ДЕРЖАВНИЙ ДЕПАРТАМЕНТ УКРАЇНИ З ПИТАНЬ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ
ЧЕРНІГІВСЬКИЙ ЮРИДИЧНИЙ КОЛЕДЖ
ІНФОРМАЦІЙНО–КОНСУЛЬТАТИВНИЙ ЖІНОЧИЙ ЦЕНТР

ПРАВОВА ТА СОЦІАЛЬНО-ВИХОВНА РОБОТА ІЗ ЗАСУДЖЕНИМИ ЖІНКАМИ

Навчально–методичний посібник

Чернігів
2008

За загальною редакцією Калашник Н.Г.**,** заступника Голови Державного департаменту України з питань виконання покарань, Заслуженого працівника освіти України, доктора педагогічних наук, професора.

Авторський колектив: Іваньков І.В., Костюк Н.І., Олійник О.І., Суслова О.І., Чебоненко С.О., Шишкіна Е.В.

Затверджено до друку Науково-методичною радою при Державному департаменті України з питань виконання покарань (протокол № 9 від 4 червня 2008 року)

Правова та соціально–виховна робота із засудженими жінками / За заг. ред. проф. Калашник Н.Г. – Київ, 2008. – 233 с.

У навчальному посібнику викладено основи правової та соціально–виховної і психологічної роботи із жінками, які відбувають покарання у виді позбавлення волі.

Посібник включає матеріали, що стосуються аналізу становлення ідей ґендерної рівності та забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків. Наводяться особливості розвитку ґендерної політики в Україні на сучасному етапі, а також європейського ґендерного законодавства. Пропонується досвід призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками в країнах західної та східної Європи. Висвітлюються особливості злочинності та її профілактики, правового становища жінок, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення та позбавлення волі, а також порядок і підстави їх звільнення. Наведено методику вивчення особистості засудженої та формування мотивації до зміни поведінки. Показано систему умов, що дозволяють підтримувати належні стосунки засуджених жінок із сім'єю та дітьми. Аналізуються фактори, що викликають психологічну напругу в житті засуджених жінок та пропонуються техніки подолання стресу.

Посібник розрахований на курсантів (студентів) вищих навчальних закладів Державної кримінально-виконавчої служби України, персонал установ виконання покарань, представників громадськості, які цікавляться проблемами профілактики та подолання жіночої злочинності, а також беруть участь у процесі виправлення та ресоціалізації засуджених жінок.

© Калашник Н.Г., Іваньков І.В., Костюк Н.І., Олійник О.І., Суслова О.І., Чебоненко С.О., Шишкіна Е.В. 2008

Видання здійснено в рамках проекту
"Жінки та матері з дітьми в ув'язненні" за підтримки
Швейцарської агенції з розвитку та співробітництва

ЗМІСТ

Вступ **4**

Глава 1. Ґендерна політика в Україні

Витоки та передумови становлення ґендерної політики в Україні. Аналіз становлення ідей ґендерної рівності та проблеми державного забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків у зарубіжній та вітчизняній науковій думці. Особливості розвитку державної ґендерної політики в Україні на сучасному етапі. **7**

Глава 2. Особливості правового регулювання порядку відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі засудженими жінками в зарубіжних країнах **29**

Європейське ґендерне законодавство стосовно ринку праці та протидії насильства проти жінок. Особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками в країнах Західної Європи. Особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками в країнах Східної Європи. **46**

Глава 3. Особливості тримання жінок у слідчих ізоляторах Державної кримінально–виконавчої служби

Поняття попереднього ув'язнення. Мета та підстави попереднього ув'язнення. Особливості правового становища жінок, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення. Порядок і підстави звільнення жінок із слідчого ізолятору.

Глава 4. Особливості відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками **63**

Особливості призначення кримінального покарання у виді позбавлення волі засудженим жінкам. Особливості відбування покарання у виді позбавлення волі засудженими вагітними жінками, матерями-годувальницями і жінками, які мають дітей віком до трьох років. Правова регламентація порядку проживання жінок, засуджених до позбавлення волі за межами виправної колонії. Права та обов'язки засуджених жінок, яким надано право проживання за межами виправної колонії. **75**

Глава 5. Жіноча злочинність та її профілактика в місцях позбавлення волі

Загальна характеристика злочинності серед жінок. Особливості профілактики злочинності серед жінок в УВП. **87**

Глава 6. Особливості звільнення жінок від кримінального покарання та його відбування

Порядок звільнення жінок від відбування покарання у зв'язку із відбуттям строку покарання. Дострокове звільнення жінок від відбування покарання. Підстави і порядок звільнення від відбування покарання у виді обмеження або позбавлення волі вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до 3-х років. **116**

Глава 7. Формування навичок соціально–прийнятної поведінки засуджених жінок

Методика вивчення особистості засудженої. Техніки проведення індивідуальних бесід. Формування мотивації засудженої до зміни поведінки. **147**

Глава 8. Основи психології сімейних відносин та виховання дітей засудженими жінками

Типові варіанти сімейних та родинних стосунків засуджених жінок. Раціональні стосунки засуджених жінок із сім'єю та дітьми. Виховання дитини засудженими жінками в умовах місць позбавлення волі. **166**

Глава 9. Особливості вияву стресу у засуджених жінок

Аналіз факторів, що викликають психологічну напругу в житті засуджених жінок. Стрес у засуджених жінок. Техніки впливу на психіку та розум людини. **209**

Глава 10. Реалізація індивідуальної технології профілактики та подолання стресу у засуджених жінок

Розробка програми подолання стресу. Індивідуальні технології профілактики стресу засудженими жінками. **223**

Глосарій

Глава 1.
ҐЕНДЕРНА ПОЛІТИКА В УКРАЇНІ

§1. Витоки та передумови становлення ґендерної політики в Україні

У всіх суспільствах і культурно-історичних епохах, за винятком хіба що ранніх форм культури, панував непохитний закон, аксіома про нерівність статей і про буцімто обов'язкове підпорядкування жінки особі чоловічої статі (батькові, чоловікові, синові тощо). У свідомість твердо вкарбувався стереотип про суспільне активну й творчу роль чоловіків у публічній сфері та набагато скромнішу роль жінок як дружин і матерів у приватній сфері.

Правовий принцип "чоловік – голова сім'ї" був зафіксованим практично в усіх європейських законодавствах XIX – початку XX ст. Щоправда, його юридичне тлумачення дещо різнилося. Зокрема, законодавчі акти Російської імперії, навіть після часткового реформування, й далі базувалися на ідеї "необмеженого панування чоловіка як голови сім'ї" (закон від 12.03.1914 р.). Одруження визначало статус жінки, власне, за суспільним статусом чоловіка. У сімейному праві послідовно фіксувалася дія глобального принципу патріархатного суспільства: жінка визначається через чоловіка, у зв'язку з його місцем у суспільно-ціннісній ієрархії, власне соціальне народження жінки відбувалося під час одруження. Законодавче встановлювалося право батька як голови сім'ї, так звана батьківська влада, яка давала змогу саме батькові впливати на вибір роду діяльності дитини. Батько мав першість при визначенні опікуна над дітьми. Батьківська влада втрачала силу тільки після досягнення дітьми повноліття, тобто після виповнення 24 років. Особливо відчутною була різниця між правами батька та матері в разі розлучення подружжя і непогодженості між ними щодо долі дітей. Суд зазвичай виносив рішення, за яким дівчатка до виповнення семи, а хлопці - до чотирьох років віддаються на виховання матері, а відтак – батькові. Правда, цю законодавчу норму на початку XX ст. скасовано. Однак, російське законодавство XIX ст. передбачало право окремої власності в подружжя. Жінка мала особисту власність, якою могла вільно й самостійно розпоряджатися (Див.: Основи теорії ґендеру: Навчальний посібник. – К.: К.І.С., 2004. –С.189).

Обмежений доступ до освіти був однією з "найефективніших" форм дискримінації жінок. Розширення освіти жінок у XIX ст., з одного боку, було зумовлене потребами виробництва і тими новими вимогами, що їх висувало суспільство. Зокрема, жінки мали бути зразковими дружинами-помічницями своїх чоловіків, матерями, що виховують дітей як гідних громадян і патріотів. А це вимагало хоча б найзагальніших знань і відповідної освіти. З іншого боку, розширення доступу жінок до освіти відбувалося під тиском вимог жіночого руху та процесів самоемансипації, насамперед інтелектуальної, жінок.

Особливо наполегливими в здобутті вищої освіти були жінки США та Російської імперії. Жінки з Російської імперії цю освіту здобували за кордоном, зокрема в Цюріху. Першою росіянкою, яка 1867 р. здобула диплом доктора медицини в цюріхському університеті, стала Надія Суслова. У 1860–70-их роках дівчата та молоді жінки заполонили аудиторії Петербурзького, Київського, Харківського університетів. 1878 р. у Петербурзі створено Вищі жіночі (Бестужевські) курси та Вищі жіночі курси в Києві, де діяли два факультети – історично-філологічний та фізико-математичний. М. Костомаров був серед перших відомих науковців, які долучилися до організації вищої освіти жінок. Серед перших жінок з України, що отримали дипломи про вищу освіту, –Софія Ковалевська (згодом стала першою жінкою, удостоєною звання почесного члена Паризької академії), Олександра Єфименко, Софія Окуневська, Софія Русова, Софія Щербина та інші (Див.: Основи теорії ґендеру: Навчальний посібник. – К.: К.І.С., 2004. – С.190–191).

У СРСР, а згодом у соціалістичному таборі теж активно працювали над виробленням ґендерної політики щодо жінок. Багато жінок були учасницями революційних подій. Вони з ентузіазмом підтримали перші революційні зміни, їхні сподівання радянська влада, здавалось, виправдовувала. Законодавче запровадили рівні права всіх громадян незалежно від статі. Перед жінками широко відкрили двері навчальних закладів, жінок масово залучили до виробничої

діяльності, мали вони й своє державно-політичне представництво. Ідеологію тогочасної "нової соціалістичної жінки" репрезентувала комісар Олександра Колонтай. Культурна революція перших років радянської влади критикувала й активно розхитувала традиційні поведінкові норми та стереотипи. Пропагувались руйнування патріархатної сім'ї, сексуальна свобода, що межувала з очевидною розпустою.

Роками формувався соціалістичний ідеал жінки – зайнята жінка, головна турбота якої – виконання плану. Соціалістична система породила й таку соціальну проблему, як подвійне навантаження (на роботі та вдома), що тягарем падало на жінок. У соціалістичному суспільстві багато проблем, пов'язаних із життям жінки, взагалі не обговорювалися і не вважалися актуальними. Це, зокрема, проблеми деформованої структури виробничої та професійної зайнятості жінок, тиску на них норм і стереотипів патріархатного суспільства, проблеми насильства в сім'ї, проблеми жіночої тілесності та сексуальності тощо.

Часом вважається, що ґендерні дослідження є виключно західним феноменом, чужим для України та таким, що лише зараз починає розвиватися на наших теренах. Безумовно, що сучасна термінологія знайшла поширення в Україні лише в останні десятиліття, проте наукова і суспільна думка активно почала звертатися до цієї проблематики вже наприкінці XIX ст. Л.Українка, Н.Кобилянська, а пізніше О.Теліга в своїх творах зверталися до ролі і статусу жінки і чоловіка в суспільстві, їхньому взаємозв'язку, історичних змінах і культурних відмінностях.

Важливу роль у підвищенні соціального статусу української жінки відіграє жіночий рух. Фемінізм існував не лише як західноєвропейське та американське явище, роль українського фемінізму в національній культурі була не менш вагомою: він розгорнув власну теоретичну дискусію, створив новий тип української жінки – жінки-громадянки, зумовив глибокі зміни в духовності українського суспільства XX ст. та став важливою передумовою формування в Україні державної ґендерної політики. За роки незалежності України жіночий рух продемонстрував надзвичайну активність в утвердженні ґендерної рівноправності. Найбільш значущим результатом його діяльності є постійне загострення жіночих проблем в українському суспільстві, привернення уваги влади до їх вирішення.

Коли йде мова про дотримання і забезпечення принципу рівних прав і можливостей для жінок і чоловіків, важливо пам'ятати, що даний принцип має більш широке розуміння і застосування.

Це обумовлено тим, що соціальні ролі та фізіологічні особливості жінок і чоловіків відрізняються. Жінки в традиційному ґендерному суспільстві займаються вихованням дітей, ведуть домашнє господарство. Чоловіки більше часу проводять на роботі, мають хобі та інтереси, які відрізняються від інтересів жінок. Однак, визнаючи існування відмінностей, треба усвідомлювати той факт, що вони не повинні породжувати дискримінацію на основі статі. Визнання відмінностей повинне передбачати, насамперед, рівні можливості для чоловіків і жінок в економічній, політичній, культурній, побутовій та інших сферах життєдіяльності.

Ґендерна рівність – не синонім однаковості. Ґендерна рівність не передбачає визнання чоловічого чи жіночого способу життя як єдино суспільно вірної норми. Ґендер – це соціально сконструйоване визначення для жінок і чоловіків, сукупність соціальних і культурних норм, які історично сформовані та залежать від біологічної статі людини.

Коли ми говоримо про реалізацію політики ґендерної рівності (або політики рівних прав і можливостей жінок і чоловіків), ми говоримо про вплив цього соціального конструювання як на жінок, так і на чоловіків. В деяких ситуаціях від ґендерної нерівності більше потерпають чоловіки, в інших – жінки, але будь-яка сфера суспільного і приватного життя завжди знаходиться під впливом ґендеру, навіть тоді, коли ми цього не помічаємо або не усвідомлюємо.

Таким чином, реалізація в Україні державної ґендерної політики дозволить створити об'єктивні передумови для формування і розвитку демократичного суспільства, в якому найповніше будуть створені однакові можливості для представників різної статі.

§2. Аналіз становлення ідей ґендерної рівності та проблеми державного забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків у зарубіжній та вітчизняній науковій думці

Останнім часом термін «рівні права і можливості жінок і чоловіків», а також такі терміни як "ґендер", "ґендерна проблематика" тощо перестали використовуватися лише експертами і фахівцями з прав людини в їхніх теоретичних дискусіях. Тематика набуває все більшого практичного наповнення. Це є наслідком комплексного процесу, який складається із вдосконалення законодавчого і нормативного регулювання, а також практичного впровадження положень міжнародних договорів у сфері забезпечення основних прав і свобод людини. На рівні державного управління цьому сприяють прогресивні зміни в соціально-політичному житті держави, зміцнення організацій громадянського суспільства і поширення їх ініціатив, а також потужна підтримка міжнародних організацій та установ.

Чому так важливо сьогодні прагнути забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків? Для цього є багато причин.

Одна з них стосується **міжнародних зобов'язань України**. Наша країна зобов'язалася утверджувати ґендерну рівність, підписавши низку міжнародних документів, серед яких:

- Загальна декларація прав людини (1948 р.);
- Міжнародний пакт ООН про економічні, соціальні і культурні права (1966 р.);
- Міжнародний пакт ООН про громадянські (особисті) та політичні права (1966 р.);
- Міжнародний пакт про економічні, соціальні та культурні права (1966 р.);
- Конвенція ООН про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок (1979 р.) та факультативний Протокол до неї (1999 р.);
- Декларація ООН про соціальний прогрес (Копенгаген, 1995 р.);
- Декларація та Платформа дій, прийняті на четвертій Всесвітній конференції зі становища жінок (Пекін, 1995 р.);
- Політична декларація й Підсумковий документ "Подальші заходи й ініціативи щодо здійснення Пекінської декларації і Платформи дій", прийняті на Спеціальній сесії Генеральної Асамблеї ООН з порядком денним "Жінки у 2000 році: рівність між жінками і чоловіками. Розвиток і мир у XXI столітті";
- Декларація глав держав і урядів, прийнята на Самміті Тисячоліття (2000 р.);
- Підсумковий документ Всесвітнього самміту 2005 року;
- Європейська конвенція про захист прав людини та основних свобод (1950 р.);
- Європейська соціальна хартія (зі змінами 2006 р.) тощо.

Крім того, однією із цілей ООН є забезпечення ґендерної рівності. У зв'язку з чим, передбачено до 2015 року забезпечити ґендерне співвідношення на рівні від 30 до 70% для будь-якої статі в представницьких органах влади та у вищих органах виконавчої влади, а також скорочення розриву у доходах жінок і чоловіків.

Положення цих та інших міжнародних документів вимагають відповідних змін законодавства України. Серед інших, такими міжнародними документами є Угода про партнерство та співробітництво між Україною і Європейським Союзом (1994 р.), що набула чинності 1 березня 1998 р., Стратегія інтеграції України в Європейський Союз (1998 р.), Програма інтеграції України до ЄС (2000 р.), Загальнодержавна програма адаптації законодавства України до законодавства Європейського Союзу (2004 р), а також План дій Україна – ЄС (2005 р.).

Іншою причиною необхідності забезпечення рівних прав чоловіків і жінок є розвиток суспільних відносин. Будь-яка державна влада зобов'язана відповідати на запити населення і його суспільних груп. Населення не є однорідним, воно належить відповідно до різних груп за індикаторами статі, віку, освіти, мови тощо. Державна політика, спрямована на переважне забезпечення інтересів однієї із суспільних груп, яка виокремлюється такими індикаторами, не може бути ефективною. В однаковій мірі це твердження стосується і ґендерного аспекту.

Розуміння цього є важливим для прийняття зважених законодавчих рішень, які однаково

стосуються як розвитку суспільних відносин, так і оцінки минулого позитивного і негативного досвіду. Реальна підзвітність влади суспільству в цілому допомагає знайти більш оптимальні і прийнятні механізми впровадження державних планів і програм, робить їх більш "заземленими".

Повертаючись до розуміння поняття "ґендер", треба зазначити, що воно стало активно застосовуватися в 70-ті роки XX століття і зараз охоплює широку сферу соціальних ролей, обов'язків, статусів, відповідальності чоловіків та жінок. Ґендер має низку соціально-культурних відмінностей, таких як расові, класові або вікові: однак власне саме поняття часто інтерпретується невірно, із нерозумінням самої суті "ґендеру". Щоб тлумачення цього поняття було однозначним, у звіті Світового економічного форуму 2005 р. дається таке визначення: "ґендер – це не синонім слова "жінка", це не політика, спрямована проти чоловіків, це поняття, що охоплює стосунки жінок і чоловіків, а також їхній статус стосовно одне одного".

Протягом останніх сорока років в усьому світі зросло розуміння питань, пов'язаних із ґендерною рівністю. Численні міжнародні заходи та документи, які були на них прийняті, сприяли таким змінам.

Наріжним і поворотним пунктом можна вважати Пекінську всесвітню конференцію у справах жінок 1995 року. Четвертий План дій, розроблений на основі матеріалів цієї конференції, вимагає прийняття усіма державами-учасницями нового ґендерного підходу державної політики під назвою "ґендерне інтегрування". Цей підхід можна визначити як застосування ґендерної оцінки до усіх правових та політичних норм, до розробки державної політики, проведення науково-дослідницької роботи, планування, лобіювання, впровадження нових норм і їх моніторингу. Відповідно до цього підходу суспільство отримує широкий вибір заходів для впровадження ґендерної політики.

Масштабні соціокультурні та політичні зміни українського суспільства за останнє десятиріччя включають зміни статусу різних соціальних груп та категорій громадян. У сфері відносин між статями ці процеси призводять до змін становища жінок і чоловіків в економіці та політиці, в системі соціальних гарантій, зміни сімейних ролей. Проблема відносин між статтями у соціальному середовищі, що дістало назву "ґендер", зумовила наукові дослідження цієї тематики та виникнення ґендерної теорії.

Розглядаючи різні ідеї в галузі соціально-гуманітарних наук, ґендерна теорія перетворює їх у принципово новий підхід до аналізу культури й суспільства, акцентуючи увагу на міждисциплінарному підході, підвищенні ролі індивідуального досвіду жінок і чоловіків, визнання жінок повноправними суб'єктами суспільного розвитку. В такому розумінні ґендерний підхід є основним інструментом ґендерної теорії.

Першими ґендерні особливості багатьох гострих суспільних проблем дослідили зарубіжні автори – представники різних течій феміністичних та чоловічих досліджень Р. Айслер, А.Дворкін, А.Девіс, Е.Кеслер-Херіс, М. Кіммел, Р.Колінз, Т.д'Лауретіс, М.Меснер, Р.Печеські, Г.Рубін, Д. Сміт, Дж.Хубер, Н.Чодороу і ін. У 1990-х рр. до ґендерної проблематики активно долучилися українські науковці, політичні діячі та практики В. Бондаровська, О.Горошко, О.Кісь, Л.Кобилянська, К.Левченко, Т. Мельник, О.Семіколенова, М.Скорик, Л.Смоляр, О.Суслова, Н.Чухим, Л.Яценко і ін. Вони розглядають базові теорії, концепції та ідеї щодо основних суспільних проблем з позицій ідей ґендерної рівності. Серед них – ґендерні особливості освіти, сексистські стереотипи соціальної свідомості; сексизм у мові; ґендерні особливості економічних відносин; проблеми материнства та батьківства; насильство; ґендерні проблеми етнічної належності тощо.

Концептуальною основою ґендерних досліджень стало уявлення про соціальну конструкцію статі ("ґендер") як елемента культури в системі соціальної стратифікації. На початку 1990-х рр. ґендерна теорія перейшла до розгляду таких проблем, як порнографія, аборт, концепції репродуктивних прав. Вагомим здобутком ґендерної теорії є те, що вона включила в наукову дискусію проблеми взаємозв'язку між оплачуваною і неоплачуваною працею, виробничою та домашньою роботою, роботою і дозвіллям. Дискусія про домашню

(репродуктивну) працю дала змогу виявити, що стосунки всередині родини будуються з урахуванням економічних основ, а тому не можуть розглядатися тільки як приватна справа.

§3. Особливості розвитку державної ґендерної політики в Україні на сучасному етапі

Незважаючи на те, що в кожному окремому випадку реалізації принципу рівних прав і можливостей слід враховувати конкретні умови, є й загальні підходи, а відповідно й спільні компоненти ґендерного інтегрування. Серед них:

1. Політична воля

Політична воля інтегрування ґендерної рівності – це політична воля для здійснення аналізу існуючих ґендерних стосунків і проведення змін у тих процесах державної політики, які сприяють підтриманню ґендерної нерівності. Важливою умовою реалізації цієї політичної волі кроками на відповідному рівні є Закон України "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків", в якому визначаються механізми реалізації політики рівних прав і можливостей.

2. Пріоритет політики ґендерної рівності

Політика ґендерної рівності складається з таких елементів[1]:

–законодавство рівних можливостей і недискримінаційні закони;

– існування механізму розгляду скарг щодо нерівності (наприклад, інститут омбудсмена) або створення комісії з рівності чи ради захисту від дискримінації;

– потужний апарат інституції, на яку покладене вирішення проблем у сфері рівності, наявність адекватних інструментів і ресурсів;

– пріоритетність політики рівності і застосування заходів, які визнають різні потреби жінок і чоловіків;

– існування організаційних одиниць, на які покладено питання рівності, в кожному апараті державного органу;

– дослідження і тренінги з проблем ґендерної рівності;

– просвіта громадськості з питань ґендерної рівності.

3. Статистичні дані

Статистичні дані про становище жінок і чоловіків та ґендерні відносини необхідні для отримання правдивої інформації про сучасний стан у цій сфері та вироблення заходів для усунення ґендерної асиметрії і дисбалансу. Індикатори ґендерних стосунків можуть бути важливими для прийняття рішень про законодавчу дію і слугувати джерелом для подальшого аналізу і вивчення. Статистичні індикатори повинні стосуватися жінок і чоловіків, бути розукрупненими за статтю та іншими ознаками. Тільки в такому випадку вони будуть корисними для ефективного аналізу і обробки.

4. Доступність знань із проблематики ґендерних відносин

Особи, уповноважені на виконання функцій державної влади, повинні мати принаймні мінімальний обсяг знань з питань ґендерної рівності.

Сьогодні вже непросто знайти державних службовців, які б нічого не чули про ґендер. Водночас продовжує діяти такий феномен, коли люди, мало обізнані з цією широкою і складною концепцією, займаються впровадженням ґендерних підходів. Це створює ризики профанації та формального ставлення до ґендерного інтегрування.

Збір, узагальнення і надання доступу до інформації, необхідної для свідомого впровадження ґендерної політики, важливі на практичному рівні. Це потребує підготовки широкого кола фахівців, які можуть застосовувати знання ґендерних теорій на кожному етапі і кожному рівні впровадження програми чи проекту. Така підготовка неможлива без застосування інноваційних освітянських методик. В Україні накопичено достатній досвід

[1] Савінская, О., Кочкіна, Е., Фьодорова, Л., „Гендерна інтеграція. Можливості і межі соціальних іновацій", СПб, АЛЕТЕЙЯ. – 2004., Ст. 134 – 135

впровадження ґендерної освіти, базованої, зокрема, й на українських ініціативах[2].

5. Розуміння адміністративної структури управління державою

Ґендерне інтегрування впливає на реорганізацію, розвиток, здійснення і оцінку політичного процесу. Сюди належить також знання аспектів політичного процесу – діючих осіб, розмежування їхніх функцій тощо, а також розуміння і впровадження положень ґендерної експертизи.

6. Забезпечення необхідних фінансових і людських ресурсів

Ґендерне інтегрування передбачає реорганізацію існуючих фондів, тому що без фінансових ресурсів неможливо забезпечити ефективну реалізацію планів. Навіть якщо в країні, організації, структурі є політична воля впроваджувати ґендерні підходи і достатній обсяг знань для цього, їх може бути недостатньо для зміни ситуації, яка формувалася протягом тривалого часу. Водночас, це ніяк не може бути підставою для тверджень, що ґендерне інтегрування затратне, а наслідки його не помітні. Переваги і позитивний вплив від впровадження принципу рівних прав і можливостей має довгостроковий ефект, тому варто пам'ятати, що сталі процеси зазвичай потребують довшого періоду впровадження й мають довгострокові вигоди за короткотермінових витрат.

7. Залучення жінок до участі в політичному й громадському житті, в процесах прийняття рішень

При будь-якому виваженому прийнятті рішень важливо, щоб були враховані різні цінності, інтереси і життєві переваги людини, тому залучення жінок до обговорення, прийняття і впровадження рішень залишається необхідною умовою процесу ґендерного інтегрування. Залучення громадських організацій, які опікуються проблемами рівності, може бути запорукою забезпечення такого доступу. При цьому важливо уникати формальних підходів і пам'ятати про те, що рівний доступ має забезпечуватися відповідними заходами.

Імплементація принципу рівних прав і можливостей жінок і чоловіків в усьому світі зустрічає подібні за своїм характером перешкоди:

– недостатнє розуміння концепції;
– потреба в більш широкому тлумаченні концепції;
– брак методології та інструментарію;
– безпредметні обговорення;
– недостатні зміни в політиці;
– недостатній рівень знань в суспільстві в цілому про ґендерну рівність.

Історія створення українського законодавства з рівних прав і можливостей вже має не один рік.

8 вересня 2005 року Верховна Рада України прийняла Закон "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків". За нього проголосувала майже конституційна більшість – 286 народних депутатів України.

Цю подію можна вважати заключним акордом тривалої копіткої роботи.

Варто згадати, що перший законопроект про рівні права жінок і чоловіків вносився ще у 1999 році і виступав як альтернативний до проекту Концепції поліпшення становища жінок. Тобто, конкурували, власне, не норми законодавчого врегулювання, а засадничі підходи до бачення ґендерної перспективи держави. Народні обранці набагато прихильніше ставилися до "захисної" концепції і практично не сприймали новаторських на той час підходів щодо забезпечення ґендерної рівності. Як наслідок, шлях від внесення перших законопроектів з питань рівних прав та можливостей до ухвалення закону розтягнувся на довгих шість років.

Впродовж цього часу громадські організації формували суспільну думку щодо необхідності реального забезпечення рівних прав жінок і чоловіків. Поступ у цій царині був зумовлений також відповіддю на соціальні вимоги часу, на ті зміни, що відбуваються в країні та у світі. Адже ґендерна політика визначена у міжнародному і європейському праві як пріоритетний напрямок світового і національного розвитку. Україна підписала базові

[2] Наприклад, http://empedu.civicua.org

міжнародні документи з питань рівноправності і взяла на себе відповідні зобов'язання., які потрібно було виконувати.

Поступово, але наполегливо ґендерні ідеї завойовували уми політиків, і крок за кроком наша держава просувалась вперед у формуванні повноцінної ґендерної політики.

За останні роки було досягнуто низку вагомих результатів у цій сфері, зокрема щодо утвердження інституційного механізму. Після кількаразової зміни статусу знову було утворено Міністерство у справах сім'ї та молоді, на яке покладено функції уповноваженого органу виконавчої влади у сфері забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Активізувалось формування правової бази. Зокрема, були прийняті – План дій щодо поліпшення становища жінок та сприяння впровадженню ґендерної рівності в суспільстві на 2001-2005 роки, Указ Президента "Про підвищення соціального статусу жінок в Україні", Закон України "Про попередження насильства в сім'ї", активно впроваджувався ґендерний компонент у галузеве законодавство.

Сприяла прийняттю закону про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків позиція нової влади, яка визначила пріоритетним напрямком зовнішньої політики нашої держави євроатлантичну інтеграцію. У березні 2005 року Президент України В.Ющенко звернувся до Верховної Ради України з проханням прискорити розгляд законопроекту з питань ґендерної рівності. Прийняття закону також увійшло в перелік заходів щодо виконання у 2005 році Плану дій Україна – ЄС, затверджених Кабінетом Міністрів України. Більше того, не очікуючи прийняття Верховною Радою України зазначеного законопроекту у другому читанні, Президент України 26 липня 2005р. видав Указ "Про вдосконалення роботи центральних і місцевих органів виконавчої влади щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків", яким запровадив у дію частину його норм. Це стало чітким сигналом щодо позиції керівництва держави у цьому питанні.

Етап підготовки і прийняття закону завершився. Тепер на порядок денний стає питання виконання закону, запуску механізмів його реалізації через прийняття низки підзаконних актів та внесення відповідних змін і доповнень до чинного законодавства.

Щодо самого Закону, то вже в його преамбулі чітко сформульовано мету і поставлені завдання. А саме "досягнення паритетного становища жінок і чоловіків у всіх сферах життєдіяльності суспільства шляхом правового забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків, ліквідації дискримінації за ознакою статі та застосування спеціальних тимчасових заходів, спрямованих на усунення дисбалансу між можливостями жінок і чоловіків реалізовувати рівні права, надані їм Конституцією і законами України".

Нарешті законодавчо визначено ґендерну термінологію, яка до цього вживалася довільно, в міру розуміння її тими, хто застосовував. Тепер маємо офіційні юридичні терміни. Запропонований глосарій не дуже широкий, але основні терміни, якими оперують у цій сфері, існують. Зокрема, дано визначення таких термінів: рівні права жінок і чоловіків, рівні можливості жінок і чоловіків, ґендерна рівність, позитивні дії, сексуальні домагання, ґендерно–правова експертиза тощо.

Порівняємо різні підходи до визначення терміну "дискримінація за ознакою статі". Адже він відіграє ключову роль у з'ясуванні питання щодо наявності чи відсутності факту дискримінації в кожному конкретному випадку.

Редакція в Конвенції **"Про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок"**	Редакція, запропонована в Законі України **"Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків"**
Дискримінація щодо жінок означає будь-яке розрізнення, виняток або обмеження за ознакою статі, спрямовані на зневаження чи заперечення визнання, користування або реалізацію жінками не залежно від їх сімейного стану, на основі рівноправності чоловіків і жінок, прав	Дискримінація за ознакою статі – дії чи бездіяльність, що виражають будь-яке розрізнення, виняток або привілеї за ознакою статі, якщо вони спрямовані на обмеження або унеможливлюють визнання, користування чи здійснення на рівних підставах прав і свобод людини для жінок і чоловіків;

людини та основних свобод у політичній, економічній, соціальній, культурній, громадській або будь-якій іншій галузі.	

В законі окреслено основні напрями державної політики щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків: утвердження ґендерної рівності; недопущення дискримінації за ознакою статі; застосування позитивних дій; забезпечення рівної участі жінок і чоловіків у прийнятті суспільно важливих рішень; забезпечення рівних можливостей жінкам і чоловікам щодо поєднання професійних та сімейних обов'язків; підтримку сім'ї, формування відповідального материнства і батьківства; виховання і пропаганду серед населення України культури ґендерної рівності, поширення просвітницької діяльності у цій сфері; захист суспільства від інформації, спрямованої на дискримінацію за ознакою статі.

Запроваджено конкретні шляхи ґендерного інтегрування. Зокрема, застосування позитивних дій, заборона сексуальних домагань, посилено анти-дискримінаційну політику у сфері зайнятості та оплати праці тощо.

Законодавчо закріплено обов’язковість здійснення ґендерно-правової експертизи як проектів законодавчих актів, так і чинного законодавства. Запроваджується також ведення ґендерної статистики, що дасть можливість через накопичення статистичних даних у сфері ґендерної рівності виявляти проблемні галузі, оцінювати динаміку ґендерних перетворень, отримувати ґендерний вимір суспільного життя.

У законі чітко виписаний інституційний механізм забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Ми отримали стрункy систему органів державної влади, наділених повноваженнями у цій сфері. Органами, установами та організаціями, наділеними повноваженнями у сфері забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків, відповідно до ст.7 закону є: Верховна Рада України; Уповноважений Верховної Ради України з прав людини; Кабінет Міністрів України; спеціально уповноважений центральний орган виконавчої влади з питань забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків; органи виконавчої влади та органи місцевого самоврядування, визначені в їх складі уповноважені особи (координатори) з питань забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків; об’єднання громадян. У відповідних статтях закону їх повноваження максимально деталізовані.

Завдання визначати основи ґендерної політики держави покладено на Верховну Раду України. Уповноважений Верховної Ради України з прав людини має здійснювати контроль за дотриманням рівних прав та можливостей жінок і чоловіків, розглядати скарги на випадки дискримінації за ознакою статі. Кабінет Міністрів України повинен забезпечувати проведення єдиної державної політики, спрямованої на досягнення рівних прав та рівних можливостей жінок і чоловіків у всіх сферах життя суспільства; прийняти Національний план дій щодо впровадження ґендерної рівності та здійснювати його виконання; розробляти та реалізовувати державні цільові програми щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків; координувати роботу міністерств, інших органів виконавчої влади щодо забезпечення ґендерної рівності.

Головне завдання щодо виконання закону закріплено за спеціально уповноваженим центральним органом виконавчої влади з питань забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Саме він отримав найбільшу частку повноважень у сфері забезпечення ґендерної рівності та повинен нести відповідальність за стан справ у ній. Законодавець не конкретизував який з діючих центральних органів виконавчої влади виконуватиме цей закон. Така прерогатива була залишена за Президентом України (після набрання чинності Закону про внесення змін до Конституції України, це право перейшло до Кабінету Міністрів України). Це може бути «Міністерство у справах сім`ї, молоді і спорту», яке на сьогодні має повноваження у сфері забезпечення рівних прав. Таким органом відповідно до практики інших країн може бути і Міністерство соціальної політики та праці. Цілком можливим є і утворення нової владної структури. Важливо, що для цього органу сформульовані конкретні завдання, виписані обов’язки щодо їх виконання.

Введено інститут координаторів з питань забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків в органах виконавчої влади та органах місцевого самоврядування, які будуть відповідальними за забезпечення рівних прав та можливостей як в окремих галузях так і на всіх рівнях виконавчої влади включно з органами місцевого самоврядування.

Закон передбачає можливість об`єднанням громадян до активної участі у створенні суспільства рівних можливостей. Ту роль, яку виконали громадські організації у цьому напрямку важко переоцінити. Напрацьований колосальний досвід їх співпраці з органами влади, реалізації проектів та програм щодо сприяння досягненню ґендерної рівності, в тому числі проведення просвітницької діяльності, навчальних семінарів і тренінгів, здійснення моніторингу становища жінок і чоловіків, випуску методичної літератури тощо. Покладені в закон норми щодо участі об'єднань громадян в забезпеченні рівних прав та можливостей жінок і чоловіків дозволять їм продовжувати свою діяльність на якісно новому рівні, бути витребуваними у реалізації ґендерної політики держави та стати повноправними партнерами владних інститутів, зберегти і примножити свій досвід у цій справі.

Закон визначає сфери, в яких забезпечення рівних прав і можливостей буде пріоритетним, це, зокрема, громадсько-політична, соціально-економічна, освітня. Попри відсутність норм про ґендерні квоти у виборчих списках, наявність у законі окремої статті щодо забезпечення рівних прав і можливостей у виборчому процесі, зосереджує увагу на цій проблемі, що сприяє включенню у списки політичних партій та блоків більшої кількості жінок. Сьогодні практично немає жодної політичної сили, у якій у першій п'ятірці виборчих списків не було б жінок. Не виключається можливість згодом, у між виборчий період, внести до цієї статті зміни в частині запровадження квот.

Більш широко виписані норми щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків у сфері державної служби та служби в органах місцевого самоврядування аж до можливостей застосування позитивних дій з метою досягнення збалансованого представництва жінок і чоловіків на державній службі та службі в органах місцевого самоврядування з урахуванням категорій посад службовців.

В напрямку забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків у праці та одержанні винагороди за неї в законі міститься низка обов'язків роботодавців, зокрема, вживати заходів щодо унеможливлення випадків сексуальних домагань. Вводиться пряма заборона в оголошеннях (рекламі) про вакансії пропонувати роботу лише жінкам або лише чоловікам, за винятком специфічної роботи, яка може виконуватися виключно особами певної статі, висувати різні вимоги, даючи перевагу одній із статей, вимагати від осіб, які влаштовуються на роботу, відомості про їхнє особисте життя, плани щодо народження дітей. Роботодавцям також надається право здійснювати позитивні дії.

Окремий розділ в законі присвячений забезпеченню рівних прав та можливостей жінок і чоловіків у здобутті освіти. В ньому передбачається проведення експертизи навчальних програм, підручників та навчальних посібників для навчальних закладів щодо відповідності принципу забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Це сприятиме формуванню вже з дитинства вільного від стереотипних уявлень погляду на ґендерні ролі в суспільстві.

Закон містить посилання на норми щодо відповідальності за порушення вимог законодавства про забезпечення рівних прав та рівних можливостей, можливостей оскарження випадків дискримінації за ознакою статі та стягнення моральних збитків. Саме відсутність конкретних санкцій за порушення закону і виписаної процедури розгляду скарг викликало найбільшу критику закону. Але це усталена практика, коли встановлюються правила регулювання суспільних відносин, а відповідальність за їх порушення передбачається у кримінальному, адміністративному законодавстві.

Закон про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків окреслив напрямки діяльності по забезпеченню ґендерної рівності, створив можливості для діяльності на цьому ґрунті як для органів влади так і для громадських організацій, врешті для кожного активного громадянина, передбачив для цього правові підстави і дав повноваження.

Сподіватись на те, що можливості для реалізації рівних прав створяться самі собою згори, не варто. Стан справ щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків може і буде змінюватись лише під впливом активної громадської позиції кожного.

Правові засади ґендерної політики України визначені сьогодні чисельними нормативно-правовими актами, головніші серед яких такі:

- Конституція України;
- Закон України від 8 вересня 2005 року "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків", який спрямований на забезпечення рівних прав, свобод жінок і чоловіків та створення умов для їх реалізації в усіх сферах життя суспільства, а також утвердження державних гарантій щодо формування паритетних відносин між жінками і чоловіками як умови сталого розвитку громадянського суспільства;
- Закон України "Про попередження насильства в сім'ї",
- Постанова Верховної Ради України від 27.06.2007 № 1241-V Про Рекомендації парламентських слухань на тему: "Рівні права та рівні можливості в Україні: реалії та перспективи";
- Постанова Верховної Ради України від 22.03.2007 № 817-V Про Рекомендації парламентських слухань "Сучасний стан та актуальні завдання у сфері попередження ґендерного насильства",
- Постанова Кабінету Міністрів України від 27.12.2006 № 1834 "Про затвердження Державної програми з утвердження ґендерної рівності в українському суспільстві на період до 2010 року",
- Наказ Міністерства юстиції України від 12.05.2006 № 42/5 "Про затвердження Методичних рекомендацій щодо здійснення ґендерно-правової експертизи нормативно-правових актів".

Основними напрямками участі Державного департаменту України з питань виконання покарань у процесі формування та реалізації ґендерної політики в державі можна визначити такі:

1. Вдосконалення нормативно-правового забезпечення.
2. Формування ґендерної культури працівників Державного департаменту України з питань виконання покарань.
3. Науково-методичне забезпечення процесів формування та реалізації ґендерної політики.
4. Діяльність із підвищення статусу жінок, які працюють в органах та установах виконання покарань України.
5. Міжгалузеве та міжнародне співробітництво Державного департаменту України з питань виконання покарань.

На сучасному етапі розбудови Української держави існує проблема невідповідності наявного державного забезпечення рівних прав і можливостей для жінок і чоловіків сучасним міжнародним вимогам щодо досягнення ґендерної рівності, а отже, й потребам розбудови правової, демократичної, соціальної держави, що зумовлює актуальність відповідних досліджень. Здійснений аналіз соціально-економічного становища жінок і чоловіків, а саме: місця та ролі жінок і чоловіків у структурі населення, у сфері освіти та професійної підготовки, економічної активності, зайнятості, у сфері оплати праці, веденні домашнього господарства, підприємницької діяльності, у сфері політичної активності, ролі ЗМІ у формуванні ґендерних стереотипів, дає підстави стверджувати про наявність в українському суспільстві окремих проявів дискримінації за ознакою статі як жінок, так і чоловіків, що потребує вдосконалення в країні державної ґендерної політики.

Питання для повторення та самоперевірки.

1. Грецькі філософи Платон та Аристотель про роль жінки в суспільстві.
2. "Ґендер" як проблема міжстатевих стосунків у соціальному середовищі.
3. Основні причини недостатньої впливовості громадських жіночих організацій в Україні.
4. Зміст державної ґендерної політики.

5. Джерела отримання даних про стан ґендерної рівності на міжнародному рівні.
6. Умови дотримання органами державного управління ґендерних підходів у своїй діяльності.
7. Основні завдання, що необхідно вирішити для досягнення ґендерного паритету в державному управлінні.
8. Нормативно-правові акти, що визначають правові засади національної ґендерної політики України.
9. Ґендерна рівність як компонент державної політики та державного управління.
10. Основні напрями участі Державного департаменту України з питань виконання покарань у процесі формування та реалізації ґендерної політики в державі.
11. Перспективні напрями розвитку державної ґендерної політики в Україні.

Список літератури:

1. Конвенція ООН з ліквідації всіх форм дискримінації щодо жінок.
2. Підсумковий документ Четвертої Всесвітньої Конференції зі становища жінок в Пекіні (1995 р.)
3. Рекомендації 53 Спеціальної сесії Генеральної асамблеї ООН (червень 2000 р.)
4. Рекомендації Ради Європи щодо впровадження ґендерної рівності (1998 р.)
5. Конституція України.
6. Кримінальний Кодекс України.
7. Закон України "Про забезпечення рівних прав жінок і чоловіків та рівних можливостей їх реалізації" від 8 вересня 2005 року.
8. Закон України “Про Державну кримінально-виконавчу службу України” від 23 червня 2005 року.
9. Закон України «Про загальну структуру і чисельність кримінально-виконавчої системи України» від 02 березня 2000 року.
10. Указ Президента України від 22.04.1998 р. «Про створення Державного Департаменту України з питань виконання покарань».
11. Постанова Верховної Ради України від від 27.06.2007 № 1241-V Про Рекомендації парламентських слухань на тему: "Рівні права та рівні можливості в Україні: реалії та перспективи".
12. Постанова Верховної Ради України від 22.03.2007 № 817-V Про Рекомендації парламентських слухань "Сучасний стан та актуальні завдання у сфері попередження ґендерного насильства".
13. Постанова Кабінету Міністрів України від 27.12.2006 № 1834 «Про затвердження Державної програми з утвердження ґендерної рівності в українському суспільстві на період до 2010 року».
14. Наказ Міністерства юстиції України від 12.05.2006 № 42/5 "Про затвердження Методичних рекомендацій щодо здійснення ґендерно-правової експертизи нормативно-правових актів".
15. Впровадження ґендерних підходів у діяльність правоохоронних органів України: матеріали міжнародної науково-практичної конференції. – К.: Міленіум, 2005. – 148 с.
16. Грицяк Н.В. Формування ґендерної політики в Україні: проблеми теорії, методології, практики: Монографія. – К.: НАДУ, 2004. – 384 с.
17. Ґендерні аспекти державної служби: Монографія / М.Пірен, Н.Грицяк, Т.Василевська, О.Іваницька; За заг. ред. Б. Кравченка. – К.: Вид-во Соломії Павличко “Основи”, 2002. - 335 с.
18. Законотворчість: забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Під редакцією О. Суслової і Е. Рахімкулова. – ПСП. К.: 2006 – 189 с.
19. Нієманіс А., Впровадження ґендерних підходів. Практичний посібник., Київ, К.І.С. – 2001.
20. Нормативно-методичні основи ґендерних перетворень. – К., 2005. – 184 с.

21.Савинская О., Кочкина Е., Федорова Л., Гендерная интеграция. Возможности и пределы социальных инноваций., СПб, АЛЕТЕЙЯ. – 2004.

Глава 2.
ОСОБЛИВОСТІ ПРАВОВОГО РЕГУЛЮВАННЯ ПОРЯДКУ ВІДБУВАННЯ КРИМІНАЛЬНОГО ПОКАРАННЯ У ВИДІ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ ЗАСУДЖЕНИМИ ЖІНКАМИ В ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ

§1. Європейське ґендерне законодавство стосовно ринку праці та протидії насильства проти жінок

Сучасне розуміння демократії означає розгляд її як демократії ґендерної, тобто паритетної. Наповнення ґендерним змістом національного законодавства в різних країнах має свої особливості як за підходами, так і за темпами, проте, навіть за умов такої різноманітності, можна помітити спільні тенденції, а також зближення процесів формування ґендерного компоненту в системах національних законодавств, в тому числі й українського. У Конституції України рівні права й можливості жінок і чоловіків забезпечуються "наданням жінкам рівних з чоловіками можливостей у громадсько-політичній і культурній діяльності, у здобутті освіти і професійній підготовці, у праці та винагороді за неї; спеціальними заходами щодо охорони праці і здоров'я жінок, встановленням пенсійних пільг; створенням умов, які дають жінкам можливість поєднувати працю з материнством; правовим захистом, матеріальною і моральною підтримкою материнства і дитинства, включаючи надання оплачуваних відпусток та інших пільг вагітним жінкам і матерям" (Ст. 24 Конституції України).

Закон України "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків" від 8.09.2005, яким би важливим він в цій галузі не був, не може вирішити комплексні питання ґендерної рівності. Цей складний процес складається з багатьох чинників, які містять як законодавчу базу, так і відповідні механізми, зокрема, всередині самих державних структур. Невід'ємною складовою ґендерного компоненту законодавства є як спеціальні закони, так і ґендерне законодавство в цілому.

До спеціальних законів належить Закон України "Про попередження насильства в сім'ї" від 15.11.2001 № 2789-III. Цей закон не має аналогів на всьому пострадянському просторі. Проте з його виникненням з'явилася потреба у з'ясуванні деяких практичних питань щодо його впровадження, а також зміни та вдосконалення деяких статей.

Цікавим і корисним у вдосконаленні національного законодавства може бути досвід інших країн, зокрема Європейського Союзу.

Ринок праці. У багатьох країнах змінюються соціально-культурні підходи у напрямку підтримки працюючих жінок і матерів, оскільки економіка держави стає все більш залежною від праці жінок. У промислово-розвинутих країнах існує тенденція щодо посилення підтримки батьківських відпусток для догляду за дітьми, більшої доступності дитячих дошкільних закладів та визнання необхідності ролі держави у цьому процесі.

У своїй книзі The Three Worlds of Welfare State Capitalism (Три типи капіталізму "соціальної держави") Еспінг-Андерсон розробив класифікацію форм соціальної держави. Він визначив три типи соціальної політики, притаманної для кожної з форм: консервативну, ліберальну та соціал-демократичну. Еспінг-Андерсон стверджує, що кожна "із трьох форм є тісно пов'язаною з "системою ринку праці країни".

Використовуючи цю класифікацію, Анжеліка фон Валь[3] вказує на те, що для класифікації держав, які впроваджують політику рівних можливостей у працевлаштуванні, може бути введене поняття системи рівної зайнятості. Політика рівної зайнятості спрямована на досягнення ґендерної рівності. Авторка визначає систему рівної зайнятості як "комбіновані взаємозалежні методи, якими рівні можливості та рівна зайнятість досягаються та розподіляються у країні, на ринку або в сім'ї".

Класифікаційна модель, запропонована фон Валь, враховує проблеми, що стосуються життєдіяльності жінок у суспільстві і виходять за межі традиційної форми соціальної держави.

[3] Ґендерне законодавство: порівняльний аналіз та коментарі. Під ред. Е. Рахімкулова та О. Суслової. – К., 2005, ст..5 – 25

Класифікаційна модель фон Валь складає основу для кожного наступного кроку порівняльного дослідження. Розглядаючи низку законів із забезпечення рівних можливостей, ми встановлюємо сім підходів до ґендерної рівності, які можуть поєднуватися і використовуватися державою для подолання нерівності на ринку праці:

1. Анти-дискримінаційна модель.
2. Позитивні дії.
3. Розширення можливостей.
4. Співмірна цінність / рівність в оплаті.
5. Заходи проти сексуальних домагань.
6. Політика, спрямована проти гетеросексуалізму.
7. Залучення чоловіків до досягнення рівної зайнятості через сприяння змінам у розподілі домашньої праці.

