie spojrzeć na przytoczone walory omawianego dźwięku. Po systematycznie prowadzonej terapii dźwiękiem, w zakresie fizycznego wymiaru stresu różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną, nabrały istotnych różnic statystycznych, na korzyść zmniejszenia stresu w grupie biorącej udział w zajęciach. Średnia statystyczna w grupie eksperymentalnej wzrosła o 2,2 punktu, osiągając wartość 19,9, natomiast w grupie kontrolnej utrzymała się na tym samym poziomie. Istotne różnice statystyczne w tym zakresie odnotowano także pomiędzy wynikami grupy eksperymentalnej, przed i po zakończeniu prowadzonego eksperymentu.

Inferencji poddano także wymiar stresu, w zakresie funkcjonowania interpersonalnego. Zgodnie z udzielanymi odpowiedziami, skazani przejawiający zachowania automutylacyjne, przejawiają niechęć do rozmowy ze współwięźniami, odczuwają irytację i frustrację w kontaktach z funkcjonariuszami Służby Więziennej, złośliwość i gwałtowność w stosunku do innych więźniów, a emocje te odczuwane są na umiarkowanym lub skrajnym poziomie.

Interpersonalny wymiar stresu, obejmuje jednak swym zasięgiem także zagadnienia dotyczące potrzeby kontaktów z rodziną i bliskimi a także przejawianie potrzeb seksualnych. W tym zakresie badani wykazywali się dość wysoka intensyfikacją potrzeb. Fakt ten nasuwa ciekawe wnioski i nie powinien pozostać bez komentarza. Jak dowodzą badania dotyczące stresu, działa on neutralizująco lub negatywnie na potrzeby seksualne oraz chęć kontaktu z ludźmi. Stresorodność środowiska izolacyjnego, w tym izolacji penitencjarnej, polega jednak właśnie na deprywacji wielu istotnych dla człowieka potrzeb. Skoro więc jednym ze źródeł stresu jest niemożność zaspokajania ważnych ludzkich potrzeb, nie mogą one jednocześnie być przez ten stres neutralizowane. Stąd, względnie wysoki, pozytywny wynik w zakresie interpersonalnego wymiaru stresu w środowisku więziennym, wynika paradoksalnie z niezaspokojonej potrzeby z osobami bliskimi i płcią przeciwną. Inaczej układają się natomiast kontakty interpersonalne, doświadczane bezpośrednio w codzienności więziennej. I w tym wypadku, zarówno w stosunku do funkcjonariuszy jak i współwięźniów, stres nabiera waloru destruktywnie działającego na więzi międzyludzkie. W zakresie interpersonalnego wymiaru stresu, przeprowadzona kwartalna terapia dźwiękiem, nie wpłynęła na progresywne zmiany na poziomie istotności statystycznej, choć obserwuje się pewne pozytywne, zmiany w zachowaniach interpersonalnych grupy eksperymentalnej na poziomie średnich statystycznych.

Analizie poddano także emocjonalny wymiar stresu, na który składały się takie odczucia skazanych jak: poczucie opuszczenia, wewnętrzna pustka, niemożność opanowania emocji, brak zdolności do odczuwania radości, smutek oraz brak perspektyw. Nie wnikając w tym miejscu w mechanizm działania dźwięku mis, wypada jedynie przypomnieć, silny związek muzyki z emocjami, powodowany między innymi bliskością organu słuchu i układu limbicznego oraz wykazywaną przez osoby badające działanie brzmienia mis, ich zdolność w zakresie zmiany amplitudy fal mózgowych w zakresach alfa i theta. Dotychczasowe badania dotyczące zjawiska rezonansu wskazywały także na zdolność dźwięczących mis w zakresie wprowadzania organizmu ludzkiego w pozytywne, uspokajające drgania, co wyróżnia terapię z użyciem mis od klasycznej muzyko terapii. Doniesienia te w znaczący sposób znalazły potwierdzenie w zakresie możliwości zastosowania terapii dźwiękiem do wyciszania negatywnych, symptomatycznie związanych ze stresem emocji w środowisku więziennym. Po zakończonym eksperymencie, w grupie eksperymentalnej nastąpił znaczący spadek poczucia wewnętrznej pustki i smutku, progres odnotowano natomiast w zakresie wzrostu umiejętności cieszenia się życiem i opanowywania negatywnych emocji, podczas gdy grupa kontrolna pozostała w tych zakresach na zbliżonym do pierwotnego poziomie. Dane te sugerują znaczny potencjał, terapii dźwiękiem w zakresie jej możliwości redukcji stresu na poziomie emocji, przynajmniej w warunkach zakładu zamkniętego.