Такі види класифікації, одна з яких описана вище, не є ідеально точними. Далі порівняємо сучасне ґендерне законодавство у країнах кожної з трьох типів рівної зайнятості: соціал-демократичній, ліберальній та консервативній. Хоча більшість країн можна класифікувати як такі, що належать до однієї з цих форм, існують і винятки. У ряді країн проявляються характеристики інших форм у їх підході до змін законодавчих норм, що регулюють питання рівної зайнятості. Крім того, у законодавстві багатьох європейських країн проявляється потужний вплив наднаціональної політики Європейського Союзу з ґендерного інтегрування, яка детальніше описується нижче.

Соціал-демократичний тип політики рівної зайнятості. Соціал-демократична модель, яку іноді називають моделлю двох годувальників, в основному притаманна для північноєвропейських країн. Ці країни вже давно вважаються міжнародними лідерами прогресивної ґендерної політики. Політика рівної зайнятості впроваджується через централізоване колективне лобіювання та соціальну політику. Менша увага тут надається конституційним гарантіям, і, наприклад, ні у Швеції, ні в Данії немає конституційних положень, що гарантують рівну оплату та рівність у ставленні до жінок.

Скандинавські країни, загалом, є менш активними у впровадженні законодавства про рівну оплату і рівні можливості, але вони провели велику практичну роботу у розширенні можливостей. Ці країни зосередилися на колективному, а не індивідуальному аспекті, і, таким чином, не дивно, що протидія сексуальним домаганням почала застосовуватись у цих державах пізніше, ніж у країнах із ліберальною формою рівної зайнятості.

З 1994 р. Швеція змістила фокус політики досягнення ґендерної рівності із часткових заходів спеціального застосування на ширше коло заходів, що впливають на щоденну політичну та адміністративну діяльність. В країні було прийнято 3-рівневу стратегію з інтеграції ґендерної політики, яка складається з таких елементів:

1) виділення категорії ґендеру в усій офіційній статистиці;

2) проведення навчальних програм з ґендерної рівності для міністрів, прес-секретарів, політичних радників, керівних державних службовців;

3) включення ґендерного виміру в роботу усіх урядових слідчих комісій.

Наявність субсидованих державою закладів з догляду за дітьми та літніми людьми та вдосконалена транспортна система називають рушіями порівняно високого рівня зайнятості жінок у Швеції. Однак це також посилило жорстку ґендерну сегрегацію на ринку праці.

Закон Норвегії “Про ґендерну рівність” є унікальним у тому значенні, що він не тільки стосується трудової діяльності, а також має більше охоплення і стосується усіх секторів, включно з освітою, політичним та сімейним життям. Закон поширюється також на сферу приватного життя, але тут він не передбачає механізмів примусового застосування. Законодавче регулювання сфери сімейного та приватного пояснюється завданням змінити ставлення до ґендерної дискримінації у приватному житті та заявити про позицію держави з цього питання. Цей приклад демонструє значення змін у суспільних поглядах до будь-якої комплексної ґендерної політики. Більше того, Закон Норвегії “Про ґендерну рівність” містить положення щодо позитивних дій на користь жінок, а також, що дуже важливо, на користь чоловіків у видах

зайнятості, пов'язаних із навчанням дітей та догляду за ними.

Ліберальний тип політики рівної зайнятості. Законодавчі положення, що регулюють застосування анти-дискримінаційних заходів та рівну оплату праці для чоловіків і жінок, вперше були прийняті у ліберальних демократичних країнах. У Великобританії закон про рівну оплату був прийнятий у 1970 р., навіть раніше, ніж у скандинавських країнах. Канадський закон "Про рівну оплату" був прийнятий ще у 1956 р. Однак раннє прийняття законодавчих актів не означало їх безумовне дотримання. Програми позитивних дій реалізуються у США протягом 30 років, але жінки та представники меншин ще й досі стикаються з суттєвими перешкодами кар'єрного зростання на вищих управлінських рівнях.

У країнах з ліберальним типом рівної зайнятості побутує переконаність, "що рівні можливості – це відсутність окремих бар'єрів та ... підтримка рівності можливостей на індивідуальній основі". Законодавство щодо ґендерної рівності тут не впроваджується через колективні угоди. Суперечки, що стосуються рівної зайнятості, як правило, вирішуються у судах на індивідуальній основі.

Загалом, ліберальний тип рівної зайнятості лише у мінімальному обсязі надає підтримку інтеграції матерів до лав робочої сили і має слабку соціальну політику. Наприклад, у Сполучених Штатах Америки законодавчо гарантується право на ґендерну рівність, але держава практично не надає підтримки для догляду за дитиною. Схожа, хоча й дещо краща, ситуація у Великій Британії.

Передача регулювання питання догляду за дітьми виключно ринку означає, що ґендерна рівність «є радше привілеєм, який використовують заможні жінки». У Великобританії, наприклад, з'явилась тенденція, коли «жінки з вищим рівнем освіти оплачують догляд за дитиною та продовжують працювати, тоді як жінки з нижчим рівнем повертаються після догляду за дитиною до нижче оплачуваної неповної зайнятості та несуть іще більші втрати».

У Великій Британії не застосовується підхід щодо розширення можливостей застосування ґендерного законодавства. Проте на політику країни у цій сфері впливає ґендерне законодавство Європейського Союзу, тож ситуація в цій сфері є більш «сприятливою для жінок», ніж у Сполучених Штатах.

Консервативний тип політики рівної зайнятості. В країнах з консервативним типом політики рівної зайнятості у жінок та чоловіків чітко визначені соціальні ролі, які надійно захищаються профспілками і роботодавцями. Цей тип може також характеризуватися баченням ролі чоловіка як годувальника. Це бачення поступово розмивається завдяки все більшій участі жінок на ринку праці, політичною трансформацією стосунків у сфері соціального забезпечення і зайнятості, а також новими відносинами у сім'ї.

Німеччина хоча й є однією з країн-засновниць ЄС, спочатку дуже повільно впроваджувала директиви ЄС щодо рівноправної оплати праці та однакового ставлення. Тільки через п'ять років після появи цих директив у країні були прийняті заходи на їх виконання. Однак прийняті закони впроваджували приписи директив ЄС тільки частково. У конституціях Німеччини, Австрії, Франції та Італії є згадка про однакове ставлення або рівнозначну оплату праці, але на практиці проблеми у цих сферах вирішуються неефективно. Щоправда, Німеччина та Австрія досягли значного прогресу останнім часом, розширивши застосування заходів, "сприятливих для жінок" відповідно до останніх директив ЄС.

Ґендерне законодавство у країнах консервативного типу політики рівної зайнятості традиційно спрямоване на захист особливого статусу матерів. У багатьох з цих країн, наприклад, не допускається, щоби жінки працювали в нічну зміну або їздили у службові відрядження, якщо вони вагітні або мають маленьких дітей.

У Німеччині й Нідерландах не надаються послуги догляду за дітьми ясельного віку, тому жінки змушені залишатися вдома. З 1986 року у Німеччині введено оплачувану відпустку для догляду за дитиною, що заохочує матерів залишатися вдома та дбати про немовлят. Пронаталізм однаково сильний у Франції і Бельгії, крім того обидві ці країни мають добре розвинені системи догляду за дітьми для малюків 1-3 та 3-5 років.

Системи соціального страхування тільки починають визнавати догляд за дітьми

діяльністю, що дорівнює оплачуваній зайнятості і, таким чином, такою, що заслуговує пенсії. Швейцарія запровадила радикальний підхід до розподілу пенсійних витрат, відповідно до якого пенсія щорічно розподіляється порівну між членами подружжя. Іншими словами, "половина з "горщика" чоловіка щороку переливається у "горщик" дружини, і, у свою чергу, половина "горщика" дружини щороку переливається у "горщик» чоловіка".

Ґендерна ситуація в державах Центральної і Східної Європи наближена до моделі скандинавських країн, коли залучення жінок на ринок праці сягає 80 % (Чехословаччина, Естонія, Латвія, Литва) та 70 % (Польща під час перехідного періоду). Різниця в оплаті праці між чоловіками й жінками складала 11 % в Угорщині та 13 % у Польщі. Незважаючи на досягнення в громадському житті, приватне життя залишилося таким, як і раніше, і "традиційне сприйняття чоловіка і жінки залишилося, в основному, незмінним". Зміни, які відбулися після 1989 р., фактично привели до виникнення "нового традиціоналізму" та повороту до моделі чоловіка як годувальника, принаймні у Польщі, де Католицька церква є дуже авторитетною.

За даними Європейського фонду, 12 нових членів і кандидатів в члени ЄС мають більш рівний розподіл у сфері догляду за дітьми, ніж решта країн ЄС, зокрема, серед осіб молодшого віку.

У звіті "Рівні можливості для жінок і чоловіків: моніторинг законодавства і практики у нових державах-членах та країнах, що планують приєднатися до Європейського Союзу" говориться, що загальна низька поінформованість чоловіків і жінок регіону про ґендерну нерівність впливає на їхнє повсякденне життя. У цих країнах бракує політичної волі для примусового застосування існуючих засобів політики ґендерної рівності на національному рівні та на рівні ЄС. Автори звіту переконують, що урядам Болгарії, Угорщини та Польщі необхідно схвалити офіційну стратегію ґендерної рівності та закликають усі держави регіону розпочати збір статистичних даних у сфері ґендерної рівності.

Ґендерна інтеграція та Європейський Союз. У Європейському Союзі заходи ґендерної політики впроваджувалися нерівномірно внаслідок відмінностей між типами рівної зайнятості. Деякі з них значно випереджають законодавство ЄС (зазвичай, соціал-демократичні країни), тоді як інші намагаються не відставати (зазвичай, ліберальні й консервативні).

У сфері становища жінок у державах-членах ЄС було досягнуто значного прогресу, але ґендерної рівності у повсякденному житті ще не досягнуто – рівність жінки і чоловіка не завжди забезпечується практично. Недостатнє представництво жінок та факти насильства проти них, що не припиняються, серед іншого, вказують на існування структурної ґендерної нерівності.

За даними Європейської Комісії, цю ситуацію можна ефективно вирішити "шляхом інтеграції завдань ґендерної рівності у напрямки державної політики, які мають прямий або опосередкований вплив на життя жінок і чоловіків". У розробці і впровадженні державної політики проблеми, потреби та надії жінок повинні враховуватися та набувати такого ж значення, як проблеми чоловіків. Це підхід ґендерного інтегрування, затверджений Комісією 1996 р. (Повідомлення Комісії від 21 лютого 1996 р. "Впровадження рівних можливостей для жінок і чоловіків в усі напрямки політики та діяльність Спільноти" COM(96) 67, остаточне). Рамкова стратегія Співтовариства з ґендерної рівності (2001-2005) описує ґендерний підхід, який поєднує ґендерне інтегрування із конкретними діями, спрямованими на покращення становища жінок.

Прийняття кількох директив ЄС, що стосуються ґендерної рівності, привело до розробки обов'язкових напрямків політики та єдиних стандартів для усіх членів ЄС. Ґендерна політика на національному рівні зазнає все більшого законодавчого впливу на рівні ЄС, у якому політика узгодження набирає ваги. Крім того, нові директиви щодо стратегії зайнятості у ЄС визнають потребу поширення ідей ґендерної рівності на неоплачувану роботу з догляду за дітьми, акцентуючи увагу на рівному розподілі обов'язків з догляду за дитиною і ведення господарства, а також заохоченні чоловіків брати відпустки для догляду за дитиною.

Як правило, регуляторні напрямки політики ЄС є добровільними. Але це не стосується політики з ґендерної рівності. Численні обов'язкові директиви ЄС з ґендерної політики, а також

задекларований намір ЄС ліквідувати ґендерну нерівність в усіх видах діяльності, є важливим кроком на шляху розробки комплексної ґендерної політики.

Ґендерне насильство. Насильство глибоко пов'язане із нерівністю у стосунках між чоловіками і жінками. Насильство – це не тільки фізична або сексуальна агресія, що призводить до фізичної шкоди. Ґендерне насильство може виражатися у психологічному або емоційному тиску (наприклад, залякування, погрози, примус, словесна образа) та прямому чи опосередкованому соціальному насильстві (наприклад, стигматизація, неприйняття, ізоляція, дискримінація). У широкому значенні насильство проти жінок визначається як порушення прав жінки як людини.

Таким чином, ґендерне насильство охоплює різні насильницькі дії, що здійснюються проти осіб чи груп на основі статі жертви, зокрема, "на основі того, як певне суспільство встановлює та контролює соціальні ролі цих людей та їх очікувану поведінку". Воно стосується сексуального насильства, насильства у сім'ї, завдання емоційної та психологічної шкоди, торгівлі людьми з метою їх сексуальної експлуатації, проституції за примусом, сексуальної експлуатації, сексуальних домагань та насильницьких традиційних практик.

У країнах Європейського Союзу одна жінка з п'яти, принаймні, раз у житті стає жертвою насильства з боку свого партнера. У кожному четвертому тяжкому злочині жінка є об'єктом агресії свого партнера або чоловіка. Торгівля людьми та проституція за примусом є складними і комплексними проблемами для Європи.

Інноваційні закони та урядові програми у державах-членах ЄС, спрямовані на боротьбу з насильством у сім'ї та сексуальним насильством. Виразними тенденціями у цій сфері є: захист жертв від повторного психічного насильства, що надається правоохоронними органами, полегшений доступ до захисту від зловмисників, критика незадовільної практики реагування на домашнє насильство; все більша увага до злочинців у цій сфері та інтенсифікація попередження повторного насильства.

§2. Особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінок у зарубіжних країнах

Данія: Як випливає з п'ятого параграфа наказу з виконання покарання Міністерства юстиції Данії від 21 червня 1973 р., дитина може утримуватися в камері із засудженою матір'ю поки не досягне однорічного віку. Якщо буде вирішено, що це в інтересах дитини, їй буде дозволено залишатися з матір'ю довше зазначеного терміну. Стало вже звичайним застосовувати це правило і до батьків ув'язнених. Реальна практика така: ув'язнені, які відбувають покарання, можуть утримуватися разом зі своїми дітьми, доки останнім не виповниться 3 роки.

Фінляндія: Мати, що відбуває тюремне ув'язнення, має право залишити свою дитину на кілька днів або на невизначений час будь-якій довіреній особі чи закладу поза в'язницею. Вона може передати дитину і батьку, навіть якщо він теж ув'язнений.

Як правило, матір розлучають з дитиною, коли їй виповнюється два роки, але не скрізь. У відкритій в'язниці м. Ванажа дитина може залишатися з матір'ю до чотирьох років. Бувають випадки, коли Президент Республіки милує матір присуджену до утримання в закритій в'язниці, коли її дитині виповнюється два роки.

Німеччина: Тюремні установи для матері і дитини (далі – ДМД):

1. Баден-Вюртемберг: ДМД у в'язниці міста Швебиш-Гмюнд розрахований на 10 місць для матерів з дітьми до 3-х років.
2. Баварія: ДМД у в'язниці міста Айхах для 10 матерів з дітьми до 4-х років.
3. Берлін: Берлінська в'язниця – 2 місця для матерів із дітьми до 4-х років.
4. Гессен: Франкфурт-на-Майні-Ш: 5 місць у ДМД закритої в'язниці, 18 місць – у в'язниці відкритого типу.
5. Нижня Саксонія: Вехта: 5 місць для матерів з дітьми до 3-х років у закритій в'язниці, 10 місць у закритій тюрмі для матерів з дітьми до 6-ти років.

6. Північний Рейн-Вестфалія: Фрейндерберг: відкрита в'язниця для 11 матерів і 20 дітей до 6 років (дошкільний вік).

7. Саксонія: в'язниця в місті Штольберг: ДМД на п'ять місць з дітьми до 3-х років.

8. Шлезвінг-Гольштейн: у в'язниці міста Любек 3 місця для матерів з дітьми до 3-х років.

Є розходження в умовах утримання в ДМД між окремими в'язницями, що залежить від архітектури і віку будинків, розміру відділень, а також від режиму в'язниці.

Відповідно до параграфа №80 Кримінально–виконавчого кодексу (далі – КВК) Німеччини, рішення про спільне проживання дитини з засудженою матір'ю приймається в інтересах дитини і дозволяє не розлучати дитину з матір'ю, навіть після досягнення шкільного віку в тих випадках, коли особа, відповідальна за прийняття такого рішення, вважає, що для дитини краще залишатися з матір'ю. Саме тому, що перебування разом з матір'ю враховує насамперед інтереси дитини, установи зобов'язані організувати життя ДМД так, щоб діти не страждали від того, що вони разом з матерями знаходяться в ув'язненні. Самі матері як не зобов'язані утримувати при собі дітей в ув'язненні, так і не мають права вимагати, щоб їм у будь-якому випадку залишили дитину. Поки немає умов для того, щоб батько міг жити зі своєю дитиною у в'язниці, хоча кількість самотніх батьків у Німеччині безупинно росте.

Греція: Вирок до тюремного ув'язнення може бути відкладений на два місяці до пологів і на місяць після пологів. Кодекс поведінки з ув'язненими в Греції забезпечує матері з дитиною утримання в окремій, пристосованій для цього камері. Мати може довірити свою дитину родичам, включаючи чоловіка, якщо він не ув'язнений, а, якщо таких не має – то може помістити її до дитячої установи. На ув'язнену матір не може бути накладене дисциплінарне покарання або поміщення у штрафний ізолятор, поки вона вагітна, або поки її дитині не виповниться два роки, якщо вона утримується в ув'язненні разом з нею.

Нідерланди: З 1 січня 1999 р. прийняті нові тюремні правила і новий тюремний закон. Батьківські умови утримання тепер розраховані як на чоловіків, так і на жінок, хоча все-таки частіше ними користуються жінки. В різних в'язницях умови відрізняються. У нещодавно побудованих в'язницях є спеціалізовані камери для матері і дитини. У старих в'язницях матері можуть утримуватися разом з дітьми, але умови утримання, скоріше погані, ніж гарні (багато шуму, немає спеціальної площадки для ігор). У 1998/99 р. був побудований ДМД на 5 місць у напіввідкритій в'язниці міста Севен. У ньому є подвійні спальні, вітальні, ігрові майданчики, відкрита кухня тощо. Тільки тут діти можуть залишатися разом з матерями в ув'язненні до 4-х років. У денний час ці діти відвідують звичайний дитячий сад у прилеглому селі.

§3. Особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками в країнах Східної Європи

Болгарія: Кримінально-процесуальний кодекс Болгарії припускає відстрочку вироку матері-засудженої протягом одного року після народження дитини. Матері підкоряються режиму в'язниці і тому не живуть зі своїми дітьми. Діти живуть в окремому приміщенні, що, як наприклад, у жіночій в'язниці міста Сливен, розраховано на 10 дітей. Мати має право шість разів на добу приходити до своєї дитини і залишатися з нею протягом години. Можливі і нічні відвідування. Дитина залишається в закладі приблизно 10 місяців. Коли дитина досягає однорічного віку, її передають у дитячий будинок, якщо родичі не захочуть узяти її на виховання.

Латвія: КВК Латвії визначає у параграфі 43, що "... вагітні жінки, матері, що годують, можуть купувати необхідні речі і додаткове харчування на гроші, що є на їхньому особовому рахунку...", а у параграфі 70 – "Жінки з грудними дітьми і вагітні не можуть бути поміщені у штрафний ізолятор". У параграфі 77 говориться про те, що "Зобов'язані забезпечити краще харчування й умови утримання для вагітних і тих, які годують". Дитина може залишатися разом зі своєю матір'ю у в'язниці до 4-х років. За медичними показниками дитину можуть відправити в лікарню.

У в’язниці є спеціальні кімнати для матерів, де вони живуть по двоє з дітьми в одній кімнаті. Персонал цього відділення підбирається з відповідною кваліфікацію і має ставитися до своїх підопічних з добротою.

У **рекомендації Асамблеї 1257 (1995 р.)** щодо умов утримання осіб під вартою у державах-членах Ради Європи рекомендується рідше застосовувати покарання у виді тюремного ув’язнення.

Незважаючи на це, у багатьох державах-членах Ради Європи збільшується кількість жінок, що направляються до в’язниць за вироком суду або у якості попереднього ув’язнення. Переважна більшість жінок перебувають у в’язниці на підставі обвинувачення або вироку суду за здійснення відносно дрібних злочинів, і вони не є небезпечними для суспільства.

Невідомо, яке число новонароджених і малолітніх дітей розлучаються зі своїми матерями, що знаходяться у в’язниці. У в’язницях європейських країн утримується близько 100 тисяч жінок, і за оцінкою Говардської ліги за тюремну реформу, неурядової організації Об’єднаного Королівства, це означає, що близько 10 000 новонароджених і малолітніх дітей у віці до двох років опиняються відлученими від своїх матерів у наслідок такої ситуації.

Як вважають експерти, відлучення дитини від матері в ранньому віці викликає довгострокові негативні наслідки, у тому числі заважає виникненню почуття прихильності до інших людей, порушує емоційну пристосованість і приводить до розладів особистості. Визнається також, що обмежений доступ до різноманітних подразників почуттів у закритих в’язницях гальмує розвиток малолітніх дітей.

З урахуванням негативних наслідків тюремного ув’язнення матерів для їхніх малолітніх дітей Генеральна Асамблея ООН рекомендувала Комітету міністрів запропонувати державам-членам вжити таких заходів:

- для матерів, що мають малолітніх дітей, розробити й застосовувати на практиці види покарань, що виконуються на базі місцевого співтовариства, і уникати призначення тюремного ув’язнення;
- розробити навчальні програми із проблем матерів і малолітніх дітей для фахівців в галузі кримінального правосуддя, ґрунтуючись на Конвенції Організації Об’єднаних Націй про права дитини і Європейської конвенції про права людини;
- визнати, що позбавлення волі для вагітних жінок і матерів з малолітніми дітьми повинне застосовуватися лише в крайніх випадках і тільки відносно тих жінок, які засуджені за особливо тяжкі злочини і є загрозою для суспільства;
- створити невеликі відділення закритого й напівзакритого режиму з наданням соціальних послуг для невеликої кількості матерів, яких необхідно тримати в ув'язненні, де дітям був би забезпечений догляд у сприятливій для них обстановці і де першорядне значення надавалося б інтересам дітей при дотриманні вимог суспільної безпеки;
- надати батькам більш гнучкий режим відвідування, для того, щоб дитина могла б проводити достатньо часу з обома батьками;
- забезпечити спеціальну підготовку персоналу по догляду за дітьми;
- розробити належні керівні принципи для судів, згідно яким вони розглядали б питання про тюремне ув’язнення вагітних жінок і матерів, що годують, тільки в тому випадку, якщо ними здійснено серйозний злочин, пов'язаний із застосуванням насильства, і якщо вони є постійною загрозою для суспільства.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Європейське ґендерне законодавство стосовно ринку праці та протидії насильства проти жінок.
2. Сучасне розуміння наповнення ґендерним змістом національного законодавства в різних країнах та його особливості.
3. Ринок праці у напрямку підтримки жінок і матерів, які працюють.
4. Соціал-демократичний тип політики рівної зайнятості.
5. Законодавство скандинавських країн стосовно впровадження рівної оплати і рівних

можливостей чоловіків і жінок.

6. Ліберальний тип політики рівної зайнятості.
7. Консервативний тип політики рівної зайнятості.
8. Ґендерна інтеграція та Європейський Союз.
9. Ґендерне насильство.
10. Правове положення засуджених жінок–матерів, які відбувають тюремне ув'язнення в Данія або Фінляндії.
11. Тюремні установи для матері і дитини в Німеччині, Нідерландах, Франції, Греції.
12. Негативні наслідки тюремного ув'язнення матерів для їхніх малолітніх дітей.
13. Особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі жінками в країнах Східної Європи.

Список літератури:

1. Конвенція ООН з ліквідації всіх форм дискримінації щодо жінок.
2. Підсумковий документ Четвертої Всесвітньої Конференції зі становища жінок (Пекін, 1995)
3. Рекомендації 53 Спеціальної сесії Генеральної асамблеї ООН (червень 2000)
4. Рекомендації Ради Європи щодо впровадження ґендерної рівності (1998)
5. Грицяк Н.В. Ґендерний фактор як наукова категорія і соціально-політичний феномен //Зб. наук. пр. НАДУ / За заг. ред. В.І.Лугового, В.М.Князєва. – К.: Вид-во НАДУ, 2003. – Вип. 2. – С. 73-83.
6. Грицяк Н.В. Фемінізм як джерело ґендерної теорії // Вісн. НАДУ. – 2003. – №3. – С. 465-472.
7. Калашник Н.Г., наук.ред., Суслова О. відп.ред., Жінки і матері з дітьми в ув'язненні. – К., 2006. – 108 с.

Глава 3.
ОСОБЛИВОСТІ ТРИМАННЯ ЖІНОК У СЛІДЧИХ ІЗОЛЯТОРАХ ДЕРЖАВНОЇ КРИМІНАЛЬНО–ВИКОНАВЧОЇ СЛУЖБИ

§1. Поняття попереднього ув'язнення. Мета та підстави попереднього ув'язнення

Попереднє ув'язнення під варту створює особливий правовий інститут, який є близьким до покарання у виді позбавлення волі і включає в себе певні ознаки позбавлення волі. Однак, поряд з цим, утримання засуджених до покарання у виді позбавлення волі і ув'язнених згідно застосованого запобіжного заходу повинно бути різним на підставі таких обставин.

По-перше, мова йдеться про осіб, які визнані вироком суду винними у скоєних злочинах і заслуговують на відповідне поводження з ними, яке не може бути таким самим до осіб, у відношенні яких таке рішення судом не прийнято.

По-друге, позбавлення волі як покарання і попереднє ув'язнення, як запобіжний захід мають перед собою різну мету. Покарання у виді позбавлення волі застосовується з метою захисту інтересів особи, суспільства і держави шляхом створення умов для виправлення і ресоціалізації засуджених, запобігання скоєнню нових злочинів як засудженими так і іншими особами. Метою попереднього ув'язнення є запобігання можливому ухиленню особи, взятої під варту, від слідства і суду, перешкоджанню встановленню істини в кримінальній справі або зайняттю злочинною діяльністю, а також забезпечення виконання вироку.

Порядок попереднього ув'язнення визначається Законом України "Про попереднє ув'язнення" від 30 червня 1993 року, Кримінально-процесуальним, Кримінально-виконавчим кодексами України та іншими актами законодавства.

Таким чином, попереднє ув'язнення під варту відповідно до кримінально–процесуального законодавства України є запобіжним заходом щодо обвинуваченого, підсудного, підозрюваного у вчиненні злочину, за який може бути призначене покарання у виді позбавлення волі на строк понад три роки. У виключних випадках цей запобіжний захід може бути застосований і в справах про злочини, за які законом передбачено покарання у виді позбавлення волі і на строк не більше 3-х років. Попереднє ув'язнення під варту як запобіжний захід може бути застосований і до засудженого, вирок щодо якого не набрав законної сили.

Підстави і порядок обрання та виконання запобіжного заходу у виді взяття під варту регламентуються КПК України.

Ст.3 Закону визначає, що підставою для попереднього ув'язнення під варту є умотивоване рішення суду, винесене відповідно до кримінального і кримінально–процесуального законодавства України.

Ч.2 ст.1 Закону проголошує, що тримання осіб, взятих під варту здійснюється на принципах неухильного додержання Конституції України, вимог Загальної декларації прав людини, інших міжнародних правових норм і стандартів поводження з ув'язненими і не може поєднуватися з навмисними діями, що завдають фізичних чи моральних страждань або принижують людську гідність.

У відповідності зі статтею 4 Закону, установами для тримання осіб, щодо яких як запобіжний захід обрано взяття під варту, є слідчі ізолятори (СІЗО) Державного департаменту України з питань виконання покарань. В окремих випадках, що визначаються потребою в проведенні слідчих дій, ці особи можуть перебувати в ізоляторах тимчасового тримання (ІТТ) або на гауптвахті.

Порядок і термін тримання осіб, взятих під варту, в ІТТ або гауптвахті визначається законодавством України. Згідно з вимогами ч.4 ст. 155 КПК України, особи, взяті під варту, можуть перебувати у місцях тримання затриманих не більше як три доби, а якщо їх доставка у слідчий ізолятор або на гауптвахту Військової служби правопорядку у Збройних Силах України у цей строк неможлива через віддаленість або відсутність належних шляхів сполучення – до десяти діб. Строки тримання під вартою під час проведення досудового слідства визначаються ст.156 КПК України. Граничний строк тримання під вартою при розслідуванні злочинів у

кримінальних справах не може перевищувати півтора року (18 місяців), за виключенням випадків продовження строку тримання для ознайомлення обвинуваченого з матеріалами закінченої провадженням кримінальної справи.

Якщо особи, які відбувають покарання в місцях позбавлення волі чи дисциплінарних батальйонах, притягаються до кримінальної відповідальності за вчинення іншого злочину і щодо них, як запобіжний захід обрано взяття під варту, то вони за постановою особи, яка проводить розслідування, можуть перебувати у дисциплінарному ізоляторі виправної чи виховної колонії або чи на гауптвахті.

§2. Особливості правового становища жінок, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення

Режим у місцях попереднього ув'язнення. Забезпечення порядку тримання під вартою жінок у місцях попереднього ув'язнення покладається на адміністрацію місць попереднього ув'язнення, яка зобов'язана:

- забезпечити належну охорону та режим тримання жінок, взятих під варту;
- створити жінкам, взятим під варту, необхідні житлово–побутові умови відповідно до встановлених норм, забезпечити їх харчуванням та медичним обслуговуванням;
- створити необхідні умови для роботи слідчого, особи, яка проводить дізнання, прокурора та суду (судді), яка пов'язана з провадженням у кримінальній справі.

Режим у місцях попереднього ув'язнення, тобто порядок і умови тримання жінок, взятих під варту, та нагляду за ними з метою забезпечення попереднього ув'язнення, встановлюється Законом України "Про попереднє ув`язнення", Наказом Департаменту № 192 від 20 вересня 2000 року, яким затверджено "Правила поведінки в слідчих ізоляторах осіб, узятих під варту, і засуджених" та іншими нормативними актами.

Відповідно до ст.7 Закону основними вимогами режиму в місцях попереднього ув'язнення є ізоляція жінок, взятих під варту, постійний нагляд за ними і роздільне їх тримання.

Жінки, щодо яких як запобіжний захід обрано взяття під варту, підлягають обшуку, медичному огляду, дактилоскопії і фотографуванню; їх ознайомлюють з правами, обов'язками та вимогами режиму. Речі, які є при них, а також передачі і посилки, що надходять на їх ім'я, підлягають огляду, а листування – перегляду. Їм забороняється мати при собі гроші та цінні речі, а також предмети не дозволені для зберігання в місцях попереднього ув'язнення. Вилучені у них при доставленні в місця попереднього ув'язнення гроші зараховуються на їх особові рахунки, а цінні речі і предмети здаються на зберігання; гроші та цінні речі, одержані шляхом обману під час перебування в місцях попереднього ув'язнення або джерело одержання яких не встановлено, передаються в доход держави за мотивованою постановою начальника установи для попереднього ув'язнення, санкціонованою прокурором, копія якої приєднується до особової справи особи, яка тримається під вартою.

Вимоги щодо роздільного тримання жінок у місцях попереднього ув'язнення регламентуються ст. 8 Закону. Взятих під варту жінок тримають у маломісних або загальних камерах. У виняткових випадках, з метою збереження слідчої таємниці, захисту ув'язнених жінок від можливих посягань на їх життя чи запобігання вчиненню ними нового злочину, або за наявності на те медичних підстав за мотивованою постановою особи, установи, в провадженні яких знаходиться справа, чи начальника установи для попереднього ув'язнення, санкціонованою прокурором, їх можуть тримати в одиночних камерах. Застосування цього заходу до неповнолітніх жінок не допускається, а в разі виникання загрози їх життю вони переводяться до іншої маломісної або загальної камери.

Жінок, взятих під варту, розміщують у камерах з додержанням таких вимог ізоляції:

- окремо від чоловіків;
- неповнолітніх – окремо від дорослих. У виняткових випадках, з метою запобігання порушенням режиму в камерах, де тримають неповнолітніх, допускається з санкції прокурора

тримання не більше двох дорослих, які вперше притягаються до кримінальної відповідальності за вчинення злочинів, що не є тяжкими та особливо тяжкими;

- жінок, яких вперше притягнуто до кримінальної відповідальності, – окремо від жінок, які раніше притягалися до кримінальної відповідальності;
- жінок, які раніше відбували покарання в місцях позбавлення волі, – окремо від жінок, які не перебували в місцях позбавлення волі;
- жінок, обвинувачених або підозрюваних у вчиненні тяжких та особливо тяжких злочинів, – окремо від інших жінок, які перебувають під вартою;
- жінок, обвинувачених або підозрюваних у вчиненні злочинів проти основ національної безпеки України, - як правило, окремо від інших жінок, які перебувають під вартою;
- жінок, які раніше працювали в органах внутрішніх справ, служби безпеки, прокуратури, юстиції та в суді, – окремо від інших жінок, які перебувають під вартою;
- засуджених – окремо від жінок, які перебувають під вартою;
- жінок - іноземних громадян і жінок – осіб без громадянства – як правило, окремо від інших жінок, які перебувають під вартою;
- жінок, підозрюваних або обвинувачуваних у вчиненні злочинів, передбачених ст.ст.173-177, 200-235 КК (злочини проти трудових, авторських та суміжних прав, в сфері господарської діяльності) – окремо від інших жінок, які перебувають під вартою.

Обвинувачених або підозрюваних в одній і тій же справі за наявності розпорядження особи або органу, у провадженні яких знаходиться справа, тримають роздільно.

Правове становище жінок ув'язнених під варту. Правове становище жінок, які перебувають у місцях попереднього ув`язнення, регламентується статтею 6 Закону, відповідно до вимог якої, жінки, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення, мають обов'язки і права, встановлені законодавством для громадян України, з обмеженнями, що передбачені Законом України "Про попереднє ув`язнення " та іншими нормативно-правовими актами.

Правове становище жінок - іноземних громадян і жінок – осіб без громадянства, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення, визначається законодавством України, що передбачає права і обов'язки цих осіб під час перебування їх на території України, з обмеженнями, які встановлені Законом України "Про попереднє ув`язнення " і випливають з режиму тримання під вартою.

Не допускається надання будь-яких пільг чи переваг жінкам, які перебувають у місцях попереднього ув'язнення, залежно від їх расової, національної приналежності, ставлення до релігії, майнового стану, політичних поглядів та минулих заслуг.

Права і обов`язки жінок, взятих під варту передбачені статтями 9 та 10 Закону. Жінки, взяті під варту, мають право (ст.9 Закону):

- на захист своїх прав та інтересів особисто або за допомогою захисника з моменту затримання або взяття під варту, а також на повідомлення під час взяття під варту підстав та мотивів взяття під варту, оскаржувати їх у суді, отримувати в друковану вигляді роз'яснення положень статей 28,29,55,56,59,62 та 63 Конституції України, ст.9 Закону та інших прав затриманих або взятих під варту, встановлених законом, у тому числі права здійснювати захист своїх прав та інтересів особисто або за допомогою захисника з моменту затримання або арешту (взяття під варту) жінки, права відмовитися від надання будь-яких пояснень або свідчень до прибуття захисника;
- знайомитися з правилами тримання під вартою;
- на щоденну прогулянку тривалістю одна година. Вагітним жінкам і жінкам, які мають при собі дітей, неповнолітнім, а також хворим з дозволу лікаря та за їх згодою тривалість щоденної прогулянки встановлюється до двох годин;
- одержувати два рази на місяць передачі або посилки та грошові перекази і передачі;

- купувати протягом місяця за безготівковим розрахунком продукти харчування і предмети першої необхідності на суму до одного мінімального розміру заробітної плати та без обмежень письмове приладдя, газети, книги через торговельну мережу на замовлення;
- користуватися власним одягом і взуттям, мати при собі документи і записи, що стосуються кримінальної справи;
- користуватися телевізорами, одержаними від родичів або інших осіб, настільними іграми, газетами і книгами з бібліотеки місця попереднього ув'язнення та придбаними через торговельну мережу;
- відправляти в індивідуальному порядку релігійні обряди і користуватися релігійною літературою та властивими їх віруванню предметами релігійного культу, виготовленими з малоцінних матеріалів, якщо при цьому не порушується встановлений у місцях попереднього ув'язнення порядок, а також не обмежуються права інших осіб;
- на восьмигодинний сон в нічний час, під час якого не допускається залучення до участі в процесуальних та інших діях, за винятком невідкладних випадків;
- звертатись із скаргами, заявами та листами до державних органів і службових осіб у порядку, встановленому ст.13 Закону.

Взяті під варту жінки вправі мати при собі дітей віком до трьох років. Молоді громадяни (віком від 14 до 35 років) взяті під варту мають право отримувати психолого-педагогічну допомогу спеціалістів центрів соціальних служб для молоді.

Жінки, які відбувають покарання у місцях позбавлення волі, в разі обрання щодо них запобіжного заходу у вигляді взяття під варту в зв'язку з провадженням в іншій справі, тримають відповідно до правил, установлених Законом. Одержання цими жінками посилок і передач, а так само купівля ними продуктів харчування і предметів першої необхідності здійснюються в порядку, встановленому Кримінально-виконавчим кодексом України для рівня безпеки виправної колонії, призначеного їм Департаментом.

Перелік продуктів харчування і предметів першої необхідності, які забороняється передавати жінкам, взятим під варту, встановлюється Департаментом за погодженням з Генеральною прокуратурою України.

Жінки, взяті під варту, зобов'язані (ст.10 Закону):

- дотримуватись порядку, встановленого в місцях попереднього ув`язнення і виконувати законні вимоги адміністрації;
- дотримувати санітарно–гігієнічних правил, мати охайний зовнішній вигляд, постійно підтримувати чистоту в камері;
- бути ввічливими до працівників місця попереднього ув'язнення, а також поміж собою; не вступати в суперечки з представниками адміністрації, не принижувати їх гідність, не протидіяти виконанню ними своїх обов'язків;
- бережливо ставитися до інвентарю, обладнання та іншого майна місця попереднього ув'язнення.

До жінок, взятих під варту, які порушують вимоги режиму, адміністрація місця попереднього ув'язнення у відповідності з статтею 15 Закону може застосовувати такі заходи стягнення:

- попередження або догану;
- позачергове залучення до прибирання приміщення;

Жінки, взяті під варту, які злісно порушують вимоги режиму, за мотивованою постановою начальника місця попереднього ув'язнення можуть бути поміщені до карцеру на строк до 10 діб, а неповнолітні – на строк до 5 діб. Поміщення до карцеру не повинно поєднуватися з погіршенням встановлених норм харчування.

Вагітні жінки і жінки, які мають при собі дітей, поміщенню до карцеру не підлягають.

Застосовувані до взятих під варту заходи стягнення мають відповідати тяжкості і характеру провини. Не допускається застосування заходів, що навмисно завдають жінкам, яких тримають під вартою, фізичних чи моральних страждань або принижують людську гідність.

Стягнення може бути накладено у строк, що не перевищує 10 діб з дня виявлення проступку, а якщо у зв'язку з проступком проводилась перевірка, то з дня її завершення, але не пізніше як через шість місяців з дня вчинення проступку.

Накладене стягнення виконується негайно або не пізніше одного місяця з дня його винесення.

До жінок, які перебувають під вартою, в разі їх зразкової поведінки адміністрація місця попереднього ув'язнення може застосовувати такі заходи заохочення:

- оголошення подяки;
- дострокове зняття раніше накладеного стягнення;
- збільшення тривалості прогулянки на одну годину;
- дозвіл на додаткове придбання продуктів харчування і предметів першої необхідності в межах 25 відсотків на місяць від суми, передбаченої ч.1 ст. 9 Закону;
- дозвіл на одержання додатково однієї посилки або передачі;
- преміювання за кращі показники в роботі.

Матеріально-побутове забезпечення, медичне обслуговування та праця осіб, взятих під варту. Жінкам, взятим під варту, забезпечуються побутові умови, що відповідають правилам санітарії та гігієни.

Норма площі в камері для однієї взятої під варту жінки не може бути менше 2,5 м.кв., а для вагітної жінки або жінки, яка має при собі дитину – 4,5 м. кв.

Жінкам, взятим під варту, надається безплатно за єдиними нормами, встановленими Кабінетом Міністрів України, харчування, індивідуальне спальне місце, постільні речі та інші види матеріально – побутового забезпечення. В необхідних випадках їм видається одяг і взуття встановленого зразка.

Медичне обслуговування, а також лікувально–профілактична і протиепідемічна робота в місцях попереднього ув'язнення організуються і проводяться відповідно до законодавства про охорону здоров'я.

Порядок надання ув'язненим медичної допомоги, використання лікувальних закладів органів охорони здоров'я, залучення з цією метою їх медичного персоналу та проведення медичних експертиз визначається Департаментом і Міністерством охорони здоров'я України.

Згідно вимог ст.16 Закону, під час перебування під вартою, жінки можуть залучатися до роботи лише в межах території місця попереднього ув'язнення за їх згодою і з дозволу слідчого, органу дізнання або суду, в провадженні яких знаходиться справа. Праця таких жінок оплачується за тарифними ставками (окладами), що діють у народному господарстві. Із заробітку ув'язнених жінок за виконавчими документами провадяться відрахування в порядку, встановленому законодавством України. Прибутки, одержані внаслідок використання праці ув'язнених жінок, не підлягають оподаткуванню і використовуються для упорядкування місця попереднього ув'язнення та поліпшення умов тримання під вартою. Безоплатно ув'язнені жінки можуть залучатися лише до робіт, пов'язаних із створенням належних санітарно–побутових умов і впорядкуванням місця попереднього ув'язнення. До таких робіт ці жінки залучаються почергово у вільний від проведення слідчих дій час і не більш як на дві години протягом дня.

Жінки, взяті під варту, несуть матеріальну відповідальність за заподіяну під час перебування в місцях попереднього ув'язнення шкоду в розмірах та в порядку, установлених законодавством України. Збитки відшкодовуються з грошових сум, що є на особовому рахунку ув'язнених жінок за постановою начальника СІЗО.

Порядок надання жінкам, взятим під варту побачень, отримання ними посилок, передач, грошових переказів та листування. Побачення з родичами або іншими особами може надавати жінкам, взятим під варту, адміністрація місця попереднього ув'язнення лише з письмового дозволу слідчого, органу дізнання або суду, в провадженні яких знаходиться справа, як правило, один раз на місяць. Тривалість побачення встановлюється від однієї до чотирьох годин.

Жінкам – іноземним громадянкам, взятим під варту, побачення з представниками посольств і консульств відповідних держав надається за погодженням з Міністерством

закордонних справ України і з письмового дозволу слідчого, органу дізнання або суду, в провадженні яких знаходиться справа.

Побачення проводиться під контролем адміністрації місця попереднього ув'язнення і у разі порушення правил проведення побачення воно достроково припиняється.

Жінка, взята під варту, має право на побачення з захисником наодинці, без обмеження кількості побачень та їх тривалості, з моменту допуску захисника до участі у справі, підтвердженого письмовим повідомленням особи або органу, в провадженні яких знаходиться справа, у вільний від виконання слідчих дій час. Адміністрація установи повинна забезпечити умови для проведення побачень, у тому числі які виключають при побаченні із захисником можливість третіх осіб мати доступ до інформації, що надається в процесі побачення .

Ув'язнені жінки можуть листуватися з родичами та іншими громадянами, а також підприємствами, установами, організаціями з письмового дозволу особи або органу, в провадженні яких знаходиться справа. Після набрання вироком законної сили листування здійснюється відповідно до закону.

Скарги, заяви і листи жінок, взятих під варту, переглядає адміністрація місця попереднього ув'язнення. Скарги, заяви і листи, адресовані Уповноваженому Верховної Ради України з прав людини та прокуророві, переглядові не підлягають і надсилаються за адресою протягом доби з часу їх подачі.

Скарги на дії особи, яка провадить дізнання, або слідчого надсилаються адміністрацією місця попереднього ув'язнення прокуророві, а скарги на дії та рішення прокурора – прокуророві вищого рівня не пізніше трьох діб з часу їх подачі. Заяви жінок ув'язнених з питань оскарження постанови судді на обрання запобіжного заходу у вигляді взяття під варту або на постанову про продовження строків тримання під вартою надсилаються адміністрацією місця попереднього ув'язнення до визначеного законом суду протягом доби з часу їх подання.

Інші скарги, заяви, клопотання і листи, пов'язані з провадженням у справі, не пізніше трьох діб з часу їх подачі надсилаються адміністрацією місця попереднього ув'язнення особі або органу, в провадженні яких знаходиться справа.

Скарги, заяви і листи, що містять відомості, розголошення яких може перешкодити встановленню істини в кримінальній справі, за належністю не надсилаються, а передаються на розгляд особі або органу, в провадженні яких знаходиться справа, про що сповіщаються жінка, яка перебуває під вартою, та прокурор, який здійснює нагляд за проведенням дізнання або слідства.

Скарги, заяви і листи з питань, не пов'язаних з провадженням у справі, розглядаються адміністрацією місця попереднього ув'язнення або надсилаються за належністю в порядку, встановленому законом.

З відповідями на заяви, скарги та листи адміністрація ознайомлює жінок, взятих під варту, під розписки, які додаються до їх особових справ.

Порядок застосування до жінок взятих під варту заходів фізичного впливу, спеціальних засобів та вогнепальної зброї. Адміністрація місця попереднього ув'язнення має право застосовувати до жінок, взятих під варту, заходи фізичного впливу, спеціальні засоби і вогнепальну зброю у випадках і в порядку, передбачених Законом України "Про попереднє ув'язнення" (ст. 18).

Застосуванню заходів фізичного впливу, спеціальних засобів і вогнепальної зброї повинно, якщо дозволяють обставини, передувати попередження про такий намір. Без попередження заходи фізичного впливу, спеціальні засоби і вогнепальна зброя можуть застосовуватися, якщо виникла безпосередня загроза життю або здоров'ю працівників місця попереднього ув'язнення або інших осіб.

У разі неможливості уникнути застосування заходів фізичного впливу вони не повинні перевищувати міри, необхідної для виконання покладених на адміністрацію місця попереднього ув'язнення обов'язків, і мають зводитися до завдання якнайменшої шкоди здоров'ю правопорушників. У разі необхідності адміністрація місця попереднього ув'язнення зобов'язана негайно подати допомогу потерпілим.

Працівники місця попереднього ув'язнення мають право застосовувати заходи фізичного впливу і спеціальні засоби, в тому числі прийоми рукопашного бою, наручники, гумові палиці, гамівні сорочки, сльозоточиві речовини, світлозвукові пристрої відволікаючої дії, водомети, бронемашини та інші технічні засоби, а також використовувати службових собак для припинення фізичного опору, насильницьких дій, безчинства, подолання протидії законним вимогам адміністрації, якщо інші способи не забезпечили виконання покладених на неї обов'язків.

Дозвіл на проведення спеціальних операцій з використанням світлозвукових пристроїв відволікаючої дії, водометів, бронемашин та інших технічних засобів, застосування яких пов'язане з ризиком заподіяння шкоди здоров'ю оточуючих, дають начальники управлінь (відділів) Департаменту в АРК, областях, місті Києві та Київській області або особи, які їх замінюють, голова Департаменту або його заступник.

Забороняється застосовувати заходи фізичного впливу, спеціальні засоби і вогнепальну зброю до жінок з явними ознаками вагітності, осіб похилого віку або з вираженими ознаками інвалідності та неповнолітніх, крім випадків вчинення ними групового нападу, що загрожує життю або здоров'ю працівників місця попереднього ув'язнення або інших осіб, чи збройного опору.

Для припинення зазначених протиправних дій з дозволу і в присутності медичного працівника жінки, взяті під варту, можуть поміщатися до камери для заспокоєння буйних осіб. До жінок застосування гамівної сорочки забороняється.

Вид спеціального засобу, час початку та інтенсивність його застосування визначаються з урахуванням обставин, що склалися, характеру правопорушення і особи правопорушника.

У разі вчинення жінкою, взятою під варту, нападу чи іншої умисної дії, що безпосередньо загрожує життю або здоров'ю працівників місця попереднього ув'язнення чи інших осіб як винятковий захід допускається застосування вогнепальної зброї, якщо іншими заходами припинити такі дії неможливо. У разі втечі з-під варти жінок застосування зброї не допускається.

Про поранення або смерть, заподіяння тяжких або середньої тяжкості тілесних ушкоджень, що сталися внаслідок застосування заходів фізичного впливу або спеціальних засобів, а також про всі випадки застосування вогнепальної зброї адміністрація місця попереднього ув'язнення повинна негайно письмово повідомити прокурора.

Ст.19 Закону передбачає, що у випадках стихійного лиха, епідемій, аварій важливих для життєзабезпечення систем, масових безпорядків, проявів групової непокори взятих під варту жінок або в разі виникнення реальної загрози збройного нападу на місце попереднього ув'язнення чи у зв'язку з оголошенням надзвичайного стану в районі розташування установи для попереднього ув'язнення з дозволу голови Департаменту, начальника управління (відділу) Департаменту в Автономній Республіці Крим, області, місті Києві та Київській області, узгодженого з відповідним прокурором, для осіб, що перебувають в установі для попереднього ув'язнення, може бути запроваджено особливий режим терміном до тридцяти днів. В такому разі в місці попереднього ув'язнення посилюється охорона, нагляд за особами, взятими під варту, припиняються всі заходи, що проводяться з цими особами, а також надання побачень та прийняття посилок і передач, здійснюються інші режимні заходи.

Для припинення групових протиправних дій взятих під варту жінок та ліквідації їх наслідків використовуються сили і засоби місць попереднього ув'язнення, а у разі потреби, з дозволу Міністра внутрішніх справ України, начальника Головного управління Міністерства внутрішніх справ України в Криму, місті Києві, Київській області, начальника управління Міністерства внутрішніх справ України в області – органів та підрозділів Міністерства внутрішніх справ України.

§3. Порядок і підстави звільнення жінок із слідчого ізолятору

Підстави та порядок звільнення жінок, щодо яких як запобіжний захід обрано взяття під варту викладені у ст. 20 Закону.

Підставами для звільнення з-під варти є :

- скасування запобіжного заходу;
- зміна запобіжного заходу;
- закінчення передбаченого законом строку тримання під вартою як запобіжного заходу, якщо цей строк не продовжено у встановленому законом порядку.

Начальник місця попереднього ув'язнення зобов'язаний негайно звільнити з під варти обвинувачену жінку, щодо якої не надійшло постанови судді про продовження строку тримання під вартою на день закінчення строку тримання під вартою, передбаченого КПК. При цьому він надсилає повідомлення особі або органу, в провадженні яких знаходиться справа, та відповідному прокурору, який здійснює нагляд за її розслідуванням.

Звільнення жінок з-під варти провадить начальник місця попереднього ув'язнення на підставі постанови особи, яка проводить дізнання, слідчого, судді, прокурора, у провадженні яких перебуває справа, судді або вироку чи ухвали суду.

Постанова, вирок або ухвала про звільнення жінки, взятої під варту, підлягає виконанню негайно після їх надходження до місця попереднього ув'язнення.

Жінки, яких звільняють з-під варти, забезпечуються адміністрацією місця попереднього ув'язнення безплатним проїздом до місця проживання. У необхідних випадках їм видаються грошова допомога і одяг.

Нагляд за додержанням законодавства в місцях попереднього ув'язнення здійснюють Генеральний прокурор України і підлеглі йому прокурори.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Попереднє ув'язнення як особливий правовий інститут.
2. Підстави і порядок обрання та виконання запобіжного заходу у вигляді взяття під варту.
3. Режим у місцях попереднього ув'язнення під варту.
4. Забезпечення порядку тримання під вартою жінок у місцях попереднього ув'язнення.
5. Правове становище жінок ув'язнених під варту.
6. Регламентація порядку тримання взятих під варту вагітних жінок та жінок, які мають дітей віком до трьох років.
7. Поводження із жінками, взяті під варту, які злісно порушують вимоги режиму.
8. Матеріально-побутове забезпечення, медичне обслуговування та праця осіб, взятих під варту.
9. Побачення в місцях попереднього ув'язнення.
10. Листуватися з родичами та іншими громадянами, а також підприємствами, установами, організаціями осіб, які взяті під варту.
11. Порядок подання скарг, заяв та листів жінок, взятих під варту.
12. Порядок застосування до жінок взятих під варту заходів фізичного впливу, спеціальних засобів та вогнепальної зброї.
13. Порядок і підстави звільнення жінок із слідчого ізолятору.
14. Органи, що здійснюють нагляд за додержанням законодавства в місцях попереднього ув'язнення.
15. Рекомендація 1469 (2000 р.) Парламентської Асамблеї Ради Європи щодо умов утримання осіб під вартою.

Список літератури:

1. Конвенція ООН з ліквідації всіх форм дискримінації щодо жінок.

2. Підсумковий документ Четвертої Всесвітньої Конференції зі становища жінок в Пекіні (1995 р.)
3. Рекомендації 53 Спеціальної сесії Генеральної асамблеї ООН (червень 2000 р.)
4. Рекомендації Ради Європи щодо впровадження ґендерної рівності (1998 р.)
5. Конституція України.
6. Кримінальний Кодекс України.
7. Кримінально-виконавчий Кодекс України.
8. Закон України "Про попередження насильства в сім'ї" від 15.12.2001.
9. Закон України "Про Державну кримінально-виконавчу службу України" від 23.06.2005.
10. Закон України "Про забезпечення рівних прав жінок і чоловіків та рівних можливостей їх реалізації" від 08.09.2005.
11. Постанова Верховної Ради України від 27.06.2007 № 1241-V Про Рекомендації парламентських слухань на тему: "Рівні права та рівні можливості в Україні: реалії та перспективи".
12. Постанова Верховної Ради України від 22.03.2007 № 817-V Про Рекомендації парламентських слухань "Сучасний стан та актуальні завдання у сфері попередження ґендерного насильства".
13. Постанова Кабінету Міністрів України від 27.12.2006 № 1834 "Про затвердження Державної програми з утвердження ґендерної рівності в українському суспільстві на період до 2010 року".
14. Кримінально-виконавче право України: Навчально-методичний посібник / За заг.ред. С.О.Стефанова – Одеса: "Юридична література", 2004.
15. Кримінально–виконавче право України: Підручник / За ред. проф. А.Х. Степанюка – Харків: "Право", 2005.
16. Уголовно–исполнительные кодексы. – "Донецкий Меморіал": Донецк, 2004. – 420с.
17. Уголовно–исполнительное право: Учеб. для юрид. вузов/А.С. Михлик, П.Г. Пономарёв; под редакцией профессора В.И. Селиверстова – 2-е узд. – М. Юриспруденція, 2000. – 320с.
18. Законотворчість: забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Під редакцією О. Суслової і Е. Рахімкулова. – ПСП. К.: 2006 – 189 с.

Глава 4.
ОСОБЛИВОСТІ ВІДБУВАННЯ КРИМІНАЛЬНОГО ПОКАРАННЯ У ВИДІ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ ЖІНКАМИ

§1. Особливості призначення кримінального покарання у виді позбавлення волі засудженим жінкам

Проблеми жіночої злочинності та боротьби з нею посідають особливе місце в політиці нашої держави, хоча засуджені жінки становлять меншу частку порівняно з числом засуджених чоловіків. Так, у системах виконання покарань світу частка утримуваних в місцях позбавлення волі жінок складає від 2 % до 8 % (в Україні цей показник близько 2 %). Хоча кількість злочинів, вчинених жінками, набагато менша, ніж скоєних чоловіками, останнім часом намічається негативна тенденція в бік її зростання. Засуджена жінка, як правило, вбачається суспільству як морально деградована особистість, яка перебуваючи тривалий час у негативному середовищі із властивою йому субкультурою, традиціями і звичаями стає ще більше небезпечною. Саме тому, в систему реформування кримінально-виконавчої системи закладені положення, що передбачають сприяння адаптації засуджених жінок як до умов відбування кримінального покарання в місцях позбавлення волі, так і підготовку їх до повноцінного життя на волі. Таким чином, може краще було б взагалі не засуджувати жінок до покарання у виді позбавлення волі, щоби потім не мати цілу низку проблем пов'язаних з ним? Це обумовлює потребу розглянути питання, що стосується призначення жінкам покарання у виді позбавлення волі.

Позбавлення волі на певний строк – *це вид основного покарання, яке полягає в примусовій ізоляції засудженого на визначений вироком суду строк в спеціально призначених для цього кримінально-виконавчих установах.*

Позбавлення волі на певний строк – одне з найсуворіших покарань, воно поєднане з істотним обмеженням прав громадян – свободи пересування, вибору роботи і роду діяльності, спілкування з сім'єю та іншими особами, здійснення деяких цивільно-правових угод тощо. Це покарання призначається за злочини підвищеної суспільної небезпечності з урахуванням особи винного, інших обставин справи, коли покарання, не пов'язані з позбавленням волі, вважаються недостатньо ефективними. Засуджені ж до покарання у виді позбавлення волі не лише перебувають під постійним суворим наглядом, вони ще займаються суспільно-корисною працею, з ними проводиться соціально–виховна робота, забезпечуються умови для їх загальноосвітнього та професійно–технічного навчання.

Мінімальна межа позбавлення волі на певний строк для дорослих осіб – один рік, а верхня – п'ятнадцять років, а за сукупністю вироків – двадцять п'ять років.

Коли мова йде про відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі, то слід пам'ятати, що у колоніях встановлюється роздільне тримання: чоловіків і жінок, неповнолітніх і дорослих (ст.92 КВК України).

Жінки, вперше засуджені до позбавлення волі, тримаються окремо від тих, які раніше відбували покарання у виді позбавлення волі.

Виправні колонії мінімального та середнього рівня безпеки, в яких тримають засуджених жінок, виконують покарання у виді позбавлення волі на певний строк та довічного позбавлення волі (ст.18 КВК України).

Розглянемо більш детально **види виправних колоній,** в яких відбувають покарання засуджені жінки.

У виправних колоніях ***мінімального рівня безпеки із загальними умовами тримання*** відбувають покарання жінки засуджені за злочини невеликої та середньої тяжкості, тяжкі та особливо тяжкі злочини, та засуджені, переведені з виховних колоній у порядку, встановленому ст.147 КВК України (тобто по досягненню 18 річного віку).

Середнього рівня безпеки – жінки, засуджені до покарання у виді довічного позбавлення волі; жінки, яким покарання у виді смертної кари або довічного позбавлення волі замінено

позбавленням волі на певний строк в порядку помилування або амністії.

Виправні та виховні колонії поділяються на структурні дільниці (ст. 94 КВК України).

У виправних колоніях мінімального і середнього рівня безпеки створюються дільниці:

1. карантину, діагностики і розподілу;
2. ресоціалізації;
3. посиленого контролю;
4. соціальної реабілітації.

Всі перераховані дільниці ізолюються одна від одної.

У дільниці карантину, діагностики і розподілу (КДР) тримаються всі новоприбулі засуджені протягом чотирнадцяти діб, де вони піддаються повному медичному обстеженню для виявлення інфекційних, соматичних і психічних захворювань, а також первинному психолого-педагогічному вивченню**.** (ст.95 КВК України).

У дільниці ресоціалізації тримаються засуджені, які направлені з дільниці карантину, діагностики і розподілу, а також переведені з інших дільниць у порядку встановленому КВК України. Засуджені в дільниці ресоціалізації розподіляються по відділеннях СПС і розміщуються в житлових приміщеннях (ст. 96 КВК України).

У дільниці посиленого контролю тримаються засуджені, які під час перебування в дільниці КДР виявили високий ступінь соціально-педагогічної занедбаності і потяг до продовження протиправної поведінки, іншими словами, це порушниці режиму, які не бажають ставати на шлях виправлення, також засуджені, переведені з інших дільниць в порядку передбаченому КВК України. Коли поведінка засудженої покращується, то вона переводиться до дільниці ресоціалізації. (ст. 97 КВК України).

У дільниці **соціальної реабілітації** тримаються засуджені, які направлені з дільниці КДР, вперше засуджені до позбавлення волі за злочини, вчинені з необережності, злочини невеликої та середньої тяжкості, а також переведені з дільниці ресоціалізації (ст. 99 КВК України).

Порядок тримання засуджених у дільницях соціальної реабілітації:

- тримаються під наглядом, а на території житлової зони – під охороною;
- у вільний від роботи час від підйому до відбою користуються правом вільного пересування в межах території дільниці;
- з дозволу адміністрації колонії можуть пересуватись без нагляду поза територією дільниці, але в межах населеного пункту, якщо це необхідно за характером виконуваної ними роботи або у зв’язку з навчанням;
- можуть носити цивільний одяг, мати при собі гроші та цінні речі, користуватися грішми без обмеження;
- мають право відправляти листи, отримувати бандеролі, посилки, передачі, одержувати без обмежень короткострокові побачення, а тривалі - до 3-х діб раз на місяць;
- після відбуття шести місяців покарання в дільниці в разі відсутності порушень режиму відбування покарання, наявності житлових умов з дозволу адміністрації колонії можуть проживати в межах населеного пункту, де розташована колонія, із своїми сім’ями, придбавати житлові будинки і заводити особисте господарство на території**.**

У дільницях соціальної адаптації виховних колоній тримаються засуджені, які правомірно себе поводять і сумлінно ставляться до навчання та праці і яким до звільнення залишається не більше шести місяців. На кожного засудженого розробляється спеціальна індивідуальна програма підготовки його до звільнення. (ст. 98 КВК України).

Засуджені, які тримаються в дільниці соціальної адаптації, працевлаштовуються на окремих виробничих об’єктах колонії або за межами колонії на інших об’єктах з дотриманням вимог безпеки і постійного контролю.

Засуджені, які тримаються в дільницях соціальної адаптації, проживають в межах колонії у спеціально обладнаних приміщеннях окремо від інших засуджених.

Таким чином, застосовуючи до жінки покарання у виді позбавлення волі, держава передбачає створення умов, в яких протікає життя засудженої з тим, щоб точне виконання законів та інших нормативних актів, які визначають поведінку засуджених, правильний психологічний та педагогічний підходи, а також власна корекція установок та життєвих цілей сприяли їх поверненню у суспільство законослухняними громадянами.

§2. Особливості відбування покарання у виді позбавлення волі засудженими вагітними жінками, матерями-годувальницями і жінками, які мають дітей віком до трьох років

Сучасна архітектура будівель жіночих колоній, що створювалися за типовими проектами, мало чим відрізняється від колоній для засуджених чоловіків. Хоча саме на жінках частіше всього лежить відповідальність за родину та дітей, а ув'язнення може створити серйозні проблеми як для самих жінок, так і для їхніх дітей, які знаходяться разом з ними в місцях позбавлення волі. Враховуючи те, що в Україні лише дві колонії призначені для тримання жінок разом з їхніми дітьми, жінки–матері доволі часто потрапляють в місця позбавлення волі, розташовані далеко від місця їх проживання, що ускладнює та робить більш витратними побачення з родиною, чоловіком.

Розглянемо особливості призначення та відбування кримінального покарання у виді позбавлення волі засудженими вагітними жінками, матерями-годувальницями і жінками, які мають дітей віком до трьох років.

Жінки, що потрапляють в місця позбавлення волі вагітними, а також матері-годувальниці, стикаються з певними проблемами. Колонія – далеко не ідеальне місце для виховання дитини, а розлучити маленьку дитину з матір'ю – це також не вихід зі становища, що склалося. Нарешті, засуджені жінки мають проблеми при звільненні, бо на них залишається тавро, що ускладнює працевлаштування та можливість створити сім'ю.

У міжнародних нормах та стандартах навіть введено спеціальний термін – ***"вразливі засуджені"*** – тобто ті, хто через свій вік, стать, етнічне походження, стан здоров'я, правовий та політичний статус в результаті ув'язнення піддаються більшому ризику відносно своєї безпеки та благополуччя. Жінки завжди належали до категорії "вразливих засуджених".

Саме з урахуванням вразливості засуджених жінок під час відбування ними покарання у виді позбавлення волі у КВК України передбачено розширення кола прав вагітних жінок, матерів-годувальниць та жінок, які мають дітей віком до трьох років.

Жінки відбувають покарання лише в колоніях мінімального та середнього рівня безпеки і до них фактично не застосовується переведення в дільницю посиленого контролю, хоча формально закон надає таку можливість, але, оскільки в цих дільницях створюються умови, передбачені в колоніях максимального рівня безпеки, на практиці такого переведення не може бути.

Розуміючи те, що жінки суттєво відрізняються за своїми соціальними ролями та репродуктивними особливостями від чоловіків, законодавець встановив особливий порядок притягнення жінок до кримінальної відповідальності. Наприклад, вчинення злочину жінкою в стані вагітності за ст. 66 КК України вважається обставиною, що пом'якшує покарання. Разом з тим, кримінальне законодавство у більшості санкцій статей передбачає меншу відповідальність для жінок, які мають неповнолітніх дітей. Засудження вагітних та тих жінок, які мають малолітніх дітей, до позбавлення волі може виникати лише у виняткових випадках, з урахуванням підвищеної небезпеки вчиненого злочину.

Ст. 83 КК України передбачає, що у тих випадках, коли засуджені до позбавлення волі жінки стали вагітними або народили дітей під час відбування покарання, вони можуть бути звільнені судом від відбування покарання в межах строку, на який, згідно із законом, жінку може бути звільнено від роботи у зв'язку з вагітністю, пологами і до досягнення дитиною трирічного віку.

Відповідно до ст. 179 Кодексу законів про працю України, на підставі медичного

висновку жінкам надається оплачувана відпустка у зв'язку з вагітністю та пологами тривалістю 70 календарних днів до пологів і 56 (у разі народження двох і більше дітей та у разі ускладнення пологів – 70) календарних днів після пологів, починаючи з дня пологів. Тривалість відпустки у зв'язку з вагітністю та пологами обчислюється сумарно і становить 126 календарних днів (140 календарних днів – у разі народження двох і більше дітей та у разі ускладнення пологів). Вона надається жінкам повністю незалежно від кількості днів, фактично використаних до пологів. За бажанням жінки, їй надається відпустка для догляду за дитиною до досягнення нею трирічного віку з виплатою за ці періоди допомоги відповідно до законодавства. Тобто, звільнення, передбачене ст. 83 КК України, може бути застосоване тільки у межах вказаних строків.

Водночас ч. 2 та ст. 83 КК України передбачає й певні обмеження щодо такого звільнення. Так, не підлягають звільненню засуджені до позбавлення волі жінки на строк більше п'яти років за умисні тяжкі та особливо тяжкі злочини; особи, які не мають сім'ї або родичів, які дали згоду на спільне з нею проживання, або які не мають можливості самостійно забезпечити належні умови для виховання дитини. За наявності подібних обставин засуджені до позбавлення волі жінки направляються для відбування покарання в місця позбавлення волі на загальних підставах.

Адміністрація виправних колоній направляє засуджених жінок з вагітністю понад чотири місяці або жінок, які мають при собі дітей віком до трьох років, для відбування покарання у виправну колонію, де є будинок дитини. При цьому на кожну засуджену складається детальна характеристика, у якій робиться висновок про можливість подальшого надання їй права проживання за межами колонії.

Нині такі дитячі будинки створені при двох виправних колоніях: Чорноморській виправній колонії Одеської області (№ 74) – якщо жінка є вперше засудженою до позбавлення волі; та Чернігівській виправній колонії Чернігівської області (№ 44) – якщо вона раніше відбувала дане покарання.

Стосовно жінок з вагітністю понад чотири місяці, жінок, які мають дітей у будинках дитини при виправних колоніях, встановлюються додаткові права. Так, жінкам з вагітністю понад чотири місяці, жінкам, які мають дітей у будинках дитини при виправних колоніях, дозволяється працювати за їхнім бажанням з урахуванням висновку лікарської комісії колонії; вони не можуть бути поміщені у дисциплінарний ізолятор, карцер, приміщення камерного типу (одиночну камеру); для них встановлені окремі, підвищені норми харчування тощо. Однак, вказані категорії засуджених жінок повинні суворо дотримуватись вимог встановленого порядку відбування покарання та виконувати додатковий обов'язок – сумлінно ставитись до виховання дитини.

У дитячих будинках при установах виконання покарань діти засуджених жінок можуть перебувати до досягнення трирічного віку. В подальшому вони можуть: а) за згодою матері передаватися її родичам; б) за згодою матері та рішенням органів опіки і піклування передаватися іншим особам; в) після досягнення трирічного віку направлятися до відповідних дитячих закладів.

Законодавство визначає лише один випадок, коли дозволяється перебування дитини в будинку дитини при виправній колоній після досягнення трирічного віку – якщо не відбута частина строку покарання її матері не перевищує одного року і вона сумлінно виконує материнські обов'язки. У цьому випадку перебування дитини подовжується до звільнення засудженої. Однак, таке залишення може бути перервано у разі злісного порушення матір'ю вимог режиму відбування покарання.

§3. Правова регламентація порядку проживання жінок, засуджених до позбавлення волі, за межами виправної колонії. Права та обов'язки засуджених жінок, яким надано право проживання за межами виправної колонії

Стаття 142 КВК України надає засудженим жінкам можливість проживати за межами

виправної колонії на період звільнення від роботи у зв'язку з вагітністю і пологами, а також до досягнення дитиною трирічного віку. Дозвіл на проживання за межами колонії засудженим жінкам, звільненим від роботи у зв'язку з вагітністю і пологами, а також до досягнення дитиною трирічного віку, оформляється мотивованою постановою начальника колонії, узгодженою із спостережною комісією.

Засуджені жінки, яким дозволено проживання за межами виправної колонії, користуються більш широким (порівняно з іншими засудженими жінками) правами, які за своїм обсягом та змістом можна прирівняти до прав засуджених у виправних колоніях мінімального рівня безпеки з полегшеними умовами тримання та дільницях соціальної реабілітації. Так, вони оселяються поблизу виправної колонії і перебувають під наглядом адміністрації колонії, можуть носити одяг, прийнятий у цивільному вжитку, мати при собі гроші та цінні речі, можуть без обмеження листуватися, одержувати грошові перекази, посилки (передачі) і бандеролі, витрачати гроші, мати побачення з родичами та іншими особами, користуються правом вільного пересування по території, межі якої визначаються начальником виправної колонії. У випадку пологів, хвороби засуджених або їхніх дітей вони можуть поміщатися в місцеві лікувальні заклади охорони здоров'я. Дозвіл на проживання за межами колонії надається лише тим засудженим жінкам, які сумлінно ставляться до праці і дотримуються вимог режиму. Надання такого дозволу є правом, а не обов'язком адміністрації установи.

Засудженим жінкам, які проживають за межами виправної колонії, видаються посвідчення встановленого зразка. Бланки посвідчень зберігаються і обліковуються як бланки суворої звітності. Засуджені жінки, які проживають за межами колонії, зі складу контингенту відділень не виключаються. З ними здійснюється повний розрахунок із заробітної плати, видаються на руки гроші, які є на особових рахунках, та особисті речі.

Питання про можливість застосування до засуджених жінок умовно-дострокового звільнення або заміни невідбутої частини покарання більш м'яким розглядаються адміністрацією колонії на загальних підставах. Разом з тим, на адміністрацію установи покладається обов'язок не пізніше, як за три місяці до досягнення дитиною трирічного віку розглянути питання про доцільність застосування до засудженої жінки умовно-дострокового звільнення (за умови відбуття частини строку покарання, визначеного у ст. 81 КК України) або помилування.

Слід звернути увагу, що тут мова йде не про безумовне звільнення засудженої за актом помилування, оскільки вирішення цього питання належить виключно до компетенції Президента України, а лише про доцільність направлення необхідних матеріалів до відповідних органів для розгляду у встановленому порядку питання про можливість застосування помилування.

Засуджені жінки, які проживають за межами виправної колонії, та їхні діти віком до трьох років забезпечуються харчуванням, речовим майном за нормами, установленими для вагітних жінок та матерів-годувальниць, які перебувають у будинку дитини при виправних колоніях. За бажанням засудженої на період звільнення її від роботи їй та на її дитину може видаватись грошова компенсація за харчування і речове майно в установленому у виправній колонії розмірі.

Після закінчення післяпологової відпустки адміністрація колонії влаштовує засуджених жінок, які проживають за межами колонії, на роботу на підприємстві виправної колонії або на контрагентських об'єктах. При цьому на таких жінок поширюються спеціальні правила, встановлені Кодексом законів про працю України для матерів-годувальниць. Адміністрація виправної колонії сприяє засудженим жінкам у влаштуванні їх дітей у ясла. При потребі на період робочого дня матерів їх діти можуть перебувати в будинках дитини при виправних колоніях.

Права засуджених жінок, яким дозволено проживання за межами виправної колонії.

Такі жінки:

- оселяються поблизу виправної колонії і перебувають під наглядом адміністрації колонії;
- можуть носити одяг, прийнятий у цивільному вжитку, мати при собі гроші та цінні речі;
- можуть без обмеження: листуватися, одержувати грошові перекази, посилки (передачі) і бандеролі, витрачати гроші, мати побачення з родичами та іншими особами;
- користуються правом вільного пересування по території, межі якої визначаються начальником виправної колонії;
- у разі пологів, хвороби засуджених або їхніх дітей вони можуть поміщатися в місцеві лікувальні заклади охорони здоров'я;
- після закінчення періоду звільнення від роботи у зв'язку з вагітністю та пологами виконують роботу за вказівкою адміністрації виправної колонії, їм нараховується заробіток на загальних підставах з іншими засудженими, які відбувають покарання у виправній колонії даного виду.

У разі систематичного або злісного порушення встановлених правил поведінки право на проживання за межами колонії скасовується за постановою начальника виправної колонії, погодженою зі спостережною комісією, і засуджені жінки повертаються в колонію для подальшого відбування покарання.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Види виправних колоній, в яких відбувають покарання засуджені жінки.
2. Дільниці, що створюються у виправних колоніях мінімального і середнього рівня безпеки, в яких відбувають покарання засуджені жінки.
3. Порядок тримання засуджених жінок у дільниці посиленого контролю.
4. Порядок тримання засуджених жінок у дільниці соціальної реабілітації.
5. Порядок тримання засуджених жінок у дільницях соціальної адаптації.
6. Причини віднесення жінок до категорії “вразливих засуджених”.
7. Випадки, коли засуджених до позбавлення волі жінок може бути звільнено судом від відбування покарання.
8. Порядок надання засудженим жінкам оплачуваної відпустки у зв’язку з вагітністю та пологами.
9. Порядок направлення до виправних колоній засуджених жінок з вагітністю понад чотири місяці або жінок, які мають при собі дітей віком до трьох років.
10. Права жінок з вагітністю понад чотири місяці, жінок, які мають дітей у будинках дитини при виправних колоніях.
11. Винятки, за яких дозволяється перебування дитини в будинку дитини при виправній колоній після досягнення трирічного віку
12. Порядок надання засудженим жінкам можливості проживати за межами виправної колонії на період звільнення від роботи у зв’язку з вагітністю і пологами, а також до досягнення дитиною трирічного віку.
13. Права засуджених жінок, яким дозволено проживання за межами виправної колонії.

Список літератури:

1. Кримінальний кодекс України: – К.: Вид. ПАЛИВОДА А.В., 2005. – 172 с
2. Кримінально–виконавчий кодекс України. Офіційне видання. – К.: Атіка, 2003. – 96 с.
3. Кримінально-виконавче право України: Навчально-методичний посібник / За заг.ред. С.О.Стефанова – Одеса: Юридична література, 2004.
4. Кримінально-виконавче право України: Підручник / За ред. проф. А.Х. Степанюка – Харків: Право, 2005.
5. Уголовно–исполнительные кодексы. –:Донецк, 2004. – 420с.

6. Уголовно–исполнительное право: Учеб. для юрид. вузов/А.С. Михлик, П.Г. Пономарёв; под редакцией проф. В.И. Селиверстова – 2-е узд. – М.: Юриспруденция, 2000. – 320с.

Глава 5.
ЖІНОЧА ЗЛОЧИННІСТЬ ТА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА В МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ

§1. Загальна характеристика злочинності серед жінок

За останні роки в Україні спостерігається збільшення кількості злочинів, вчинених жінками – з 1990 року вона зросла удвічі. Зросла і їх частка у загальній злочинності. Співвідношення жіночої і чоловічої злочинності нині становить 1/5 (у розвинених країнах злочини жінок становлять від 17 % у США до 25 % у ФРН і Нідерландах).

Жіноча злочинність відрізняється від чоловічої деякими якісними показниками. Можна назвати дві сфери суспільного життя, де жіноча кримінальна активність проявляється найчіткіше.

По-перше, це сфера побуту, де жінок штовхають до злочину негативні обставини сімейно-шлюбних, родинних і сусідських стосунків. У цій сфері жінки здебільшого вчиняють такі насильницькі злочини, як вбивство, нанесення тілесних ушкоджень і хуліганство.

По-друге, це сфера, де жінка виконує професійні функції, передусім пов'язані з можливістю вільного доступу до матеріальних цінностей. Насамперед це торгівля, громадське харчування, медицина, освіта, легка промисловість. Тут жінки найчастіше вчиняють корисливі злочини: розкрадання майна шляхом крадіжки, привласнення, розтрати або зловживання посадовим становищем, обман покупців, а також хабарництво. Зростає і число крадіжок особистого майна та шахрайства.

Щодо корисливо-насильницьких злочинів (убивства з корисливих мотивів, грабежі, розбійні напади), то вони не характерні у чисто жіночому "виконанні", але й їх кількість останнім часом збільшується. Причому спостерігається їх вчинення з особливою жорстокістю. У зв'язку зі значним поширенням проституції, загальним падінням моралі та зниженням рівня духовності суспільства зросла кількість таких злочинів, як зараження іншої особи венеричними хворобами і убивство власних новонароджених дітей та ін.

Переважна більшість жінок-злочинців мешкають у містах (приблизно 3/4). У сільській місцевості ними найчастіше зчиняються крадіжки. Жінки, що входять у змішані злочинні групи, як правило, займають у них другорядне становище. Вони виконують ролі, пов'язані з переховуванням злочинців, знарядь і засобів вчинення злочину, предметів, здобутих злочинним шляхом, можуть бути навідницями чи відвертанням уваги потерпілих. Останніми роками число жінок у змішаних групах має тенденцію до зростання, причому їх роль стає вагомішою, а подекуди і вирішальною.

Показник жіночого рецидиву достатньо високий. Це викликано тим, що ресоціалізація жінок, які неодноразово були засуджені до покарання у виді позбавлення волі, проходить значно складніше ніж у чоловіків. На це впливає негативна соціально–демографічна ситуація, коли за статистикою чоловіки удвічі частіше розлучаються або покидають засуджених до позбавлення волі жінок, ніж жінки чоловіків. Причому таке явище спостерігається й тоді, коли чоловіки користувалися злочинною здобиччю жінок. Так, чимало жінок-повій водночас розповсюджують наркотики, заманюють чоловіків у місця, де їх грабують спільники тощо. У випадку засудження жінки чоловіки–сутенери їх відразу кидають.

Загалом **жіноча злочинність характеризується** тим, що вона:

- є значно меншою за питомою вагою у загальній злочинності, порівняно з чоловічою;
- має звужену "сферу дії" порівняно із злочинцями чоловіками;
- становить меншу суспільну небезпеку;
- останнім часом значно омолодилася за рахунок збільшення відсотку злочинів, вчинених неповнолітніми.

Намагання пояснити причини жіночої злочинності призвели до появи трьох теорій – моралістичної, антропологічної (біологічна) і соціологічної. Дві перші були поширені у минулі

століття, а нині домінує остання.

Моралістична теорія виходила з того, що жінка ще з часів Єви була здатна на будь-які злочини. Німецькі інквізитори Шпренгер і Інститоріс писали у "Молоті відьом" (XV ст.), що "через брак розуму жінки швидше за чоловіків відступають від віри. Тому немає нічого дивного у тому, що серед жінок так багато відьом".

Антропологічна (біологічна) теорія причину неповноцінності жінки вбачала в її біологічних особливостях. Ломброзо у своєму творі "Жінка злодійка і повія" (кінець XIX ст.) писав, що "у жінки, при порівнянні з чоловіком, помічається відповідна дитині недорозвиненість". Звідси він робив висновок, що жінка більше схильна до злочинів, ніж чоловік (до жіночих злочинів він відносив і проституцію).

Соціологічна теорія визнає примат соціальних факторів у детермінації злочинності. Це повною мірою стосується і жіночої злочинності, хоча певні біологічні чинники, властиві жінкам, не можна відкидати при розгляді цього питання. Саме соціальні фактори, насамперед, визначають відмінності між жіночою і чоловічою злочинністю. І справа тут не у переважаючій буцімто духовності жінок. Йдеться про різницю, яка історично склалася у соціальних ролях жінок і чоловіків, що звичайно ж відбивається на особливостях їх поведінки, в тому числі кримінальної. Характерний для XX століття процес емансипації жінок поруч з позитивними мав і негативний бік. Жінки все більше оволодівають чоловічими професіями (армія, поліція, політика, спорт тощо), у зв'язку з чим не можуть (або й не хочуть) займатися тільки домашнім господарством та вихованням дітей.

Маскулінізація жінок призводить до появи у них «чоловічої» психології, що й штовхає певну їх частину до "чоловічих" злочинів (убивства, нанесення тілесних ушкоджень, шахрайства, грабежів, розбоїв тощо). Підвищення соціальної активності жінок збільшує їх частку в посадових, господарських та майнових злочинах, спричинює їх потяг до безладного статевого життя, паління, надмірного вживання алкоголю. Кожна десята злочинниця залежна від наркотиків, а п'ята – від алкоголю. Це значно швидше, ніж у чоловіків, сприяє їх соціально-психологічній деградації; як наслідок, становлення на шлях злочинності та проституції. Так, майже 40% злочинів скоєно жінками у нетверезому стані, 3% жінок були, при цьому, організаторами зґвалтувань неповнолітніх.

Водночас вольові якості пересічної жінки, внаслідок соціалізації, значно слабкіші, вона швидше піддається навіюванню, що нерідко дозволяє чоловікам-злочинцям з її оточення втягувати жінку до злочинної діяльності, особливо якщо це стосується інтересів подружжя, коханця. При вчиненні посягань на власність жінки здебільшого виправдовуються тим, що "всі так роблять", і "жити хочеться не гірше, ніж інші". Для жінок, які вчиняють крадіжки й шахрайство, характерне небажання чесно працювати, у них неорганізований побут, часто вони ведуть безладне статеве життя.

Криміногенним фактором є також конфлікти у родині. З одного боку, це може бути прояв емансипаційної хвилі, а з іншого, – необхідності підтримання життєздатності сім'ї, яку не може забезпечити матеріально чоловік, не кажучи вже про випадки, коли він взагалі відсутній. Це відбувається на фоні саморуйнуючої поведінки (алкоголь, наркотики тощо) одного чи обох подружжя, а нерідко й дітей. У сімейних конфліктах спостерігається підвищення активності саме жінок, їх поведінка часто-густо набуває провокуючого характеру або вони виступають як "рівноправні" учасники конфлікту з непередбаченими наслідками щодо того, хто в кінцевому підсумку стане злочинцем, а хто – жертвою. Так, кожне сьоме вбивство на сімейно-побутовому ґрунті зчиняється жінкою безпосередньо чи на її замовлення. Почастішали непорозуміння між матерями і дітьми, які доходять до побоїв і мордувань, відмов у годуванні, вигнання з дому, а то й вбивства. Наприклад, жителька м. Макіївки втопила у озері трьох своїх дітей заради того, щоби залишитися з коханцем.

Зазначимо, що подібні негативні явища спостерігаються на фоні подальшого зростання конфліктності та агресивності у суспільстві в цілому, бездуховності та небаченого раніше матеріального розшарування людей. Все це призводить до збільшення кількості жінок, які мають, так званий, психологічний тип "контініо", коли особа постійно заряджена на конфлікт,

негативно ставиться до інших, не має до них ні жалю, ні поваги. На жаль, такими людьми для жінки є, як правило, її чоловік, співмешканець, батьки, діти.

Психіка чоловіків зазвичай швидше може переключатися на інших осіб і події. Жінки ж частіше зосереджуються на хворобливих станах, пов'язаних з особистими стосунками.

Серед інших синдромів, які можуть мати вихід у злочин, можна назвати комплекс Леді Макбет (героїня однойменної шекспірівської трагедії). Це "фатальна жінка", яка вміє підкоряти собі чоловіків і для досягнення своєї мети (влади, заможності тощо) підбурює їх на тяжкі злочини. Щодо "синдрому Мюнхгаузена", який нерідко зустрічається і серед чоловіків, то це випадки, коли людина здатна на все задля того, аби на неї звернули увагу, щоб вона опинилась у епіцентрі подій, які вона сама може провокувати, переходячи межі закону.

Специфічним для жінок є й такий злочин як завідомо **неправдива заява про** її **зґвалтування**. Причиною цьому найчастіше бувають:

- звинувачення колишнього чоловіка (або коханця) з метою його засудження, як акт помсти, ревнощі;
- отримання грошей за рахунок шантажу ("заплатиш – заберу заяву");
- примусити взяти шлюб;
- виправдання вагітності чи покривання "гріха".

Водночас не слід відкидати і той факт, що, внаслідок ґендерних стереотипів, інколи серед працівників правоохоронних органів превалює ставлення, що жінка завжди подає неправдиву заяву про зґвалтування або вона сама винна в тому, що сталося.

Статеві особливості жінок варто розглядати у зв'язку із тими соціальними ролями, які жінка відіграє в суспільстві. Однак статистика свідчить, що алкоголізм і наркоманія є головною передумовою при здійсненні деяких злочинів жінками. Жінки менше, ніж чоловіки, скоюють хуліганства, насильницьких та особливо тяжких злочинів. Найчастіше вбивства й тяжкі тілесні ушкодження здійснюються на ґрунті сімейно-побутових відносин.

Зокрема, опитування засуджених жінок свідчить, що 80 відсотків з них після звільнення бажають повернутися в стару сім'ю та продовжити займатися вихованням дітей, або створити нову сім'ю. Разом з тим, для жінок набагато складніше проходить адаптаційний період після звільнення і причини такої дезадаптації лежать у соціальній невлаштованості, матеріальній скруті, відсутності елементарного життєвого досвіду щодо вирішення побутових проблем, відсутності житла тощо.

Так, опитування засуджених жінок показує, що більшість із них не завжди чітко розуміють своє місце та роль у суспільстві після відбуття покарання, лякаються передбачуваної невлаштованості майбутнього життя (особливо жінки з неблагополучних сімей).

§2. Особливості профілактики злочинності серед жінок в установах виконання покарань (УВП)

У розв'язанні питання повернення засуджених жінок до нормального способу життя задіяні як наукові, так і практичні співробітники УВП, але, на наш погляд, вирішення даної проблеми лежить у площині початкової стадії кримінального процесу при порушенні кримінальної справи проти жінки.

Хоча законодавство України і передбачає звільнення від відбування покарання вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до трьох років (Ст.83 КК України), але це стосується лише тих жінок, яких засуджено до обмеження волі або до позбавлення волі на строк не більше 5 років. Ці обставини породжують ситуацію, коли в місцях позбавлення волі знаходяться жінки, які вагітні або мають дітей віком до трьох років. При 2-ох жіночих ВК (Одеська, Чернігівська) є будинки дитини, у яких із засудженими матерями знаходяться діти у віці до 3-х років.

В останні роки відзначається омолодження складу жінок, які відбувають покарання у виді позбавлення волі: зараз більше 25% із них – це особи у віці до 26 років. Зростає число засуджених за тяжкі (52%) і особливо тяжкі злочини (31%), у тому числі, за навмисне вбивство й нанесення тяжких тілесних ушкоджень. Збільшується кількість осіб, які втратили соціально-

корисні зв'язки, мають низький освітній рівень, не мають професійної підготовки.

В даний час у виправних колоніях знаходяться жінки, що страждають на наркоманію й алкоголізм, туберкульоз та мають ВІЛ-позитивний статус. Крім того, спостерігається збільшення числа жінок, які хворі на венеричні, інфекційні захворювання та страждають психічними розладами.

Більшість із них мають наркотичну або алкогольну залежність і до них застосовувалося примусове лікування. Кримінологічний аналіз свідчить про те, що часто засуджені жінки відбувають покарання за крадіжку, яку вони вчинили, як правило, у стані сп'яніння. Великою групою є засуджені за злочини, що пов'язані з незаконним обігом наркотичних речовин. Є також такі, які вчинили пограбування, вбивство.

З огляду на те, що розкрадання, крадіжки скоюють жінки старшого віку і серед них більше рецидивісток, зміна їхніх поглядів і ставлення до злочинів – проблема дуже важка і складна. Разом з тим, велике місце в соціально-психологічній роботі повинно бути відведено вихованню, насамперед, молодих засуджених, які вчинили злочини на ґрунті алкоголізму й аморального способу життя.

Статистика свідчить про те, що станом на 1 січня 2007 року в 11 виправних колоніях утримувалось близько 11 тисяч жінок, які засуджені за:

- навмисне вбивство – 22%;
- навмисне нанесення тяжких тілесних ушкоджень – 6%;
- крадіжку особистого майна - 30%;
- розбій, пограбування, розкрадання державного майна, шахрайство та інші злочини – до 5%.

Віковий склад жінок, які відбувають покарання у виді позбавлення волі:

– 35% – від 20 до 30 років;

– 34% – від 30 до 40 років;

– 23% – від 40 до 55 років.

У чинному кримінальному законодавстві стаття 50 визначає покарання, в тому числі й у виді позбавлення волі (ст.51) заходом державного примусу з метою не тільки покарання, а й виправлення засуджених та запобігання вчиненню з їх боку нових злочинів.

Однак важливого значення набуває той фактор, що ізоляція на тривалий час жінки від родини та сім'ї сприяє не тільки ослабленню, а подекуди і повному розриву соціально-корисних зв'язків засуджених. На практиці це виражається у розвитку відчуття невпевненості жінки у майбутньому, відсутності своєрідної "віддушини", що дозволила б їй переносити складнощі життя та знімати психологічне навантаження, обмеженні можливості залучати родичів і членів сім'ї для надання допомоги засудженій жінці в процесі відбування покарання та сприянні в нормалізації її життя після звільнення.

Найбільше проблем подібного роду виникає у жінок молодого віку. Пов'язано це з тим, що аморальний спосіб життя, зловживання алкоголем або наркотиками не сприяють створенню міцної сім'ї. Маргінальні сім'ї, з яких виходять більшість засуджених жінок, також не сприяють прагненню до них повернутися. Є звичайно жінки, які мають відносно нормальні сімейні та родинні стосунки, хоча відсоток їх не значний. В такому випадку молода жінка важко переживає порушення зв'язків із соціальним середовищем, рідними та друзями. Компенсувати втрату бажаного спілкування їм допомагає найбільш доступний спосіб підтримання стосунків – листування.

Особливу увагу працівники соціально-психологічної служби установ, де відбувають покарання жінки, звертають на тих жінок, які взагалі не отримують листів від родичів і друзів. Причиною цього, за результатами досліджень, є те, що одні з них поховали батьків, інші віддали дітей у дитячі установи, треті – втратили чоловіка, четверті – своїх друзів. Такі жінки мають порушені соціальні орієнтації і більшою мірою їхня психіка піддається негативному впливу місць позбавлення волі.

Іншим фактором, який несприятливо впливає на особистість молодої жінки, є перебування її у негативному та ворожому середовищі людей, які мають проблеми із законом та

педагогічно занедбані. Для такого середовища характерні свої традиції та звичаї, особлива субкультура. В таких умовах засуджена жінка досить швидко підпадає під вплив оточуючих, які мають стійкі погляди на життєві цінності та закріплені стереотипи поведінки. Так, відомий російський вчений І.В.Шмаров писав, що такі жінки "активно поширюють серед інших засуджених, особливо молодих і тих, що не прилучились до їх світогляду, своє бачення на дружбу, борг, справедливість, чесність, прищеплюють їм почуття недовіри до адміністрації установи".

Як би людині не було важко, які б труднощі не поставали на її життєвому шляху, вона пристосовується до того середовища, в якому їй довелося тривалий час перебувати. У жінок, які потрапили до колонії, з часом відбувається адаптація до умов середовища, формується свій спосіб мислення, система поглядів та переконань. Чим людина молодша, тим легше на неї вплинути, бо в неї ще недостатньо сильно закріпилися стереотипи поведінки. Вік значною мірою визначає трудовий і життєвий досвід людини, коло її інтересів. Чим старше засуджена, тим важче на неї впливати. З віком змінюються соціальні функції особистості, звички, реакції на різні конфліктні ситуації, а в засуджених жінок, особливо самотніх і розлучених, усе гостріше відчувається втрата особистісних перспектив у створенні родини, вихованні дітей, занятті кваліфікованою працею.

Проведення профілактичних заходів із кримінально зараженими засудженими, постійний контроль за ними, ізоляція від їх впливу інших жінок, – це ті першочергові завдання, що мають вирішувати працівники соціально-психологічної служби.

До основних заходів профілактики жіночої злочинності належать:

1) роз'яснення правил внутрішнього розпорядку. Видача відповідних пам'яток засудженим жінкам;

2) формування позитивних традицій в середовищі засуджених жінок на кшталт: закріплення наставників за новоприбулими; періодичних звітів засуджених на загальних зборах колективу відділення; вибору членів ради колективу відділення з числа найбільш активних та позитивно спрямованих засуджених; організації виробничого змагання; налагодження роботи гуртків за інтересами та культурно–масової роботи тощо;

3) роботу із правопорушницями та формування мотивації до зміни поведінки;

4) налагодження системи громадського контролю через діяльність спостережних комісій;

5) належна завчасна та безпосередня підготовка засуджених жінок до звільнення тощо.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Показники, за якими жіноча злочинність відрізняється від чоловічої.
2. Характеристика жіночої злочинності.
3. Зміст теорій, що пояснюють причини жіночої злочинності: моралістичної, антропологічної (біологічна) і соціологічної.
4. Наслідки маскулінізації жінок і жіноча злочинність.
5. Криміногенні фактори, що призводять до жіночої злочинності.
6. Специфіка злочину, пов'язаного із завідомо неправдивою заявою жінки про зґвалтування.
7. Соціальні ролі, які жінка відіграє в суспільстві.
8. Соціально–демографічний склад жінок, які відбувають покарання у виправних колоніях.
9. Соціально–небезпечні захворювання серед засуджених жінок.
10. Фактори, які несприятливо впливають на особистість молодої жінки.
11. Основні заходи профілактики жіночої злочинності в місцях позбавлення волі.

Список літератури:

1. Демченко А. Особливості виховного процесу із засудженими дівчатами // Соціальна політика і соціальна робота. – № 1(21). – 2002. – С.84-86.
2. Женские исправительные учреждения: время реформ. Сборник материалов Всероссийского семинара “Реформа системы через реформу сознания” руководителей женских исправительных колоний и воспитательных колоний /Краснодар, 2-3 апреля 2001 г. – М.: Аслан, 2001. – 128 с.
3. Заиграев Г.Г. Проблемы профилактики пьянства. – М., 1981. – 78 с.
4. Заключенные, приговоренные к длительному или пожизненному сроку лишения свободы. Информационный материал. – Донецк, 2002. – 27 с.
5. Зелинський А.Ф. Криминальная психология. - К.: Юринком Интер, 1999. – 240 с.
6. Інформаційний бюлетень Державного департаменту України з питань виконання покарань. – 2007.
7. Исправительно-трудовая педагогика /Рук. автор. кол. Б.С.Утевский. – М., 1967.
8. Исправительно-трудовая педагогика /Под ред. И.Т.Богатырьова. – М., 1978.
9. Кримінально-виконавчий кодекс України. – К.: Атіка, 2003. – 96 с.
10. Кримінально-виконавче право України: Навчально-методичний посібник / За заг.ред. С.О.Стефанова – Одеса: Юридична література, 2004.
11. Кримінально-виконавче право України: Підручник / За ред. проф. А.Х. Степанюка – Харків: Право, 2005.
12. Наркомании у подростков. В.С.Битенский и авт. кол. – К.: Здоровье, 1989. – 212 с.
13. Основні положення про організацію соціально-психологічної роботи із засудженими до позбавлення волі /Уклад.: С.Скоков, О.Янчук, Ю.Олійник. -К., 2000. – 35с.
14. Пенітенціарна педагогіка: в основних питаннях та відповідях /Під ред Синьова В.М. – К.: РВВ КІВС при НАВС, 1998. – 121 с.
15. Педагогічні основи ресоціалізації злочинців. /Кол. авт. Синьов В.М., Радов Г.О., Кривуша В.І., Беца О.В. – К.: МП “Леся”, 1997. – 272 с.
16. Правила внутрішнього розпорядку УВП. Наказ ДД ПВП № 275 від 25.12.2003 р.
17. Синьов В.М., Кривуша В.І. Підготовка неповнолітніх засуджених до самостійного життя на волі // Педагогіка і психологія: Вісн. АПН України, 2/3, 1994. – С.120-123.
18. Зелинский А.Ф. Криминальная психология. Научно-практическое издание. – К.: Юринком Интер, 1999. – 240 с.
19. Уголовно – исполнительные кодексы. – «Донецкий Мемориал»:Донецк, 2004. – 420с.
20. Уголовно – исполнительное право: Учеб. для юрид. вузов/А.С. Михлик, П.Г. Пономарёв; Под ред. проф. В.И. Селиверстова – 2-е узд. – М. Юриспруденція, 2000. – 320с.

Глава 6.
ОСОБЛИВОСТІ ЗВІЛЬНЕННЯ ЖІНОК ВІД КРИМІНАЛЬНОГО ПОКАРАННЯ ТА ЙОГО ВІДБУВАННЯ

§1. Звільнення жінок від відбування покарання у зв'язку із відбуттям строку покарання

Звільнення засудженого від відбування покарання є *юридичним фактом*, що припиняє кримінально-виконавчі правовідносини і дію норм кримінально-виконавчого права на засудженого. Змінюється і правовий статус громадянина. При звільненні від основного (якщо не було призначено додаткового), і додаткового покарання дія правообмежень, обумовлених відбуванням покарання, припиняється, і правовий статус громадянина відновлюється в повному обсязі. Разом з тим, наслідки відбутого покарання у вигляді певних обмежень можуть існувати в межах дії інституту судимості. Так, ст. 155 КВК України передбачає, що особи, які відбули покарання, несуть обов'язки і користуються правами, встановленими для громадян України, з обмеженнями, що передбачені для осіб, які мають судимість. Такі обмеження можуть бути передбачені тільки законом.

Необхідно зазначити, що для засуджених, які відбували покарання у виді позбавлення волі, з моменту звільнення від покарання розпочинається перебіг: а)випробувального строку при умовно-достроковому звільненні; б) строку відбування додаткових покарань.

Підстави звільнення засуджених від відбування покарання законодавчо закріплені у ст. 152 КВК України і до них належать: відбуття строку покарання, призначеного вироком суду; закон України про амністію; акт про помилування; скасування вироку суду і закриття кримінальної справи; закінчення строків давності виконання обвинувального вироку; умовно-дострокове звільнення від відбування покарання; хвороба; інші підстави, передбачені законом (наприклад зміна вироку із заміною покарання більш м'яким, скорочення строку покарання до межі відбутого і ін.). Всі перелічені підстави дають можливість виділити два основних види звільнення: а) у зв'язку із відбуттям строку покарання; б) дострокове.

Юридичними підставами для здійснення адміністрацією органів і установ виконання покарань дій щодо звільнення засуджених від відбування покарання є відповідні документи видані компетентним органом. До таких документів належать: вирок, постанова або ухвала суду; закон України про амністію; Указ Президента України про помилування.

Таким чином, юридичною підставою для звільнення жінок у зв'язку із відбуттям строку покарання є відповідний вирок суду – процесуальний документ постановлений судом першої інстанції при розгляді кримінальної справи по суті з усіма наступними змінами, внесеними до нього в апеляційній та касаційній інстанціях. Строк відбування покарання призначається у відповідності з вимогами кримінального законодавства і обчислюється роками, місяцями, днями.

Відповідно до ч.1 ст. 153 КВК України відбування покарання у виді позбавлення права обіймати певні посади або займатися певною діяльністю, арешту, обмеження волі, тримання у дисциплінарному батальйоні військовослужбовців, позбавлення волі припиняється в першій половині дня останнього дня строку покарання з урахуванням тих змін, які можуть бути внесені у строк покарання відповідно до закону.