Duży poziom stresu odnotowano także w zakresie jego wymiaru psychicznego. Skazani wykazujący działania autodestruktywne, zarówno w grupie eksperymentalnej jak i kontrolnej wykazywali poczucie nie radzenia sobie z sytuacją w jakiej się znaleźli, utratę zainteresowań i bezsilność. W tym zakresie nie odnotowano istotnych różnic statystycznych pomiędzy badanymi grupami ani przed ani po zakończonym eksperymencie.

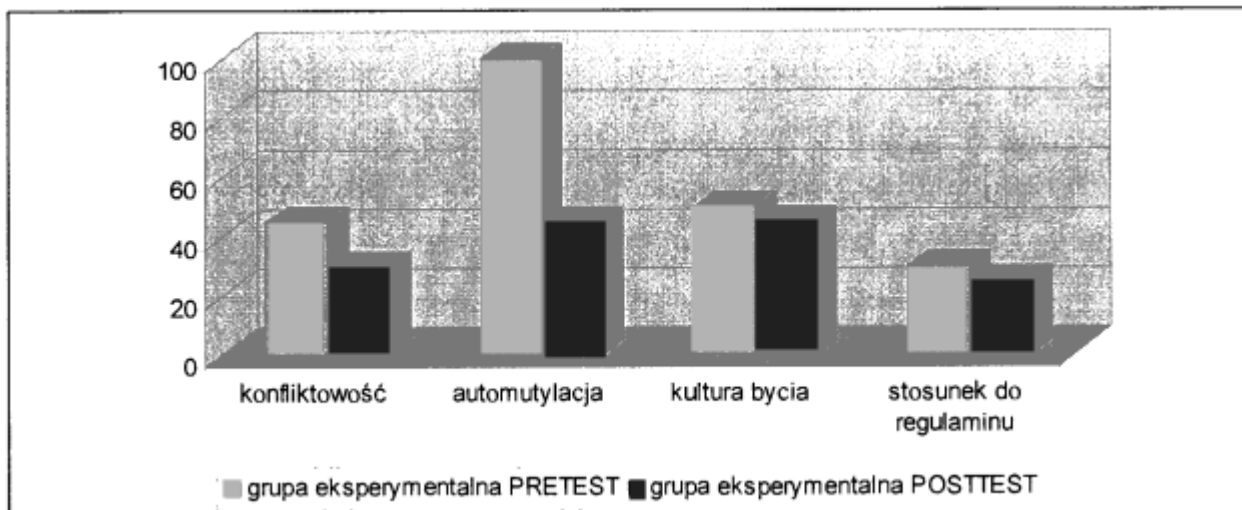
Charakter zachowań

Zgodnie z założeniami teleologicznymi pedagogiki resocjalizacyjnej jej nadrzędnym celem jest wszechstronny rozwój osobowości. Jednak ocena skuteczności oddziaływania resocjalizacyjnego opiera się głównie na ocenie jego efektów w zakresie zmiany parametrów społecznego funkcjonowania osób niedostosowanych społecznie.

Nie sposób było więc wnioskować o skuteczności alternatywnej formy resocjalizacji, jaką jest terapia dźwiękiem mis, w oderwaniu od analizy zewnętrznych zachowań respondentów. W celu uzyskania danych dotyczących zewnętrznego funkcjonowania skazanych wykazujących, skonstruowano kwestionariusz ankiety przeznaczony dla wychowawców więziennych, mających codzienny bezpośredni kontakt ze skazanymi. W kwestionariuszu zawarto cztery podstawowe rodzaje zachowań świadczące o charakterze indywidualnego i społecznego funkcjonowania więźniów w zakładzie karnym: konfliktowość i napastliwość, skłonność do automutylacji, ogólną kulturę bycia oraz stosunek do wymagań regulaminowych.

Najistotniejszym wyznacznikiem doboru próby były wykazywane przez skazanych zachowania autodestruktywne, a głównie suisycjalne. Ten miernik patologicznych zachowań skazanych był podstawowym kryterium charakteryzującym symptomy behawioralne. Znaczny odsetek wśród badanych więźniów kilkakrotnie lub przynajmniej jednokrotnie dokonywał zamachów na własne życie. Poziom zachowań autodestruktywnych obniżył się spektakularnie po czterech miesiącach systematycznego

oddziaływania dźwiękiem mis w grupie biorącej udział w eksperymencie, redukując omawiane zachowania z grupy 20 do 7 skazanych. Jest to spadek zachowań autodestruktywnych wśród 65% skazanych. Dodatkowo na szczególną uwagę zasługuje fakt, że w grupie uczestniczącej w eksperymencie, w ciągu czterech miesięcy nie wystąpiła ani jedna próba samobójcza! Z przeprowadzonych badań nie wynika jednak, czy ograniczenie automutylacji okaże się tendencją trwałą, czy też wystąpiło jedynie na okres prowadzonej terapii, gdyż fakt ten wymaga dookreślenia w oddzielnych badaniach.



Wykres 2. Charakter zachowań. źródło: badania własne

Pewnym spadkiem, charakteryzują się zachowania skazanych w zakresie napastliwości i konfliktowości w kontaktach interpersonalnych w zakładzie karnym. Z przeprowadzonego pretestu wynika, że 9 skazanych z grupy eksperymentalnej i 11 z grupy kontrolnej wykazywało przed rozpoczęciem eksperymentu wrogość w stosunku do funkcjonariuszy Służby Więziennej lub współwięźniów, wykazując agresję i awanturnictwo. Po przeprowadzonych oddziaływaniach liczba ta została obniżona do 6 skazanych, którzy nadal pozostali napastliwi i konfliktowi. W tym samym czasie nie obniżyła się agresja werbalna i fizyczna w grupie kontrolnej, a więc jej redukcję w grupie eksperymentalnej należy przypisać przeprowadzonej terapii dźwiękiem.

Terapia z użyciem dźwięczących mis nie okazała się jednak posiadać potencjału w zakresie ograniczania takich zachowań niepożądanych jak naruszania regulaminu w zakładzie karnym oraz negatywna kultura bycia i języka. Około 50% skazanych, w obu grupach wykazywało w pierwszym etapie badań niską higienę osobistą, używało wyrazów i zwrotów obelżywych lub wulgarnych oraz prezentowało ogólnie negatywny sposób bycia. Te przejawy niskiej kultury osobistej nie zmieniły się w znaczący sposób po przeprowadzonym eksperymencie. Nie uzyskano także poprawy funkcjonowania skazanych pod względem wywiązywania się z nałożonych obowiązków i głośnego okazywania niezadowolenia i postaw roszczeniowych wobec placówki więzienniczej.

Zakończenie

W świetle zaprezentowanych powyżej badań należałoby terapię dźwiękiem uznać za obiecujący element wspomagający proces wychowania resocjalizacyjnego.