Порядок звільнення засуджених жінок з установ виконання покарань визначається у ч.2-4 ст. 153 КВК України. Якщо строк покарання закінчується у вихідний або святковий день, жінка звільняється у передвихідний або передсвятковий день. При обчисленні строків місяцями строк закінчується відповідного числа останнього місяця, а коли цей місяць не має відповідного числа – в останній день цього місяця.

Звільнення з місць позбавлення волі за іншими підставами проводиться у день надходження до установи виконання покарань відповідних документів. У випадку надходження до колонії після закінчення робочого дня (тобто, закінчення часу роботи, встановленого для державних установ, які функціонують у даній місцевості) звільнення проводиться вранці

наступного дня. Якщо ж наступний день припадає на вихідний або святковий, звільнення здійснюється вранці наступного робочого дня, оскільки у подібний випадках день звільнення не міг бути завчасно відомим адміністрації колонії, якій необхідний певний час на підготовку й здійснення всіх встановлених законом дій з оформлення звільнення.

При звільненні з місць позбавлення волі жінка зобов'язана здати майно установи, що перебуває у її користуванні, – постільну білизну, одяг, книги, інвентар тощо. З жінкою, яка звільняється, проводиться повний розрахунок, повертаються особисті документи, цінності та речі, які їй належать, видаються гроші, що зберігалися на її особовому рахунку, а також довідка встановленого зразку, де зазначаються підстави звільнення. На прохання жінки, яка звільняється, видається характеристика. Жінці, що звільняється, можуть бути видані документи про освіту та виробничу кваліфікацію, які вона отримала в установі виконання покарань.

Паспорт жінки, яка звільняється від відбування покарання у виді арешту, обмеження або позбавлення волі, видається при звільненні. При відсутності паспорта в особовій справі жінки адміністрація установи виконання покарань завчасно вживає заходів щодо його одержання (як із матеріалів кримінальної справи, так і в разі втрати чи потреби у заміні за особистим проханням засудженого).

Питання отримання паспортів, поновлення втрачених або заміни паспортів старого зразку на нові, вирішуються працівниками соціально-психологічної служби за особистою заявою жінки (ця діяльність не відноситься до обов'язку адміністрації установи та здійснюється у формі допомоги засудженим. Процедура отримання, поновлення чи заміни паспортів врегульована спільним розпорядженням Департаменту та МВС України від 05.08.2002 р. № 331 / 86).

Начальник відповідної установи проводить бесіду з засудженою жінкою та роз'яснює її права та обов'язки, пов'язані з звільненням із установи виконання покарань.

Жінка, яка звільняється, отримує довідку про звільнення встановленого зразка, в якій зазначаються: дата засудження, стаття, строк, всі судові рішення, що стосуються цієї судимості; підстави звільнення; час, протягом якого вона відбувала покарання або трималась в установі виконання покарань (останнє – у випадку припинення кримінальної справи або її передачі на новий розгляд); не відбута частина строку покарання (у випадках умовно-дострокового звільнення); нова міра покарання, якщо позбавлення волі замінено більш м′яким покаранням, не пов'язаним з позбавлення волі; додаткова міра покарання, якщо вона була застосована судом.

У довідці відмічається також: наявність виконавчих листів та заборгованість за ними; пункт, куди слідує засуджена жінка та до якого вона забезпечена безкоштовним проїздом; видача їй продуктів або грошей на шлях слідування з визначенням отриманої суми, а у випадку видачі грошової допомоги – її розміру (всі відмітки, пов'язані з матеріальним забезпеченням, здійснюються виключно бухгалтерією установи виконання покарань).

Відомості про попередні судимості зазначаються у довідці тільки тоді, коли вони не зняті чи непогашені. Якщо одночасно зі звільненням знімається судимість або засуджена жінка звільняється від додаткової міри покарання, про це зазначається у довідці одразу ж після додаткової міри покарання. У довідку в обов'язковому порядку вклеюється фотокартка жінки, що завіряється гербовою печаткою установи, та зазначається її номер і серія.

У разі втрати засудженою жінкою після звільнення вказаної довідки, їх дублікати видаються адміністрацією установи виключно за запитами органів внутрішніх справ за місцем проживання засудженої жінки (при направленні останніми на адресу установи завірених фотокарток особи) у межах строків зберігання архівних особових справ (загальний строк зберігання – 5 років після звільнення). В подальшому дублікати не видаються, а за запитами органів внутрішніх справ направляються лише довідки довільної форми без фотокартки особи із зазначенням установчих відомостей, які містяться в облікових картах.

Щодо покарання у виді громадських чи виправних робіт, то в день закінчення строку відбуття цих покарань кримінально-виконавча інспекція направляє повідомлення власнику підприємства, установи, організації або уповноваженому ним органу, де засуджена жінка відбувала покарання, про припинення виконання громадських робіт чи відрахувань з її

заробітної плати. Засудженій за її вимогою може видаватися довідка про відбуття покарання або про звільнення від нього.

Підготовка до звільнення. Рішення питань про майбутнє людини після звільнення починається ще в колонії, а саме, **за три місяці до звільнення**. Адміністрація місця відбування покарання саме в цей період приймає від засудженої заяву із вказівкою того населеного пункту, де вона планує проживати після звільнення.

Як правило, засуджена направляється для подальшого проживання або за місцем осуду, або за місцем проживання до арешту. Однак, відповідно до статті 2 Закону України "Про свободу пересування і вільний вибір місця проживання в Україні" від 11.12.2003 р., громадянам України, а також іноземцям і особам без громадянства, що на законних підставах знаходяться в Україні, гарантуються свобода пересування і вільний вибір місця проживання на її території, за винятком обмежень, що установлені законом.

Необхідно пам'ятати, що відповідно до зазначеного закону, реєстрація місця проживання чи місця перебування осіб або його відсутність не можуть бути умовою реалізації прав і свобод, передбачених Конституцією, законами чи міжнародними договорами України, або підставою для їхнього обмеження.

Таким чином, особа, яка звільняється, може обрати і будь-яке інше місце для подальшого проживання.

Варто обов'язково встановлювати, **чим мотивувалося подібне рішення**, з чого виходила засуджена, роблячи даний вибір. Адміністрація зобов'язана роз'яснити, що така заява не проста формальність. Засуджена повинна подумати про те, де вона буде жити, де буде працювати. Якщо людину ніхто не чекає, то, обираючи місце проживання, доцільно думати, насамперед, про роботу, яку не завжди легко знайти. Безумовно, існує думка, що це легше зробити у великому місті, але в селищі набагато легше вирішити інші питання, наприклад, з відновленням документів. У той же час, ***відновити втрачені документи набагато простіше за місцем їх видачі.*** Таким чином, якщо засуджена приймає рішення виїхати після звільнення не за місцем проживання до арешту, а в інший населений пункт – воно повинно бути ретельно зважене і мотиване.

Після того, як людина визначилася з місцем вибуття, ***адміністрація колонії направляє в територіальний орган внутрішніх справ і спостережну комісію*** тієї місцевості, яку обрала засуджена для подальшого проживання, ***повідомлення про можливість проживання*** і працевлаштування після звільнення. Одержавши дане повідомлення, орган внутрішніх справ і спостережна комісія перевіряють можливості проживання і працевлаштування за вказаною адресою і повідомляють про результат. Якщо відповідь буде негативною, засудженій варто подумати про інше місце проживання.

Це аж ніяк не означає, що вона не може виїхати саме туди на постійне місце проживання. Дане право дається їй законом. Але потрібно установити, що можливо існують інші варіанти щодо місця проживання, де адаптація звільненої пройде більш успішно (наприклад, наявність родичів, які б могли тимчасово надати притулок, згода спеціальних центрів реабілітації на її прийом і надання допомоги). Саме для виваженого вирішення питання подальшого проживання й адаптації закон і встановлює тримісячний термін.

За 20 днів до звільнення адміністрація колонії направляє повідомлення **в центр зайнятості населення** за обраним місцем проживання засудженої. Це робиться для того, щоб фахівці центра зайнятості вже почали здійснювати підготовчі заходи для забезпечення людини роботою після її звільнення. Тобто, подібна інформація має на меті показати, скільки осіб теоретично будуть мати потребу в роботі в той або інший період часу.

Перед звільненням із засудженою повинна бути проведена бесіда, під час якої їй роз'яснюються положення Закону України "Про зайнятість населення" про порядок одержання роботи, а також, реєстрації за обраним місцем проживання. Крім цього, засудженій повинна бути видана **пам'ятка з адресами центрів зайнятості** і корисними порадами щодо працевлаштування.

Крім цієї допомоги, адміністрація колонії може сприяти і вирішенню інших питань. Наприклад: направити запити про долю родичів, дітей, майна, право на житлове приміщення тощо. Засуджені мають право самостійно направляти звернення з подібних проблем.

Звільнення. Звільнення відбувається в першій половині останнього дня терміну. Адміністрація колонії не має право затримати засуджену або залишити її в установі понад термін покарання, навіть за її проханням. Це грубе порушення закону.

При звільненні із засудженою проводиться повний розрахунок: їй видаються всі речі зі складу, документи, здійснюється повний розрахунок (вона одержує всі зароблені гроші, що знаходяться в неї на особовому рахунку), видається одяг по сезону, харчування в дорогу, квиток на проїзд і довідка про звільнення. У довідці вказується: скільки грошей видано, куди куплений квиток, чи виданий паспорт, чи надавалася допомога. На прохання засудженої, їй видається характеристика.

Відповідно до статті 157 Кримінально-виконавчого кодексу України, особі, яка звільняється, ***може бути видана одноразова допомога за рахунок коштів державного бюджету,*** передбачених на утримання кримінально-виконавчої системи. І хоча подібні дії не є обов'язком адміністрації, засуджена може спробувати одержати допомогу, написавши заяву й обґрунтувавши своє прохання.

Якщо людина за станом здоров'я вимагає стороннього догляду, вона направляється до місця проживання тільки в супроводі родича чи співробітника колонії. Якщо звільнена хворіє на туберкульоз – інформація про це з додатком медичного висновку направляється рекомендаційним листом у відповідну медичну установу, куди вона зобов'язана звернутися після звільнення для подальшого лікування або постановки на облік.

Одержання паспорта. Одержання паспорта досить важливо для подальшої облаштованості на свободі. І хоча в перші дні після звільнення даний документ цілком може замінити довідка про звільнення, вона не зможе його замінити при вирішенні загальних питань реєстрації, працевлаштування, одержання документів тощо. Без паспорта звільнена фактично не зможе повернутися до нормального життя.

Своєчасне вирішення питання одержання паспорта дозволяє скоротити труднощі в пошуку роботи, медичному обслуговуванні і ін.

Об'єктивні складнощі у вирішенні питань паспортизації виникають з ряду причин: а) відсутність фінансування (відомо, що навіть фотографія на паспорт чогось коштує, не говорячи вже про сплату мита за його одержання); б) специфіки контингенту, з яким доводиться працювати (багато хто зі звільнених раніше не мали постійного місця проживання, у них немає родичів, житла, а широка "географія" пересувань по країні, також не сприяє швидкому одержанні всіх документів, що вимагають відповідні органи, які вирішують питання з видачею паспортів); в) відсутність належної взаємодії з органами й установами виконання покарань, органами слідства і суду, а також, засудження людини в іншому регіоні, в якому вона не проживала до суду; г) прибуття звільненої не в той регіон, де вона проживала раніше тощо.

При цьому, якщо засуджена не має паспорта і хоче його одержати, вона повинна самостійно повідомити про це адміністрацію установи виконання покарання, яка зобов'язана сприяти таким особам у підготовці документів, необхідних для одержання паспорта і їхній передачі в паспортну службу за місцем перебування колонії. При цьому, підписи засудженої також завіряються адміністрацією. Даний порядок регламентований спільним розпорядженням МВС України і Державного департаменту України з питань виконання покарань № 331/86 від 05.08.2002 року "Про тимчасовий порядок взаємодії установ кримінально-виконавчої системи і підрозділів паспортної служби органів внутрішніх справ з питань оформлення паспортів особам, засудженим до позбавлення або обмеження волі".

Якщо паспорт був вилучений органами внутрішніх справ при затримці або в судовому засіданні, адміністрація колонії, також, вживає заходи для його одержання і залучення до особової справи.

Забезпечення житлом. За особами, що відбувають покарання, зберігається житло, у якому вони проживали і були зареєстровані (прописані) до осуду, згідно ст. 71 Житлового

кодексу України. Закон дозволяє здачу такого житла в оренду на час відсутності засудженої, якщо в ньому не залишилося інших членів родини. Закон дозволяє подібну здачу житла тільки до звільнення особи з-під варти або відбуття нею призначеного терміну покарання. Тобто, якщо засуджена звільнена – договір здачі приміщення в оренду підлягає розірванню.

Працевлаштування. Основним органом, на який покладається обов'язок по працевлаштуванню осіб, що не мають роботи, є центр зайнятості державної служби зайнятості населення, а процедура урегульована Законом України "Про зайнятість населення". Про звільнення громадянина з місць позбавлення або обмеження волі зазначена служба інформується за 20 днів до звільнення безпосередньо адміністрацією установи виконання покарань.

Держава гарантує надання додаткових гарантій при працевлаштуванні працездатних громадян у працездатному віці, що вимагають соціального захисту і не здатні конкурувати на ринку праці, у тому числі й осіб, звільнених від відбування покарання.

Медичне обслуговування. Чинне законодавство закріплює порядок надання медичної допомоги звільненим, у результаті якого практично будь-який її вид повинний бути наданий громадянам, незалежно від яких-небудь факторів – відсутності житла, реєстрації тощо. Крім того, турбота про цих осіб починається ще з моменту їх звільнення.

Відносно засуджених з числа інвалідів першої і другої груп, а також чоловіків у віці понад шістдесят років і жінок – понад п'ятдесят п'ять років, у разі потреби і з їхньої згоди, підлягають направленню до спеціальних будинків-інтернатів для громадян похилого віку й інвалідів, разом з повідомленням–запитом в орган внутрішніх справ направляється відповідно в Міністерство праці і соціального захисту Автономної Республіки Крим, Головне управління праці і соціального захисту населення обласної державної адміністрації, Головне управління соціального захисту населення Київської міської держадміністрації, Управління праці і соціального захисту населення Севастопольської міської держадміністрації за місцем розташування спеціального будинку-інтернату для громадян похилого віку й інвалідів, особисту заяву засудженого, медичну довідку про стан здоров'я з висновком про необхідність стороннього догляду, довідку про розмір призначеної пенсії (при наявності), а також довідку медико-соціальної експертної комісії про групу інвалідності (при наявності групи інвалідності).

Щодо інших категорій громадян, як це передбачається статтею 5 Закону України "Про соціальну адаптацію осіб, що відбували покарання у виді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк", медична допомога забезпечується за місцем проживання або за місцем реєстрації в порядку, встановленому законодавством.

Про звільнених, що хворіють туберкульозом, інформація направляється в спеціалізовані медичні установи за обраним місцем проживання рекомендаційним листом за встановленою формою. Так, Закон України "Про боротьбу із захворюванням туберкульозом", визначає, що у випадку звільнення хворого активною формою туберкульозу установа кримінально-виконавчої системи повідомляє про це орган охорони здоров'я за обраним місцем проживання. Після прибуття до обраного місця проживання зазначені особи зобов'язані прибути до відповідної протитуберкульозної установи для продовження лікування або медичного (диспансерного) нагляду.

Разом з тим, всі особи, звільнені з установ кримінально-виконавчої системи, належать до тієї категорії громадян, що підлягають обов'язковому профілактичному огляду на виявлення туберкульозу. Це визначено постановою Кабінету Міністрів України від 15.02.2006 року № 143 "Про затвердження Порядку проведення обов'язкового профілактичного огляду визначених категорій населення на виявлення туберкульозу". Даний нормативний акт передбачає, що обов'язковий медичний огляд зазначеної категорії громадян проводиться в установах охорони здоров'я за місцем їх проживання (перебування) і роботи. Органи внутрішніх справ протягом місяця після прибуття звільненої до обраного місця проживання зобов'язані направити її на такий огляд при постановці на облік.

§2. Дострокове звільнення жінок від відбування покарання

Відповідно до ч. 5 ст. 153 КВК України дострокове звільнення від відбування покарання проводиться у день надходження відповідних документів, а якщо документи одержані після закінчення робочого дня – у першій половині наступного дня. Вимоги щодо порядку дострокового звільнення засуджених від відбування покарання закріплені у ст. 154 КВК України.

Однією з підстав звільнення засудженою жінки від відбування покарання є амністія. *Амністія* – це повне або часткове звільнення від кримінальної відповідальності і покарання певних категорій осіб, визнаних винними у вчиненні злочинів, яке оголошується законом про амністію, що приймається відповідно до положень *Конституції України, Кримінального кодексу України та Закону України "Про застосування амністії в Україні" від 1 жовтня 1996 року.*

Законом про амністію може бути передбачено:

- повне звільнення зазначених у ньому осіб від кримінальної відповідальності чи від відбування покарання *(повна амністія);*
- часткове звільнення зазначених у ньому осіб від відбування призначеного судом покарання *(часткова амністія).*

Закон про амністію не може передбачати заміну одного покарання іншим чи зняття судимості щодо осіб, які звільняються від покарання.

Амністія оголошується законом про амністію, який приймається відповідно до положень ст. 92 Конституції України, яка встановлює, що амністія оголошується виключно законом, вимог КК України, закону "Про застосування амністії в Україні".

Відповідно до ст. 3 Закону України "Про застосування амністії в Україні" *не допускається застосування амністії до осіб:*

а) яким довічне позбавлення волі замінено на позбавлення волі на певний строк в порядку помилування;

б) які мають дві і більше судимості за вчинення тяжких злочинів;

в) засуджених за особливо небезпечні злочини проти держави, бандитизм, умисне вбивство при обтяжуючих обставинах;

г) засуджених за вчинення тяжкого злочину, крім зазначених у пункті "в", і які відбули менше половини призначеного вироком суду основного покарання.

Законом про амністію можуть бути визначені й інші категорії осіб, на яких амністія не поширюється.

Нерідко закони про амністію називають ще й такі категорії осіб, до яких амністія не застосовується:

- особи, які після винесення вироку, але до повного відбуття покарання вчинили новий умисний злочин;
- які раніше звільнялися з місць позбавлення волі умовно-достроково і знову вчинили умисний злочин протягом невідбутої частини покарання;
- до яких протягом певного часу вже було застосовано амністію або помилування та які знову вчинили умисний злочин та ін.

Також амністія, як правило, не поширюється на осіб, до яких протягом останніх десяти років амністія чи помилування вже застосовувалась, і які після цього знову вчинили умисний злочин (незалежно від погашення чи зняття судимості і того, чи була така особа звільнена від відбування покарання на підставі амністії або кримінальну справу було закрито в порядку ст. 6 п. 4 КПК України). Виключення становлять лише засуджені, що після застосування амністії чи помилування (наприклад, у виді скорочення невідбутої частини покарання) продовжують відбувати покарання. Сутність цього положення полягає в тому, що амністія за своєю правовою природою є актом прощення (держава „прощає" злочинця), і вчинення нового злочину показує не виправдання виказаної довіри. Законодавець не конкретизує, що дане положення стосується лише амністії, котра оголошується відповідними законами України, а лише вказує на факт попереднього застосування амністії. Виходячи з цього, а також з правової природи амністії, при

вирішенні питання про те, чи застосовувалась до засудженого амністія протягом останніх десяти років, потрібно враховувати і застосування амністії на підставі нормативно-правових актів інших держав.

Закони про амністію, за винятком законів про умовну амністію, Верховна Рада України може приймати не частіше одного разу протягом календарного року. Як правило, акт про амністію видається у зв'язку з відзначенням певної дати в житті держави і поширюється на невизначене коло осіб.

Законом про амністію певні категорії засуджених звільняються від відбування (подальшого відбування) покарання або ним скорочується невідбута частина покарання. Особи, які відповідно до закону підлягають звільненню, звільняються не пізніше як протягом трьох місяців після опублікування закону про амністію, а особи, яким скорочено термін покарання, мають бути офіційно поінформовані про нове обчислення терміну покарання і про дату закінчення відбування покарання протягом місяця після опублікування закону про амністію.

Зазвичай, амністія поширюється насамперед на засуджених, які належать до так званої "пільгової категорії":

а) особи, яким на час вчинення злочину не виповнилося 18 років;

б) не позбавлені батьківських прав чоловіки та жінки, що мають дітей, яким не виповнилося 18 років на день набрання законом про амністію чинності, або дітей-інвалідів незалежно від їхнього віку;

в) вагітні на день набрання цим законом чинності жінки;

г) жінки, які на день набрання цим законом чинності досягли відповідно 50-річного віку;

г) особи, які мають одного чи обох батьків, які досягли 70-річного віку на день набрання цим законом чинності; одного чи обох батьків, що визнані інвалідами першої групи до дня набрання цим законом чинності;

д) ветерани війни – учасники бойових дій, інваліди війни та учасники війни, які підпадають під дію закону України "Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту";

е) особи, яких у встановленому порядку визнано інвалідами першої, другої чи третьої групи до набрання цим Законом чинності; особи, яких до набрання цим законом чинності чи в період його виконання відповідно до рішення медичної комісії визнано хворими на активну форму туберкульозу (диспансерна категорія 1, 2, 3, 4), онкологічне захворювання (III, IV стадії за міжнародною класифікацією TNM), хворими на СНІД (III, IV клінічні стадії за класифікацією ВООЗ);

є) учасники ліквідації наслідків аварії на Чорнобильській АЕС та потерпілі від Чорнобильської катастрофи – особи, які підпадають під дію Закону України "Про статус і соціальний захист громадян, які постраждали внаслідок Чорнобильської катастрофи" та аналогічних законів інших держав – республік колишнього СРСР.

Звільнення від відбування покарання на підставі закону про амністію проводиться не пізніше трьох місяців після опублікування закону про амністію. Особи, щодо яких відповідно до закону про амністію застосовується скорочення терміну покарання, мають бути офіційно поінформовані про нове обчислення терміну покарання і про дату закінчення відбування покарання протягом місяця після опублікування закону про амністію. Оскільки КПК України не встановлює особливих правил вступу в законну силу для постанов про застосування амністії, то дане рішення суду вступає в силу та виконується (тобто засуджена звільняється від відбування покарання) тільки після закінчення загального строку на її оскарження – п'ятнадцяти днів.

Рішення про застосування (або незастосування) до засудженої закону про амністію приймається судом за поданням органу чи установи виконання покарань погодженим з відповідною спостережною комісією або службою у справах неповнолітніх. До подання додаються: особова справа засудженої; довідка про заохочення і стягнення; розгорнута характеристика засудженої з думкою адміністрації установи (органу) виконання покарань про можливість застосування акту амністії; довідка про відбутий строк покарання; інші документи, необхідні для вирішення питання про амністію. При чому робиться це щодо кожної особи

індивідуально, після ретельної перевірки матеріалів особової справи, відомостей про поведінку засудженої та її ставлення до праці за час відбування покарання. У разі відсутності необхідних відомостей на засуджену, розгляд питання про застосування амністії відкладається до їх одержання. Участь прокурора в судовому засіданні під час розгляду справи про застосування амністії є обов'язковою.

Безпосередньою документальною підставою для звільнення засудженої від відбування покарання внаслідок акту амністії є *постанова судді про застосування до неї закону про амністію*, яка оформлена у відповідності з вимогами чинного кримінально-процесуального законодавства України.

Помилування – це акт глави держави, за яким певна особа (кілька осіб) повністю або частково звільняється від покарання, або до неї застосовується більш м'яке покарання. Прийняття акту про помилування належить до компетенції глави держави. У відповідності з п. 27 ст. 106 Конституції України: "Президент України ... здійснює помилування".

Акт помилування носить індивідуальний характер, оскільки стосується конкретного засудженого, на відміну від амністії, яка спрямована на невизначену кількість засуджених. Якщо видання амністії не залежить від засудженої, її бажання та волевиявлення, то подання клопотання про помилування це право засудженої і саме вона є його ініціатором. Помилування, на відміну від амністії, не має обмежень щодо категорій засуджених, які можуть бути звільнені на підставі акту помилування.

Порядок помилування визначається *Положенням про здійснення помилування***,** яке затверджено Указом Президента України від 19 липня 2005 р. № 1118/2005.

Відповідно до ст. 2 Положення помилування засуджених здійснюється у *вигляді:*

- заміни довічного позбавлення волі на позбавлення волі на певний строк;
- повного або часткового звільнення від відбування як основного, так і додаткового покарання;
- заміни покарання або його невідбутої частини більш м'яким покаранням.

Право на клопотання про помилування має особа, яка (ст.3 Положення)***:***

а) засуджена судом України і відбуває покарання в Україні;

б) засуджена судом іноземної держави і передана для відбування покарання в Україну без умови про незастосування помилування;

в) засуджена в Україні і передана для відбування покарання іноземній державі, якщо відповідна установа цієї держави погодилася визнати і виконати прийняте в Україні рішення про помилування;

г) відбула покарання в Україні;

Клопотання про помилування розглядаються після набрання вироками законної сили. У виняткових випадках, коли засуджені не перебувають під вартою, виконання вироків щодо них може бути відстрочено до розгляду клопотань про помилування.

У разі засудження особи до довічного позбавлення волі клопотання про помилування її може бути подано після відбуття нею *не менш як 20 років призначеного покарання.*

Помилування застосовується, як правило, за особистим клопотанням засуджених. З клопотанням про помилування можуть звертатися також захисник, батьки, чоловік, дружина, діти, законний представник, громадські організації тощо.

Підготовку матеріалів для розгляду клопотань про помилування та з'ясування ставлення засудженої до помилування здійснює Служба з питань помилування Секретаріату Президента України, яка має право витребувати від суду, прокуратури, органів юстиції, внутрішніх справ, установ, у яких відбувають покарання засуджені, місцевих органів виконавчої влади та місцевого самоврядування матеріали, необхідні для розгляду клопотань про помилування, їхню думку про доцільність застосування помилування, а також доручати їх проведення перевірок з окремих питань.

Підготовлені Службою з питань помилування матеріали попередньо розглядаються Комісією при Президентові України у питаннях помилування, яка утворюється Президентом України у складі голови, двох заступників голови та членів комісії.

При розгляді клопотань про помилування беруться до уваги:

- характер і ступінь суспільної небезпечності вчиненого злочину, особа засудженої, її поведінка, ставлення до праці, участь у громадському житті в місцях відбування покарання, строк відбутого покарання та інші обставини;
- думка керівника установи виконання покарання або іншого органу, який відає виконанням вироку, спостережної комісії, служби у справах неповнолітніх, громадських організацій і трудових колективів, а в необхідних випадках також думка місцевого органу виконавчої влади та органу місцевого самоврядування.

Клопотання про помилування, що подає засуджена через установу або орган виконання покарань або інший орган, який відає виконанням вироку, надсилається до Служби з питань помилування Секретаріату Президента України.

Порядок підготовки та подання матеріалів за клопотаннями про помилування та виконання Указів Президента з питань помилування визначається відомчим нормативним актом Департаменту – Інструкцією.

Особи, засуджені до довічного позбавлення волі, позбавлення волі на певний строк, обмеження волі, клопотання про помилування подають через адміністрацію кримінально-виконавчих установ, а засуджені до виправних робіт – через начальника органу кримінально-виконавчої інспекції, що відає виконанням вироку.

До клопотання про помилування додаються документи, перелік яких визначається у ст.7 Положення та п.2.7-2.8. Інструкції. Зокрема, до клопотання про помилування особи, засудженої до позбавлення волі, додаються: анкета засудженої; копії вироку, ухвали і постанови судів, які є підставою для відбування покарання; копія повідомлення про набрання вироком законної сили; медична довідка про стан здоров'я засудженої із зазначенням у ній даних про проходження нею примусового лікування, якщо воно було призначене судом; характеристика на засуджену, в якій зазначається її ставлення до праці, участь у громадському житті в місцях відбування покарання, а також думка адміністрації установи по суті клопотання; довідка про заохочення та стягнення; довідка про майновий позов, який підлягає стягненню за вироком суду, і про вже стягнуту суму.

Клопотання про помилування засуджених, які не стали на шлях виправлення, відбули незначну частину призначеного їм строку покарання, а також клопотання осіб, засуджених за особливо тяжкі злочини, вносяться на розгляд Комісії лише за наявності надзвичайних обставин.

Після розгляду клопотання про помилування і матеріалів, підготовлених Службою з питань помилування, Комісія вносить Президентові України пропозицію про застосування помилування. Про помилування засудженої Президент України видає указ. У разі відхилення клопотання про помилування, повторне клопотання особи, засудженої за тяжкий злочин, за відсутності нових обставин, що заслуговують на увагу, може бути повторно внесено на розгляд Комісії не раніш як через рік, а особи, засудженої за інший злочин – не раніш як через шість місяців з часу відхилення попереднього клопотання.

Укази Президента України про помилування засуджених надсилаються для виконання:

- щодо осіб, засуджених до довічного позбавлення волі, позбавлення волі на певний строк, виправних робіт, обмеження волі, які відбувають покарання – Державному департаменту України з питань виконання покарань;
- щодо осіб, які покарання не відбувають або засуджені до інших мір покарання, не пов'язаних із позбавленням волі, та про звільнення від додаткових мір покарання – відповідним судам;
- щодо осіб, засуджених до відбування покарання у дисциплінарному батальйоні або службового обмеження для військовослужбовців – Міністерству оборони України.

Крім того, укази Президента України про помилування засуджених надсилаються МВС України для відома.

Департамент протягом 3-х робочих днів з дня одержання Указу Президента України про помилування встановлює місце відбування покарання і направляє до відповідного

регіонального управління *розпорядження* про виконання Указу, яке є безпосередньою документальною підставою для звільнення засудженої. Регіональне управління негайно після отримання розпорядження направляє для організації виконання начальнику установи (начальнику інспекції).

Контроль за виконанням указів Президента України з питань помилування здійснює Управління з питань помилування.

Інститут умовно-дострокового звільнення від відбування покарання врегульований нормами кількох галузей права, – кримінального права, кримінального процесу та кримінально-виконавчого права. Кримінально-виконавче право регулює порядок та умови винесення установою (органом) виконання покарання подання до суду про застосування умовно-дострокового звільнення від відбування покарання.

Ч.1 ст.81 КК України передбачає, що до осіб, які відбувають покарання у виді *виправних робіт, службових обмежень для військовослужбовців, обмеження волі, тримання в дисциплінарному батальйоні військовослужбовців або позбавлення волі,* може бути застосоване умовно-дострокове звільнення від відбування покарання і особу може бути умовно-достроково звільнено повністю або частково від відбування додаткового покарання. Застосування умовно-дострокового звільнення від відбування покарання до засуджених, які вчинили злочини у віці до 18-ти років, регламентується ст.107 КК України, ч.1 якої зокрема передбачає, що до осіб, які відбувають покарання у виді *позбавлення волі* за злочин, вчинений у віці до 18-ти років, може бути застосоване умовно-дострокове звільнення від відбування покарання незалежно від тяжкості вчиненого ним злочину. Умови застосування цього інституту до засуджених закріплені у ч.2-3 ст.81 та ч.2-3 ст.107 КК України і до них належать:

а) засуджений сумлінною поведінкою і ставленням до праці (та навчання – для засуджених, які вчинили злочини у віці до 18-ти років) довів своє виправлення;

б) засуджений відбув певну частину строку покарання (в залежності від ступеня тяжкості вчиненого злочину та форми вини – не менше 1/3, 1/2, 2/3 або 3/4 призначеного строку покарання).

Умовно-дострокове звільнення від відбування покарання може бути застосоване після фактичного відбуття засудженим:

1) не менше половини строку покарання, призначеного судом за злочин невеликої або середньої тяжкості, а також за необережний тяжкий злочин;

2) не менше двох третин строку покарання, призначеного судом за умисний тяжкий злочин чи необережний особливо тяжкий злочин, а також у разі, якщо особа раніше відбувала покарання у виді позбавлення волі за умисний злочин і до погашення або зняття судимості знову вчинила умисний злочин, за який вона засуджена до позбавлення волі;

3) не менше трьох чвертей строку покарання, призначеного судом за умисний особливо тяжкий злочин, а також покарання, призначеного особі, яка раніше звільнялася умовно-достроково і знову вчинила умисний злочин протягом невідбутої частини покарання.

У разі вчинення особою, до якої було застосовано умовно-дострокове звільнення від відбування покарання, протягом невідбутої частини покарання нового злочину суд призначає їй покарання за правилами про призначення покарання за сукупністю вироків та правилами складання покарань і зарахування строку попереднього ув'язнення.

Щодо заміни невідбутої частини покарання більш м'яким, вона може бути застосована, якщо засуджений став на шлях виправлення, а також після фактичного відбуття засудженим:

1) не менше третини строку покарання, призначеного судом за злочин невеликої або середньої тяжкості, а також за необережний тяжкий злочин;

2) не менше половини строку покарання, призначеного судом за умисний тяжкий злочин чи необережний особливо тяжкий злочин, а також у разі, коли особа раніше відбувала покарання у виді позбавлення волі за умисний злочин і до погашення або зняття судимості знову вчинила умисний злочин, за який вона була засуджена до позбавлення волі;

3) не менше двох третин строку покарання, призначеного судом за умисний особливо

тяжкий злочин, а також покарання, призначеного особі, яка раніше звільнялася умовно-достроково і вчинила новий умисний злочин протягом невідбутої частини покарання.

Однією з підстав звільнення від відбування покарання законодавець називає хворобу засудженого. Якщо засуджена захворіла хворобою, яка фактично перешкоджає здійсненню на неї виправного впливу, така засуджена підлягає звільненню. Пояснюється це тим, що за таких умов покарання не досягає мети, яка стоїть перед покаранням та кримінально-виконавчим законодавством та не може виконати завдань виправлення та ресоціалізації.

Підставою для порушення питання про можливість звільнення засудженої від відбування покарання за хворобою є факт захворювання засудженої на психічну або іншу тяжку хворобу, яка перешкоджає відбуванню покарання. Головною ознакою є те, що хвороба повинна перешкоджати засудженій відбувати покарання. Мається на увазі, що стан захворювання таким чином змінює свідомість та поведінку засудженої, що вона або перестає сприймати покарання як таке, або фактично втрачає свої антисуспільні ознаки.

Факт захворювання засудженої на тяжку хворобу сам по собі не тягне обов'язкового звільнення від відбування покарання. Звільнення від відбування покарання через хворобу з місць позбавлення волі може бути застосовано лише до тих засуджених, які захворіли під час відбування покарання, і ця хвороба перешкоджає відбуванню покарання, тобто у випадках, коли подальше тримання в місцях позбавлення волі загрожує їх життю або може призвести до серйозного погіршення здоров'я чи до інших тяжких наслідків. Тяжка фізична хвороба має бути також хронічною. У разі тимчасової тяжкої фізичної хвороби засуджена поміщується до лікувального закладу місць позбавлення волі, а після видужання продовжує відбувати покарання.

Законним приводом до розгляду питання про звільнення від відбування покарання засудженої, яка захворіла на хронічну тяжку хворобу, є подання адміністрації установи. До подання додаються: завірена копія вироку щодо засудженої, розпорядження про виконання вироку, довідка про строк відбутого покарання, характеристика засудженої, історія його хвороби і висновок лікарської комісії, відомості про минулу судимість, відшкодування збитків, заподіяних злочином, та інші відомості, необхідні для прийняття відповідного рішення. Подання ретельно вивчається начальником управління (відділу) Департаменту в Автономній Республіці Крим, областях.

Подальший розгляд цього подання здійснює суд відповідно до положень КПК України. При вирішенні питання про звільнення від відбування покарання за хворобою, суд враховує тяжкість вчиненого злочину, характер захворювання, особу засудженої та інші обставини справи.

Засуджена, щодо якої встановлено наявність підстав для подання до суду матеріалів про звільнення від подальшого відбування покарання з приводу тяжкої хвороби, залишається в лікарні до прийняття судом остаточного рішення. У разі прийняття рішення щодо звільнення засуджена звільняється безпосередньо з лікувального закладу, а якщо в суду є сумніви щодо правильності висновку лікарської комісії, то засуджена, з урахуванням її стану здоров'я, залишається в цій лікарні, направляється до іншого лікувального закладу кримінально-виконавчої системи або повертається до установи, що направила її.

Якщо суд відмовив у звільненні засудженої від подальшого відбуття покарання через хворобу і стан здоров'я засудженої погіршав, то на підставі відповідного висновку комісії подання про звільнення від відбуття покарання повторно надсилається до суду незалежно від часу з дня винесення судом рішення про відмову у звільненні засудженої.

Якщо особу, засуджену до громадських робіт або обмеження волі було визнано інвалідом першої або другої групи, орган чи установа виконання покарань вносить подання до суду про її дострокове звільнення від відбування покарання. Разом з поданням до суду надсилається висновок лікарсько-трудової експертної комісії. Якщо на психічну чи іншу тяжку хворобу захворіла засуджена до виправних робіт або штрафу, суддя у всіх випадках виносить постанову про звільнення її від дальшого відбування покарання.

Після винесення судом постанови про звільнення засудженої від відбування покарання

за хворобою та набрання нею чинності, відповідні документи надсилаються до установи (органу) виконання покарань. Адміністрація установи (органу) проводить звільнення засудженої в день надходження документів, або, якщо документи надійшли після закінчення робочого дня, в наступний за цим день.

Слід звернути увагу, що за КПК України постанови суду з даного питання вступають в законну силу та виконуються лише по закінченню семиденного строку на їх оскарження, про що в обов'язковому порядку зазначається у самій постанові. Негайне звільнення засуджених у день винесення рішення суду або звільнення до закінчення строку оскарження діючим законодавством не передбачено з жодних причин. У тому випадку, коли засуджена померла до вступу постанови суду в законну силу, вона відповідно до встановленої форми медичної звітності вважається такою, що померла в установі.

Звільнення засудженої за хворобою не має безумовного характеру. Відповідно до ч. 4 ст. 84 КК України, у разі одужання психічно хворих (ч. 1 ст. 84 КК України), а також осіб, які захворіли на іншу тяжку хворобу, вони повинні бути направлені для подальшого відбування покарання, якщо не закінчились строки давності або відсутні інші підстави для звільнення від покарання.

Звільнення у зв'язку із скасуванням вироку суду і закриттям справи провадженням. Звільнення засуджених за цією підставою здійснюється в результаті перегляду апеляційними та касаційними судами чинних вироків в порядку касаційного та виключного провадження, у випадках коли відповідним судом приймається рішення про скасування всіх попередніх рішень у кримінальній справі. Безпосередньою підставою для звільнення засудженої від відбування покарання є *ухвала* суду апеляційної або касаційної інстанції.

Звільнення засудженої від відбування покарання у зв'язку із закінченням строку давності виконання обвинувального вироку здійснюється судом за наявності підстав, передбачених ст. ст. 80, 106 КК України.

***До інших підстав, передбачених законом для звільнення засуджених,* належать:**

- усунення законом караності діяння, за яке засуджений відбуває покарання;
- скорочення строку покарання до меж відбутого внаслідок внесення змін до кримінального законодавства, які зменшують санкцію за вчинений злочин;
- перебування у стані вагітності або наявність дітей віком до 3-х років у жінок, засуджених до покарання у виді обмеження або позбавлення волі;
- перебування у стані вагітності жінок, засуджених до покарання у виді громадських або виправних робіт;
- звільнення від відбування покарання з випробуванням.

В *перших двох випадках* звільнення засуджених від відбування покарання здійснюється внаслідок внесення змін до кримінального законодавства на підставі ч.2-3 ст.74 КК України, в порядку, передбаченому КПК України.

Відповідно до ч.2 ст. 74 КК України особа, засуджена за діяння, караність якого законом усунена, підлягає негайному звільненню від призначеного покарання. Частина 3 цієї ж статті передбачає, що призначена засудженому міра покарання, що перевищує санкцію нового закону, знижується до максимальної межі покарання, встановленої санкцією нового закону. Якщо максимальна межа покарання, встановленого новим законом є меншою або дорівнює строку покарання, який вже відбутий засудженим, то такий засуджений підлягає звільненню від відбування покарання.

Порядок виконання закону, який звільняє від покарання або пом'якшує покарання визначається у КПК України, яка передбачає, що звільнення від покарання і пом'якшення покарання у випадках, передбачених ч.2 та 3 ст.74 КК України провадиться судом за заявою засудженого або поданням прокурору чи органу, що відає виконанням покарання. Відповідно до КПК дане питання вирішується ухвалою суду за місцем відбування покарання. Безпосередньою підставою для звільнення засуджених є *ухвала суду*, що надійшла до відповідного органу чи установи виконання покарань.

§3. Підстави і порядок звільнення від відбування покарання у виді обмеження або позбавлення волі вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до 3-х років

Підстави і порядок звільнення від відбування покарання у виді обмеження або позбавлення волі вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до 3-х років, визначаються ст. 83 КК, ч. 9-10 ст. 154 КВК та КПК України.

Ст. 83 КК України передбачає, що засуджених до *обмеження волі* або до *позбавлення волі* жінок, які стали вагітними або народили дітей під час відбування покарання, крім засуджених за умисні тяжкі та особливо тяжкі злочини на строк більше 5-ти років, суд може звільнити від відбування покарання в межах строку, на який згідно із законом жінку може бути звільнено від роботи у зв'язку із вагітністю, пологами і до досягнення дитиною трирічного віку. Згідно ч.10 ст. 154 КВК України засуджені до обмеження волі або позбавлення волі жінки, *які стали вагітними або народили дітей під час відбування покарання*, крім засуджених до позбавлення волі на строк більше п'яти років за умисні тяжкі та особливо тяжкі злочини, які *мають сім'ю або родичів, що дали згоду на спільне з ними проживання*, або які *мають можливість самостійно забезпечити належні умови для виховання дитини*, можуть бути за *поданням адміністрації установи виконання покарань і спостережної комісії* звільнені судом від відбування покарання в межах строку, на який згідно із законом жінку може бути звільнено від роботи у зв'язку з вагітністю, пологами і до досягнення дитиною трирічного віку.

Порядок розгляду судом даного питання визначений у КПК України, відповідно до вимог якої звільнення від відбування покарання вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до 3-х років відповідно до ст. 83 КК України здійснюється суддею районного (міського) суду за місцем відбування покарання засудженим за спільним поданням органу, що відає покаранням і спостережної комісії. За результатом розгляду суддя виносить постанову, яка є безпосередньою підставою для звільнення засудженої від відбування покарання на період до досягнення дитиною трирічного віку.

Контроль за поведінкою таких жінок здійснюється кримінально-виконавчою інспекцією за місцем проживання. Залежно від поведінки засудженої після досягнення дитиною трирічного віку або в разі смерті дитини кримінально-виконавча інспекція вносить до суду подання про звільнення її від відбування покарання або заміну його більш м'яким покаранням чи направлення засудженої для відбування покарання, призначеного за вироком. В цьому разі суд може повністю або частково зарахувати в строк відбування покарання час, протягом якого засуджена не відбувала покарання.

Підстави та порядок звільнення вагітних жінок від відбування покарання у виді громадських або виправних робіт визначаються ч.3 ст.56, ч.2 ст.57 КК, ч.9 ст. 154 КВК, в порядку, визначеному КПК України.

Ч.3 ст.56 (Громадські роботи) та ч.2 ст.57 (Виправні роботи) КК України передбачають, що ці види покарань не застосовуються до вагітних жінок, а тому у ч.9 ст. 154 КВК України закріплена норма, яка містить вимогу, що у разі встановлення вагітності у жінки, засудженої до громадських чи виправних робіт, кримінально-виконавча інспекція вносить до суду подання про її дострокове звільнення від відбування покарання з часу звільнення від роботи у зв'язку з вагітністю і пологами. Безпосередньою підставою для звільнення від відбування покарання у цих випадках є *постанова судді* про дострокове звільнення засудженої від відбування покарання.

Звільнення від відбування покарання з випробуванням застосовується до засудженого за вироком суду з дотриманням вимог ст.ст. 75-79, 104 КК та положень КПК України. Відповідно до ст.75 КК України, якщо суд при призначенні покарання у виді виправних робіт, службового обмеження для військовослужбовців, обмеження волі, а також позбавлення волі на строк не більше 5 років, враховуючи тяжкість злочину, особу винного та інші обставини справи, дійде висновку про можливість виправлення засудженого без відбування покарання, він може прийняти рішення про звільнення від відбування покарання з випробуванням, про що зазначається у *мотивувальній та резолютивній частинах обвинувального вироку*.

В разі звільнення від відбування покарання з випробуванням, суд може покласти на засудженого наступні обов'язки (ст.76 КК України): попросити публічно або в іншій формі пробачення у потерпілого; не виїжджати за межі України на постійне проживання без дозволу органу кримінально-виконавчої системи; повідомляти органи кримінально-виконавчої системи про зміну місця проживання, роботи або навчання; періодично з'являтися для реєстрації в органи кримінально-виконавчої системи; пройти курс лікування від алкоголізму, наркоманії або захворювання, що становить небезпеку для здоров'я інших осіб.

Усі документи про звільнення або скорочення строку покарання оголошуються засудженому під розписку. Про виконання ухвал і постанов судів про дострокове звільнення засуджених або скорочення їм строку покарання повідомляється суд, який виніс вирок, а у випадках надходження відповідних вимог із судів, які винесли відповідну ухвалу чи постанову, – також і цей суд.

У ст. 1 Закону України "Про соціальну адаптацію осіб, які відбували покарання у виді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк" визначається, що соціальний патронаж – це комплекс заходів державної підтримки та допомоги звільненим особам, які здійснюються з метою сприяння цим особам у працевлаштуванні, професійній переорієнтації та перепідготовці, створення належних житлово-побутових умов, запобігання впливу на них криміногенних факторів. Заходи соціального патронажу застосовуються до громадян України, іноземців та осіб без громадянства, які постійно проживають на території України і звернулися до спостережних комісій або інших органів, установ та організацій, уповноважених здійснювати зазначені заходи.

Закон закріплює такі форми соціального патронажу:

а) створення житлово-побутових умов для звільнених осіб;

б) медична допомога звільненим особам;

в) соціальна допомога звільненим особам.

Однак зі змісту поняття "соціальний патронаж" випливає щонайменше ще декілька напрямків, за якими повинна проводитись ця робота:

а) працевлаштування;

б) професійна переорієнтація та перепідготовка.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Підстави звільнення засуджених жінок від відбування покарання.
2. Порядок звільнення засуджених жінок з установ виконання покарань.
3. Порядок отримання паспортів, поновлення втрачених або заміни паспортів старого зразка (Спільне розпорядження Департаменту та МВС України від 05.08.2002 р. № 331 / 86).
4. Процедура підготовки засудженої до звільнення з установи виконання покарань.
5. Порядок обрання засудженою місця для подальшого проживання після звільнення.
6. Положення Закону України "Про зайнятість населення", порядок одержання роботи, а також, реєстрації звільненої за обраним місцем проживання.
7. Направлення до місця проживання людини, яка за станом здоров'я вимагає стороннього догляду.
8. Порядок забезпечення житлом.
9. Порядок направлення до спеціальних будинків-інтернатів для громадян похилого віку й інвалідів.
10. Порядок направлення інформації про звільнених, які хворіють туберкульозом.
11. Підстави звільнення засудженою жінки від відбування покарання за амністією.
12. Порядок помилування та розгляду клопотань про помилування.
13. Застосування умовно-дострокового звільнення від відбування покарання до засуджених жінок.
14. Порядок заміни невідбутої частини покарання більш м'яким.
15. Звільнення засудженої від відбування покарання у зв'язку із закінченням строку давності виконання обвинувального вироку.

16. Звільнення від відбування покарання з випробуванням.
17. Підстави і порядок звільнення від відбування покарання у виді обмеження або позбавлення волі вагітних жінок і жінок, які мають дітей віком до 3-х років.
18. Підстави та порядок звільнення вагітних жінок від відбування покарання у виді громадських або виправних робіт.
19. Звільнення від відбування покарання з випробуванням.
20. Форми соціального патронажу, закріплені Законом.

Список літератури:

1. Беца О. Лишение свободы: отрицательные социальные и психологические последствия / В поисках альтернатив тюремному наказанию: Материалы международного симпозиума 15–16 января 1997 г. – К., 1997. – С. 35–41.
2. Європейська конвенція проти тортур і інших жорстоких та нелюдяних або таких, що принижують людську гідність видів поводження або покарання від 26 листопаду 1987 р.
3. Європейські пенітенціарні правила. Рекомендація №Р(87) 3 Комітету міністрів державам–членам відносно Європейських пенітенціарних правил. Затверджена комітетом міністрів 12 лютого 1987 року // Права людини і професійні стандарти для працівників міліції та пенітенціарних установ в документах міжнародних організацій. – К.: Українсько–американське бюро в справах захисту прав людини, 1996. – С.171–217.
4. Іваньков І.В. Хрестоматія з курсу “Кримінально–виконавче право”. – Чернігів: ЧЮУ ДДУ ПВП, 2000. – 167 с.
5. Книженко О.О. Звільнення від відбування покарання з випробуванням за кримінальним правом України: Автореф. дис.... канд. юрид. наук. 12.00.08. Харків, 2003. – 20 с
6. Кримінальний кодекс України: – К.: Вид. ПАЛИВОДА А.В., 2005. – 172 с
7. Кримінально–виконавчий кодекс України. Офіційне видання. – К.: Атіка, 2003. – 96 с.
8. Мінімальні стандартні правила поводження з ув’язненими від 30 серпня 1955р.
9. Конвенція ООН про права дитини від 20 листопада 1989 р.
10. Права людини і професійні стандарти для працівників міліції та пенітенціарних установ в документах міжнародних організацій. Українсько – Американське бюро захисту прав людини. – Амстердам – Київ – 1996.

Глава 7.
ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК СОЦІАЛЬНО–ПРИЙНЯТНОЇ ПОВЕДІНКИ ЗАСУДЖЕНИХ ЖІНОК

§1. Методика вивчення особистості засудженої

Проведення соціально–виховної роботи із засудженими має ґрунтуватися на певній інформації. Дану інформацію можна отримати різними способами:

- через вивчення документації (особова справа);
- спостереження;
- опитування;
- узагальнення незалежних характеристик;
- тестування;
- соціометрію тощо.