Tak więc, choć zadanie resocjalizowania więźniów w zakładach karnych napotyka wiele przeszkód infrastrukturalnych, finansowych i personalnych, to nadal decydującą rolę odgrywają tu kompetencje, a przede wszystkim zapał i chęć działania funkcjonariuszy Służby Więziennej. Należy więc pamiętać, że o wprowadzeniu innowacyjnych metod i zagwarantowaniu powodzenia tym przedsięwzięciom decyduje nie tylko skuteczność samej metody, ale zaangażowanie personelu więziennego wychodzące poza rutynowe, przewidziane regulaminem obowiązki. Pozytywny społeczny klimat i postawa całego personelu, sprzyja kreowaniu atmosfery podnoszącej motywację penitentów do podejmowania pracy nad sobą. Wadą metody jest niewątpliwie jej ograniczony zasięg, brakuje bowiem personalnych możliwości do rozpowszechnienia jej wśród wszystkich chętnych chcących poddać się antystresowemu działaniu dźwięku. Przeprowadzony eksperyment pozwolił jednak na potwierdzenie resocjalizacyjnej wartości alternatywnej metody postępowania z więźniami a tym samym dał mi naukowe przekonanie o sensowności szukania kolejnych metod, respektujących trychotomiczny wymiar człowieka i nastawionych na jego wewnętrzny rozwój.

Przypisy:

1. M. Kierył, *Mobilna rekreacja muzyczna*, Warszawa 1995
2. M. Konopczyński, *Metody twórczej resocjalizacji w teorii i praktyce*, red. M. Konopczyński, *Kultura i resocjalizacja*, „Pedagogika społeczna” nr 2/2006
3. H. Portalska, M. Portalski; *Misy dźwiękowe a komunikacja*, Politechnika Poznańska 1995
4. D.E. Wasserman, *Human Aspect of Occupational vibration*. Amsterdam – Oxford – New York – Tokyo 1987
5. M. Ciosek, *Człowiek w obliczu izolacji więziennej*, Gdańsk 1996, H. Machel, *Patologia instytucji więziennej i niektóre jej ujemne konsekwencje dla bezpośredniego kontaktu personelu z więźniami* [w:] B. Hołysz, W. Ambroziak, P. Stępnik, *Więziennictwo. Nowe wyzwania*. Warszawa – Poznań – Kalisz 2001; P. Szczepaniak, *Kara pozbawienia wolności a wychowanie*. Kalisz – Warszawa 2003; G. Szczygieł, *Společna readaptacja skazanych polskim systemie penitencjarnym*. Białystok 2002
6. R. Dekel, Z. Salomon, K. Ginzburg, G. Zakin, Y. Neria, *Radzenie sobie w sytuacji niewoli wojennej. Wpływ osobowości na zespół stresu pourazowego* [w:] Jan Strelau (red.) *Osobowość z ekstremalnym stresem* Gdańsk GWP 2004, s.264

Literatura

1. Ciosek M., *Człowiek w obliczu izolacji więziennej*, Gdańsk 1996
2. Hołysz B., W. Ambroziak, P. Stępnik, *Więziennictwo. Nowe wyzwania*. Warszawa-Poznań-Kalisz 2001
3. Kierył M., *Mobilna rekreacja muzyczna*, Warszawa 1995
4. Konopczyński M., *Metody twórczej resocjalizacji w teorii i praktyce*, red. M. Konopczyński, *Kultura i resocjalizacja*, „Pedagogika społeczna” nr 2/2006
5. Oleś P. K., *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, wyd. Naukowe „Scholar”, Warszawa 2005
6. Portalska H., M. Portalski; *Misy dźwiękowe a komunikacja*, Politechnika Poznańska 1995
7. Strelau J. (red.), *Osobowość z ekstremalnym stresem*. Gdańsk GWP 2004
8. Szczepaniak P., *Kara pozbawienia wolności a wychowanie*. Kalisz-Warszawa 2003
9. Szczygieł G., *Společna readaptacja skazanych w polskim systemie penitencjarnym*. Białystok 2002
10. Wasserman D.E., *Human Aspect of Occupational vibration*. Amsterdam – Oxford -New York – Tokyo 1987