Проте, практично кожна людина, якщо відчує, що її вивчають ті, від ставлення яких залежить її подальша доля, буде намагатися поводити себе так, щоби сподобатися спостерігачу. З іншого боку, спостерігаючи за людиною та її поведінкою, співробітнику необхідно розуміти деякі речі, а саме:

– часто поведінка людини залежить від ряду якихось причин, які вона змінити не може, а отже їй важко брати відповідальність за свої вчинки (наприклад, засуджена не працює, з волі передач не отримує, а тому вимушена, порушуючи встановлені правила, грати в карти, сподіваючись у такий спосіб задовольнити свої потреби в сигаретах, їжі тощо);

– засуджені жінки не завжди можуть контролювати обставини, за яких їм доводиться робити вибір, а, отже, можливості їхнього вибору в умовах позбавлення волі є обмеженими;

– розходження між засудженими й іншими людьми не існує, і засуджені жінки мають такі самі потреби як і інші люди. Відмінності між засудженими й іншими людьми значним чином перебільшують. Люди часом вчиняють злочини у певний період свого життя, але велику частину життя вони поводяться точно так само, як і інші люди;

– помилково розглядати “злочин”, як однакову поведінку. Не існує єдиного пояснення таких різноманітних видів поведінки, як крадіжка, насильство, шахрайство, зловживання наркотиками, проституція тощо. У всіх цих злочинах немає нічого спільного, окрім того, що всі вони є порушенням закону;

– матеріальні блага та інші продукти суспільної діяльності розподіляються у суспільстві нерівномірно. Також нерівномірно і несправедливо, розподілені і можливості. Факти говорять про те, що засуджені жінки, у більшості випадків, належать до тих груп населення, які знаходяться в невигідному положенні і мають значно менше можливостей вибору, ніж в середньому інші люди (наприклад, серед засуджених жінок набагато більше бездомних і безробітних, в минулому, швидше за все, вони мали обмежені можливості щодо освіти, були бідними, мали проблеми з психічним і фізичним здоров’ям);

– важливим несприятливим фактором, що впливає на поведінку людини в суспільстві та її діяльність, є низький освітній рівень. Рівень освіти безпосередньо пов’язаний із працевлаштуванням засудженої і взагалі з її матеріальним добробутом;

– при роботі із молодими засудженими жінками треба враховувати те, що в силу особливостей свого віку, вони є більш активними, можуть легко піддаватися стороннім навіюванням, схильні до незалежності та групування з однолітками, що сприяє тому, що вони потрапляють в поле кримінального судочинства. З часом, більшість таких правопорушниць “переростають” злочинність. Цьому сприяє те, що вони відшукують свій шлях у житті – отримують освіту, знаходять роботу, створюють сім’ю. Цей процес не можна прискорити, а тому треба навчити засуджених жити самостійним життям, нести відповідальність за своє власне життя;

– не треба весь час нагадувати засудженій, що вона “злочинниця” та поводитися з нею відповідним чином, бо це призводить до того, що остання намагається підтвердити її

ідентифікацію як злочинниці.

При зборі інформації звертають увагу на особливості особистості засудженої із врахуванням її минулого, наявності фізичних та психічних вад, проблем, індивідуальних властивостей (характеру, темпераменту), ступені криміногенної зараженості, прояву стійких рис особистості, тобто всього того, що може бути враховано у виховній роботі. Це можна здійснити на основі питань про: попередні судимості; елементи життя й особистості засудженої, що викликають в неї проблеми; освіту; матеріальне становище; здатність контролювати свою поведінку; здатність вирішувати проблеми; психічний стан засудженої; стан здоров'я засудженої; проблеми, пов'язані із оточуючими; стосунки (із членами родини, партнером тощо); залежність від алкоголю; залежність від наркотиків; мотивацію для вирішення власних проблем.

Засуджена зазвичай говорить про те, що вона хоче змінитися, особливо тоді, коли спогади про перебування в суді ще свіжі в пам'яті. Проте, після того, як ці спогади слабшають, засуджена перестає бачити необхідність змін, особливо, якщо її поведінка створює проблеми для інших, а не для неї самої. Мотивація засудженої буде також залежати від того, наскільки вона усвідомлює зв'язок між своїми проблемами і протиправною діяльністю, а також від того, чи вірить вона насправді в можливість змінити свою поведінку.

Оцінюючи особу засудженої, співробітник хоче того чи ні, звертає також увагу на стійкість певних рис особистості засудженої, що характеризують послідовність дій і передбачуваність її поведінки, додають її вчинкам закономірний характер.

Стійкими в часі є не тільки особистісні якості, оцінювані іншими, а також і самооцінки, які дає собі засуджена.

Найбільш стабільними є динамічні особливості, пов'язані з уродженими анатомо-фізіологічними задатками, властивостями нервової системи. До них належать темперамент, емоційна реактивність, екстраверсія-інтроверсія і деякі інші. При тому, співробітнику необхідно вивчати особистісні фактори, що разом із ситуацією визначають поведінку людини: здібності людини; когнітивні стратегії; чекання; цінності; плани поведінки, способи її суб'єктивної регуляції.

Існує велика кількість прийомів, що можуть бути використані під час бесіди для того, щоб підтримати до неї інтерес з боку засудженої та зробити правильні висновки з почутого (прийоми активного вислуховування: рефлективне слухання; узагальнення; перебільшення тощо). Треба також знати, чого варто уникати під час взаємодії.

Збір інформації про злочин та визначення індивідуальних психологічних особливостей особистості, які можуть бути враховані в роботі із засудженою, можуть бути здійснені на основі вказаних нижче питань:

1. Подробиці вчиненого злочину: *що саме* зробила засуджена, за яких обставин було вчинено злочин. Діяла вона сама або в групі з іншими? Чи був злочин спланованим? Чи був злочин вчинений під впливом наркотиків/алкоголю? Чи була засуджена знайома з постраждалим? Чи був цей злочин першим, або уже були подібні злочини в минулому? Чи збігається розповідь засудженої з версією обвинувачення, яку вміщено в першій частині особової справи?

2. Перелік попередніх судимостей: ці дані необхідні співробітнику для оцінки стереотипів поведінки засудженої та наявного в неї досвіду відбування покарання. Можна задати засудженій запитання: "Чи існують які-небудь шаблони поведінки?", "Чи планує що–небудь змінити в своєму житті?"

3. Елементи життя й особистості засудженої, що можуть викликати в неї проблеми під час відбування покарання та після звільнення.

– освіта: чи регулярно відвідувала школу? Чи вміє читати, писати і робити прості арифметичні дії? Чи має вона середню або вищу освіту? Чи володіє якими-небудь професійними навичками або кваліфікацією, що можуть вплинути на її працевлаштування та відбування покарання? Чи має достатній рівень освіти і підготовки для того, щоб знайти після звільнення прийнятну для неї роботу?

– працевлаштування: чи працювала взагалі де–небудь до засудження? Якщо ні, то чи володіє вона достатніми навичками для пошуку роботи після звільнення? Чи працювала вона регулярно протягом двох останніх років? Чи звільняли її коли-небудь, з роботи, і якщо так, то з якої причини? Чи бажає вона працювати в колонії? Якщо в неї є робота, чи задоволена вона нею, або хотіла би робити що-небудь інше? Чи бажає підвищити робітничу кваліфікацію або отримати в колонії суміжну професію?

– житло: чи є яке-небудь місце проживання на волі? Якщо так, чи є це місце постійним або тимчасовим? Чи задоволена вона своїм місцем проживання? Чи задоволені спільним проживанням із засудженою члени її родини? Чи проживає вона разом з людьми, які вже мали справу із кримінальним судочинством? Чи повернеться вона після звільнення в той регіон, в якому проживала до засудження? Якщо ні, то куди вона думає відправитися і на що розраховує?

– матеріальне становище: чи має достатньо засобів до існування після звільнення? Чи залежить вона матеріально від своєї родини/друзів? Чи підтримує вона свою родину під час відбування покарання? Чи витрачала вона гроші розумно? Чи були в неї борги? Чи грає вона в азартні ігри? Чи планує що–небудь для покращення матеріального становища законним шляхом?

– здатність контролювати свою поведінку: чи легко збуджується, нервує, виходить із себе? Чи виявляє ворожість стосовно окремих людей? Чи скоювала які-небудь злочини, пов'язані з насильством? Яка реакція в тих випадках, коли інші люди не погоджуються з нею? Чи здатна вона висловлювати свою точку зору без прояву агресивності? Чи не є занадто боязкою, щоб висловити свою точку зору оточуючим? Яка її реакція в тих випадках, коли їй не вдається одержати те, чого вона бажає?

– здатність вирішувати проблеми: чи здатна мислити чітко і раціонально? Чи є вона імпульсивною? Чи здатна вона робити уроки зі свого минулого або повторює свої помилки? Якщо засуджена зіштовхується з проблемою, чи розглядає вона різні шляхи її вирішення або починає робити перше, що приходить їй в голову? Чи може вона передбачати наслідки своїх дій? Якщо засуджена визначає для себе різноманітні способи вирішення проблем, чи здатна вона здійснювати свої рішення на практиці, або ж легко здається і відступає перед перешкодами? Чи впливають емоції на можливості засудженої діяти іншим способом?

– психічний стан засудженої: чи не страждає засуджена яким-небудь психічним розладом або хворобою? Чи знаходиться вона у стані депресії або нервового порушення? Чи оцінювався в минулому коли-небудь її стан психіатром або психологом?

– стан здоров'я засудженої: чи не страждає якими-небудь фізичними розладами (інвалідність), що не дозволяють їй вести нормальний спосіб життя та працювати? Чи не страждає вона яким-небудь хронічним захворюванням, що не дозволяє їй вести нормальний спосіб життя?

– проблеми, пов'язані із оточуючими на волі: чи проводила багато часу з особами у яких було кримінальне минуле? Чи не є більшість її друзів на волі колишніми засудженими? Чи є правопорушники серед членів її родини? Чи легко вона піддається впливу негативного оточення? Чи здійснює вона злочини сама або разом з іншими особами?

– стосунки (із членами родини, партнером): чи було в засудженої нормальне дитинство? Чи добре поводилися з нею батьки? Чи має вона гарні стосунки з членами своєї родини? Чи не є засуджена ізольованою від інших членів родини? Чи має вона гарні відносини зі своїм чоловіком (з будь-якими особами, яких вона обрала для спільного проживання)? Чи гарна вона мати? Чи застосовує вона насильство стосовно осіб, з якими проживає, або стосовно своїх дітей? Чи не страждала сама засуджена від насильства з боку свого партнера або родини?

– залежність від алкоголю: яку кількість алкоголю звичайно вживає засуджена? Чи напивається вона до втрати свідомості? Чи п'є засуджена так багато, що це не дозволяє їй вести нормальний спосіб життя? Чи впливає алкоголь на стан її здоров'я? Чи стає засуджена агресивною під впливом алкоголю? Чи скоює вона злочини для того, щоб одержати гроші на випивку? Чи скоює вона злочини лише тоді, коли знаходиться у нетверезому стані?

– залежність від наркотиків: чи вживає наркотики або інші заборонені до вживання речовини? Які конкретно? Чи вживала засуджена коли-небудь у минулому наркотики або інші заборонені до вживання речовини? Чи є в засудженої залежність від якого-небудь наркотику? Чи вживає засуджена наркотики або інші заборонені до вживання речовини в комбінації з алкоголем або звичайними ліками, прописаними лікарем? Чи викликало вживання наркотиків проблеми для її здоров'я (як фізичного, так і психічного)? Чи скоює вона злочини для того, щоб одержати гроші на наркотики? Чи скоює вона злочини знаходячись під впливом наркотиків?

– чи існує мотивація для вирішення цих проблем?

Мотивація засудженої залежить від того, наскільки вона усвідомлює зв'язок між своїми проблемами і поведінкою та способом життя, а також від того, чи вірить вона насправді в можливість змінити свою поведінку.

– **як ставиться засуджена до злочину?** Варто спонукати засуджену докладніше розповісти про злочин. Чи приймає вона на себе відповідальність за вчинене або звинувачує інших осіб? Чи стверджує вона, що в неї не було іншого виходу, оскільки їй були потрібні гроші, чи тому, що вона була п'яна. Чи виявляє засуджена каяття за скоєний злочин або вона просто шкодує, що попалася? Чи усвідомлює наслідки скоєного нею злочину для постраждалого? Чи вважає вона, що була засуджена справедливо? Чи відчуває вона озлоблення стосовно суспільства? Чи відчуває вона озлоблення стосовно вас, як співробітника?

Таким чином, отримавши відповіді на поставлені питання, співробітник може визначити коло проблем засудженої, які потребують нагального вирішення.

Оцінюючи особу засудженої, співробітник звертає також увагу на стійкість певних рис особистості засудженої, що характеризують послідовність її дій і передбачуваність поведінки, додають її вчинкам закономірний характер.

Відчуття стійкості власної особистості й особистості іншого – важлива умова внутрішнього благополуччя людини і встановлення нормальних взаємин з оточуючими людьми.

Дуже стійкими в часі є не тільки особистісні якості, оцінювані іншими, а також і самооцінки, які дає собі засуджена.

Набагато менша стійкість поведінкових реакцій особистісних проявів виявляється в тому випадку, коли ми розглядаємо засуджену не протягом тривалого періоду часу, а періодично. За винятком інтелекту і пізнавальних здібностей багато інших характеристик особистості засудженої ситуативне нестійкі. Це відноситься до таких індивідуальних особливостей людини, як агресивність поведінки, чесність, саморегуляція, залежність.

Найбільшою стабільністю володіють динамічні особливості, пов'язані з уродженими анатомо-фізіологічними задатками, властивостями нервової системи. До них відносяться темперамент, емоційна реактивність, екстраверсія-інтроверсія і деякі інші.

Визначаючи стійкі риси особистості засудженої, на які можна спиратися при проведені виховної роботи, часом співробітники роблять типові ***умовиводи помилкового характеру***:

1. Багато індивідуальних особливостей людей, такі, наприклад, як фізичний вигляд, манера говорити, поводитися, міміка, жести і ін., дійсно досить стійкі. Їхня стійкість спонукує нас приписувати стабільність і іншим, внутрішнім психологічним властивостям людини, що можуть не бути стійкими.
2. Наш досвід спілкування з людьми формує в нас досить стійке уявлення про них, що і накладає відбиток на наступне сприйняття й оцінку цих людей. У силу сталості міжособистісного сприйняття, пов'язаного зі сформованою установкою, у новій ситуації ми більш схильні помічати в людині ті ознаки, що свідчать про стабільність її поведінки, і не бачити того, що в її поведінці міняється.
3. Сама наша присутність у визначеній ситуації вже змушує іншу людину поводитися послідовно, так, як вона поводилася з нами раніше. Це відбувається тому, що сталість дуже цінується як якість особистості. Ті ж самі люди, що з нами поводяться певним чином, демонструючи стійкість своєї особистості в одних рисах, з іншими можуть поводитися по-іншому, показуючи в цих же рисах мінливість, а в яких-небудь інших, навпроти, стійкість.

4. Оцінюючи людину, ми порівнюємо її з іншою, чимось на неї схожою, і формулюємо висновок про неї, ще до початку вивчення.

Таким чином, для співробітника важливою рисою є здатність правильно сприймати поведінку засудженої, її вчинки та мотиви, бачити педагогічну ситуацію за незначними зовнішніми проявами і на цій основі робити висновки та застосовувати заходи виховного впливу.

Всі засуджені різні. Це обумовлено способом та умовами їх життя, світоглядом, ставленням до себе та суспільства, а також рівнем відхилення від нормотипової поведінки. Види відхилень засуджених визначають за змістом, ступенем стійкості, за обсягом та широтою криміногенної вираженості та ступенем вираження (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Види відхилень засуджених від нормотипу

За змістом	*За ступенем стійкості*	*За обсягом та широтою зараженості особистості*	*За ступенем вираження*
Від соціальної норми (моральні, кримінальні) **Від психічної норми** (порушення мозкової функції)	**Випадкові** (несприятлива ситуація; тиск групи) **Стійкі** (психічні, деградація)	**Часткові** (парціальні) **Глобальні** (захоплюють свідомість людини)	**Чітко вражені** (закріплюються в рисах особистості) **Нечітко виражені**

Можливості виховних впливів визначаються ступенем криміногенних відхилень засудженої від нормотипу. Якщо відхилення від нормотипу ще не закріпилися і не увійшли у звичку особистості, то вони достатньо легко піддаються гальмуванню. У протилежному випадку необхідно приділяти багато уваги формуванню нового, позитивного стереотипу поведінки на основі розвитку вольових якостей особистості засудженої. До найбільш ефективних способів формування вольових якостей засуджених відносяться:

– формування позитивних інтересів та установок у повсякденному житті за дотримання умов та порядку відбування покарання;

– надання допомоги засудженій у формуванні установки на подолання проблем та труднощів, що сприяє накопиченню досвіду вольової поведінки;

– орієнтування на самовиховання, усвідомлене ставлення до своїх власних якостей;

– регламентація всіх сторін життя та побуту засудженої, суворе дотримання загальноприйнятих моральних та правових норм.

Велике значення при тому відіграють індивідуальні особливості особистості засудженої(табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Врахування у виховній роботі інформації про індивідуальні психологічні особливості особистості засудженої

Тип нервової системи	**Динамічність** – визначається за швидкістю затухання орієнтовних та умовних рефлексів та перебудові нервових зв’язків (рухливі люди, вразливі або невразливі, інертні, із слабо вираженими нервовими процесами)
Індивідуальні психологічні особливості	Люди, які піддаються навіюванню та будь-яким зовнішнім впливам, що залежить від їхніх внутрішніх переконань, міцності установок, звичок. А) **ригідні** – (інертний, не гнучкий) – догматизм та консерватизм мислення і поведінки Б) **флексибільні** (згинання, динамічність) – висока динамічність психічної діяльності.
Вік засудженої	Чим старша людина, тим міцніші у неї погляди, звички, тим важче вона

	піддається вихованню
Стійкість психічних утворень	Легше за все отримати знання; важче – перебудувати погляди та переконання, звичний стиль поведінки
Діяльність	Контроль за видами діяльності (ігровою, трудовою, пізнавальною)

При цьому співробітнику необхідно вивчати особистісні фактори, що разом із ситуацією визначають поведінку людини:

1. *Здібності людини* – що вона може самостійно і незалежно від ситуації зробити, щоби вирішити свої проблеми.
2. *Когнітивні стратегії* – тобто, способи сприйняття й оцінки засудженою ситуацій, в яких вона може опинитися та вибір форм поведінки в них.
3. *Чекання* – оцінки ймовірних наслідків здійснення в даній ситуації тих чи інших вчинків.
4. *Цінності,* тобто те, що має для даної засудженої життєву цінність, має сенс, значення. Людина в певній ситуації, як правило, вибирає такий спосіб поведінки, що призводить до ствердження її життєвих цінностей.
5. *Плани поведінки,* способи її суб'єктивної регуляції. Опинившись у якій-небудь ситуації, засуджена звичайно воліє діяти звичним для неї способом за вже перевіреним досвідом планом.

При вивченні засудженої доцільно звертати також увагу на її **індивідуальні психічні властивості**:

а) **темперамент** можна визначити за такими ознаками: *сангвінік* – палкий, врівноважений, продуктивний тип, але лише тоді, коли у нього є багато цікавих справ, які його збуджують. Сангвініки легко переключаються з одного виду роботи на інший, часто змінюють партнерів взаємодії, полюбляють хвастатися, часто не виконують своїх обіцянок. *Флегматик* – врівноважений, наполегливий, продуктивний працівник. Для флегматиків характерним є те, що вони дуже повільно міркують, не полюбляють змін у своєму житті, важко сходяться із оточуючими, більше мовчать, ніж говорять. *Холерик* – яскраво бойовий тип, задерикуватий, легко й швидко збуджується. Холерики полюбляють керувати іншими та перекладати на них свої обов'язки, скептично ставляться до всього, що їх оточує, важко сходяться з людьми. *Меланхолік* – має помітно гальмівний тип нервової системи, для представників якого кожне явище в житті стає предметом сильних переживань;

б) ***характер*** – це сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, праці, навколишньої дійсності та самої себе. Характер людини можна зрозуміти тільки в її суспільній діяльності, суспільних відносинах. Про характер людини судять і за тим, як вона мислить і поводиться в різних обставинах, якої думки вона про інших та про саму себе, які манери їй властиві. Характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське "Я" як єдине ціле. У структурі характеру виокремлюють такі його компоненти: спрямованість; переконання; розумові риси; емоції; волю; темперамент; повноту; цілісність; визначеність; силу.

Спрямованість є провідною в структурі характеру особистості. Вона виявляється у вибірковому позитивному або негативному оцінному ставленні до вчинків і діяльності людей і самої себе.

Переконання – знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, вчинки, поведінку. Переконання виявляються в принциповості, непідкупності та правдивості, вимогливості до себе.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості. Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом першого імпульсу. Розумова ж інертність навпаки виявляється в пасивності, байдужості, повільності у прийнятті

рішень або у поверховому підході до справ без урахування їх важливості.

Емоції стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення або брутальність, грубість, "товстошкірість", нечутливість до страждань інших, нездатність співпереживати. Моральні, естетичні, пізнавальні почуття завдяки мірі вираження в них емоцій можуть виявлятись або в екзальтації, або в спокійному, поміркованому ставленні до явищ, ситуацій, обставин, в яких опинилася засуджена.

Воля в структурі характеру зумовлює його силу, твердість. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, відважним, здатним досягати поставленої мети. Безвільні ж люди – слабохарактерні.

Темперамент у структурі характеру є динамічною формою його прояву. Одні й ті самі переконання, погляди, знання людей з різним темпераментом виявляються своєрідно щодо сили, врівноваженості та рухливості їх дій.

Повнота характеру – це всебічний розвиток основних його структурних компонентів – розумових, моральних, емоційно-вольових. Розсудливість вчинків людини завжди узгоджена з емоційною врівноваженістю та самовладанням.

Внутрішня єдність рис характеру визначає його *цілісність*. Вона виявляється в єдності слова та діла або в їх відсутності. У безхарактерних людей помітно виявляються розбіжність в поглядах, відсутність цілеспрямованості рис характеру, випадковість їх виявлення, залежність їх проявів від ситуацій, а не від внутрішніх установок особистості.

Особливо важливою в характері є його *визначеність*. Визначеність характеру у людини позначається на принциповості та сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися. Про людей з невизначеним характером важко сказати, добрі вони чи погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у житті.

Сила характеру виявляється в енергійних діях, завзятті та активності в діяльності та доведенні справи до кінця, незважаючи на перешкоди.

Особливості типового характеру виявляються при позитивному або негативному ставленні засудженої до праці, інших людей, самої себе, предметів та явищ дійсності.

Ставлення до праці є однією з найістотніших рис характеру людини. Воно виявляється в повазі до праці, працелюбності або ж у зневазі до праці. Важливі риси у ставленні до праці – акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникають у міжособистісних контактах. Ставлення до інших людей має оцінний характер, в якому інтелектуальне оцінювання залежить від емоційного ставлення до рис характеру, що виявляються в суспільних контактах. Схвалення та осуд, підтримка та заперечення виявляються у ввічливій, тактовній, доброзичливій формі або ж формально, улесливо, а то й брутально, грубо, іронічно, саркастично, образливо.

Позитивними рисами характеру людини є справедливість, дотримування слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість.

До *негативних рис характеру* належать відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гординя, схильність до безпідставного кепкування та глузування, причепливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість.

Ставлення засудженої до самої себе – позитивне або негативне – залежить від рівня розвитку самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як скромність, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність свідчать про високий рівень розвитку самосвідомості особистості засудженої.

Таким чином, враховуючи інформацію про особистість засудженої, співробітник планує подальшу роботу з нею і найкращим способом впливу на засуджену залишаються бесіди, які відбуваються в процесі безпосередній взаємодії і дозволяють визначати емоційне ставлення засудженої до тих виховних заходів, що плануються та проводяться з нею, мотиви її поведінки, життєві смисли та плани на майбутнє, проблеми, з якими вона стикається в житті, а також вплинути на її переконання, світогляд, сформувати позитивні установки та ін.

§2. Техніки проведення індивідуальних бесід

У процесі взаємодії із засудженою, для збору інформації, співробітник, як це вказувалося вище, може використати один із методів опитування: інтерв'ювання, бесіду, анкетування.

Інтерв'ювання може бути структуроване, неструктуроване, напівструктуроване.

Структуроване інтерв'ювання використовується для збору інформації, коли під час інтерв'ю ставляться закриті питання, що не потребують розгорнутої відповіді.

Неструктуроване інтерв'ювання має місце тоді, коли співробітник намагається з'ясувати інтереси і проблеми засудженої, заохочуючи її висловлюватися вільно (задаються відкриті питання, що потребують розгорнутої відповіді)

Напівструктуроване інтерв'ювання проводиться на основі розподілу конкретних питань на теми, які визначає співробітник з постановкою відкритих питань, спрямованих на одержання інформації про проблеми, що турбують засуджену.

Техніки інтерв'ювання:

1. Планування інтерв'ю має передбачати:

- отримання додаткової інформації про засуджену;
- визначення часу на проведення інтерв'ю.

2. Початок інтерв'ю:

- необхідно пояснити мету інтерв'ю та чітко сформулювати тезу про інформацію, яку Вам необхідно одержати від засудженої, та те, для чого Ви її використаєте.

3. Формування враження про засуджену:

- зверніть увагу на зовнішній вигляд засудженої та її поведінку;
- не намагайтеся оцінити засуджену ще на початку розмови;
- не ставтеся упереджено до висловлювань засудженої пам'ятаючи про те, що кожна людина має право на свої переконання та спосіб життя, який вона вибрала.

4. Невербальне спілкування:

- зверніть увагу на вираз обличчя, погляд очей, позу та жести, які найповніше розкривають емоційне ставлення до інформації, що надходить, та один до одного учасників взаємодії.

5. Уміння слухати:

- виглядайте активним та зацікавленим (посміхайтеся, кивайте головою тощо);
- робіть словесні підказки;
- менше говоріть самі, а більше слухайте.

6. Уміння говорити:

- робіть схвальні коментарі;
- задавайте відкриті питання засудженій, яка є небалакуча, та закриті занадто балакучій засудженій;
- переводіть розмову на теми, які Вас цікавлять;
- не поспішайте давати готові поради щодо вирішення проблем засудженої;
- говоріть про речі, які є цікаві для засудженої;
- будьте уважними до того, про що говорить засуджена.

7. Завершення інтерв'ю:

- залишіть час для того, щоби дати відповіді на питання засудженої;
- зробіть короткі підсумки з основних питань;
- обговоріть домовленість про подальшу співпрацю із засудженою.

Існує велика кількість прийомів, що можуть бути використані під час **бесіди** для того, щоби підтримати до неї інтерес з боку засудженої та зробити правильні висновки з почутого.

Прийоми активного вислуховування.

1. **Рефлективне слухання** означає, що співробітник діє як дзеркало стосовно засудженої, повторюючи те, про що вона тільки що сказала. Це можна робити, таким чином,

наприклад, якщо засуджена сказала: “я думаю, що мені треба продовжити навчання”, співробітник може сказати; “Ви думаєте, що Вам треба продовжити навчання?”, чи просто повторити найбільш важливі слова “продовжити навчання”. Можна також перефразувати висловлення засудженої – “Ви би хотіли мали освіту, для того, щоб отримати більш перспективну роботу”. Ідея цього методу полягає в тому, що засуджену спонукують задуматися над тим, про що вона тільки що сказала, для того, щоби вона краще усвідомила проблему і побажала що-небудь зробити з цього приводу.

2. **Узагальнення** – короткий підсумок того, про що розповіла засуджена з підкресленням основних моментів бесіди.

3. **Перебільшення** і навмисне підкреслення того, про що говорить засуджена. Наприклад, якщо засуджена говорить, що її не цікавить освіта, співробітник може сказати, що “Вас абсолютно не турбує ваш рівень освіти і те, що Ви за її відсутності, не можете мати стабільного заробітку, і це не викликає у вас ніяких проблем”. Така фраза може спонукати засуджену задуматися про свої проблеми.

4. Як тільки засуджена почала усвідомлювати наявність проблеми, варто використовувати інші технічні прийоми, спрямовані на підвищення її мотивації до певних дій. Одним з таких прийомів є **аналіз витрат і результатів**, коли засуджена зважує переваги і недоліки зміни своєї поведінки. Дуже важливо, щоб засуджена визнала, що вона насправді відчуває переваги нової поведінки. Наприклад, алкоголічка може охоче погодитися з вами з приводу того, що алкоголь наносить їй шкоду, і для її здоров’я було б добре, якби вона припинила його уживати, але вона зможе прийняти відповідне рішення лише тоді, коли вона визнає той факт, що вживання алкоголю приносить їй велику насолоду, а відмовлення від нього відразу викликає в неї відчуття депресії і фізичного дискомфорту. Засуджена повинна вирішити, який набір переваг і недоліків є для неї більш важливим.

5. Одним зі шляхів перевірки серйозності рішення засудженої здійснити зміни є прийняття ролі ***«адвоката диявола»***. Співробітник може сказати людині, що вона має проблеми зі зловживанням алкоголем: “А навіщо вам кидати пити? Вам це так подобається, усі ваші друзі випивають, випивка допомагає вам розслабитися в компанії – Так чи потрібно вам насправді змінюватися?”. Використання такої техніки привертає увагу засудженої до тих речей, що вона може втратити внаслідок зміни своєї поведінки, а також, як це не дивно, може зробити її більш налаштованою на зміни.

6. Якщо при роботі із засудженою співробітник “зав’яз”, він може використовувати **“техніку інспектора Коломбо”**, – почухуючи потилицю і виглядаючи здивованим, співробітник може сказати засудженій: “Допоможіть мені, я заплутався. Ви тільки що сказали мені про те, що Ви стурбовані вживанням алкоголю, і погіршення свого здоров’я вважаєте результатом вашого способу життя, але зараз Ви мені говорите, що хочете зустрічатися з подругами, щоб випити чарку і поговорити про життя!”

Чого варто уникати під час взаємодії.

Співробітник повинний уникати таких ситуацій, коли він задає цілий ряд питань, а засуджена лише відповідає на питання – засуджена повинна працювати, ретельно обмірковуючи свої власні проблеми.

Варто уникати конфронтації із засудженою, бо це тільки зміцнить її рішучість не сприймати проблему.

Співробітник не повинний виглядати людиною, що має відповіді на всі питання – засуджена повинна знаходити власні рішення.

Таврування людини за її поведінку –- згадування про неї як про наркомана, алкоголіка може зашкодити її почуттю власної гідності, а отже, налаштувати проти співробітника.

Таким чином, засуджену не слід підштовхувати до дій, пов’язаних з її проблемою – її варто утримувати від таких дій до того моменту, коли співробітник буде задоволений рівнем її мотивації до змін, і, зрештою, якщо справи не підуть добре, і засуджена “зірветься”, не слід витрачати час на те, щоб обвинувачувати її, або обставини – засудженій варто знову почати рух циклом змін.

Практика показує, що при знанні **техніки проведення індивідуальних бесід** можна домогтися бажаного результату.

Звичайно, готуючись до бесіди, ми сподіваємося на свій досвід, інтуїцію і спеціально не готуємося до неї. Це неправильно. Треба попередньо скласти план бесіди, визначити питання співрозмовнику. Корисно згадати дати і номери документів, інші офіційні матеріали, що можуть аргументувати вашу розмову. Але необхідно уміти вести розмову і без блокнота.

Перш ніж приступити до основної частини бесіди із засудженою, можливе зіставлення, спільне обговорення різних точок зору, що може мати ефективний результат. Необхідно вміти "подумати за іншого", глянути на ситуацію і на себе очима співрозмовника.

Починаючи бесіду, треба розробити її модель. Доцільно визначити для себе ряд питань:

- Яку мету я ставлю перед собою в бесіді?
- Чи можу я обійтися без цієї розмови?
- Чи готовий до обговорення теми мій співрозмовник?
- Який результат улаштує (чи не улаштує) мене, його, нас обох?
- Які питання я буду задавати?
- Які задасть співрозмовник?
- Як я буду поводитися, якщо мій співрозмовник:
  - а) в усьому погодиться з мною?
  - б) рішуче заперечить, перейде на підвищений тон?
  - в) не відреагує на мої доводи?
  - г) виявить недовіру до моїх словах і думках?

Починаючи розмову, треба враховувати ряд моментів:

- готувати своє перше питання треба так, щоб воно було коротким, цікавим, але не дискусійним;
- необхідно домагатися граничної стислості викладу думок;
- судження повинні бути обґрунтованими;
- необхідно, щоб питання містили слова: "чому", "коли", "як", "так", "ні".

Основна частина бесіди починається після того, як зрозумівши всі передумови до даної розмови, один із співрозмовників приступає до викладу своєї позиції. Інший стає його опонентом.

Якщо все-таки доводи виявилися непереконливими і почалися заперечення, то бажано:

- вислухати відразу кілька заперечень і не поспішати з відповіддю, поки не буде зрозуміла їхня сутність;
- з'ясувати, чи дійсно заперечення викликані різними точками зору чи, може бути, була неясної постановка питання.

Паралельно з цим треба задавати питання і самому собі:

- чи Не вплинули на характер бесіди мій настрій, не зв'язані зі змістом бесіди питання?
- чи Не виявив я мімікою і позою невдоволення розмовою?
- чи Не відволікався я під час бесіди?

Часто змінювана емоційність змушує швидко реагувати на висловлення співрозмовника. Необхідно виражати свою реакцію на слова співрозмовника кивками голови, короткими зауваженнями "добре", "розумію", "це цікаво" чи стверджувальним поглядом, що свідчить, що ви зрозуміли думку.

Американський дослідник **Д.Карнегі** у своїй книзі "Як здобувати друзів і впливати на людей" обґрунтував якщо не всі, то, у всякому разі, велику частину основних принципів спілкування, способів вирішення конфліктів і манер поводження під час бесіди.

Які ж **принципи** є життєво важливими **для успішного проведення бесіди**? Д.Карнегі виділяє кілька таких моментів:

• *по-перше*, людина, повинна бути зацікавленою у спілкуванні з вами. Тому нерозумно починати бесіду з перерахування власних проблем і потреб - імовірніше усього вони нікому не будуть цікаві. Набагато скоріше людина погодиться вислухати вас за умови, якщо ви вкажете їй на ті деталі, що будуть цікаві їй;

• *по-друге*, необхідно викликати до себе довіру співрозмовника:

– необхідно виявити щирий інтерес до особистих справ людини;

– бажано знати повне ім'я співрозмовника і не лінуватися звертатися до нього по імені в процесі бесіди;

– необхідно дати людині можливість реалізувати прагнення до власної значущості;

• *по-третє*, необхідно уникати конфліктів, суперечок. Для цього треба:

– самий надійний спосіб виграти суперечку - ухилитися від неї;

– завжди і у всіх випадках потрібно поважати думку співрозмовника, ніколи не варто говорити людині, що вона не права;

– свою неправоту потрібно визнати відразу і щиросердно;

– навіть якщо ви збираєтеся сперечатися з людиною, завжди на початку бесіди варто переконати її у вашому дружньому до неї ставленні;

– дуже гарний практичний спосіб: направити розмову в таке русло, коли на кожне ваше запитання співрозмовниця буде відповідати “так”, і тоді вона сама переконається у вашій правоті;

– намагайтеся, щоб співрозмовник говорив більше, ніж ви;

– дайте зрозуміти співрозмовниці, що ідея, висунута вами, належить їй, і вона з радістю прийме її;

– спробуйте самі стати на точку зору вашого співрозмовника, виявите співчуття до його переживань;

– дуже важливо додати вашим ідеям наочність.

• *по-четверте*, відносини рідко обходяться без критики, а тому, щоби ця критика була конструктивною і не торкалася внутрішнього самолюбства людини, існують такі способи:

– перш ніж критикувати, варто постаратися відшукати в партнера взаємодії позитивні риси і щиро похвалити його;

– необхідно звернути увагу людей на їхні помилки в непрямих формах;

– перш ніж критикувати іншого, бажано покритикувати себе;

– завжди потрібно дати людині можливість зберегти своє обличчя;

– дуже діючий спосіб: створити людині добре ім'я, щоб вона жила відповідно до нього;

– бажано представити той недолік, що ви хочете розкритикувати, як такий, який легко виправити, для того щоби ваша критика якнайменше ранила самолюбство іншої людини.

Для з’ясування або уточнення соціально-демографічних даних про засуджену, її ставлення до покарання, до умов його відбування може бути проведене анкетування. Для того, щоб отримати достовірну інформацію, опитуванню має передувати ретельна підготовка, в основу якої покладається: підбір питань; робота щодо зняття недовіри з боку засудженої, створення атмосфери зацікавленості засудженої в наданні щирих відповідей.

Анкетування дозволяє проводити аналіз та виявляти проблеми, які найбільш хвилюють більшість засуджених, стежити за динамікою їх вирішення, своєчасно реагувати на недоліки, що можуть мати місце у виховній роботі.

Анкета може вміщувати в собі такі блоки питань:

перший блок – питання, що стосуються віку, статі, освіти та професії засудженої, її сімейного стану та місця постійного проживання;

другий блок – питання, що торкаються проблем засудженої, пов'язаних із її роботою, навчанням, найближчим оточенням, здоров’ям;

третій блок – питання, що визначають мотивацію засудженої до вирішення наявних проблем;

четвертий блок – питання, що з’ясовують ставлення засудженої до умов та порядку відбування покарання, її подальших життєвих планів та ін.

§3. Формування мотивації засудженої до зміни поведінки

Збираючи інформацію про особистість засудженої, співробітники мають враховувати, що серед причин, що підштовхнули жінку на скоєння злочину, знаходяться потреби, які вона

прагнула задовольнити проявляючи, при тому, протизаконну активність.

Активність особистості – один з основних і необхідних проявів життя, внутрішня спонукальна сила, спрямована на задоволення потреб організму.

Вперше питання про активність особистості було порушено австрійським психіатром **З. Фрейдом** – фундатором теорії та практики психоаналізу. Основні положення цієї теорії обґрунтовують думку, що джерелом активності людини є інстинктивні спонукання, які вона має від народження і які передаються спадково. Це світ інстинктів, біологічних і фізіологічних потягів, неусвідомлюваних імпульсів, природа яких "невідома". В основі його вчення є визнання пріоритету біологічного в людині. Неофрейдисти (Карл Юнг), керуючись основними постулатами З.Фрейда про підсвідоме, ішли в напрямку обмеження сексуальних потягів у з'ясуванні психіки людини та пошуках рушійних сил людської поведінки. Неофрейдизм виходить з визнання вирішальної ролі середовища та механізмів соціального характеру, що впливають на прояви активності особистості.

Саме задоволення тієї або іншої потреби спонукає людину до активності, що знаходить своє вираження в поведінці конкретної засудженої.

Американський психолог ***Абрахам Маслоу*** (1908 – 1970 рр.) висунув концепцію цілісного підходу до людини. Його вчення будується на тому, що основна потреба людини - це потреба в самоактуалізації – реалізації потенційних можливостей людини, її здібностей і талантів. Виходячи з цього, А. Маслоу запропонував класифікацію потреб і взаємозв'язків між ними, побудувавши своєрідну ієрархію, у якій вищі запити не виступають на перший план, поки не задоволені нижчі потреби.

За А. Маслоу, усі потреби утворюють ієрархічну структуру, що, як домінанта, визначає поведінку людини. Первинні потреби (фізіологічні, потреби у безпеці) є підставою для задоволення потреб вищого порядку - соціальних, в успіху, у самовираженні (самоактуалізації). Однак потреби вищого рівня не мотивують людину, поки не задоволені, принаймні частково, потреби нижнього рівня.

Рис. 1. Ієрархія потреб людини (по А. Маслоу)

Важливе місце при тому посідає вивчення мотивів засудженої, що є результатом усвідомлення нею своїх потреб і виявляється в конкретних прагненнях до їх задоволення.

Мотив – це реальне спонукання, яке змушує людину діяти у певній життєвій ситуації, за певних умов.

Мотивація відрізняється тим, що на відміну від мотивів, що можуть бути як усвідомлювані людиною, так і не усвідомлювані, мотивація завжди виникає на основі боротьби різних мотивів, а тому є достатньо усвідомлюваною особистістю. Для її появи у людини спочатку повинно виникнути бажання. Бажання як мотив характеризується тим, що людина розуміє мету, яку їй необхідно досягнути і якими засобами вона може для цього скористатися. Після чого людина має:

- подолати внутрішні механізми стримування – такі, як страх, почуття провини, сорому, докори совісті. Вони є дуже важливими факторами, що утримують більшість людей від скоєння протиправних вчинків, тому легше вплинути на ці фактори, чим на основну мотивацію;
- подолати зовнішні обмеження – замки, стіни, зовнішнє спостереження;
- взяти верх над жертвою – можливо використовуючи хитрість або силу.

Враховуючи те, що співробітники просто фізично не мають можливості 24 години на добу контролювати поведінку засудженої, їм необхідно під час бесід застерігати засуджену від скоєння правопорушень, формувати шляхом постановки конкретних цілей та допомоги в їх поетапній реалізації позитивну мотивацію, яка може стати основою надійної системи самоконтролю засудженої.

Треба також враховувати те, що кожна людина намагається виправдати свою поведінку, навіть ганебну, насамперед, перед самою собою. З цього приводу німецький філософ Фрідріх Ніцше казав так, що “коли моя гордість та пам’ять починають сперечатися з приводу того, чи здійснив я чи ні ганебний вчинок, то в цій суперечці перемагає моя гідність”. Знаючи про це, а також про те, що подібна нейтралізація ваги та наслідків злочину може стати причиною повторного їх скоєння, співробітники повинні знати **“техніки нейтралізації”,** якими користуються правопорушники. Основними “засобами” такої техніки є;

1. ***Заперечення відповідальності.*** Наприклад “Я нічого не могла із собою поробити”, “Вона змусила мене зробити це”, “У мене є проблема, що змушує мене поводитися в такий спосіб”, “Обставини змусили мене зробити це”, “Так вийшло”. Усі подібні виправдання – це спроба уникнути відповідальності за свою поведінку.

2. ***Заперечення заподіяного збитку.*** “Адже ніхто не постраждав”, “Вони можуть обійтися без цих речей - це навіть не було крадіжкою”.

3. ***Заперечення потерпілого***. “Він заслуговує цього”, “Я змушена була захищатися”.

4. ***Осуд тих, хто засуджує правопорушника***. “Всі так роблять”.

5. ***Самовиправдання шляхом звертання до вищих цінностей або лояльності.*** “Я повинна була заступитися за подругу”, “Я повинна була красти для своєї родини”. Часто правопорушники видають себе за жертви скрутного положення.

При роботі з деякими засудженими основною задачею співробітника може стати протистояння таким формам заперечення. Необхідно наполягати на тому, щоб люди брали на себе відповідальність за свої вчинки, а не перекладали її на інших людей, на ситуацію.

Ми вже вказували на те, що в процесі взаємодії необхідно впливати на засуджену з метою формування позитивної мотивації на вирішення проблем та не повернення до старої моделі протиправної поведінки. Зараз ми розглянемо **методи, що перешкоджають поверненню до старої моделі поведінки засудженої.**

Перша стадія – **усвідомлення проблеми.** Це означає, що людина не усвідомлює, що її поведінка викликає які-небудь проблеми, а, отже, і не думає про можливість зміни такої поведінки. Розкриваючи причини правопорушень, співробітник змушує засуджену замислитися над наслідками своєї поведінки.

Друга стадія – **стадія обмірковування.** На цій стадії людина розуміє, що в неї існує проблема, і вона починає розмірковувати про те, наскільки серйозно дана проблема турбує її, і чи може вона що-небудь зробити з цього приводу. Для цього їй доведеться дещо змінити в своєму житті. Здійснити це буває важко. Навіть якщо ця людина рішуче налаштована, вона може сумніватися в тому, що в неї вистачить волі. На стадії обмірковування людина розглядає

переваги і перешкоди своєї нової поведінки.

Третя стадія – **стадія ухвалення рішення.** В цей момент людина також може вирішити, що не має сенсу додавати такі зусилля і залишає спроби, повертаючись до стадії, що передує усвідомленню проблеми. Однак, якщо ця людина все-таки прийняла рішення змінитися, вона швидко переміститься на четверту стадію **– стадію дій.**

Звичайно, буде досить легко перейти до дій і дотримуватися прийнятого рішення короткий період часу – навіть кілька тижнів. Інерції, накопиченої протягом стадій обмірковування й ухвалення рішення, спочатку буде досить для підтримки мотивації до змін.

Однак з часом – через кілька тижнів або місяців – цій людині буде набагато важче дотримуватись прийнятого рішення, бо це потребує вироблення нових звичок.

П'ята стадія **– стадія підтримки рішення**. Засуджена може уникати сумнівного оточення або триматися на відстані від ситуацій, що можуть спровокувати її на протиправну поведінку.

Шоста стадія – може статися тоді, коли людині набридне утримуватися від старих звичок **(стадія рецидиву).** Можливо, що це буде однократною помилкою. На це можна не звертати уваги, оскільки після цього людина може суворо поставитися до себе і повернутися на стадію підтримки рішення. Однак може статися так, що людина настільки втратить впевненість в собі у результаті однократної помилки, що вона взагалі припинить будь-які спроби дотримуватися прийнятого рішення.

Отже, у чому складається цінність цього методу? Як ми уже відзначали раніше, людей не можна *примусити* до змін, але ми зможемо їм допомогти, якщо вони самі хочуть змінитися. Першим кроком цієї роботи є визначення, в якому саме місці стадії змін вони знаходяться. Немає рації підштовхувати людину до дій - наприклад, направляти її на курси професійної перепідготовки, якщо людина насправді не прийняла рішення оволодіти новою виробничою професією.

Оцінюючи мотивацію до зміни поведінки треба звертати увагу на:

1. Ризик - особливо на ризик повторних правопорушень

2. Проблеми - особливо на проблеми, пов'язані з протиправною діяльністю

3. Варіанти можливих дій (що можна зробити?) - для вирішення цих проблем і для зменшення шансів на здійснення правопорушень

4. Мотивацію - бажання правопорушника зробити спробу змінити свою поведінку, використовуючи ті заходи, що здійснюються для цього співробітниками.

1. Оцінка ризику. Важливо визначити проблему і з'ясувати, **що може зробити** сама засуджена, і **що можемо зробити ми** для вирішення її проблеми. Однак, якщо у засудженої відсутня **мотивація,** то навряд чи вдасться що-небудь змінити.

Оцінка ризику, це припущення, що відноситься до майбутнього. Оцінюючи ризик, важливо бути конкретним, і приведена нижче серія питань допоможе більш чіткому його визначенню:

• Що може трапитися? Яке правопорушення зможе вчинити ця засуджена?

• Чи існує імовірність того, що хто-небудь постраждає внаслідок здійснення такого правопорушення? Хто конкретно?

• Наскільки тяжким може бути це правопорушення?

• Чи може таке правопорушення бути вчинено незабаром?

• За яких обставин здійснення правопорушення стане більш-менш ймовірним?

• Чи можливо що-небудь зробити, щоби вплинути на ці обставини?

• Який із вчинків, вчинених засудженою у минулому, був самим серйозним? За яких обставин він відбувся?

• Чи повторюються знову поведінка або обставини, що призводили до негативних вчинків у минулому?

• Чи існували в засудженої які-небудь закономірності (шаблони) поведінки в минулому?

• Що говорить сама засуджена про свої можливі дії?

• Чи хоче засуджена, щоб її зупинили?

• Що засуджена хоче показати своєю поведінкою і словами?

• Яка інформація про засуджену доступна з інших джерел, матеріалів справи?

Дуже корисно відповісти на питання всього цього переліку – самому або разом із засудженою.

2. Проблеми. Недостатньо просто знати про те, що хтось може вчинити правопорушення. Необхідно знати, що Ви можете зробити, щоби така можливість стала *менш імовірною.*

Є чітка залежність між правопорушеннями і певними обставинами, що впливають на поведінку людей, а саме:

- • Зловживання алкоголем або наркотиками
- • Відсутність роботи
- • Конфлікти з оточуючими
- Схильність до азартних ігор

3. Варіанти можливих дій (Що можна зробити?)

1. Важливо вирішувати питання *разом* із засудженою, а не *замість* неї.
2. Необхідно підвищувати їхню самооцінку і заохочувати до того, щоб вони змогли побачити і розвивати свої сильні сторони.
3. У багатьох випадках значну підтримку можуть надати друзі засудженої або члени її родини.
4. Існують певні ресурси, які можна використовувати в роботі із засудженою. (Наприклад, медичні установи, психологи, що можуть допомогти вирішити проблеми алкогольної/наркотичної залежності; організації, що допомагають людям знайти роботу та житло після звільнення з місць позбавлення волі).
5. В роботі над однією проблемою з'ясовується, що у засудженої існують інші, не менш значні проблеми. Наприклад, якщо людина не вміє читати і писати, їй буде важко знайти роботу. Це означає, що необхідно вирішити проблему неграмотності, перш ніж почати її підготовку до звільнення.
6. Надання засудженій тих же можливостей, що й іншим людям.

4. Мотивація. Вкрай необхідно спробувати дістати згоду засудженої до співпраці. Якщо цього не вдасться домогтися, будь-які зміни будуть малоймовірними.

Засуджені не бажають співробітничати з різних причин. Наприклад:

• Вони не вважають, що їм необхідно змінитися.

• Вони не вірять у те, що зможуть змінитися, а в цьому випадку нема рації і намагатися.

• Вони не можуть побачити зв'язку між протиправною діяльністю й іншими аспектами своєї поведінки - наприклад, зв'язку між пияцтвом і крадіжками.

Якщо ви хочете, щоб люди співробітничали з вами, вам також потрібно знати, чому вони не бажають цього робити. Але часто люди можуть випробувати суперечливі відчуття з приводу певних речей. Наприклад, багато п'яниць:

• Хочуть вживати алкоголь і

• Не хочуть вживати алкоголь

Співробітнику необхідно знайти правильний метод для того, щоб спонукати засуджену знаходити позитивну мотивацію.

Можна підсилити мотивацію і зміцнити внутрішні механізми стримування шляхом наполегливих спроб довести засудженій, що вона сама відповідає за своє майбутнє, і допомогти їй повірити в те, що позитивні зміни можливі. Головною задачею співробітників є допомога засудженим у створенні можливостей для ведення законослухняного життя, придбання навичок, необхідних для використання цих можливостей.

Однак, людей не можна примусити до змін – люди можуть змінитися, тільки якщо *вони самі* цього захочуть. Краще з того, що ми можемо зробити, це спонукувати засуджених до того, щоб вони самі захотіли змін. Цього можна досягти, насамперед, допомагаючи людям зрозуміти, що їм необхідно певним чином змінитися; потім варто допомогти їм побачити переваги змін; після цього, підтримувати їх і допомагати їм, коли вони приймуть рішення про зміни.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Способи отримання інформації про засуджену.
2. Фактори, що впливають на поведінку засудженої.
3. Особливості особистості засудженої, на які звертають увагу при зборі інформації.
4. Оцінювання стійкості певних рис особистості засудженої та її мотивації до змін.
5. Збір інформації про злочин та визначення індивідуальних психологічних особливостей особистості, які можуть бути враховані в роботі із засудженою.
6. Типові умовиводи помилкового характеру при визначенні стійких рис особистості засудженої.
7. Види відхилень засуджених від нормотипу.
8. Ефективні способи формування вольових якостей засуджених.
9. Врахування індивідуальних особливостей особистості засудженої у виховній роботі.
10. Особистісні фактори, що разом із ситуацією визначають поведінку людини.
11. Методи опитування, що використовують для збору інформації та техніки інтерв'ювання.
12. Прийоми активного вислуховування.
13. Чого варто уникати під час взаємодії.
14. Порядок розробки моделі бесіди.
15. Моменти, на які треба звертати увагу під час бесіди.
16. Принципи, що є важливими для успішного проведення бесіди за Д.Карнегі.
17. Анкетування як метод збору інформації про засуджену.
18. Активність особистості за А.Маслоу.
19. Формування мотивації у засудженої до зміни поведінки.
20. Техніки нейтралізації ваги та наслідків злочину, що використовують засуджені.
21. Методи, що перешкоджають поверненню до старої моделі поведінки засудженої.

Список літератури:

1. Ануфриева Н.М., Зелинская Т.Н., Зелинский Н.Е. Социальная психология. – К., 1995. – 87 с.
2. Байдаков Г.П. Правовые и психолого-педагогические аспекты индивидуальной, воспитательной работы с осужденными // Личность преступников и индивидуальное воздействие на них. – М., 1989.
3. Димитров А.В., Сафонов В.П. Основы пенитенциарной психологии. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2003. – 176 с.
4. Еникеев М.И. Юридическая психология. – М.: Изд-во НОРМА, 2000. – 517 с.
5. Кантор Р., Фергюсон К., Паркер Р. Работа с правонарушителями в обществе: начальное учебное пособие. – Лондон: Ноттингемский унивеситет, 2003. – 200 с.
6. Кашапов Р.Р. Курс практической психологии или как научиться работать и добиваться успеха. – Екатеринбург: АРД ЛТД, 1996. – 444 с.
7. Квачев Є.Є. та ін. Методика дослідження мотивів, смислів та установок особистості. – Дніпропетровськ, 1993.
8. Леонтьев А.А. Психология общения. – 2-е изд. – М.: Смысл, 1997. – 365 с.
9. Механизм преступного поведения. – М.: Наука, 1981. – 248 с.
10. Чебоненко С.О. та ін. Корекція поведінки засуджених жінок /Під заг. ред. Богатирьова І.Г. – Чернігів: ПОД Чернігівського ДЦНТІ, 2003. – 168 с.

Глава 8.
ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН ТА ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ЗАСУДЖЕНИМИ ЖІНКАМИ

§1. Типові варіанти сімейних та родинних стосунків засуджених жінок

У виховній роботі із засудженими жінками важливим моментом є врахування можливостей впливу сім'ї та родини на жінок, що потребує від співробітників знання психології сімейних відносин.

Особлива увага має надаватися формуванню у засуджених жінок систематизованих знань про витоки сімейних відносин, етапи розвитку та формування родинних взаємовідносин, про ситуації, що можуть носити психотравмуючий характер, про соціальні функції сім'ї та ролі, які виконують її члени, ґендерні особливості сімейних відносин тощо. Родина виступає як закрите та відкрите об'єднання людей. Ми розглянемо умови, необхідні для функціонування родини: спрямованість на іншого (уміння його розуміти, враховувати його смаки, інтереси і бажання); нормальне безконфліктне спілкування; довіра і емпатія (співчуття іншому, співпереживання); нормальне інтимне життя тощо.

Доданками сімейного щастя і благополуччя є: взаєморозуміння; матеріальне благополуччя; діти; впевненість у міцності шлюбу; цікаве дозвілля в родині; цікава робота; відповідна освіта; самостійність членів родини тощо.

При цьому, велике значення має питання про сімейну сумісність та її значення в житті засуджених жінок.

Співробітники повинні звертати увагу на групи сімейних труднощів: гострі та хронічні, що можуть мати місце в житті засуджених жінок, а також враховувати вплив на поведінку засудженої почуття провини, пов'язаної із родиною; основні джерела сімейних конфліктів у засуджених жінок та їх причини; сімейні протиріччя та їх вирішення як механізм інтеграції сім'ї; кризові періоди в сімейному житті засуджених жінок; типові варіанти сімейних стосунків засуджених жінок, зокрема їх ґендерні особливості; раціональні стосунки засуджених жінок та дітей; особливості взаємовідносин між засудженими жінками та дитиною на різних етапах її розвитку; особливості виховання дитини засудженими жінками в умовах місць позбавлення волі.

Для засуджених жінок питання, що стосуються відновлення або створення сімейних зв'язків, займають пріоритетне місце по відношенню до всіх інших. Таким чином, в даній главі будуть розглянуті питання, що стосуються:

- соціальних функцій сім'ї та ролі, які виконують її члени, зокрема, в ґендерному розподілі;
- родини як закритого та відкритого об'єднання людей;
- умов, необхідних для функціонування родини;
- групи сімейних труднощів: гострих та хронічних труднощів;
- різноманітних наслідків впливу труднощів на родину засудженої;
- видів сімейно обумовлених станів, що травмують;
- почуття провини у засудженої, що пов'язане із родиною;
- рекомендацій засудженим жінкам та членам їх родини;
- основних джерел сімейних конфліктів у засуджених жінок та їх причин;
- особливостей стосунків між засудженими жінками та дитиною на різних етапах її розвитку.

Зокрема, соціологи виділяють 11 доданків сімейного щастя і благополуччя: взаєморозуміння між подружжям; окрема квартира; матеріальне благополуччя; діти; впевненість у міцності шлюбу; цікаве дозвілля в родині; цікава робота; відповідна освіта; гарне положення на роботі; гарні друзі; самостійність членів родини.

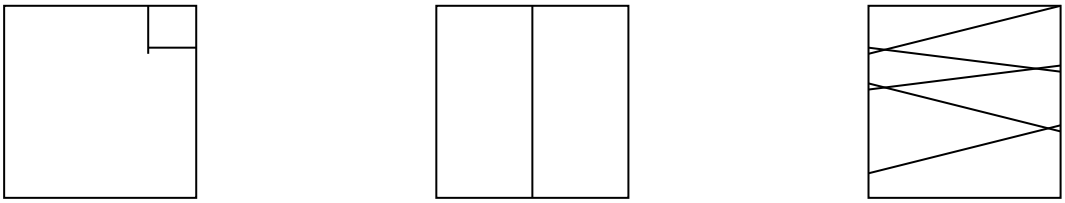
Родина з одного боку – це замкнутий простір, об'єднання людей, що ревно захищають свій світ, свої таємниці (якщо сім'ю зробити відкритою, позбавивши її внутрішнього світу, то

вона розпадеться); з іншого боку, родина – це об'єднання людей, відкрите для всього того, що відбувається у світі, і всі проблеми суспільства відображаються в родині.

Психологи установили, що для щастя родини потрібно:

- спрямованість на іншого (уміння його розуміти, враховувати його смаки, інтереси і бажання);
- нормальне безконфліктне спілкування;
- довіра і емпатія (співчуття іншому, співпереживання);
- нормальне інтимне життя;
- наявність "Будинку" (не житлоплощі, а місця, де може відпочити від складності життя родина в цілому і кожний з її членів окремо).

За розподілом ґендерних ролей і обов'язків розрізняють сім'ї трьох типів – з нерівномірним розподілом праці, патріархат ним і партнерським[4].



1 **2** **3**

Схема
ґендерного розподілу праці в структурі сім'ї

1. Нерівномірний розподіл праці (з перевантаженням одних і недовантаженням інших).
2. Патріархатний (традиційний) розподіл праці (з чітко визначеними видами "жіночих" і "чоловічих" видів праці).
3. Партнерський розподіл праці (з гнучким розподілом праці, який враховує, як ставлення до цієї праці в цілому, так і реальну поточну можливість її виконати).

Успіх в особистому житті звичайно буває в тих, хто наділений мудрістю, хто вміє приймати людину такою, якою вона є – сприймати її недоліки, з іронією відноситися до її примх, об'єктивно оцінювати її достоїнства. Тільки за взаємної допомоги в родині, підтримці одне одного можлива максимальна реалізація людських якостей кожного і кожної. Це дійсна удача – знайти такого партнера, це успіх. Починається такий успіх з любові.

Любов – це морально-естетичне почуття, що виражається в безкорисливому і самозабутньому прагненні до свого об'єкта. Існує кілька видів любові: братерська; материнська і батьківська; еротична; невротична – сконцентрована на батьках; любов людини до самої себе, до Бога, до Батьківщини, до живої природи тощо.

І.М.Сєченов розрізняв у любові три послідовні фази:

перша – *платонічна любов* із ще тими, що не визначилися, темними статевими бажаннями;

друга – любов, *володіння*, де замість статевих прагнень уже виникає відчуття любові;

третя – *любов за звичкою*, коли кожен із подружжя стає половиною свого улюбленого.

Сєченов зробив висновок, що "людина, яка хоч раз пережила усі ці фази повної любові, навряд чи зможе любити жагуче вдруге. Повторні пристрасті – це ознака незадоволеності попередніми відносинами".

[4] Уповноважувальна освіта (під ред. О.Суслової). – К., 2002

Уявіть собі жінку, котра, знаходячись за колючим дротом і високою тюремною стіною, довідується, що її сім'я розпалась, чоловік розірвав з нею шлюб, а положення дітей стає критичним. Ми маємо на увазі її стан, переживання за дітей та сім'ю, почуття безперспективності життя. Тому, виключно важливе місце в системі цінностей у засуджених жінок, займають сімейне благополуччя та родинні зв'язки.

В наслідок дії всіх цих чинників, що негативно впливають на жінку в місцях позбавлення волі, вони намагаються створити між собою "сім'ю". Ця "сім'я", як вважають жінки, повинна компенсувати ті сімейні відносини, почуття, які є між чоловіком і жінкою в родині.

Потреба в турботі про інших, у відчутті любові й уваги, взаєморозуміння приймає в них перекручені форми і виражається в створенні так званих "родин". Тоді соціальні ролі "чоловіка" і "жінки" здобувають для них першочергове значення. Розрив відносин у таких "родинах" характеризуються скандалами і відкритими конфліктами. Але жінки, які тривалий час перебувають в таких сім'ях, після звільнення з місць позбавлення волі довгий час не можуть адаптуватись у суспільстві і виконувати традиційні жіночі соціальні ролі.

Звертає на себе увагу і **проблема дітей**. Зокрема, значний відсоток засуджених жінок мають дітей, але ставлення до них може бути різне. Деякі з них, взагалі не відчувають материнських почуттів і позбавлені за вироком суду материнських прав. Інші люблять дітей, піклуються про них. Часті випадки народження дітей в колоніях і виховання їх у "Будинку дитини", що знаходиться на території установи. Розвиток та активізація почуттів материнства є запорукою успішної ресоціалізації засуджених жінок, які мають дітей. Це пояснюється тим, що у даних жінок з'являється позитивна перспектива, виникає почуття обов'язку перед дитиною, якій вони дали життя. Спілкування з дітьми, дозволяє матерям зберегти та розвинути почуття любові, опіки, дбайливого ставлення до людського життя. Такий гуманний крок допомагає у відбуванні покарання і сприяє збереженню соціально-корисних зв'язків.

Науковими дослідженнями доведено, що тривале перебування в місцях позбавлення волі викликає значні негативні соціальні наслідки, особливо це стосується жінок. При цьому розпадається особистість жінки, вона стає агресивною, грубою і в багатьох випадках після звільнення у неї виникає установка на продовження злочинної діяльності.

Жінки, засуджені на тривалий строк, як правило, втрачають в місцях ізоляції найбільш активний період свого життя. Такі особи поступово деградують в соціально-моральному відношенні. У них розпадаються сім'ї, втрачаються соціально значимі зв'язки. Чим довший термін перебування жінок у місцях позбавлення волі, тим менше шансів у них зберегти себе як особистість. Помітно, що після перебування в місцях позбавлення волі більше 5 років у жінок втрачається перспектива на майбутнє, і це сприяє поверненню до антисоціального життя, зловживанню спиртними напоями, наркотичними препаратами, руйнації особистості.

Встановлено, що взаємостосунки, які виникають в середовищі засуджених жінок, характеризуються складністю міжособистісних стосунків, нестійкістю групових настроїв, сильною стереотипізацією суспільної думки. Робота з такими жіночими угрупуваннями викликає великі труднощі у персоналу колоній.

Обов'язковою умовою успішної ресоціалізації жінок є наявність позитивних соціальних зв'язків. Адже зрозуміло, що такі параметри як сімейний стан, соціальний статус - у житті кожної людини, а у жінок особливо, мають неабияке значення. З цього приводу наведемо деякі фактичні данні, які певним чином характеризують соціально-демографічну ситуацію загалом. Більшість жінок, які відбувають покарання у вигляді позбавлення волі (колонія № 44), мають вік від 30 до 40 років (44,2%), значно менше - від 40 до 50 років (29,4%) та від 20 до 30 років (20,7%), досить небагато є жінок літнього віку (5,4%).

Вік визначає життєвий досвід людини, її поведінку та спрямованість особистості. З віком змінюються соціальні функції та реакції на різні конфліктні ситуації, а у засуджених жінок, особливо самотніх і розлучених, все гостріше відчувається втрата особистих перспектив (створення сім'ї, виховання дітей, заняття кваліфікованою перспективною роботою).

У соціально-демографічній характеристиці жінок неабияку роль відіграють родинні зв'язки та сімейний стан. У випадку засудження жінки сім'я відіграє роль стримуючого фактора

в протиправній поведінці. Це стосується, насамперед, подружніх зв'язків, які, на жаль, під час відбування покарання жінками мають тенденцію до розриву. Особливо це характерно для жінок, засуджених до тривалих строків позбавлення волі. На фоні відірваності від суспільства і втрати родинних зв'язків у них існує або формується досить високий рівень морально-психологічної деградації.

Отже, узагальнюючи характеристики засуджених жінок, ми можемо диференціювати їх за сімейним станом на такі групи:

– жінки, які перебувають у шлюбі (при цьому, нагальною є проблема збереження сім'ї і використання збережених позитивних якостей засуджених для їх подальшої ресоціалізації);

– жінки, у яких сім'я розпалася під час відбування ними покарання (можливі психоемоційні розлади, нечіткі індивідуальні перспективи, перепони у самореалізації особистості);

– жінки, які не перебували у шлюбі (викривлене уявлення про сім'ю, виховання дітей, почуття материнського обов'язку);

– матері-одиначки (сформоване або ні почуття материнського обов'язку і відповідальності перед дитиною, наявність реальної перспективи для виховання дитини);

– жінки, які народили дітей під час відбування покарання (формування почуття материнського обов'язку, необхідності материнської любові та опіки для малюка).

У характеристиці жінок неабияку роль відіграють родинні зв'язки та сімейний стан, але на жаль, під час відбування покарання жінками вони мають тенденцію до розриву.

Засуджені жінки дуже своєрідно, більш гостро, ніж чоловіки, сприймають сам факт ізоляції від суспільства. В силу особливостей психофізіологічної організації вони відрізняються більшою збудливістю, легше підпадають під вплив групових настроїв. Жінки важче, ніж чоловіки, переживають відрив від сім'ї та родини.

§2. Раціональні стосунки засуджених жінок із сім'єю та дітьми

Для жінок важливим аспектом у взаємовідносинах із сім'єю виступає поняття сумісності.

Психофізіологічна сумісність – це міра взаємної симпатії і привабливості людей, що залежить від гармонічного сполучення взаємодоповнюючих якостей характеру: готовність пристосуватися до іншої людини і враховувати її потреби, особливості.

Якщо в присутності іншої людини Ви відчуваєте себе спокійно і впевнено, комфортно, немає тривожності і страху – це означає, що Ви психологічно сумісні.

Закон сумісності говорить: уроджені якості в сумісних парах повинні бути контрастні, а придбані – подібні.

Психологічна сумісність містить у собі готовність особистості все робити заради іншого. Це пов'язано, як правило, з терпимістю до поглядів іншої людини, врахуванням її думки, інтересів і потреб. У шлюбі розрізняють три рівні сумісності:

1. *Духовне споріднення* (Взаємоповага, близькість поглядів, думок, інтересів).
2. *Відсутність протиріч* (Присутність іншого просто приємна, незалежно від того, що він говорить або робить).
3. *Сімейно-рольовий* (Узгодження і розподіл сімейних ролей і обов'язків).

Фізіологічна сумісність припускає гармонію інтимних відносин, емоційну прихильність між людьми.

Інтимність – це поняття скоріше психологічне, ніж фізіологічне, що не обов'язково допускає статевий акт. Щоби ця спрямованість виявлялася, необхідно дотримуватися 4 правил, що є умовами гармонії інтимного.

1. Ви почуваєте і даєте відчути партнеру, що для Вас він зараз і в майбутньому – самий головний і привабливий.
2. Вам хочеться створити цій людині радість, а якщо це не виходить, то близькі відносини не в радість

3. Ви даєте зрозуміти партнеру, що Вам не треба соромитися один одного ні в чому.
4. Ви обоє знаєте, що Ваші відносини мають у собі таємницю, якої не торкнеться інша людина.

Вивчаючи секрети чоловіків та жінок, психологи дійшли висновку, що у жінок дуже багато секретів: від витрат до сексуальних фантазій; приховування віку і ваги та заощаджень; страх бути покинутою тощо. Чоловік же ховає від жінки свої турботи і неприємності, що пов'язані із роботою, сексуальну невпевненість та інтелектуальну недостатність, хвороби, бажання мати іншу жінку. Це відображає традиційний розподіл ґендерних ролей, відповідальностей, статусів у суспільстві.

За таким же традиційним підходом –

Що любить жінка:

Коли вона бажана, коли її ніжать і обдаровують подарунками й увагою, коли їй говорять компліменти, коли заради неї чимось жертвують.

Ідеал чоловіка для такої жінки:

Створює атмосферу любові й оптимізму. Розуміє і тонко відчуває внутрішній світ жінки, розумний, сексуальний, володіє почуттям гумору, є опорою в житті, поважає її інтереси і звички, в міру ревнує.

Що не любить чоловік:

Коли жінка маніпулює його слабкостями, коли його не любить, коли вона не сексуальна, коли вона хворіє, коли вона залишає його в будинку одного на господарстві, коли вона надзвичайно груба й емоційно нестримана, коли в ній він не знаходить таємницю.

Ідеал жінки для такого чоловіка:

Друг, що володіє сексуальною привабливістю, має свій стиль і запах, розумна, добра, любить дітей, володіє почуттям гумору, гарна господиня.

В сучасному суспільстві, де традиційний розподіл ролей вже не є пануючим, усталені погляди, зображені вище, можуть частково або повністю відрізнятися, що теж слід враховувати і в побудові сімейних стсоунків, і в їх аналізі.

Так вже склалося, що родина може виступати не лише як позитивне середовище, в якому людина відчуває себе захищеною і коханою. Часто родина є джерелом психічної травми. Звернення уваги засуджених жінок на цей бік родинних стосунків дозволить сформувати у них знання того, як треба себе поводити в родині, щоб уникнути психотравмуючих ситуацій.

Протягом усього життєвого циклу родина постійно зіштовхується з усілякими труднощами і несприятливими умовами – хвороби, житло-побутові незручності, конфлікти із соціальним оточенням тощо. У зв'язку з цим, перед родиною часто виникають непрості проблеми, що можуть негативно позначитися на її житті.

У цілому, сімейне порушення є складним утворенням, що містить фактори, його зумовлюючі (труднощі, з яким зіштовхнулася родина), несприятливі наслідки для родини і її реакцію (зокрема, осмислення позбавлення волі членами родини).

Розглянемо основні моменти, що беруть участь у виникненні і прояві сімейного порушення.

Дві групи сімейних труднощів:

– *гострі* (у тому числі і надто сильні): смерть одного з членів родини, звістка про подружню зраду, раптова зміна в долі і соціальному статусі (наприклад, засудження одного з членів родини), раптове і сильне захворювання.

– *хронічні труднощі:* надмірне фізичне і психічне навантаження в побуті і на виробництві, складності при вирішенні житлової проблеми, тривалий і стійкий конфлікт між членами родини і ін.

Сполучення перерахованих труднощів у визначені моменти життєвого циклу родини призводить до сімейних криз.

Безсумнівний інтерес мають дослідження чеських учених, що встановили й описали два критичні періоди в житті родини.

Перший з них, більш інтенсивний, спостерігається між 3-м і 7-м роками існування

родини і досягає найбільшої гостроти в період між 4-м і 6-м роками. Друга криза назріває між 17-м і 25-м роками.

При всій розмаїтості варіантів розвитку родини відзначається низка загальних джерел порушень.

По-перше, *функціональна порожнеча*, тобто ситуація, коли одна з ролей, необхідних для успішного існування родини, ніким не виконується. Наприклад, з відходом батька з родини його частка у вихованні вже непоправна (В.Титаренко, 1987).

По-друге, можуть бути *труднощі адаптації* до самого факту, події, що породила несприятливий варіант розвитку родини (розлучення, смерть одного з членів родини, необхідність виховувати дитину поза шлюбом і ін.) (С. Рапопорт С., 1985).

Різноманітні наслідки впливу труднощів на родину засудженої торкаються різних сфер її життя, – порушуються виховні функції родини, подружні відносини. При розгляді порушень життєдіяльності родини враховується також і те, як вони діють на її членів: як правило, у результаті ті чи інші потреби виявляються незадоволеними, що гальмує розвиток особистості, обумовлює виникнення нервово-психічної напруги, тривоги.

Види сімейно зумовлених станів, що травмують.

Під психічною травмою розуміють важкі індивідуальні психічні переживання, що відіграють помітну роль у плині нервово-психічних захворювань.

Психічна травма – це явище, що виникає на перетинанні несприятливих впливів порушень родини і психічних розладів особистості. Порушення родини викликають психічну травму; розвитком цієї травми або реакцією на неї є нервово-психічний розлад індивіда - члена родини.

Травмуюче переживання стає результатом усіх сімейних переживань: почуття крайньої незадоволеності сімейним життям і сексуально-еротичною незадоволеністю; відсутність загальних інтересів у сфері дозвілля; невдачами в міжособистісних відносинах – недостача симпатії, поваги і тощо.

Почуття провини, пов'язане із родиною

Почуття провини перед іншими членами родини або перед родиною в цілому, також може досягати значної інтенсивності в силу таких взаємин у родині, що у поєднанні з характерологічними особливостями індивіда можуть стати психотравмуючим фактором.

Поведінкові прояви почуття провини такі: з одного боку, "виправдувальна активність" – засуджена жінка докладає величезних зусиль, щоб стати корисною родині, виправдати своє існування; з іншого боку, прагнення займати якнайменше місця - мінімалізм домагань, крайня поступливість, схильність брати на себе провину за дійсні і мнимі недогляди.

Що можна порекомендувати засудженим та членам їх родини?

ПРАВИЛО 1. Ніколи не втрачайте надію, вірте в перемогу. Якщо навіть зараз Вам дуже важко, вірте, що надалі буде краще.

ПРАВИЛО 2. Переживайте разом з іншими членами родини всі їхні стани, усі тривоги.

ПРАВИЛО 3. Намагайтеся завоювати довіру і відвертість.

Реакція "союзник у боротьбі": "Добре, що ти мені відверто розповів про те, що відбулося. Тепер ми зможемо разом подумати, що можна зробити, щоби це більше не повторилося".

Реакція "психологічна допомога": "Ти хочеш, щоб я тебе облаяла за те, що ти зробив?"

Реакція "відвертість – ознака поліпшення": "Добре, що ти відверто про все розповів".

ПРАВИЛО 4. Уважно аналізуйте досвід своїх удач і помилок. Весь час намагайтеся шукати нові підходи. Придивляйтеся до того, як знаходять підхід до членів родини їх подруги, друзі, знайомі.

ПРАВИЛО 5. Борючись за нього, шукайте союзників. Люди, готові вам допомогти, є скрізь, тільки треба їх знайти і пояснити їм ситуацію. Не ображайтеся на тих, хто вас не розуміє і не хоче допомогти, не опускайте руки. Знайте, що вашим союзником може виявитися хто завгодно: співробітник, інша засуджена, товариш, родич тощо.

Тема моралі у сімейних відносинах повинна набути особливого відтінку в розмові із

засудженими жінками. Тут можна поставити перед ними дилему: Чи можна простити подружню зраду чи не можна?

Навіть у ті часи, коли розлучення було практично неможливе, доведена зрада була поважною причиною для розірвання шлюбу. Була зрада, був випадковий зв'язок. А що потім? За деякими даними, 75% чоловіків не знаходять у випадковій партнерці того, що очікували і починають більше цінувати свою дружину. Серед невірних дружин число таких, хто не випробував нічого, крім розчарування і каяття сумлінності, виявилося ще вище – 90 %. Навіть якщо все повернулося на "круги свої", якщо відбулося примирення, усе рівно біль залишається. Залишається і недовіра чи хоча б тінь недовіри. Не даремно існує прислів'я: "Можна зрозуміти, але не простити, можна простити, але не забути..." Добре відомий факт, що саме чоловіки частіше порушують подружню вірність. Чим же пояснити це? Швидше за все тим, що до чоловічої зради суспільна думка завжди була більш поблажливою, ніж до жіночої. Вважалося, що зрада чоловіка не може похитнути підвалин родини, а зрада дружини руйнує усе.

Звичайно, у джерелах такого уявлення лежать намагання пояснити соціальні феномени біологічними причинами. Адже справедливо чи ні природа розпорядилася таким чином, що відповідальність за наслідки статевого зв'язку вона більше поклала на жінку: їй одній вагітніти, родити, а часом і виховувати дитину. І вже одне це змушувало жінку бути обачною.

В патріархатному суспільстві зрада чоловіка для жінки величезне нещастя, але не ганьба. Чоловік же, виявившись у положенні обманутого чоловіка, почуває себе не тільки нещасливим, але і зганьбленим, приниженим. Чоловік, якому зрадила дружина, має вигляд у власних очах смішний і жалюгідний.

Майже кожному чоловіку властиво підозрювати, що цього б не відбулося, якби він був здатний дати жінці повне задоволення в інтимному житті. Йому здається, що дружина зневажила ним саме як чоловіком, уразила його чоловічу гідність. І це він переживає хворобливо і цього не прощає.

Людині властиво почувати спокій і психологічний комфорт тільки тоді, коли вона перебуває у злагоді із самою собою, коли вона впевнена, що її життєва позиція правильна, коли вона може спокійно дивитися в очі близьким людям. А той, хто зважується на подружню зраду, не може не випробувати сорому перед тим, кого обманює, перед рідними, перед дітьми.

Різне ставлення суспільства до жінок і чоловіків, які зраджують у подружжі, надає погану послугу і одним, і іншим, бо вчить, що повага до одного з членів подружжя може бути більшою чи меншою. Це веде до загального розбалансування стосунків, і якщо навіть подружжя залишається разом, може мати як психологічні, так і фізичні негативні наслідки для обох.

На розвиток дітей, які знаходяться разом із матерями в умовах ізоляції від суспільства, суттєво впливають взаємовідносини, що утворюються між ними. Ці відносини починаються з самого початку вагітності жінки, її ставлення до чоловіка, який має стати батьком дитини. Має велике значення і настрій матері в період вагітності – ставиться вона до вагітності як до хвороби чи як до нормального стану, веде замкнений чи активний спосіб життя, думає про дитину з любов'ю або намагається ігнорувати вагітність. Вчені відмічають негативний вплив стресу на матір під час вагітності.

У США та багатьох країнах Західної Європи спеціалісти вважають, що первинні відносини дитини з однією людиною – матір'ю, – є ідеальними для повноцінного розвитку малюка. Такі відносини відрізняються чуйністю, іграми та інтерактивним спілкуванням. Але в інших країнах світу, вони взагалі не вважаються нормою. Такі стосунки можуть бути замінені спілкуванням з багатьма людьми (бабусі, дяді, тьоті, брати, сестри тощо). Головне при тому відіграє прив'язаність дитини до людей, з якими вона спілкується, і до яких в неї виникає певне почуття та важливі емоційні зв'язки. Тобто в цьому випадку не можна стверджувати, що стосунки дитини з матір'ю є єдиними, які мають великий вплив і формують майбутню особистість. Стосунки з батьком дитини з самих перших днів її існування мають позитивний психоемоційний вплив і на кожного окремо, і на всю атмосферу родини в цілому.

На прив'язаність дитини до матері впливає те, наскільки у неї існують теплі та ніжні

взаємовідносини з матір'ю, як чуйно мати реагує на крики дитини, наскільки ніжна при тілесних, фізичних контактах, як виражають свої почуття за допомогою експресії обличчя, голосу тощо. Якщо вони є, то такі діти стають більш допитливими, соціальними, незалежними та компетентними, ніж їхні однолітки. Якщо дитина недостатньо прив'язана до матері, то їхні взаємовідносини набувають двох форм: уникнення матері, коли вона приходить до дитини, та амбівалентність поведінки дитини.

Порушення емоційних зв'язків можуть бути викликані поганим поводженням з дитиною. При тому, виділяють небезпечне поєднання таких факторів як: 1) халатне або непостійне виконання матір'ю своїх функцій; 2) біологічною (обумовленою темпераментом) уразливістю дитини.

Негативно впливає і нав'язливий („що втручається") догляд матері, яка не враховує побажань малюка і заважає йому проявляти власну активність.

Таким чином, на взаємовідносини матері з дитиною негативно можуть впливати наступні моменти:

– негнучкий стереотип взаємовідносин;

– прагнення матері домінувати над дитиною (постійні окрики, залякування);

– установка на сувору дисципліну (не навчає її індивідуальності);

– утворення ідей про можливих нещастя з дитиною, підвищена опіка;

– неприйняття спонтанної дитячої активності, рідкі пестощі та посмішки у стосунках з дітьми;

– контроль кожного кроку, рання соціалізація, навчання навичкам необхідної, суворо регламентованої поведінки;

– зайва дистанція у відношеннях з дитиною.

Якщо мати налаштовує дитину проти батька – діти страждають, і у них залишається мало шансів на розвиток соціального інтересу до подружнього життя в майбутньому. Те ж саме стосується і випадку, коли батько налаштовує дитину проти матері.

§3. Виховання дитини засудженими жінками в умовах місць позбавлення волі

Сензитивні періоди розвитку дитини. Виділяють три фази розвитку дитини (за Сирсом):

1) фаза рудиментної поведінки – спирається на вроджені потреби та научіння у ранньому дитинстві, в перші місяці життя;

2) фаза вторинних мотиваційних систем – ґрунтується на сімейних стосунках (основна фаза соціалізації особистості);

3) фаза вторинних мотиваційних систем – в основі знаходяться знання, що виходять за межі сімейних стосунків.

У кожної дитини є свій репертуар дій, які в ході розвитку за необхідністю замінюються. Успішний розвиток залежить від того, як задовольняються не лише вроджені потреби, а й набуває значення діадична соціальна поведінка.

Науковці називають п'ять форм поведінки дитини залежно від її очікувань:

1. "Пошук негативної уваги": звернення уваги до себе за допомогою крику, непокори. Ця форма поведінки прямо пов'язана з низькими вимогами та недостатніми обмеженнями відносно дитини, тобто слабким вихованням з боку матері.

2. "Пошук постійного підтвердження": вибачення, прохання зайвих обіцянок або пошук захисту. Ця форма залежної поведінки прямо пов'язана з високими вимогами досягнень з боку матері.

3. "Пошук позитивної уваги": пошук похвали.

4. "Одна з форм "нестиглої", пасивної залежності, коли дитина бачить перед собою зразок лише стереотипної рольової поведінки матері і не має змоги наслідувати поведінки батька.

5. "Доторкання та утримання". Неагресивні дотики до інших дітей, що можне

призвести до інфантилізму.

Заохочення та покарання.

Діти поводяться краще, якщо їх позитивна поведінка заохочується. Заохочення на відміну від покарання не має миттєвого ефекту, але воно здійснює більш тривалий вплив і не викликає негативних емоційних станів.

Покарання може дати швидкий, але нетривалий ефект. Саме тому покарання, якщо воно застосовується часто, не має тривалого впливу на дитину.

Багато чого в поведінці людини виникає на основі спостереження за поведінкою іншого. Научіння шляхом спостереження важливе, бо з його допомогою можна регулювати і спрямовувати поведінку дитини, надавати їй можливість наслідувати авторитетним зразкам.

Наслідування відіграє важливу роль в період, коли дитина вчиться розмовляти. Матері слід часто повторювати малюку віршики, пісеньки, розмовляти з ним "дорослою мовою", тобто не наслідувати його лепет. Атмосфера підтримки, розуміння є запорукою нормального розвитку дитини. Недостатність спілкування малюка з матір'ю, грубість, різкість несприятливо відображаються на його майбутньому світосприйнятті.

Раннє дитинство

Перше обличчя, яке зазвичай бачить перед собою малюк – це обличчя матері. Специфічна реакція на посмішку матері є показником того, що соціальна ситуація психічного розвитку вже створилася.

Період раннього дитинства складається з двох підперіодів: 1 – до 5–6 місяців, 2 – від 5–6 місяців до 12 місяців.

У перший підперіод відбувається інтенсивний розвиток сенсорних систем. Розвивається слухове сприйняття. З'являється реакція на голос матері. Розвиваються голосові реакції малюка.

Другий підперіод характеризується зламом у розвитку дитини. Він пов'язаний з виникненням акту хапання, переміщення предметів. У 7–10 місяців формується вміння маніпулювати декількома об'єктами одночасно, виникає перше розуміння слова, дорослий може керувати орієнтуванням дитини.

У кінці першого року життя виникає криза. Дитина починає розрізняти себе і дорослу людину, однак діапазон можливостей дитини ще дуже обмежений.

Д.Б.Ельконін пояснює це тим, що:

– дитина не може самостійно розкрити суспільної сутності та способу застосування предметів;

– уявлення про мету та конкретний результат не існує.

Ця криза впливає на формування мови малюка. Мова звільняє дитину від багатьох залежностей.

Криза 3–х років

Криза трьох років вперше була описана Ельзою Келлер, яка виділила симптоми кризи:

1. *негативізм.* Дитина відмовляється підкорятися вимогам дорослих.
2. *впертість.* Реакція на власне рішення.
3. *непокора.*
4. *свавілля*. Прагнення емансипації від дорослих.
5. *знецінювання дорослих.*
6. *протест–бунт*. Виявляється в частих сварках.
7. *деспотизм відносно матері.*

Дитяче наслідування

Наслідування або вікарне научіння відіграє значну роль у розвитку дитини. Зміст наслідування в ранньому дитинстві (2–6 місяців) складають мімічні та пантомімічні рухи, серед яких – висовування язика, відкривання–закривання рота, кивання головою, деякі рухи рук, махання, стискування–розмикання кулака тощо. Мовні вокалізації дитини мають імітаційний характер, вони моделюють різні сторони мови дорослого: інтонаційну, ритмічну, фонематичну.

Наслідування мови дорослої людини відбувається завдяки механізму емоційного

зараження.

З другої половини раннього дитинства дитина відтворює специфічні рухи дорослого („іди до мене", „помахай ручкою").

На другому році життя малюк вже починає розуміти призначення деяких речей та те, що можна з ними робити. Наступним кроком є те, що малюк починає відтворювати ланцюжок із декількох, пов'язаних між собою предметних дій, що відображають логіку певних подій. Зокрема, при „укладанні спати" дитина вимагає від партнера по спілкуванню прийняття певної пози, закривання очей, укутування, пісеньки тощо.

На третьому році життя дитина наслідує конкретному дорослому, що готує необхідні умови для становлення ведучою діяльності дитини – сюжетно–рольової гри.

Таким чином, наслідування виступає в житті дитини як головна орієнтація на форми поведінки, специфіку людських відносин, особистісні якості. Засуджені жінки–матері повинні весь час про це пам'ятати, і, спілкуючись з малюком, показувати зразки позитивного ставлення до оточуючих, до нього, проявляти більше позитивних емоцій, показувати приклади належної соціально–рольової поведінки, не вживати мовних імперативів, жаргону тощо.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Функції родини засуджених жінок.
2. Сімейні труднощі у засуджених жінок.
3. Джерела порушень сімейних відносин у засуджених жінок.
4. Механізми виникнення почуття провини у засуджених жінок, пов'язане з родиною.
5. Правила поведінки для членів родини засуджених жінок.
6. Сімейні протиріччя та їх вирішення як механізм інтеграції сім'ї.
7. Типові варіанти сімейних стосунків засуджених жінок.
8. Особливості взаємовідносин між засудженими жінками та дитиною на різних етапах її розвитку.

Список літератури:

2. Алешина В., Волович А. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины // Вопросы психологии. – 1991.– №4. – С. 74-82.
3. Антонян Ю.М. Преступность среди женщин. – М.: Росс. Право, 1992. – 256 с.
4. Джонсон Р. Она. Глубинные аспекты женской психологии / Пер. с англ. – Харьков, Москва, 1996.
5. Исправительно-трудовая психология: учебное пособие для слушателей ВУЗов МВД СССР /Под ред. К.К.Платонова, А.Д.Глоточкина, К.Е.Игношева. – Рязань: РВШ МВД СССР, 1985. – 360 с.
6. Кримінально-виконавча система в Україні: проблеми, пошуки, перспективи. Матеріали науково-практичної конференції училища "Соціально-психологічна робота з неповнолітніми в місцях позбавлення волі". – Чернігів: ЧЮУ ДДУ ПВП, 2002. – 122 с.
7. Кушнірова Т.В. Соціально-психологічні аспекти роботи із жінками, яких притягнено до кримінальної відповідальності. – К.: МП "Леся", 2002. – 64 с.
8. Исправительно-трудовая педагогика. /Под ред. генерал-лейтенанта вн. службы Богатырева И.Т. Академия МВД СССР.- М., 1978. – С.348-357.
9. Кушніров Т.В., Мороз Л.І. Концептуальний підхід до проблеми відбування покарання засудженими жінками //Проблеми пенітенціарної теорії і практики. - № 5. – К.: МП "Леся", 2000. – С.54-57.
10. Моргун О. Ресоціалізація жінок, котрі відбувають покарання в місцях позбавлення волі //Соціальна політика та соціальна робота. Український науковий і громадсько-політичний часопис. - № 2 (22), 2002. – С.115-117.
11. Уповноважувальна освіта (під ред. О.Суслової). – К., 2002
12. Флейк-Хобсон К., Робинсон Б.Е., Скин П. Развитие ребенка и его отношения с окружающими: Пер. с англ. – М., 1993.

13. Хорни К. Женская психология. – СПб., 1993.
14. Юнда І.Ф., Юнда Л.І. Соціально-психологічні і медико-біологічні основи сімейного життя. – К.: Вища школа, 1990.

Глава 9.
ОСОБЛИВОСТІ ВИЯВУ СТРЕСУ У ЗАСУДЖЕНИХ ЖІНОК

§1. Аналіз факторів, що викликають психологічну напругу в житті засуджених жінок

Ефективна діяльність персоналу УВП обумовлена різними чинниками, в тому числі й соціально–психологічними. Саме ці чинники надають можливості ефективно взаємодіяти із соціальним оточенням, забезпечують вирішення завдань, пов'язаних з виправленням засуджених жінок. Важлива роль, при цьому, належить вмінню співробітників використовувати у своїй професійній діяльності різноманітні техніки, що дозволяють формувати у засуджених вміння та навички саморегуляції в складних життєвих ситуаціях, долати негативні почуття та контролювати поведінку.

Жінки, які відбувають покарання в місцях позбавлення волі перебуваючи в замкненому середовищі, відчувають на собі вплив різноманітних факторів, що пов'язані з неможливістю задовольнити потреби у вільному спілкуванні, захисті від посягань інших осіб, отриманні необхідної інформації, приналежності до соціально-значущої групи, саморозвитку тощо. Все це впливає на виникнення психологічно напружених станів, які несприятливо діють на когнітивну та емоційно-вольову сферу засуджених жінок.

У місцях позбавлення волі жінки часто відчувають на собі несприятливі впливи психологічно напружених ситуацій. Поява даних ситуацій обумовлена цілою низкою причин, які можна поділити на причини об'єктивного та суб'єктивного характеру. Розглядаючи ці причини та знаючи їх витоки, ми будемо мати можливість врахувати їх у психокорекційній роботі із засудженими жінками і застосовуючи відповідні методи впливати на свідомість, а врешті – поведінку засуджених.

На початку проаналізуємо теоретичні обґрунтування поведінки засуджених у психологічно напружених ситуаціях. Загалом існують чотири основні теорії поведінки.

Інстинктивистські теорії поведінки. **З.Фрейд,** основоположник психоаналізу, в своїх ранніх працях стверджував, що людська поведінка прямо чи побічно обумовлюється впливом підсвідомих сексуальних потягів ("Еросу"). В цьому контексті поведінка розглядається як реакція на блокування енергії цього інстинкту.

У більш пізніх роботах, З.Фрейд (1920, 1930) припускає наявність другого основного інстинкту – "Танатосу" (потягу до смерті, руйнування), який і є джерелом агресивної поведінки людини у психологічно напружених ситуаціях. Між "Еросом" та "Танатосом" існує постійна напруга, в результаті якої агресія спрямовується на інших (зміщується), щоб уникнути руйнування "Я".

Близькою до концептуальної позиції З.Фрейда є теорія агресії відомого дослідника-етолога К.Лоренца, згідно якої агресія пояснюється наявністю вродженого інстинкту самозбереження, боротьби за виживання.

Поведінка як результат фрустрації. Концептуальні основи теорії "фрустрації – агресії" були розроблені дослідниками Йєльського університету США під керівництвом Д.Долларда і Н.Міллера, які були прихильниками біхевіористського напрямку. Згідно Д.Долларду та його колег, існує три фактори, що впливають на актуалізацію поведінки: ступінь очікуваного суб'єктом задоволення від майбутнього досягнення мети (потреби), сила перешкоди на шляху досягнення мети та кількість послідовних фрустрацій.

Таким чином, чим більшою мірою суб'єкт очікує задоволення, чим сильніше перешкода і чим більше кількість реакцій блокується, тим сильніше буде поштовх до певних дій.

Подальші дослідження виявили, що об'єктами спрямованої поведінки людини можуть виступати не лише ті, хто викликав стан фрустрації, а й інші люди. Тому в 1948 р. Н.Міллер запропонував модель зміщення агресії (коли індивід реагує агресивно не по відношенню до фрустратора, а по відношенню до інших людей). Таким чином, дана модель передбачає, що зміщена спрямованість поведінки засудженої, вірогідно, буде розряджена на тих об'єктах, по

відношенню до яких сила гальмування є незначною, але які мають відносну високу стимульну схожість з фрустратором.

У своїх працях Л.Берковітц переглянув цю схему, зробивши акцент на емоційні та когнітивні процеси. Згідно з його новою моделлю утворення нових когнітивних зв'язків, фрустрація або інші аверсивні стимули (біль, неприємні запахи, спека) провокують поведінкові реакції шляхом формування негативного афекту. Зв'язок негативних емоцій та когнітивних процесів Л.Берковітц описує в своїй концепції "асоціативного зв'язку", згідно якої негативний настрій породжує негативні ворожі думки, і навпаки.

Таким чином, фрустрація провокує негативну поведінку засуджених лише тоді, коли вона: по-перше, переживається як негативна емоція (наприклад, злість), і, по-друге, усвідомлюється людиною як така.

Близькою до даної теорії можна вважати концепцію Е.Фромма. У своїй відомій праці "Втеча від свободи" він проаналізував руйнівну поведінку людини як наслідок обмеження в реалізації людиною своїх можливостей (за висловом Е.Фромма – це "результат непрожитого життя"). Більш пізніша концепція Е.Фромма містила в собі як елементи інстинктивізму (оборонна поведінка живих істот вважалась закладеною філогенетично), так і біхевіорізму (жорстокість, садизм вважались наслідком соціальних умов життя людини).

Поведінка як результат соціального навчання. Даний підхід був розроблений американським дослідником А.Бандурою, автором теорії соціального навчання (соціально-когнітивної теорії).

Будучи представником необіхевіористичного напрямку, А.Бандура відійшов від жорсткого детермінізму людської поведінки через зовнішні стимули (S → R). Поведінка людини, таким чином, є результатом процесу взаємодії як зовнішніх, так і внутрішніх чинників.

А.Бандура відмічає, що багато з того, що ми демонструємо в нашій поведінці, набувається за допомогою прикладу: люди просто спостерігають, що роблять інші люди (які виступають як моделі для наслідування), а потім повторюють (моделюють) їх дії. При цьому, людина може навчатись не лише через спостереження за іншими людьми, її поведінка може спиратися на свій власний досвід.

Навчання через спостереження А.Бандура уявляє як процес, що має чотири основних компоненти: увага, збереження (запам'ятовування), моторно-репродуктивні та мотиваційні процеси. По-перше, людина повинна звернути увагу на певні риси поведінки моделі та вірно їх зрозуміти. По-друге, людина повинна запам'ятати ту модель поведінки, яку вона спостерігала. Третій компонент навчання через спостереження – моторно-репродуктивні процеси, тобто переведення інформації, яка зберігалась у пам'яті, у відповідні дії. Четвертий (мотиваційний) компонент моделювання поведінки полягає у підкріпленні відповідних дій. Позитивне підкріплення (заохочення) буде сприяти актуалізації поведінкової моделі, і навпаки. При цьому підкріплення не обов'язково повинно бути зовнішнім, може відбуватись процес самопідкріплення, коли людина заохочує або карає себе сама. В цілому, як зазначає А.Бандура, соціальна поведінка найбільш швидко виникає завдяки сумісному впливу моделей та диференційованого підкріплення.

Говорячи про процес моделювання поведінки, А.Бандура зауважує ще одну обставину. Згідно нього, під впливом декількох моделей, спостерігачі рідко копіюють поведінку однієї з них. Частіше вони комбінують характеристики різних моделей, поєднують їх в нові сполучення, які можуть відрізнятись від кожного з вихідних джерел.

Поведінка як результат впливу біохімічних факторів. Цей напрямок досліджень поведінки є відносно новим і пов'язується з розвитком таких наук, як психогенетика, біохімія, психіатрія, нейропсихологія тощо.

Результати сучасних психогенетичних досліджень дозволяють вести мову про те, що генетичний фактор може відігравати доволі значну роль, а деякі фахівці взагалі стверджують, що поведінка обумовлена генетично. Але, при цьому багато спеціалістів роблять обмовку – те, як поводитиме себе людина, залежить від соціальних факторів.

Частина дослідників пов'язує поведінку з особливостями ЦНС людини, і, зокрема, з

певними відділами головного мозку.

Однак, проведені кримінологічні та патопсихологічні дослідження дозволяють стверджувати, що поведінка не є обов'язковим атрибутом психологічної патології особистості злочинців.

Еклектичні підходи. Відомий американський психолог А.Маслоу вказував на необхідність відмовитись від спрощеного протиставлення різних факторів поведінки. Поведінка, на його думку, має багато джерел – культура, середовище, навчання, біологічні фактори, незадоволення базових потреб тощо. Його співвітчизник Л.Берковітц також акцентує увагу на тому, що не існує єдиного джерела поведінки людини.

§2. Стрес у засуджених жінок

Психологічний стрес. Дія стресу на людину залежить від того, як вона реагує на подразник, як оцінює та розпізнає стресову ситуацію, як враховує можливості свого організму та планує долати стрес.

Найбільш поширені теорії стресу:

- Підхід, що базується на реакції (Зелі, 1936):
  - Стрес – це неспецифічна, що не спирається на ситуацію, реакція організму на навантаження.
- Особистісний підхід (Фридман, Розенман, 1974):
  - Індивідуальні відмінності реакції особистості на подразник.

  Подразник – Реакція.
- Трансактний підхід (Лазарус, 1984):
  - Виникнення стресу залежить від взаємодії між ситуативними навантаженнями та індивідуальною оцінкою особистих ресурсів та здібностей.

Перша теорія стресу вважається застарілою. Сучасні дослідження вказують на те, що дистрес (негативна реакція організму на подразнення) може мати місце лише тоді, коли людина його на достатньому рівні усвідомить. Вплив стресогенів на людину залежить від тривалості впливу подразників, від реакції особистості та можливості організму відпочити. У засудженої мало часу на відпочинок і тому зайве нервове перевантаження може призвести до соматичних розладів здоров'я.

Від індивідуальної оцінки людиною стресу залежить те, як вона буде на нього реагувати, а отже стрес може буди ідентифікований з небезпекою або як руйнівник, що діє на організм.

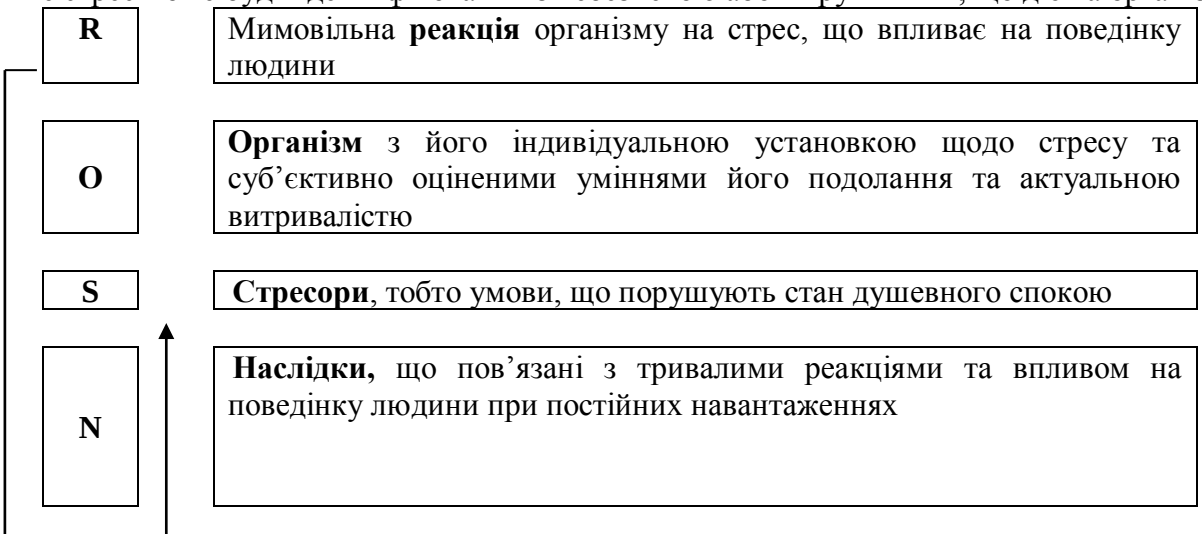


Рис. Індивідуальна реакція людини на стрес

Стрес впливає на організм на різних рівнях, а тому його можна вважати поліподразником. Зокрема, ***на вегетативно-гормональному рівні*** під дією стресу підвищується готовність організму до виробітку зайвої енергії шляхом: підвищення частоти дихання;

прискорення серцебиття; звуження кровоносних судин – підвищення кров'яного тиску; викиду цукру з печінки; виробітку додаткових червоних тілець; підвищеного потовиділення; зниження активності шлунково-кишкового тракту; обмеження сексуальних функцій; зменшення часу імунних реакцій.

На ***м'язовому рівні*** скелетна мускулатура напружується.

На ***когнітивному рівні*** звужується сприйняття тих подразників, що є важливими для ситуацій, які викликають стрес.

На ***емоційному рівні*** виникають стани нападу – агресії, або втечі – переляку.

Від індивідуальних факторів, від того, як людина себе поводить, які риси характеру в неї превалюють також залежить її реакція на стрес.

Зв'язок між індивідуальними факторами та організмом людини наведено в таблиці.

Індивідуальні фактори, що сприяють появі стресу

Поведін ка	прагнуть постійно досягти успіху, бажають виконати все за один раз, постійно відчувають нестачу часу, нестримані, дратівливі, агресивні, не вміють чекати
	схильні до перезбудження в поведінці, а отже перезбудження автономної нервової системи
	сильні переживання підвищують ризик для серцевих атак та інсультів
Проблеми здоров'я	погане самопочуття, часті болі, порушення сну, проблеми з зайвою вагою
Проблеми відносин і самооцінки	незадоволеність міжособистісними відносинами, неадекватна самооцінка (або занижена, або завищена оцінка своєї активності, сили свого «Я»)
Підвищена потреба в контролі	не можуть самостійно приймати рішення та відповідати за них, недостача «сили духу», відсутність впевненості в собі й у завтрашньому дні, відсутність внутрішньої волі і відчуття здатності впливати на життєву ситуацію
Підвищена збудливість	часта дратівливість; неврівноваженість; відчуття внутрішнього напруження, поганий настрій; депресії, відсутність радості життя; часті переживаннях занепокоєння, тривоги, страхи; утома, млявість, низька працездатність, погана витривалість

Наслідками впливу стресу за тривалого навантаження та наявності умов, що викликають стрес, можуть стати розвинуті з первинно тимчасових симптомів ***функціональні порушення***:

– серцево-судинні порушення: *підвищення кров'яного тиску, ангіна, інфаркт, артеріосклероз;*

– захворювання, що виникають внаслідок зменшення активності імунної системи: *інфекції, рак, діабет, виразка*;

– симптоми зниження активності органів травлення: *відсутність апетиту, втрата ваги;*

– симптоми зниження сексуальної активності: *відсутність потенції, функціональна стерильність.*

Доза стресу визначається за допомогою: *частоти, різноманітності, тривалості, інтенсивності впливу на організм, індивідуальної оцінки (вимоги, небезпека, наслідки)*.

Таким чином, основою проведення занять із засудженими жінками з подолання стресу є напрацювання вмінь щодо індивідуального аналізу стресу. Схематично це зображено в таблиці.

Індивідуальний аналіз стресу		
Короткочасне зниження збудження		***Довготривале зменшення навантаження***
➢ зняття гострого збудження ➢ швидкий відпочинок ➢ попередження зростання напруги		➢ збільшення витривалості під навантаженнями ➢ зміна установок ➢ повна зміна умов, що викликають стрес

Для напрацювання вмінь щодо виявлення стресогенних факторів, можна запропонувати засудженим у письмовому вигляді описати конкретну ситуацію, пов'язану зі стресом. Описувати треба дуже ретельно з урахуванням: в якому місці, в який час вона виникає; як часто вона виникає; хто ще задіяний в цій ситуації; чи є взаємозв'язок з тими ситуаціями, що виникають в іншому місці (наприклад, неприємності на виробництві впливають на те, що засуджена виміщає агресію на оточуючих її людей у вільний від роботи час). Необхідно також описати, що відбувається з організмом на когнітивному, емоційному, вегетативному та м'язовому рівнях, як засуджена починає діяти. Все це дозволяє здійснити індивідуальний аналіз стресу і визначити:

– як засуджена реагує на стрес;

– як намагаєтеся подолати стрес;

– як треба діяти щоб розслабляти організм, відпочивати.

Орієнтуватися треба на довготривале розслаблення, яке дозволяє не лише тимчасово знімати гостру напругу, але й попереджати її зростання.

Довготривале розслаблення сприяє підвищенн. стійкості до навантажень, зміні особистісних установок на подолання стресу та умов, що спроможні його викликати. Досягається це шляхом постійних тренувальних вправ, що згодом дозволяють виробити автоматичне розслаблення організму.

Наприклад, **техніками тимчасового полегшення є**:

– позитивні розмови з самою собою: концентрація уваги на позитивному або смішному в аспекті ситуації; інструктивні розмови із самою собою про те, як треба себе поводити, щоби змінити умови, які викликали стрес; підбадьорливі розмови із самою собою;

– контрольований виплеск негативних емоцій: фізичний (стукнути кулаком об стіл, зайнятися фізичними вправами тощо); емоційний (облаяти про себе кого-небудь, пожалітися перед ким-небудь).

Довготривале подолання стресу передбачає застосування аутогенного тренінгу, методів медитації, дихальних технік, занять спортом, достатній сон та відпочинок. Не останню роль відіграє мікроклімат в колективі, емоційна підтримка колег, можливість звернутися за порадою, виробка навичок комунікативної поведінки та поведінки при подоланні конфліктів. Не треба відмовлятися від звичайної позитивної активності: зустрічей з друзями, прогулянок, контактів з сім'єю тощо.

Компоненти психофізіологічного тренінгу

Психофізіологічний тренінг ставить за мету покращити індивідуальні можливості для подолання життєвих труднощів, а також досягти такого стану, коли психічна рівновага буде незмінною або зможе швидко поновлюватися.

Значна кількість людей не повною мірою використовує свої можливості бо вважає, що їхні знання та навички самі по собі є необхідними та достатніми для досягнення успіху. При цьому вони забувають, що такі психічні процеси як сприйняття, пам'ять, мислення, уява регулюють діяльність людини. Якщо психологічні процеси "роблять збій" – то і процеси діяльності порушуються. Термін "пізнавальні навички" було введено американським психологом Махоні. Мова йде про 5 пізнавальних навичок, котрі частково впливають одні на інших.

Пізнавальна навичка 1: формування впевненості у своїх силах.

***Пізнавальна навичка 2*:** управління своїм станом за допомогою внутрішньої мови.

***Пізнавальна навичка* 3:** здатність до регулювання рівня активізації.

Пізнавальна навичка 4: здатність до концентрації уваги.

***Пізнавальна навичка* 5:** здатність програвати подумки свої дії.

Розглянемо більш детально кожну з них.

Пізнавальна навичка 1. Щоби бути здатним діяти за певної ситуації, необхідно мати достатньо знань. Для цього також ви повинні бути впевнені в тому, що ваші здібності допоможуть у вирішенні завдань, що стоять перед вами.

Лише за цієї умови ви візьметеся за рішення поставленого завдання або проблеми та здійсните спробу досягти успіху.

Чим міцніша така впевненість, тим більше ваша готовність до труднощів, вірогідніше успіх. При тому ви здатні ставити перед собою конкретні та реальні цілі та прагматично оцінювати результати.

Пізнавальна навичка 2. Процеси оцінки та вимірювання власної ефективності протікають у формі внутрішньої розмови. Здатність управляти цим внутрішнім монологом таким чином, щоб він допоміг вам набути впевненості та не відмовитися від поставлених перед вами завдань і є тією пізнавальною навичкою, яка в багатьох випадках визначає "невдаху" та "щасливця".

Ліндеманн, лікар, який двічі перетнув Атлантику, один раз у пірозі, а наступний раз байдаркою, говорив про прямий та міцний зв'язок між внутрішнім монологом та шансами на успіх. "Постраждалий від аварії корабля спочатку здається морально, а вже потім здають м'язи", – так писав Ліндеманн.

Вірогідно, вам інколи, не дивлячись на всі намагання, не вдається виконати поставлені перед вами вимоги. Іншими словами, вам не пощастило. Чи це так? Лише невдача винувата?

З появою перших труднощів починається внутрішній монолог.

Із збільшенням труднощів він стає більш інтенсивним, негативне починає домінувати над позитивним.

Пізнавальна навичка 3. Здатність регулювати рівень активності, вміння регулювати свій фізичний та психічний стани дуже важлива пері за все тому, що дозволяє створити оптимальні умови для досягнення успіху.

Підвищення активності особливо важливе, якщо запланований важливий результат. Знизить рівень зайвого хвилювання можна, застосовуючи різні методи релаксації (див. нижче).

Пізнавальна навичка 4. Концентрація – це цілеспрямований, планомірний процес під час якого людина зусиллям волі спрямовує увагу на певні події або об'єкти.

Існує класичний вислів: „Навчіться сконцентруватися „тут" і „зараз".

Концентрація, як здатність цілком підкоритися поставленим перед собою вимогам, не відволікаючись навіть подумки та навчитися задіяти мислення на вирішення поставлених завдань дозволить досягти успіху в напруженій або важкій ситуації.

Пізнавальна навичка 5. Дана навичка передбачає володіння технікою ідеомоторного тренування (тренування в уяві), що дозволяє подумки робити певні дії або навіть цілий комплекс дій, не виконуючи їх реально.

Уявлення може бути різним:

– можна говорити із самим собою про свої дії;

– можна "тримати перед очима" картину своїх дій або дій виконаних ким–небудь іншим;

– можна переживати свої дії та відчувати при цьому весь їх процес.

При навчанні ідеомоторного тренування зручніше розглядати її у трьох фазах. У першій фазі відбувається розслаблення та цілеспрямована уява дій. У другій фазі відбувається уява безпосередньо процесу дій. При цьому надає допомогу розподіл дій на окремі складові та „переклад" їх на словесну мову (вербалізація). У третій фазі відбувається начебто практична реалізація дій. Психофізичне тренування включає в себе активний і пасивний тренінг. Під активним тренуванням мають на увазі дії, що пов'язані із інтенсивними (активними) діями (наприклад, якісно виконати виробниче завдання), а під пасивним тренуванням такі, при яких тіло перебуває в спокої, розслаблене і (пасивне) є предметом зовнішніх (масаж) або внутрішніх (психологічне розслаблення) впливів.

Психічна саморегуляція. Даний метод самовпливу на нервово-психічну сферу, а через неї і на весь організм, має бути основним при корекції вже сформованих дисгармоній, а також при організації профілактичних заходів.

Саморегуляція передбачає корекцію психічних станів людини та приведення їх до норми. Норма – це стан, при якому всі органи та системи успішно виконують свої обов'язки –

серце добре перекачує кров, легені вільно дихають тощо. Область медицини, що займається питаннями норми, має назву гігієна.

Проведемо невеликий екскурс у історію. Так у Стародавній Греції серед численних богів був і бог лікування – Асклепій. Тому у ті часи лікарів називали асклепіадами. Геніальний лікар античного світу Гіппократ, який жив за декілька століть до нашої доби, був із відомого роду асклепіадів Коських, тобто з роду тих лікарів, які заснували відому у всьому античному світі медичну школу на острові Кос, що в Егейському морі. Пізніше, коли римляни завоювали греків, вони перейменували Асклепія на свій латинський манер та назвали його Ескулапом. Саме тому і в наші часи лікарів часом називають ескулапами.

У Асклепія були дві помічниці, дві дочки. Одну звали Панакея. Її ім'я означало – "цілителька". Їй молилися хворі, просячи одужання. Римляни і її перейменували на свій манер в Панацею.

Другу дочку звали Гігієя. До неї звертали свої молитви тоді, коли треба було отримати пораду, як зберегти та укріпити здоров'я. В пам'ять про цю богиню ту галузь медицини, що займається збереженням та укріпленням здоров'я у здорових людей, стали називати гігієною.

Хоча елементарна логіка підказує, що у будь–якому випадку краще жити здоровому, ніж хворому та лікуватися, тим не менш переважна кількість засуджених жінок дуже несерйозно, а то й зневажливо, ставляться до рекомендацій лікарів. В результаті чого серед них багать таких, які хворіють на самі різноманітні захворювання, в тому числі і на соціально небезпечні інфекційні хвороби, яких могло у них просто не бути, якби вони дотримувалися правил особистої гігієни та були більш виваженими та обережними у статевих зв'язках.

І хоча про правила необхідності дотримання гігієни тіла у нас загалом знають всі та намагаються їх виконувати у повсякденному житті (наприклад, миють руки перед їжею та після туалету), але що стосується правил психогігієни, то тут знання просто нульові.

На сьогодні на першому місці стоять захворювання серцево–судинної системи. Люди вмирають, насамперед, від цих захворювань. Чому саме від них? Хіба вони перевантажують своє серце та судини великими фізичними навантаженнями? Як раз навпаки! В цьому сенсі вони не навантажують серцево–судинну систему, бо мало рухаються, зневажають фізичною культурою. Серце якщо не отримує необхідного навантаження, що тренує його м'язи, а тому починає слабнути й стає беззахисним перед тягарем психічних переживань. Серцево–судинна система дуже тісно пов'язана із нервово-психічною сферою, із головним мозком. Тому все, що "б'є по голові", завжди відбивається на стані серця.

Але не лише серцево–судинна система страждає від психічного перевантаження. Може розвинутися також виразка шлунку, бронхіальна астма, діабет, різні ураження шкіри тощо.

Однак не лише власні переживання можуть стати цьому причиною. На засуджених жінок навалюються самі різноманітні потрясіння пов'язані із їхнім соціальним оточенням, суворо структурованим розпорядком дня, вимогами, від яких неможна відмахнутися, а вони хронічно перевантажують мозок, і коли таке навантаження досягає критичної точки, воно руйнує організм, виводячи з ладу ту чи іншу його систему.

Виникає питання – що робити? Як в умовах позбавлення волі жінка може застерегти себе від ударів життя, що призводять до психогенних захворювань? Відповідаючи на це запитання, медицина створила чимало лікарських препаратів, вживання яких знижує ступінь психічної напруги (седуксен, еленіум, тазепам і ін., транквілізатори, що створюють стан спокою та безтурботності). Здавалося б, що вихід знайдено. Опинився у полоні важкої ситуації, випив пігулку, і ліки допомогли зняти вантаж душевних переживань. Так, дійсно транквілізатори до певного моменту допомагають, але якщо їх вживати систематично, організм починає поступово звикати до дії фармакологічних засобів та перестає реагувати на них бажаним заспокоєнням. А це потребує збільшення доз, що часто викликає отруєння або виникнення залежності від ліків.

Постійно користуватися заспокійливими ліками навіть небезпечно. Тому, відповідаючи на поставлене запитання, можна зазначити, що необхідно оволодіти правилами психогігієни та неухильно їх дотриматися щодня. Але перш ніж ознайомитися з ними, повернемося до того, що таке стрес.

Автор теорії стресу канадський вчений Ганс Гуго Бруно Селье (1907-1982 рр.), який опублікував перші роботи про стрес ще в кінці 30-х років, на останньому етапі свого життя переглянув у багатьох відношеннях і переоцінив свої колишні погляди щодо шкідливості стресу. У 1974 році він випустив книгу "Стрес без дистресу". Вже в заголовку книги старе поняття "стрес" було протиставлено новому – "дистресу". У чому ж відмінність? Стрес – англійське слово, яке широко використовується в повсякденному житті, коли говорять про такі процеси, як напруга, тиск тощо. А дистрес в перекладі з англійської – горе, нещастя, виснаження, лихо. Відмінність, як неважко помітити, істотна.

Так от, згідно останніх досліджень Р. Сельє, люди не в змозі уникати стресу, бо багато чинників, що спричиняють стрес, – так звані "стресори" – є найважливішими активізаторами в житті кожної людини, оскільки супроводжують майже будь-яку її діяльність. Не відчувати дії стресу може лише той, хто взагалі нічого не робить. Разом з тим, на думку Г.Сельє, само неробство також є стресом, а точніше дистресом. Він вважав, що „повна свобода від стресу призводить до смерті, адже організм, не одержуючи стимулюючих стресових дій, перестає функціонувати належним чином і починає поступово гинути, подібно до того, як затухає багаття, якщо в нього не підкидати сухих гілок".

На противагу дистресу шведський вчений Леннард Льові запропонував ще один термін – "евстрес". Грецька частка "ев..." означає "хороший, сприятливий". Отже будь-яка дія на організм є стресом. Якщо вона заподіює шкоду, її називають дистресом, а якщо приносить явну користь, говорять про евстрес.

Для успішного захисту мозку і всього організму від дистресу досить узяти до уваги всього лише три основних правила.

Правило перше – „Не страждати!".

Виникає запитання стосовно того, а чи можна уникнути всіляких страждань?

Справа в тому, що немало людей, потрапивши в біду, в дистресову ситуацію, починають начебто „купатися" в своїх стражданнях. Весь час думають про них, діляться ними з тими, хто їх оточує, шукають співчуття, ображаються, якщо не зустрічають його, лягаючи спати, перебирають подумки всі деталі біди, що відбулася, жалкують, що вчинили так, а не інакше, а прокинувшись, знову починають думати про те, які вони нещасні. Упиваючись стражданнями, вони тим самим страшно шкодять самим собі, своєму здоров'ю.

Це відбувається тому, що коли людина опиняється в полоні негативних емоцій, таких, як, наприклад, горе, тривога, страх, всі системи її організму починають функціонувати набагато гірше, ніж звичайно. І тим гірше, чим сильніше страждання. Страждаючим важче мислити, рішення, що приймаються ними в такому стані, дуже часто невірні і спричиняють у оточуючих жаль, подив, навіть протест. Порушується сон, змінюється апетит. Серцево-судинна система страждальників стає схильною до виникнення спазматичних станів (гіпертонічний криз, інсульти, напади стенокардії, інфаркти міокарду). Дихання стає обмеженим, утрудненим, порушується діяльність шлунково-кишкового тракту, спадає фізична сила і ін.

Звільнитися від чіпких пут страждань далеко не просто, їх не викинеш з голови подібно до того, як можна викинути з кишені непотрібний папірець. Але страждання можна і потрібно витіснити. Наприклад, це можуть бути думки про приємну вам людину, красивий пейзаж, чудову мелодію, улюблене заняття тощо.

Практично це можна зробити так: не втрачаючи буквально ні секунди, напружити сильніше всі м'язи – рук, ніг, тулуба, шиї і обличчя, затримати таку напругу на висоті вдиху протягом 3-5 секунд, а потім миттєво скинути його і зробити спокійний, уповільнений видих, уявивши, що всі м'язи стали гранично розслабленими. У цей момент по розслаблених м'язах, як по громовідводу, минувши внутрішні органи, почне йти з мозку та надмірна напруга, яка завжди є небезпечною як для психічного, так і для фізичного здоров'я. Таку процедуру можна виконати кілька разів підряд. А потім "вставити в мозок касету" з тими уявними зображеннями, які можуть особисто вам завжди принести заспокоєння і створити гарний настрій. І всіма силами утримувати ці уявні образи у фокусі спокійної зосередженої уваги до тих пір, поки вони

не стануть стійкими. Коли увага добре сконцентрована на чомусь одному, то щось стороннє (в даному випадку думки, що викликають страждання) вже не зможе „увійти" до свідомості.

Друге правило психогігієни. Воно формулюється так: "Завжди бути у хорошому настрої!". Якщо не в піднесеному, то хоча би в спокійному, урівноваженому стані.

Настрій – це кінцевий результат всіх тих переживань, які ми випробовуємо в даний час. Він є начебто середньою величиною, виведеною із суми всіляких емоцій, – негативних і позитивних – що проходять через наш мозок.

Важливо прагнути перебувати в хорошому настрої, бо всі органи і системи організму функціонують в цей момент у "режимі найбільшого сприяння". Тобто, людина краще мислить, рівна з оточуючими, не гарячиться навіть тоді, коли для цього є привід, добре спить, продуктивно працює. Серце активно перекачує кров, а судини без перешкод розносять її по всіх тканинах організму. Легені відмінно забирають з повітря цілющий кисень і віддають відпрацьований вуглекислий газ. Печінка успішно обеззаражує продукти обміну речовин, що надходять із добре працюючого шлунково-кишкового тракту, м'язи сильні і витривалі тощо. Отже, бути у хорошому настрої – корисно.

Навіть коли людина хвора, корисно зберігати гарний настрій за рахунок оптимістичного ставлення до свого майбутнього. Бо переважання позитивних емоцій, складових гарного настрою, сприяє прискореній нормалізації діяльності самих різних функцій організму. Про це відомо з незапам'ятних часів, а в середні віки говорили, що приїзд в місто комедіантів, що уміють розвеселити народ, набагато корисніший для здоров'я жителів, ніж цілий віз ліків.

Третє правило психогігієни – "Своєчасно відпочивати". Тривалість і характер відпочинку можуть бути дуже різними – від глибокого нічного сну, що триває безперервно 7-8 годин, до 2-3-хвилинного особливого – самонавіюваного відпочинку, схожого на короткочасне відключення свідомості від того, що відбувається навколо. Як відпочивати, скільки часу і коли – це повинно визначатися специфікою діяльності, якою займається людина, особливостями її особистої нервово-психічної і фізичної організації, віку, умовами життя тощо.

Нерідко в процесі діяльності з'являється відчуття втоми. Так от, треба знати, що стомлення – корисно. З тієї причини, що долаючи його, організм вводить в дію свої резервні сили, а це сприяє розвитку багатьох корисних якостей, зокрема, зміцнюється воля, підвищується витривалість.

Стомлення, проте, може накопичуватися і переходити в нову негативну якість – перевтому, що є шкідливою, бо це вже хворобливий стан, при якому в організмі починаються всілякі відхилення від нормальної діяльності.

Точних критеріїв, що чітко визначають межу між стомленням і перевтомою, не існує. Правда, існують психологічні, фізіологічні і біохімічні тести, за допомогою яких можна передбачити наближення перевтоми. Однак, є ознаки, якщо навіть після найважчої праці чоловік засинає, як убитий, спить без перерви до ранку і прокидається зі свіжою головою, то він напередодні просто ґрунтовно втомився і не більш. Але якщо після тих або інших великих навантажень сон ніяк не настає, ніч минає в метаннях по ліжку, а вранці немає бажаного відчуття відпочинку, то все це вже прямі ознаки перевтоми. І тут вже необхідно вживати термінових заходів, спрямованих на якомога швидше відновлення самопочуття.

Для людей з міцною нервовою системою характерні такі якості:

1. Правильне, адекватне сприйняття будь-якої інформації.
2. Швидка її переробка (осмислення) з виходом в конкретний корисний результат.
3. Переважання позитивних емоцій і прагнення поділитися ними з оточуючими.
4. Висока активність в справах з отриманням корисних результатів для себе й інших.
5. Швидкий перехід від неспання до сну і від сну до неспання.

А зараз подивимося, як діють три правила психогігієни на практиці. Почнемо з питання своєчасного відпочинку, відновлення сил. У зв'язку з цим наведемо висновок, зроблений російським фізіологом І.М.Сєченовим більше 100 років тому, про те, що "при фізичному стомленні насамперед і головним чином втомлюються не працюючі м'язи, а нервові клітини

головного мозку, що посилали активуючі імпульси до діючих м’язів. Отже, відновний процес треба починати з повернення працездатності головному мозку”.

Тут є два напрями. Перший – правильне харчування. Річ у тому, що нервові клітини живляться головним чином глюкозою. Другий спосіб відновлення сил – відпочинок. Краще всього у вигляді сну тієї максимальної тривалості, яка допустима в даній конкретній ситуації.

Звичайно, втомлюються і м'язи. Способами відновлення їх працездатності є лазня, масаж.

Розглянемо питання, що пов’язано із мобілізацією організму на подолання певних труднощів. У момент мобілізації відбувається дуже істотна перебудова психофізичної діяльності, для якої характерний набагато вищий (в порівнянні з нормою) рівень інтенсивності у функціонуванні всіх органів і систем, що беруть участь в процесах мобілізації. Основну роль у мобілізуючій перебудові організму відіграє так звана **симпатична нервова система.**

Як відомо, наша нервова система складається з трьох відділів. Перший, що включає головний і спинний мозок, називається центральною нервовою системою. Другий відділ – периферійна нервова система – є великою мережею численних гілок – нервових волокон, які пов’язують центральну нервову систему з периферією тіла. По одних нервових волокнах на периферію біжать імпульси, що поступають із центральної нервової системи. А по інших – з периферії тіла повертається зворотна інформація, що дозволяє центральній нервовій системі, зокрема, головному мозку – органу свідомості і мислення – орієнтуватися в стані справ на периферії організму.

Третій відділ – вегетативна нервова система. Назва її йде від латинського слова “вегетативус”, що перекладається як “рослинний”. Вважалося, що вегетативна нервова система функціонує подібно до рослин – бездумно, за своїми, далеко не пізнаними, рослинними законами. Тому виникло найменування – “автономна” нервова система, тобто така, що діє самостійно, незалежно від нашої свідомості, а тому не підкоряється нашому контролю і цілеспрямованому впливу.

Так, по суті, і відбувається насправді. Адже ми не за допомогою свідомості, не шляхом вольових зусиль змінюємо, скажімо, частоту серцевих скорочень або склад шлункового соку залежно від з'їденої їжі. Таким чином, беручи найактивнішу участь у функціонуванні всіх внутрішніх органів, вегетативна нервова система грає дуже важливу роль в роботі організму.

Вона має два відділи – симпатичний і парасимпатичний, які на процеси, що протікають в організмі, здійснюють прямо протилежну дію. Симпатичний відділ сприяє активації багатьох функцій організму в умовах, що вимагають від людини напруження сил і підвищеної витрати енергії. А парасимпатичний, навпаки, автоматично включається тоді, коли необхідно заспокоїтися і відновити витрачені енергетичні ресурси.

Давно встановлено, що саме симпатичному відділу вегетативної нервової системи належить провідна роль при мобілізації всіх сил організму в будь-якій екстремальній ситуації. При тому, імпульси із головного мозку по ланцюжку нервів симпатичного відділу вегетативної нервової системи передаються на всі симпатичні колії, що ведуть до внутрішніх органів, м'язів, залоз внутрішньої секреції, органів чуття. В результаті діяльність всіх перерахованих систем швидко активізується, а в крові збільшується кількість гормонів, зокрема, адреналіну і норадреналіну, що грають важливу роль в підтримці тонусу симпатичної нервової системи.

Призвести людину до стану мобілізаційної готовності може не лише зовнішня ситуація, а й звичайне слово. Так, академік І.П. Павлов писав: “Слово, завдяки всьому попередньому життю дорослої людини, пов'язане зі всіма зовнішніми і внутрішніми роздратуваннями, що приходять у великі півкулі, все їх сигналізує, все їх замінює і тому може викликати все ті дії, реакції організму, які обумовлюють ті роздратування”.

Простіше кажучи, використовуючи слова, можна не лише оформити ті відчуття, ті сигнали, які приходять зі всіх відділів організму у великі півкулі головного мозку, в апарат мислення і свідомості, але і провести відповідну процедуру, так би мовити у зворотному напрямі – за допомогою слів (а точніше, за допомогою уявних образів, пов'язаних із словами) впливати в потрібному напрямі на самі різні функції організму.

Як же практично, використовуючи слова, – продукт мислення, можна впливати на ті функції свого організму, які, як було сказано, працюють по своїх автономних законах і зазвичай не підкоряються нашому мисленню, свідомості, вольовим зусиллям?

Почнемо з того, що для одних значущі одні слова, для інших – інші. Скажіть засудженій, яка вкрала у своїх, що вона злодійка, і відповіддю буде скоріш за все іронічна зневажлива посмішка. А звинуватьте в цьому невинну людину, і в неї може статися нервовий зрив або серцевий напад.

Як ми бачимо, слова одні і ті ж, а реакція на них з боку організму абсолютно різна. Подібні слова, що несуть заряд високої значущості, здатні сильно вплинути на скорочення серцевого м'яза, поглибити дихання тощо.

У кінці 60-х років, коли йшли пошуки шляхів, що ведуть до мобілізації ресурсів організму, сформувалося уявлення про два етапи, що дозволяють досягти мобілізаційного стану організму. Для реалізації першого етапу (мобілізуючого збудження), використовувалися механізми психічної саморегуляції (самонавіяння, аутотренінг, самогіпноз). До словесних формул, що дозволяють здійснити занурення в дрімотний стан та краще зосередитися на відповідних уявних образах відносять такі:

1. В мене виникає відчуття легкого ознобу...
2. Стан як після прохолодного душу...
3. Із всіх м'язів виходить відчуття тяжкості і розслаблення...
4. У м'язах починається легке тремтіння...
5. Озноб посилюється...
6. По тілу побігли "мурашки"...
8. Шкіра стає "гусячою"...
9. Холодіють долоні і стопи...
10. Моє дихання глибоке, прискорене...
11. Серце б'ється сильно, енергійно, прискорено...
12. Озноб все сильніший і сильніший!
13. Всі м'язи, легені, пружні, сильні!
14. Я все бадьоріший і бадьоріший!
15. Розплющую очі...
16. Дивлюся напружено, гранично зосереджено...
17. Я приємно збуджений!
18. Я повний енергії...
19. Я – як стисла пружина!
20. Я повністю мобілізований!
21. Я готовий діяти! Активно і успішно!

Таких формул може бути набагато менше. Це залежить від індивідуального уявного сприйняття тих чи інших образів, життєвого досвіду. Наприклад, такі:

"Ходжу босоніж по снігу", "Купаюся в ополонці", "Стою на краю прірви" тощо. Образне уявлення подібних ситуацій і свого стану при цьому, оформлене в точні фрази, також здатне викликати підйом тонусу симпатичної нервової системи, а отже, і необхідну мобілізацію сил організму.

Другий етап пов'язаний із організацією мобілізуючого позитивного стану організму. Так, намагаючись уявити зміст мобілізуючих формул, можна і потрібно використовувати відповідні фізичні процеси. Якщо, наприклад, при формулі "Я пружина!" напружити м'язи тіла або стиснути кулаки, то це дозволить досягти одночасно і підйому тонусу симпатичної нервової системи, і потрібної організації поведінки.

Психорегуляція. Основна мета психорегуляції – оптимальне використання резервних можливостей засуджених жінок у процесі їх діяльності. Основними завданнями, при тому, виступають наступні:

– оволодіння навичками самоконтролю психічного стану;

– підвищення ефективності відновлення працездатності;

– оптимізація процесу освоєння і закріплення позитивних поведінкових реакцій;

– підвищення психічної стійкості до стресових ситуацій.

Розглянемо конкретні шляхи вирішення даних завдань.

Оволодіння навичками самоконтролю психічного стану. Самоконтроль психічного стану передбачає уміння розрізняти окремі відчуття виділяти головні з них і правильно їх оцінювати. Основну увагу при цьому потрібно звернути на самооцінку психічної працездатності і нервово-психічної активності.

У сучасних дослідженнях виділяються три рівні уявлення про своє тіло: “схема тіла”, “зображення тіла” і “концепція тіла”. Під “схемою тіла” зазвичай розуміють функціональну модель тіла, відповідальну за орієнтацію і переміщення тіла в просторі і положення частин тіла відносно одна іншої. “Образ тіла” виступає як результат психічного відображення тілесних і рухових якостей, в яких виражається самооцінка “тілесного Я” і оцінка тих, що оточують (“Я надмірно худа і сутула”). “Концепція тіла” визначається взаємодією людини з суспільством і відображає цінність свого тіла, окремих фізичних якостей для особистості (“Моя фігура викликає захоплення оточуючих”). Вона служить регулятором поведінки, спрямованої на підтримку здоров'я і досягнення певної життєвої мети і впливає на включення рухової активності в індивідуальний спосіб життя.

Численні дослідження показали, що існує позитивний взаємозв’язок схеми тіла і уявлення про “Я”, а також образу тіла і образу “Я”. При тому, соціальна адаптація асоціюються з відчуттям власної цінності і позитивною самооцінкою.

Правильне уявлення про своє тіло – важливий компонент активної діяльності. Чим краще людина уявляє власне фізичне “Я”, тим краще вона виглядає в очах інших. Важливо, щоби в цьому уявленні менше заважали ґендерні стереотипи, які вимагають, зокрема від жінки, «бути стрункою», «відповідати «стандартам краси» тощо. Прагнення таких «стандартів» часто негативно впливає на здоров’я, підвищує ризик дистресу, знижує самооцінку тощо.

Контроль тонусу мімічних м’язів. Мімічні м’язи часто називають “психічною мускулатурою”: Різні нюанси психічної діяльності людини і особливо її переживання різноманітно відбиваються в її міміці. Чим сильніші переживання, тим виразніше їхній мімічний вираз.

Рекомендація тут гранично проста: “Розслабте м’язи обличчя”. Це може відноситися до м’язів лоба, очей, щік, нарешті, шиї і потилиці, що служить переходом до наступного етапу – розслаблення скелетної мускулатури.

На самому початку необхідно поставити собі питання типу: “Яке в мене обличчя? Чи не стиснуті зуби?” тощо. Поступово в свідомості виникне зображення власного обличчя у вигляді маски, максимально вільної від м’язової напруги. Тренування розслаблення здійснюється на основі словесних самонаказів, самонавіянь, що сприяють спрямованості свідомості на певні м’язові групи. Наприклад:

– Мою увагу зосереджено на обличчі;

– Моє обличчя спокійне, м’язи лоба розслаблені, м’язи очей розслаблені;

– М'язи шиї розслаблені. Губи і зуби розтиснуті. Моє обличчя як маска.

Контроль тонусу скелетної мускулатури. Чим більше ступінь емоційної напруги, тим активніше автоматично напружуються ті чи інші м'язи. Оскільки ця закономірність доповнюється ще і індивідуальними особливостями, кожна людина в ході систематичних спостережень за собою повинна виявити ті м’язові групи, які реагують на емоційне збудження. Корисним тут може бути простий тест. Розслабившись максимально, постарайтеся, наскільки можливо чітко, відтворити в свідомості емоційну ситуацію. Періодично переключаючи увагу на стан м’язової системи, неважко виявити групи м’язів, що збільшили тонус першими. Ці м'язи і стануть об’єктом найбільшої уваги як при тренуванні розслаблення, так і в умовах емоційного збудження.

Можна рекомендувати такі **словесні формули:**

– Увага на руки! Мої пальці розслаблені. Мої передпліччя і плечі розслаблені. Мої руки повністю розслаблені. Моє обличчя спокійне і нерухоме.

– Увага на ноги! Мої пальці розслаблені. Мої стопи і гомілки розслаблені. Мої стегна розслаблені. Мої ноги повністю розслаблені.

– Мої руки і ноги повністю розслаблені. Все моє тіло спокійне і нерухоме.

– М'язи шиї і потилиці розслаблені. Моя спина розслаблена. Груди і живіт розслаблені. Все моє тіло спокійне і нерухоме. Моє обличчя і все моє тіло повністю розслаблені.

Для кращого розслаблення можна рекомендувати короткочасне попереднє напруження відповідних м'язових груп.

Контроль темпу рухів і мови. Високий рівень емоційного збудження може супроводжуватися і загальним руховим збудженням, що найчастіше виражається у прискоренні звичного темпу рухів і мови. Людина метушиться, безпричинно поспішає. Особливо це характерно для неврівноважених і неорганізованих людей, у яких порушений оптимум природженого психічного темпу. Перші кроки оволодіння даним способом полягають в самостійному контролі за темпом рухів і мови, в прагненні позбавитися від метушливості.

Проте контролювати особливо темп мови в стані підвищеного рівня емоційного збудження буває важко. Спочатку людина на якийсь час знижує темп, але потім може знову збільшити його. І тут корисно поставити собі запитання для самоконтролю, наприклад: "Який в мене темп? Чи треба говорити повільніше?" Для того, щоб уміти успішно контролювати і регулювати психічний темп, існують різноманітні вправи. Загальні принципи їх такі:

– тренувати плавність і повільність рухів в різних емоційних станах. Наприклад, плавно і повільно стискати і розтискати пальці рук, плавно і повільно переводити погляд з одного предмету на інший, також писати, говорити тощо;

– у всіх випадках треба так організувати діяльність, щоб обставини не змушували квапитися.

Лише оволодівши навичками самоконтролю станом свого тіла в психологічно напружених ситуаціях можна приступити до оволодіння прийомами саморегуляції емоційних станів. Таких прийомів за всю історію психологічної практики розроблено безліч, тому необхідно підібрати такі, які за своїм змістом відповідають вашим індивідуальним особливостям.

Щоб підвищити психічну стійкість засудженої до стресових ситуацій, корисними можуть стати такі прості прийоми психорегуляції: відключення (попеременне зосередження уваги на різних предметах), перемикання (заняття якою-небудь цікавою справою), регуляція тонусу мімічних і інших скелетних м'язів, контроль і регуляція темпу рухів і мови, дихальні вправи, аутогенне тренування і ін.

Розглянемо один із способів психорегуляції – *десенсибілізацію,* під якою розуміють зниження гостроти або усунення небажаних відчуттів і емоцій.

Цей спосіб особливо доцільно застосовувати для усунення зайвого хвилювання. Потрібно ввести себе в стан релаксації за допомогою словесного навіювання. Потім слід уявити собі передбачувану ситуацію: місце, оточуючих людей і ін. Після цього потрібно побачити себе там упевненою в собі, відчути силу і енергію, спокій.

Десенсибілізацію можна здійснити і в процесі спілкування, коли треба усунути зайве хвилювання.

Є цікава вправа, яку можна використовувати і з метою відключення психіки від подразників, що травмують, і для тренування уваги: прийнявши зручну, розслаблену позу, пильно роздивлятися який-небудь предмет (коробка сірників, олівець, склянка) протягом 3-5 хвилин, прагнучи не відводити від нього погляд (моргати можна).

Роздивлятися предмет знову і знову, прагнучи знайти в нім якомога більше деталей.

Якщо психічна напруга помітно зростає і з нею стає важко справлятися, можна користуватися наведеними нижче прийомами:

Коли необхідно зменшити хвилювання, доцільно робити вправи на розширення і звуження уваги: з великого „кола" потрібно переходити в малий або внутрішній і назад. Велике коло уваги – це все, що можна осягнути поглядом. Мале або внутрішнє коло – це світ ваших переживань і відчуттів. Уважно озирніться навколо, на людей, а потім закрийте очі і подумки

уявіть все це. Після цього розплющте очі і оглянете, наприклад, пальці правої руки, концентруючи увагу на кожному з них. Прагніть не тільки розгледіти, наприклад, мізинець, але і відчути його. При цьому кровоносні судини пальця починають розширюватися, і можна навіть відчути пульс в його кінчику. Закривши очі, слід знову побачити і відчути цей палець і пульс в ньому. Потім потрібно знову повернутися у велике коло уваги і повторити все спочатку.

Можна концентрувати увагу і на диханні. Дуже підходить для цього так зване вечірнє дихання, при якому видих довше вдиху і використовується черевне дихання, коли під час вдиху живіт декілька випинається, а при видиху втягується, як би витісняючи повітря з легенів.

Відомо, що фаза вдиху є мобілізуючою, а фаза видиху – заспокійливою. Отже, якщо вам треба заспокоїти себе, удайтесь до „вечірнього" дихання: після короткого енергійного вдиху зробіть декілька подовжений видих, а потім затримаєте дихання. Краще це робити на рахунок (наприклад, вдих – на 4 рахунки, видих – на 6, паузу – на 2).

Приблизно такий же ефект дають і певні пози і міміка. Варто тільки розпрямити плечі, підтягтися і посміхнутися, як з'являється гарний настрій, відчуття упевненості.

Не слід розчаровуватися, якщо відразу не все виходить. Виправдана упевненість в собі з'являється лише у тому випадку, коли завдання вирішується послідовно, поетапно і на кожному етапі її супроводить невеликий, але відчутний успіх.

Розглянемо найбільш оптимальні **методики психічної саморегуляції**, такі, що добре зарекомендували себе в практичній діяльності.

Одним з найважливіших компонентів психофізичного тренування є вправи на розслаблення (**релаксація**). Призначення релаксації полягає в тому, щоб зняти емоційне і фізичне навантаження.

Свого часу американський дослідник Едмунд Джекобсон почав розробляти методику психічної саморегуляції, названу ним прогресивною релаксацією. Він виявив, що при виникненні тих або інших емоцій напружуються певні групи скелетних м'язів і довів, що розслаблюючи ці м'язи, можна змінювати емоційну напругу в потрібному напрямі, зокрема, знімати відчуття тривоги, страху тощо.

У медицині і фізіології під релаксацією розуміють розслаблення. У психорегуляції під релаксацією розуміють зниження загальної психічної активності на тлі пониженого м'язового тонусу.

Зібрані воєдино формули психом'язового тренування є наступними:

1. Я розслабляюся і заспокоююся...
2. Мої руки розслабляються і теплішають...
3. Мої руки повністю розслаблені... теплі... нерухомі...
4. Мої ноги розслабляються і теплішають...
5. Мої ноги повністю розслаблені... теплі... нерухомі...
6. Мій тулуб розслабляється і теплішає...
7. Мій тулуб повністю розслаблений... теплий... нерухомий...
8. Моя шия повністю розслаблена... тепла... нерухома...
9. Моє обличчя розслабляється і теплішає.
10. Моє обличчя повністю розслаблене... тепле... нерухоме...
11. Стан приємного (повного, глибокого) спокою.

У день рекомендується займатися 4-6 разів по 5-10 хвилин. До формул, що фіксують всі три відчуття: розслаблення, тепло і нерухомість, дозволяється переходити лише після того, як попередні дадуть добре виражений результат, бо немає жодного сенсу говорити, наприклад: "Мої руки повністю розслаблені... теплі... нерухомі...", – якщо вони поки що погано розслабляються і теплішають.

Важливо навчитися також занурювати себе в сон на певний, заздалегідь намічений час і самостійно виходити з нього бадьорим.

Тривалість сну може бути вельми різною, починаючи з 30 секунд. Особливо добре відновлює сон тривалістю в 20-40 хвилин. Для того, щоб зануритися в нього, слід заздалегідь намітити час пробудження. Припустимо, необхідно заснути вдень на 20 хвилин. У такому разі,

перед тим як засинати, слід в думках уявити циферблат годинника, на якому стрілки показують потрібний час пробудження і сказати собі: “Прокинутися в три тридцять!” – і повторити про себе це у момент проходження через стадію дрімоти перед зануренням в сон. Після цього біологічний годинник, закладений природою в нашому організмі, сам розбудить вас в намічений час.

Формули самонавіюваного сну такі:

1. З’являється відчуття сонливості...
2. Сонливість посилюється... посилюється...
3. Стає все глибше... і глибше...
4. Приємно тяжчають повіки...
5. Приємно темніє в очах...
6. Все більше і більше...
7. Настає сон... сон... спокійний сон... (до такого-то часу – називаєте в думках час бажаного пробудження) глибокий сон... безперервний сон... сон... сон... сон.

Кожну з цих формул слід в думках вимовляти дуже повільно, монотонно, по кілька разів.

Таким чином існують різні підходи до визначення причин людської поведінки (інстинктивістські теорії поведінки та З.Фрейдом; поведінку як результат фрустрації. Д.Долларда і Н.Міллер, Л.Берковітца; поведінку як результат соціального навчання; поведінку як результат впливу біохімічних факторів; еклектичні підходи). Аналіз різних теоретико-методологічних підходів дозволив окреслити основні причини, що можуть викликати напружені стани в житті засуджених:

– ***психологічні:*** домінування процесів збудження над гальмуванням, підвищена реактивність засуджених; акцентуації характеру; певний егоцентризм мислення; прояв амбівалентних тенденцій (активність-пасивність, ідеалізм-цинізм, чуттєвість-байдужість); схильність до ризикованих рішень, експериментів; орієнтація, головним чином, на теперішній час;

– ***соціально-психологічні***: прояв реакцій групування, часте наслідування одна одній, утворення власної субкультури, конформність по відношенню до групи, відносно низький рівень соціального інтелекту, не сформовані самосвідомість та “Я-концепція”; маргінальний (проміжний) статус засудженої в цьому середовищі, пошук меж дозволеного через девіантні вчинки, наявністю у інших людей певних привілеїв (особливо, коли вони не підтверджуються ні особистісними, ні професійними якостями), несправедливе вирішення проблем на користь однієї взаємодіючої сторони за рахунок погіршення адаптаційних умов іншої і ін.

Висока афективна зарядженість поведінкових реакцій засуджених жінок пояснюється імпульсивним характером реагування на ситуацію фрустрації, короткочасністю реакцій з критичним виходом, низьким рівнем стимуляції, недиференційованим напрямом реагування, бажанням самоствердитися, захисною агресією (як засіб відстоювання свого “Я” в ситуаціях конфлікту).

§3. Техніки впливу на психіку та розум людини

Аутогенне тренування. Більшість відомих сьогодні видів психічної саморегуляції, використовуваних в них методичних прийомів і процедур, так чи інакше, прямо чи побічно, але ідуть своїми коренями в стародавню індійську систему йога, створену зусиллями багатьох поколінь людей. Не є виключенням і *аутогенне тренування*. Її творець, німецький психотерапевт І.Шульц, перш ніж викласти свою концепцію аутогенного тренування (АТ), відвідав Індію і ґрунтовно познайомився з досвідом місцевих йогів. Метод *біологічного зворотного зв’язку* (БЗЗ), що дозволяє людині навчитися довільно керувати звичайно неусвідомлюваними процесами, що протікають в організмі, став застосовуватися в західних країнах тільки в другій половині двадцятого століття

Самоконтроль є головною умовою успіху в оволодінні технікою виконання різних вправ по системі йога. Самоконтролю і самовладанню йога призначає значну роль.

Виконання асан, тобто спеціальних поз тіла, веде до зміцнення і розвитку фізичного здоров'я. Відповідно до вчень йоги, ключ до успіху полягає в обов'язковому дотриманні трьох умов: послідовність, регулярність і помірність.

Знаходження необхідного досвіду у виконанні асан дозволяє учню органічно включити в програму занять елементи пранаями, тобто дихальні вправи.

Аутогенне тренування (АТ). В основі АТ лежить застосування спеціальних формул самонавіяння, що дозволяють впливати на процеси, що відбуваються в організмі, у тому числі і на ті, що не піддаються контролю свідомості в звичайних умовах. Метою подібних занять є розвиток здатності до розслаблення (релаксації). Володіння мистецтвом розслаблення необхідно для підтримки здоров'я і динамічної рівноваги в організмі, зняття симптомів впливу стресу, для забезпечення повноцінного відпочинку тілу і розуму від фізичних і психічних навантажень. АТ представляє можливості удосконалювання особистості, розвитку посилення психічних процесів (наприклад, мислення, волі, уваги і ін.), формування навичок самовладання. Ключова роль в успішному оволодінні методом АТ належить **самоконтролю**, що супроводжує релаксацію.

Техніками релаксації, що сприяють довготривалому подоланню стресу є:

– прогресивне м'язове розслаблення. М'язова стимуляція здатна змінювати тонус мозку. Довільна напруга м'язів сприяє підтриманню та підвищенню психічної активності, гальмуванню небажаних реакцій. Для зняття зайвого психічного навантаження, навпаки, потрібно м'язове розслаблення. Можна скористатися аутотренінгом по типу "експрес-методу". Зміст його полягає в тому, що розслабляються м'язи, які в даний момент не працюють. Наприклад, якщо людина йде, то напружують переважно м'язи ніг, а тому можна розслабити м'язи обличчя, плечей, рук. В положенні сидячи розслабте м'язи обличчя, плечей, рук, ніг. Негативні емоційні стани можна зняти застосувавши вправу "розслаблення по контрасту". Релаксація досягається через напруження. Напружте, наприклад протягом 2-3 секунд м'язи кисті рук, а потім розслабте їх. Напряжіть ноги, з силою упершись в підлогу, а потім розслабте їх. В кінці виконання таких вправ має прийти відчуття радості звільнення від скованості;

– звукові рухливі вправи. Вібрація звуком позитивно впливає на всі органи, але найбільше на серцево-судинну систему, посилює захисні та адаптаційні реакції організму. для зняття психічної напруги, негативних емоційних станів рекомендується наспівувати "м-пом-пеее": "м-пом" – коротко, "п-еее" – розтягнуто.

– подорожі у фантазіях та погляд всередину себе. Приємні образи, які викликає в своїй пам'яті людина, дозволяють їй формувати стійку фіксацію уваги на своєму самопочутті, самозаспокоєність. Тут спрацьовує "ефект Пігмаліона": людина поводить себе так або інакше, залежно від того, якою вона себе уявляє. Уявляє людина себе спокійною, впевненою, повною сил та енергії, і поведінка її набуває відповідних рис. При проведенні сеансу бажано включити спокійну тиху музику, зручно влаштуватися і заплющивши очі протягом 1-2 хвилин уявити себе спокійною, доброю, здатною виконати будь-яку роботу;

– вплив на біологічно активні точки. Це сприяє зняттю зайвого нервово-емоційного напруження. Для цього протягом 3-х секунд натискуйте на "антистресову" точку. Вона знаходиться під підборіддям. При мусируванні вказаної точки відчувається легка ломота. Після мусирування розслабтеся і уявіть стан полегшення, викличте приємні спогади. Через 3-5 хвилин зівніть, потягніться, а потім розслабте м'язи всього тіла;

– вирівнювання навантаження. Планування та проведення дій, що сприймаються позитивно і слугують активному або пасивному розслабленню. При тому, важливим є: емоційна підтримка з боку інших людей, підтримка діями та порадами. Це сприяє покращенню комунікативної поведінки, а також поведінці при подоланні конфліктів. Вийти з емоційної кризи дозволяють також такі прийоми саморегуляції, як: прослуховування легкої ритмічної музики, читання цікавої книжки, зміна домінуючого образу, знецінення недосяжного об'єкта або неприємності, що трапилася, переключення уваги, думок на те, що піднімає настрій, гумористичне сприйняття того, що відбулося або повинно відбутися;

– зміна установки. Для зміни установки, що тисне на людину, необхідно: 1. Розпізнати установку: а) об’єктивно описати ситуацію; б) здійснити аналіз почуттів, що пов’язані з даною ситуацією; в) дати оцінку ірраціональним думкам. 2. Перевірка змісту установки: а) перевірка зв’язку установки з реальністю; б) перевірка наслідків. 3. Зміна мислення та чутливості: а)переоцінка установки; б) формулювання нової установки. 4. Зміна дій. 5. Контроль своїх дій.

Біологічний зворотний зв'язок (БЗЗ). В основу даного методу покладені різні інструментальні прийоми реалізації зворотного зв’язку, що дозволяє навчитися свідомому контролю і довільному впливу на ряд неусвідомлюваних процесів (функцій) в організмі (біоелектрична активність мозку, серцевий ритм, показники температури тіла, тиск крові, м’язова релаксація і ін.).

Метод має деякі особливості практичного застосування. Одна з них стосується способу організації зворотного зв’язку. Йому притаманна можливість забезпечення постійного надходження інформації про досягнуті результати. Інша особливість полягає в самій специфіці довільних впливів, за допомогою яких суб’єкт намагається впливати на характер зміни тієї чи іншої функції. Якщо в методі аутогенного тренування в основу покладені словесні формули самонавіяння, то метод біологічного зворотного зв’язку жадає від суб’єкта саморегуляції вироблення спеціальних прийомів самостійного впливу. На ефективність вправ впливають індивідуально-психологічні особливості: ступінь емоційної стійкості й урівноваженості внутрішнього світу, рівень психічної активності й інтенсивність емоційних реакцій, переважна опора людини на образи. На основі біологічного зворотного зв’язку можна навчитись, наприклад, довільно контролювати і регулювати частоту скорочень серця, подих, кров'яний тиск, м’язову напругу, електричну активність мозку. У цілому можна сказати, що навчання суб'єкта професійної діяльності умінню довільно здійснювати регуляцію своїх психічних станів відкриває серйозні перспективи для боротьби з наслідками впливу різних стресорів, для інтенсифікації періодів відпочинку.

Цілеспрямовані вправи можуть бути представлені у виді такої формули:

Я завжди володію собою –

Мої бажання підкоряються мені –

Я можу стримати себе –

Мене важко збити з пантелику –

Я управляю собою –

Я володію собою в будь-якій обстановці –

Я володію своїми почуттями –

Я завжди зібраний – організований тощо.

Відомо, що психічний стан впливає на умонастрій. Якщо людина захоплюється певною ідеєю, то психічний стан передається тілу. Це знаходить своє відображення в позі, жестах, міміці. Тому, шляхом самоконтролю необхідно контролювати в собі легкість, триматися прямо тощо. Якщо людина згорблена, голова схилена, то це негативно впливає на її психіку. Неправильна осанка деформує кістково-м’язовий контур і призводить до того, що наступає перегин хребтових артерій, що живлять потиличні та тім’яні долі мозку. Постійне спостереження за своїм психічним світом (зовнішнім та внутрішнім) є необхідною умовою психофізіологічної саморегуляції.

Медитація припускає досить тривале міркування про якийсь предмет або явище в стані заглибленої зосередженості психіки і розуму. Це дозволяє зняти емоційну напругу, привести психічний стан до рівноваги. Медитація добре зарекомендувала себе як ефективний захист організму від руйнівного впливу стресу. Вона сприяє зниженню м’язової напруги, регуляції подиху, нормалізації пульсу, зняттю гостроти почуття тривоги і страху. Технік медитації дуже багато. Кожна людина може зупинитися на тому варіанті вправи, що суб’єктивно буде найбільше для неї прийнятним. Однак далеко не всі люди зупиняють свій вибір на цьому методі психічної саморегуляції.

Основні положення нейролінгвіністичного програмування (НЛП). НЛП – це наука про вплив слова на людину. Це методичні прийоми, що дозволяють людині за допомогою слова

програмувати себе і потім змінювати ці програми.

Одним з базових положень НЛП є твердження, що кожна людина несе в собі сховані, невикористані психічні ресурси. Як заглянути у внутрішні психічні процеси людини? Є тільки два шляхи: вербальний (за допомогою слова) і невербальний, котрий у НЛП має особливо важливе значення.

Людина сприймає і відбиває навколишній світ за допомогою своїх органів почуттів. Процес і механізм такого сприйняття в НЛП зветься *модальністю.* Говорять про зорову (візуальну), слухову (аудальну) модальності і про модальність, засновану на нюхових і смакових та тілесних відчуттях (кінестетичну). Одна з модальностей у людини звичайно домінує, інші є супутніми. Тому для одного світ – це насамперед те, що він бачить, для іншого – те, що він чує, для третього – те, що він відчуває.

Існує залежність між домінуючою модальністю, у якій людина сприймає світ, і словами, якими вона це сприйняття виражає. Це *предикати мови.*

Людина, у якої домінує зорове сприйняття, буде розповідати про себе і про хвилюючі її проблеми, часто використовуючи слова “бачити”, “яскравий”, “чітко”, “перспектива” тощо. Це зорові предикати. Аудальні предикати - слова “чути”, “звучати”, “скрипіти”, “кричати”, “оглушати” тощо, кинестетичні – “почувати”, “доторкатися”, “теплий”, “важкий”, “шорсткий”, “твердий” або “пахнути”, “смачний”, “несвіжий”, “ароматний” тощо.

Не менш важливими “ключами доступу” до несвідомого є невербальні, зовнішні ознаки прояву мислення й емоцій. Це поза, мімічні реакції, тембр голосу, ритм подиху.

Прекрасними «ключами доступу» до несвідомого є *паттерни ока.*

Уміння швидко розпізнавати «модальність», у якій людина сприймає світ, знаходити «ключі доступу», уміння включатися в модальність і працювати з «ключами доступу», називається в НЛП *підстроюванням.*

Як уже говорилося, людина рідко сприймає і відбиває світ у якійсь одній модальності, тому психічні процеси (при однакових зовнішніх стимулах) і поведінці у всіх людей різні.

Ланцюг психічних процесів, що ведуть до тієї чи іншої форми поведінки, називається в НЛП *стратегією поведінки.*

Звичайно при всім різноманітті можливих форм поведінки в тій чи іншій ситуації людина вибирає якусь одну. Це залежить від багатьох причин. Якщо у людини є досвід реагування у визначеній ситуації, вона вибирає визначений стереотип поведінки виходячи з наявного в неї досвіду. Це і добре, і погано. Добре тому, що мало ризику, погано тому, що мало творчості.

Мова відбиває суб’єктивний світ людини. Тому основне правило НЛП полягає в наступному: визнаючи за людиною право на власні правила, дозволити іншому світу мати свої.

Зміна переконання. Переконання – поняття відносне. Переконання, навіть якщо воно є, може мінятися. На шляху до переконання так само, як і на шляху до розуміння ухвалення рішення, завжди лежать сумніви.

Техніка. Подумайте про своє переконання, від якого ви хотіли б чи позбутися, чи перемінити його на інше. Наприклад, переконання в тому, що “можна підвищувати голос, кричати на тих, хто по своєму положенню стоїть нижче за тебе”.

1. Подумайте про свій сумнів. Наприклад: “чи зможу я зовсім не кричати? Чи зможу завжди поводитися стримано?”

2. Тепер поглибтесь в себе і вивчите своє переконання на модальному і субмодальному рівнях. Своїм “внутрішнім поглядом” ви можете побачити картину взаємодії. Можете почути образливі слова на вашу адресу, випробувати якісь відчуття.

3. Вивчите в такий же спосіб свій сумнів.

4. Визначите субмодальні розходження при уявленні переконання і при уявленні сумніву. Вони звичайно ж будуть. Складіть список цих розходжень.

5. Проаналізуйте по черзі кожну субмодальність з вашого списку розходжень і перевірте, що з них “працює” краще інших. Перш ніж перевіряти чергову субмодальність, не забудьте повернути попередню у вихідний стан.

6. Тепер за допомогою зміни найбільш добре діючих субмодальностей перетворите небажане переконання “Підвищувати голос можна” у сумнів.

7. Перетворите сумнів у переконання. Зробити це можна шляхом зворотної зміни тих же субмодальних характеристик, що ви використовували при кроці 7. Якщо виникли якісь заперечення, поставтеся до них з повагою, зберіть нову інформацію і поверніться назад.

Варто пам’ятати, що гарна робота в НЛП – це на 95 % збір інформації і лише на 5 % – безпосередні методичні прийоми.

Рефрейминг. В основі рефрейминга лежать наступні базові положення НЛП:

• будь-який симптом, будь-яка реакція, будь-яка поведінка людини споконвічно носять захисний характер і тому корисні; шкідливими вони вважаються тільки тоді, коли використовуються в невідповідному контексті;

• у кожної людини своя суб'єктивна модель світу, яку можна змінити;

• кожна людина має сховані ресурси, що дозволяють змінити її суб'єктивне сприйняття, і суб'єктивний досвід і, як результат, суб’єктивну модель світу.

Рефрейминг (від англ. – frame) – переформування. Дослівно – обрамляти, додавати форму.

Техніка шестиступінчатого рефрейминга. Часто застосовується в роботі зі шкідливими звичками (алкоголізм), девіантними формами поведінки (суїцид), нав’язливими станами тощо.

1. Визначите хворобливий симптом, синдром або форму порушення поведінки.

2. Ввійдіть в контакт із “частиною”, відповідальною за формування і прояв цього симптому або поведінки, що відхиляється від норми. Для цього заплющить очі, зосередьтеся на внутрішніх відчуттях і подумки запитайте себе: “чи хоче “частина” мене, що створює цей симптом або небажану поведінку (конкретно: головний біль, нав’язливий страх, зловживання алкоголем чи тютюном), говорити зі мною?”

Уважно простежте за виникаючими чи, навпаки, такими що зникають, відчуттями (звуками, внутрішніми діалогами, “картинами”, кінестетичними відчуттями).

3. Відокремите симптом (поведінку) від первісного мотиву (наміру). Іншими словами, довідайтеся, для чого спочатку виникла дана «частина». Відповідями можуть бути: “Щоб не бути зайвим в компанії”, “Щоб не турбувати інших своїми проблемами” тощо. Це елементи психоаналізу.

4. Знайдіть нову “частину” (новий спосіб), здатну задовольнити цей первісний намір. Можна знайти два-три нових способів.

Для цього зверніться до свого внутрішнього “*Я”,* точніше, до його “творчої частини”, із проханням знайти ці нові способи. Якщо “творчу частину” усередині себе відшукати не вдасться, створіть її. Для цього згадайте ситуації, коли ви були здатні до творчості і вирішували ті ж ситуації (здійснювали ті ж наміри) іншими шляхами (наприклад, не за пляшкою горілки, а більш раціональними способами). Якщо спроба удалася, “поставте якір”. Якщо ж вам важко щось пригадати, згадайте людину, до якої ви ставитеся з повагою і яка здатна до творчості. Попросить її знайти три гарних способи виконання наміру.

5. Тепер запропонуєте спочатку виділеній частині (відповідальній за симптом) використовувати ці нові можливості (способи) для реалізації своїх намірів. Техніка та ж: внутрішній діалог з “частиною”.

Наприклад: “чи згодна ти, що ці три нові можливості для мене більш зручні і корисні? Чи згодна ти використовувати їх замість старих?”.

6. Екологічна перевірка. Запитайте себе, чи згодні всі частини (усі “Я”) з укладеним договором? Якщо виникають заперечення, почніть весь процес спочатку. При цьому насамперед з’ясуєте, у чому полягає заперечення, і відокремте його від наміру. Якщо ж усі частини згодні, контракт укладений, процес рефрейминга можна вважати завершеним. .

Контекстуальний рефрейминг – це підбір (відшукування) придатного контексту для визначеної поведінки. Наприклад, авторитарним можна (і потрібно) бути тільки у певних ситуаціях, але не завжди.

Комунікація із симптомом – це рефрейминг, що допомагає позбутися симптому.

Приклад. У процесі рефреймингу була викликана творча частина, що винайшла три нових способи уникнути випивки: 1) уникати компаній; 2) залишатися з друзями тільки тоді, коли самому цього хочеться; 3) придумати яку-небудь хворобу, що виключає прийом алкоголю (виразка шлунка, панкреатит). У подальшій комунікації всі частини прийшли до згоди: "Навчися твердо говорити "ні"!".

Терапевтична метафора. Техніка методу складається в умінні розповідати повчальні історії, "психотерапевтичні казки" – метафори.

Послідовність.

1. Визначите проблему.

2. Визначите структурні складові проблеми (розбийте її на частині, намітьте основні діючі особи).

3. Знайдіть тотожні ситуації.

4. Визначите логічне вирішення цієї ситуації.

Подолання негативних відчуттів та неконтрольованої поведінки

Як вже вказувалося вище, стреси, що відчувають на собі засуджені, негативно позначаються не лише на їхньому психічному здоров'ї, але і на фізичному. Частіше за все, наслідком стресу є больові відчуття в області голови, серця.

Вправа. "Свердло".

Завдання: виконання вправи дозволяє знімати неприємні відчуття в області серця.

Методика виконання вправи:

З появою перебоїв у роботі серця, виникненні болючих відчуттів у лівій половині грудей, зробіть наступне. Великим пальцем правої руки різко натисніть на основу нігтя лівого мізинця з повертанням усередину. Полегшення повинне наступити миттєво. Цей прийом стимулює діяльність серця при сильній аритмії, стенокардії, вегетативно-судинній дистонії, він заміняє таблетку валідолу.

Запропоновані прийоми прості до освоєнні і дуже ефективні. Ефективність дії прийомів знаходиться в прямій залежності від частоти їхнього використання.

Вправа. "Дзеркало".

Завдання: напрацювання вміння критично аналізувати свою здатність до діяльності та обґрунтовувати доводи для успішного результату подальших дій.

Методика виконання вправи:

Самопереконання – уявна аналітико-синтетична робота, що включає критичний аналіз своєї готовності, пошук переконливих доводів для обґрунтування успішного результату майбутніх дій. У випадку непевності у своїх силах представте і проаналізуйте досвід успішного вирішення аналогічних задач в минулому. Зрештою, твердо скажіть собі: "Я вирішував задачі і складніші, вирішу і цю!"

З метою "включення" механізмів емоційно-вольової саморегуляції рекомендується багаторазово осмислити майбутню подію, "прорахувати" всі можливі варіанти її розвитку. Це дозволить звикнути до майбутньої ситуації і блокувати дію відомої психологічної закономірності "чого не знаю – того боюся".

Самопереконання реалізується в розмовах із самим собою або з іншими людьми і здійснюється шляхом багаторазового повторення слів або словесних формулювань, що містять можливість реального досягнення мети.

Самопереконання засновано на аргументації, логіці, доказах, що адресовані свідомості.

Самоустановкою ми можемо посилити почуття гніву або ж навпаки, заспокоїтися.

Самоустановки на різних стадіях гніву

Ступінь гніву	**Позитивна самоустановка**
Спусковий механізм	• Це повинно мене засмутити – я пізнаю цю ситуацію. • Зараз, коли я упізнав ситуацію, я можу спланувати свої дії. • Я не буду відволікатися від суті питання. • Я знаю, що зможу впоратися з цією ситуацією.

	• Час для декількох глибоких вдихів – я не можу водночас відчувати себе розслабленим і злим.
Ескалація	• Моє тіло підказує мені, що я відчуваю внутрішню напругу. • Час зробити ще кілька глибоких вдихів. • Я не можу очікувати, що люди будуть вести себе так, як би мені зараз цього хотілось. • Не треба хвилюватися, вести себе не витримано.
Криза	• Мені треба залишатися спокійним. • Що мені потрібно щоб вибратися з цієї ситуації?
Поновлення	• Зараз треба забути про це – можна буде обміркувати цю ситуацію потім. • Постійні роздуми про ситуацію ще більше дратують мене. • Відкласти розгляд ситуації на потім – це означає, що вона буде мати зовсім інший вигляд.
Депресія	• Що я можу зробити, щоб наступного разу все було краще? • Що в мене вийшло добре цього разу? • Якщо я буду продовжувати працювати в цьому напрямку, я навчуся, як контролювати себе в подібних ситуаціях.

Діагностичне значення має спостереження за мімічним вираженням свого обличчя. Як правило, брови підняті і зсунуті. Горизонтальні зморшки займають 3/4 чола. Очі розкриті більш широко, чим у звичайному стані. Верхнє віко підняте, а нижнє віко напружене. Рот у стані страху розкритий, губи напружені і злегка розтягнуті.

Вплив страху на особистість

Показники почуття страху	**Почуття**	**Думки**	**Дії**
- зміна поведінки (метушливі рухи, хаотичні реакції); - зміна модуляції голосу (тремтіння голосу, перехід на лемент тощо); тремтіння пальців, рук, ніг, обличчя; зміна кольору обличчя (блідість); підвищене потовиділення.	- відчуття погрози, небезпеки, пригніченості; - почуття самітності, розгубленості, ізольованості; чекання зниження самооцінки, відчуття неминучої невдачі, відчуття власної неадекватності.	- про погрозу, небезпеку або неприємність; - про смерть, самітність, сум.	- вчинки, що не відповідають законам права та моралі; - небезпечні вчинки; - вчинки, що загрожують самооцінці; - панічні, ірраціональні вчинки; - спроба утекти, захистити себе; - використання алкоголю, наркотиків тощо.

Прийнято вважати, що страх неможливо перебороти логічним шляхом, вольовою напругою. Можна виділити два основних шляхи в розвитку самовладання і подолання почуття страху: самовиховання і застосування спеціальних психотехнічних прийомів.

Розглянувши різні методики можна дійти висновку, що всі вони є достатньо простими у використанні, а тому можуть бути запроваджені у роботу персоналу.

Питання для повторення та самоперевірки

1. Теоретичні обґрунтування поведінки засуджених жінок.
2. Основні причини, що можуть викликати напружені ситуації в житті засуджених жінок.
3. Теорії стресу та індивідуальна реакція людини на стрес.

4. Виявлення стресу на вегетативно–гормональному, м’язовому, когнітивному та емоційному рівнях.
5. Функціональні порушення, що викликає стрес у засуджених жінок.
6. Індивідуальні фактори, що сприяють появі стресу.
7. Короткочасне та довготривале зменшення психічного навантаження на людину.
8. Система йоги та зміст аутогенного тренування.
9. Біологічний зворотній зв’язок та медитація як засоби впливу на психіку та розум людини.
10. Сутність вчення Перлза.
11. Основні положення нейролінгвістичного програмування.
12. Техніки, що дозволяють змінити переконання людини та вплинути на
13. Методика спрямована на підвищення рівня суб’єктивного контролю засудженої.
14. Страх і як він може позначитися на діяльності засудженої.

Список літератури:

1. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности: пер. с нем.– Харьков:Фолио, 1999. – С. 119 - 298.
2. Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности: пер. с нем.– Харьков:Фолио, 1999. – С. 299 - 358.
3. Лоренц К. Агрессия // Психология человеческой агрессивности: хрестоматия / Сост. К.В.Сельченок. - Минск: Харвест, 1999. - С.10 - 46.
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: пер. с англ. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
5. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия: пер. с англ. - СПб.:Питер, 1997. – 336 с.
6. Berkowitz L. The experience of anger as a parallel process in the display of impulsive, «angry» aggression // Aggression: Theoretical and empirical reviews. - New York: Academic Press, 1983. – Vol. 1. – P. 103-133.
7. Фромм Э. Бегство от свободы: пер. с англ./ Общ. Ред. П.С.Гуревича – М.:Прогресс, 1989. - 272 с.
8. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности: пер. с англ. - М.:АСТ-ЛТД,1998. - 672 с.
9. Бандура А. Теория социального научения: пер. с англ. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
10. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности: пер. с англ.- СПб.:Питер,1997 - 608 с.
11. Бандура А., Уолтерс Р. Принципы социального научения // Современная зарубежная социальная психология: тексты / Под ред. Г.М.Андреевой, Н.Н.Богомоловой, Л.А.Петровской. – М.: Издательство Московского университета, 1984. – С. 55 – 60.
12. Алфимова М.В., Трубников В.И. Психогенетика агрессивности // Вопросы психологии. –2000. - № 6. – С. 112 – 123.
13. Кумарин В. Биологический риск злодейства (дефекты в генах могут спровоцировать преступное поведение личности) // Семья и школа.-1996.-№8.- С.31-33.
14. Лалаянц И. Почему они агрессивны: агрессивность и жестокость // Наука и жизнь.-1997.-№2.- С.90 - 92.
15. Румянцева Т.Г. Факторы, способствующие агрессии // Психология человеческой агрессивности: хрестоматия / Сост. К.В.Сельченок. - Минск: Харвест, 1999. - С.64 - 114.
16. Антонян Ю.М., Гульдан В.В. Криминальная патопсихология. – М.:Наука,1991. – 248 с.
17. Худик В.А. Детская патопсихология. – К.: Здоров’я, 1997. – 96 с.
18. Маслоу А. Мотивация и личность: пер. с англ. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
19. Єванс-Вентц В. И. Тибетська йога і таємні доктрини. - Київ, 1993.
20. Бодалев А.А. Личность и общение. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 328 с.

21. Доценко Е.Л. Психология манипуляции: феногмены, механызмы и защита. – М.: ЧеРо, Издательство МГУ, 1997. – 344 с.
22. Зарайский Д.А. Управление чужим поведением. – Дубина: Феникс, 1997. – 187 с.

Глава 10.
РЕАЛІЗАЦІЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОФІЛАКТИКИ ТА ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ ЗАСУДЖЕНИМИ ЖІНКАМИ

§1. Розробка програми подолання стресу

- Інтенсивність впливу несприятливих соціальних (зовнішніх) та психологічних (внутрішніх) факторів на кожну людину залежить від можливості вирішення поставлених перед нею значущих завдань, невиконання яких призводить до дезорганізації різних видів її діяльності.
- До причин, які викликають значну психічну напругу, можна віднести: 1) Виявлення хронічної прогресуючої хвороби (втрачається сенс життя, створюється реальна загроза життю людини). 2) Економічні негаразди. Матеріальні проблеми породжують та ставлять під загрозу компетентність і статус людини. Засуджена може відчувати себе невдахою у цьому житті. 3) Смерть близької людини і руйнація звичного стереотипу життя. 4) Конфлікти. 5) Ситуація самотності.
- Стрес виступає як постійний супутник негативних психічних станів, основними наслідками яких є: фрустрація, конфлікт; виникнення соціально-психологічних бар'єрів у взаємодії; зміна світосприймання та дезадаптація особистості; виникнення станів роздратування, розгубленості, зневіри у своїх силах; переживання образи, відчуженості, неможливість бути зрозумілим; почуття провини, сорому, ображене самолюбство, невдоволення собою; страх ганьби, приниження; сексуальні ексцеси; почуття помсти, злість, протести, погрози; бажання звернути до себе увагу, викликати співчуття, піти від важкої ситуації тощо.
- Складання індивідуальної програми подолання стресу потребує визначення основних причин стресу та реакцію організму на них.
- В основі існуючих модифікацій саморегуляції лежить застосування невеликої кількості стандартних вправ, сприяючих появі та поглибленню відчуття тяжкості, тепла і холоду, спокою у визначених частинах тіла, що веде до релаксації, на тлі якої виробляється самонавіювання за допомогою спеціально розроблених формул. Основні положення методики можна позначити як: уміння глибоко та швидко викликати повне розслаблення м'язів тіла та відчуття тепла у кінцівках за допомогою довільного впливу на тонус периферичних судин; довільна регуляція ритму серцевої діяльності; дія на глибину та ритм дихання; уміння викликати відчуття тепла в області живота, прохолоди в області лоба.

Ці технології можуть бути використані співробітниками в роботі із засудженими жінками для формування готовності до профілактики та подолання стресу.

В роботі із засудженими жінками необхідно враховувати низку теоретичних положень, що розкривають природу стресу, а саме:

- Слід враховувати, що *стрес* є реакціями на життєву ситуацію, котра сприймається з прикрістю та образою, що виявляється в емоційному та психічному реагуванні засудженої.
- За своєю структурою стрес є комбінацією стресора та стресової реактивності. *Стресори* – це фактори, здатні потенційно викликати стресову реакцію. *Стресова реактивність* є зміною фізіологічного стану організму (збільшення напруження м'яз, підвищення серцебиття, підвищення артеріального тиску, збільшення потовиділення, підвищення рівня холестерину в крові, соляної кислоти в шлунку тощо).
- *Модель стресу* складається з таких основних складових: 1) *ситуація* (яка послідовно або несподівано виводить людину із стану рівноваги); 2) *сприймання ситуації як стресової* (такої, яка викликає стурбованість); 3) *емоційне збудження* (страх, гнів, почуття загрози, стан потрясіння тощо) як реакція на події, що примушують страждати; 4) *фізіологічне збудження* (підвищення артеріального тиску, напруження м'яз, пониження ефективності імунної системи тощо); 5) *наслідки* (недуга; хвороби; зниження продуктивності праці; міжособистісні конфлікти тощо).

o *Управління стресом* – це можливість використання особистістю наявних важелів управління, не покладаючи їх на інших людей або обставини. Важливою складовою комплексної моделі управління стресом є *втручання* – встановлення особистістю бар'єрів (за допомогою спеціальних прийомів) на всіх фазах розгортання стресу з метою протидії йому. *Основна мета втручання* полягає в тому, щоб попередити негативні наслідки, які можуть викликати стрес-фактори. Когнітивна оцінка ситуації, вибіркове сприймання, релаксація, фізичні вправи є основними бар'єрами, які може виставити особистість на певних фазах протікання стресу.

Профілактика стресу має розпочинатися з самого вищого рівня моделі стресу – *аналізу ситуації*. Вона полягає в *когнітивній оцінці ситуації* (виявлення стрес-факторів, аналіз власної стресової реактивності чи толерантності тощо) та зниження впливу стресорів. Це передбачає застосування системи спеціальних прийомів, які виявляються бар'єрами на шляху до стресу:

1. **Необхідно навчитися розпізнавати стрес.** З цією метою слід навчитися ідентифікувати деякі сигнали, які попереджають про стрес. До основних належать:

Робота:

- Людина не виконує роботу своєчасно або не виконує інші зобов'язання;
- Людина припускається помилок через неуважність;
- Знижуються кількісні та якісні показники роботи;
- Людина довго вагається, приймаючи рішення;
- Затримується на роботі, але більше «одержима» роботою, ніж завжди;
- Розмови мають нечіткий, незв'язний характер;
- Частіше, ніж звичайно, трапляються нещасні випадки.

Стосунки з оточуючими:

- Неадекватно сприймає гумор;
- Проявляє роздратування, недружелюбність, демонструє реакції гніву;
- Раптово почалися утруднення в спілкуванні та підтримуванні дружніх стосунків з іншими людьми;
- Висловлює незрозумілу або надмірну недовіру до оточуючих.

Особистість:

- Виглядає втомленою, не здатна «розслабитися».
- Байдуже ставиться до життя; не виявляє ні до чого інтересу.
- Часто відчуває себе хворою або такою, що ось-ось захворіє.

2. Якщо людина знайшла в собі ознаки стресу, то необхідно здійснити глибшу **когнітивну оцінку ситуації:** *виявити основні стрес-фактори у власній ситуації та спробувати «усунути» їх.* Це можна зробити таким чином:

- Назвати 5 найважливіших джерел стресу (стресорів);
- Описати коротко власні реакції на них;
- Подумати, як можна знизити вплив цих стресорів або повністю усунути їх дію.

3. Якщо виконання цього завдання не дало людині можливості глибоко проаналізувати основні стрес-фактори у власному житті, то необхідно використати складніший прийом: почати вести **«Щоденник стресових подій»**, збираючи інформацію за 7 компонентами щоденно:

1) Стресори цього дня:

– звичні стресори (людина часто переживає);

– незвичні стресори (людина рідко переживає).

2) Реакції на кожен стресор, що з'явився:

– фізіологічні реакції (потовиділення, м'язове напруження, підвищення артеріального тиску тощо);

– психологічні реакції (страх, тривога, хвилювання тощо).

3) Способи адаптації до стресора.

4) Кращі способи адаптації.

5) Прийоми релаксації, які використовувалися людиною в цей день.

6) Ефективність цих прийомів релаксації.

7) Відчуття, які були в цей день:

- фізичні;
- психічні.

Цей щоденник необхідно вести протягом 3 тижнів, а після цього треба проаналізувати вплив стресу на власне життя та власну реакцію на стреси за допомогою таких питань:

- Які стресори виникають у Вашому житті найчастіше?
- Чи хочете Ви й надалі відчувати вплив цих факторів?
- Якщо ні, то подумайте, яких стресорів Ви можете уникнути. Яким чином?
- Як зазвичай реагує на стресори Ваш організм?
- Чи використовуєте Ви певні прийоми подолання стресу частіше, ніж інші?
- Ці прийоми працюють “на Вас” чи “«проти Вас”?
- Чи існують інші прийоми подолання стресу, які Ви використовуєте рідко.

4. При аналізі стрес-факторів необхідно звернути увагу, чи мають місце в конкретній ситуації **глобальні (життєві) зміни (**наприклад, зміна режиму або графіку роботи; хвороба близьких тощо), оскільки одна або кілька з них можуть виявитися для людини серйозними стрес-факторами в аналізований період. Необхідно спробувати осмислити їх зміст, сконцентруватися на умовах нейтралізації їх негативного впливу, заручіться соціальною підтримку близьких для особи людей. Людині потрібно зосередитися на тому, щоб не посилювати вже наявний стрес, не планувати нові види активності, які можуть додатково вивести її зі стану рівноваги, постаратися адаптуватися до наявного – вже й так складного періоду власного життя.

Треба визначити **повсякденні рутинні, побутові справи, а також конфлікти, пов’язані з ними,** які найчастіше виявляються стрес-факторами (наприклад, перевантаження професійними справами; необхідність взаємодії з великою кількістю людей під час роботи; несвоєчасне виконання оточуючими їх професійних зобов’язань; оволодіння новою технікою; перестановка або втрата речей; конфлікти тощо). Треба спробувати контролювати їх та не додавати до них нових. Необхідно запам’ятати, що повсякденні проблеми більш згубно діють на здоров’я, ніж глобальні життєві зміни, внаслідок їх хронічного характеру.

5. Визначивши основні стрес-фактори, які викликають стрес, людині необхідно прийняти на себе певні зобов’язання щодо подолання стресу. Треба укласти **контракт з самим собою** щодо використання певних прийомів подолання стресу протягом певного часу та визначити певну систему винагород або покарань для самого себе.

6. **Необхідно визначити основні мотиви** здійснення власної діяльності. Для цього людині треба скласти перелік усіх причин (реальних та абстрактних), які спонукають виконувати певні дії. Треба визначити мотивацію, цінність та значущість своєї діяльності.

7. Якщо людина зрозуміє, що те, чим вона займається, не є дуже значущою, вона їй не подобається та не дає можливості вирішити власні проблеми, то необхідно **прийняти рішення – змінити напрямок своєї діяльності.**

8. **Якщо ж те, чим людина займається, є для неї значущим,** але засуджена відчуває, що починаєте втомлюватися, то має тимчасово переключитися на інше.

9. **Необхідно навчитися управляти своїм часом** за допомогою таких прийомів:

- визначити основні цілі та завдання власної діяльності на певний період;
- співвіднести результати їх виконання зі своїми можливостями;
- визначити пріоритетність цілей та завдань;
- скласти розклад виконання справ;
- навчитися говорити “ні!”;
- делегувати свої повноваження; доручати завдання іншим;
- визначити розподіл свого часу тощо.

10. Якщо людина визначила, що одним зі стресорів є дуже великий обсяг роботи, то треба використати такі засоби:

- Людина повинна сконцентруватися на тому, що їй подобається найбільше, та спробувати знайти способи припинити або мінімізувати виконання того, що їй не подобається;
- Спитати себе “Чим би я хотіла займатися?” і потім спробувати спрямовувати у це русло свою роботу;
- Навчитися продуктивно використовувати свій час, “не дозволяти часу використовувати себе”.
- Навчитися говорити “ні!” новим вимогам до власного часу. Якщо людині важко це зробити, вона може сказати, що їй потрібно подумати над цим і може відмовитися пізніше;
- Оформити своє робоче місце за своїм смаком, зробити так, щоб воно приносило задоволення;
- Намагайтеся не забувати про приємні моменти своєї роботи: задоволення від виконаного завдання, свобода та можливість бути корисною іншим;

11. **Визначте ті речі, якими Ви хотіли б займатися, окрім роботи**. Складіть список під назвою «Я дійсно хочу цим займатися». Перерахуйте все, чим Ви хочете займатися, в послідовності від найбільш до найменш бажаних дій. А тепер пригадайте, коли Ви останній раз займалися тим чи іншим з Вашого переліку. Створіть умови, щоб такі заняття стали для Вас реальністю.

12. Намагайтеся у своїй діяльності демонструвати **асертивну (впевнену) поведінку**. Впевненість у собі – це здатність виражати себе та задовольняти свої власні потреби, водночас не створюючи незручностей для інших. Тому, відмовляйтеся від *невпевненої поведінки* (відмова від власних потреб заради допомоги іншій людині, ігнорування власних потреб) та *агресивної поведінки* (спроби домінування або досягнення своїх цілей за рахунок інших людей).

13. Визначте **своє розуміння успіху в житті** (що для Вас означає успіх), визначте власний рівень успіху. Проаналізуйте свої позитивні сторони, які сприяють досягненню Вами успіху, а також назвіть уразливі сторони, які не сприяють цьому. Опишіть стресові (життєві) ситуації, в яких Ви використали свої сильні сторони. Опирайтесь на них і в цій ситуації. *Держіться подалі від випробовувань, які вимагають від Вас відсутніх у Вас умінь та характеристик.*

14. **Створіть групу соціальної підтримки**. Соціальна підтримка – це почуття причетності, почуття того, що тебе приймають та люблять такою, якою ти є, а не тому, що ти можеш що-небудь зробити для когось. До групи соціальної підтримки можуть увійти Ваші друзі, члени сім'ї, родини з якими Ви духовно близькі і з якими Ви поділяєте свої радості, проблеми, острахи та любов. Включіть до групи соціальної підтримки і оточуючих, затоваришуйте з ними, організуйте спільне позитивне проводження часу.

§2. Індивідуальні технології профілактики стресу засудженими жінками

На фазі сприймання ситуації як стресової (такої, що викликає стурбованість) слід використовувати прийоми, котрі виступатимуть бар’єрами на шляху до стресу:

1. Оволодійте **стратегією вибіркового сприймання** (процесом прийняття рішення про те, на чому сконцентрувати увагу: на поганому чи хорошому). Не давайте думкам оволодівати Вами. Навчіться усвідомлювати позитивні аспекти ситуації та знижувати (не відкидати!) значущість неприємних аспектів. З цією метою використайте такі прийоми:
- Складіть перелік ситуацій, які Вас зараз турбують, та перерахуйте їх позитивні сторони.
- Перед сном (або в інший зручний для Вас час) пригадайте все гарне та приємне, що відбулося з Вами сьогодні.
- Якщо Ви досягли успіху на попередньому етапі життя, зверніться до стану, який виник у Вас у той момент, актуалізуйте попередній позитивний досвід.

2. **Зробіть своє життя святом** (навчіться «нюхати троянди»). Життя може стати святом, якщо Ви знайдете час для його святкування. Для цього:
- Сконцентруйтеся на всьому гарному, що є у Вашому житті.

- Сформуйте у себе звичку дякувати долі (радіти тому приємному, що Ви маєте).
- Якщо Ви досягли якоїсь мети, навіть маленької, дозвольте собі насолодитися успіхом її досягнення, не починайте зразу ж ставити перед собою нову мету.
- Сприймайте життя у всій повноті. Для цього докладіть свідомих зусиль, змініть звичні способи дій (наприклад, вибір різних маршрутів до місця роботи, форм проведення семінарів, нарад, звітів, взаємодії з учнями тощо).

3. Навчіться використовувати **гумор** як буфер між стресовою ситуацією та Вами. Подивіться кінокомедію, журнал коміксів, поспілкуйтеся в групі соціальної підтримки тощо.

4. Визначте, який **тип поведінки в ситуації стресу** притаманний для Вас – тип А чи тип В. Для *поведінкового* ***типу А*** характерна така сукупність особистісних характеристик, до складу якої входять виключне прагнення до змагання, агресивність, нетерпіння, постійний поспіх, а також вільно виражена, але раціональна ворожість і практично завжди – прихована беззахисність. *Для поведінкового* ***типу В*** характерні протилежні характеристики: ці люди не проявляють ворожості, для них не характерний поспіх, вони не прагнуть до змагання. Констатовано, що **тип А** більше пов'язаний з розвитком ішемічної хвороби серця. Окрім того, встановлено, що у жінок **типу А** народжуються діти, які також належать до **типу А.**

Тому насамперед важливо усвідомити, що необхідно схвалювати поведінку **типу В** та ігнорувати й не стимулювати поведінку **типу А**. Якщо Ви визначили, у Вашому житті переважає поведінка типу А, то намагайтеся використати **низку прийомів, які вам допоможуть позбутися від поведінкових патернів типу А:**

а) правила, які стосуються безпосередньо Вас:

- Визнайте, що в житті нічого немає завершеного. Ви помиляєтеся, якщо вважаєте, що зможете закінчити абсолютно все, що потрібно, вчасно й нічого не забувши.
- Якщо перед Вами стоїть яке-небудь завдання, то запитайте себе: “А чи повинна я це зробити прямо зараз і чи буде це важливо через п’ять років?”
- Зосередьтеся лише на одній справі протягом певного проміжку часу.
- Намагайтеся не виконувати кілька справ одночасно.
- Пам’ятайте, що Ваш час – дорогоцінний і що його потрібно цінувати.
- Робіть перерви до того, як відчуєте напруження та втому.
- Перед тим як щось сказати, запитайте саму себе:

а) чи дійсно це наскільки важливо, що я без сумніву маю це сказати?

б) чи хто-небудь хоче це почути?

в) чи доречним буде моє висловлювання?

- Пам’ятайте, що Ваші переконання істинні лише протягом деякого часу, а тому будьте відкриті для нових ідей.
- Щоразу нагадуйте собі про те, що не є важливим та про те, що Вам дійсно потрібно. (Але зауважте: якщо те, що Вам потрібно, не сприяє розвитку Вашого духу й розуму, то це – марні витрати часу.)
- Регулярно намагайтеся побути на самоті.
- Вибирайте час, щоб згадати минуле та ті складності й проблеми, що Ви колись мали. (“Не весь перелік!”)

б) правила, які стосуються Вашої взаємодії з іншими людьми:

- Посміхайтесь якомога більшій кількості людей для того, щоб знизити рівень ворожості;
- Дякуйте людям, якщо вони роблять Вам щось приємне.
- Зміцнюйте стосунки з друзями та знайомими, намагайтеся зробити їх більш близькими.
- Не заважайте іншим людям робити те, що Ви б зробили швидше.
- Послухайте розмову інших людей мовчки, не дозволяючи собі втручатися, підштовхувати їх яким-небудь чином.

5. Пам’ятайте, що самою суттю управління стресом є **впевненість у собі та своїх**

рішеннях, оскільки це уможливлює успішний контроль за власним життям. Якщо Ви поганої думки про себе, то Ви втратите довіру до власних рішень та переконань, а отже, Ви потрапите у тенета залежності від оточення. Якщо Ви не “йдете в ногу з самим собою”, то, скоріше за все, Ви станете лаштуватися під поведінку тих людей, з якими Ви часто спілкуєтеся. Як же Ви зможете стверджуватися та відстоювати свої права, якщо Ви вважаєте себе недостойними цих прав?

6. Врахуйте, що важливу роль в управлінні стресом відіграє **локус контролю –** це ступінь контролю, яка, на Вашу думку, дає можливість вам керувати подіями Вашого життя. *Зовнішній локус контролю* свідчить, що Ви мало контролюєте своє життя (контроль поза Вами); *внутрішній локус контролю* доводить Вашу впевненість у контролі над подіями Вашого життя. Як і самоповага, локус контролю складається протягом довгого періоду часу і не може змінитися миттєво, але усвідомлення цієї концепції відкриває перед людиною чудові можливості управління стресом, збільшує почуття відповідальності за свій успіх та свої невдачі.

7. З метою профілактики виникнення фази емоційного та фізичного напруження важливим є застосування *різних технік медитації та аутогенного тренування, а також фізичних вправ,* які слід вибирати та використовувати зі врахуванням індивідуально-психологічних особливостей.

Перша фаза комплексної моделі профілактики та подолання стресу:

- аналіз мотивів та значущості обраної діяльності та прийняття рішення про її продовження або зміну;
- визначення критеріїв успіху в діяльності;
- оволодіння умінням управляти своїм часом;
- реалізація впевненої (асертивної) поведінки;
- створення мережі соціальної підтримки тощо.

Використання власних психологічних ресурсів для зниження сприймання ситуації як стресової, зниження емоційного та фізичного напруження.

Друга, третя та четверта фази комплексної моделі профілактики та подолання стресу:

– оволодіння прийомами вибіркового сприймання ситуації (уміння бачити в ситуації не лише негативні, а й позитивні моменти; уміння радіти життю та дякувати долі за те, що маєш; уміння ставитися з гумором до подій тощо);

– оволодіння прийомами підвищення самооцінки та подолання тривожності;

– оволодіння прийомами здійснення внутрішнього локус контролю, реалізації рішучої поведінки;

– оволодіння прийомами релаксації, аутогенного тренування, розробки індивідуальної програми фізичних вправ тощо.

Питання для повторення та самоперевірки:

1. Інтенсивність впливу несприятливих соціальних (зовнішніх) та психологічних (внутрішніх) факторів на кожну людину.
2. Причини, які викликають значну психічну напругу .
3. Наслідки негативних психічних станів.
4. Складання індивідуальної програми подолання стресу.
5. Модифікації саморегуляції.
6. Теоретичні положення, що розкривають природу стресу.
7. Складові моделі стресу.
8. Порядок профілактики стресу .
9. Сигнали щодо розпізнавання та попередженню стресу.
10. Стратегія вибіркового сприймання
11. Фази комплексної моделі профілактики та подолання стресу:

Список літератури:

1. Антонян Ю.М., Гульдан В.В. Криминальная патопсихология. – М.:Наука,1991. – 248 с.
2. Алфимова М.В., Трубников В.И. Психогенетика агрессивности // Вопросы психологии. –2000. - № 6. – С. 112 – 123.
3. Бандура А. Теория социального научения: пер. с англ. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: пер. с англ. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
5. Бандура А., Уолтерс Р. Принципы социального научения // Современная зарубежная социальная психология: тексты / Под ред. Г.М.Андреевой, Н.Н.Богомоловой, Л.А.Петровской. – М.: Издательство Московского университета, 1984. – С. 55 – 60.
6. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия: пер. с англ. - СПб.:Питер, 1997. – 336 с.
7. Berkowitz L. The experience of anger as a parallel process in the display of impulsive, «angry» aggression // Aggression: Theoretical and empirical reviews. - New York: Academic Press, 1983. – Vol. 1. – P. 103-133.
8. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості: Навч. посіб. для студ. старших курсів психол. ф-тів та відділень ун-тів. - Х.: Фоліо, 1996. - 237 с.
9. Бодалев А.А. Личность и общение. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 328 с.
10. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во Моск. ун-та , 1984. – 200 с.
11. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. – М.: Политиздат, 1987. – 286 с.
12. Гельдер М., Гет Д., Мейо А. Оксфордское руководство по психотерапии, - К.: Сфера, 1997.– т 2. – С. 64-85.
13. Доценко Е.Л. Психология манипуляции: феногмены, механизмы и защита. – М.: ЧеРо, Издательство МГУ, 1997. – 344 с.
14. Зарайский Д.А. Управление чужим поведением. – Дубна: Феникс, 1997. – 187 с.
15. Маслоу А. Мотивация и личность: пер. с англ. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
16. Мясищев В.Н. Психопрофилактика. БМЭ. – 1962. – С. 392-400.
17. Лоренц К. Агрессия // Психология человеческой агрессивности: хрестоматия / Сост. К.В.Сельченок. - Минск: Харвест, 1999. - С.10 - 46.
18. Либих С.С. Аутогенная тренировка. Л: ЛенГИДУВ, 1979.
19. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности: пер. с англ.- СПб.:Питер,1997 - 608 с.
20. Кумарин В. Биологический риск злодейства (дефекты в генах могут спровоцировать преступное поведение личности) // Семья и школа.-1996.-№8.- С.31-33.
21. Лалаянц И. Почему они агрессивны: агрессивность и жестокость // Наука и жизнь.-1997.-№2.- С.90 - 92.
22. Румянцева Т.Г. Факторы, способствующие агрессии // Психология человеческой агрессивности: хрестоматия / Сост. К.В.Сельченок. - Минск: Харвест, 1999. - С.64 - 114.
23. Худик В.А. Детская патопсихология. – К.: Здоров'я, 1997. – 96 с.
24. Єванс-Вентц В. И. Тибетська йога і таємні доктрини. - Київ, 1993.
25. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности: пер. с нем.– Харьков:Фолио, 1999. – С. 119 - 298.
26. Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности: пер. с нем.– Харьков:Фолио, 1999. – С. 299 - 358.
27. Фромм Э. Бегство от свободы: пер. с англ./ Общ. Ред. П.С.Гуревича – М.:Прогресс, 1989. - 272 с.
28. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности: пер. с англ. – М.:АСТ-ЛТД, 1998. - 672 с.

ГЛОСАРІЙ

Адреналін – це гормон, що приводить тіло людини у стан готовності протистояти загрозі.
Активне вислуховування – це навички спілкування, в яких приймають участь відправник і той, хто отримує інформацію.
Амністія – повне бо часткове звільнення від покарання та його правових наслідків і пом'якшення покарання певної категорії осіб, засуджених судом, припинення порушеного кримінального переслідування, а також зняття судимості з осіб, які відбули покарання бо звільнені від покарання. Амністія здійснюється Указом Президента України (ст. 86 КК).
Арешт – це вид кримінального покарання, який полягає в триманні засудженого в умовах ізоляції і встановлюється на строк від одного до шести місяців.
Аутогенне тренування **(АТ)** – це застосування спеціальних формул самонавіювання, що дозволяють впливати на процеси, що відбуваються в організмі, у тому числі і на ті, що не піддаються контролю свідомості в звичайних умовах.
Біологічний зворотний зв'язок (БЗЗ) – це метод, в основу якого покладені різні інструментальні прийоми реалізації зворотного зв'язку. Він дозволяє навчитися свідомому контролю і довільному впливу на ряд неусвідомлюваних процесів (функцій) в організмі (біоелектрична активність мозку, серцевий ритм, показники температури тіла, тиск крові, м'язова релаксація й ін.).
Взаємодія – це система стійких дій, спрямованих на те, щоб викликати відповідну реакцію з боку партнера.
Взяття під варту –запобіжний захід, що застосовується у справах про злочини, за які законом передбачено покарання у виді позбавлення волі.
Виправлення засудженого – процес позитивних змін, які відбуваються в його особистості та створюють у нього готовність до самокерованої правослухняної поведінки.
Виправні роботи – це вид кримінального покарання, який встановлюється на строк від шести місяців до двох років і відбувається за місцем роботи засудженого. Із суми заробітку засудженого до виправних робіт провадиться відрахування в доход держави у розмірі, встановленому вироком суду, в межах від десяти до двадцяти відсотків.
Вольова регуляція – це здатність людини приймати рішення та коректувати свої психічні стани та діяльність в певній ситуації для досягнення поставленої мети.
Ґендер – це соціально сконструйоване визначення для жінок і чоловіків, сукупність соціальних і культурних норм, які історично сформовані та залежать від біологічної статі людини.
Ґендерна рівність - рівний правовий статус жінок і чоловіків та рівні можливості для його реалізації, що дозволяє особам обох статей брати рівну участь у всіх сферах життєдіяльності суспільства;
Ґендерно-правова експертиза - аналіз чинного законодавства, проектів нормативно-правових актів, результатом якого є надання висновку щодо їх відповідності принципу забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків
Громадський контроль за особами, умовно-достроково звільненими від відбування покарання **–** це контроль громадських організацій і трудових колективів за особами, умовно-достроково звільненими від відбування покарання, який встановлюється протягом невідбутої частини покарання. З цими особами проводиться виховна робота з метою закріплення результатів виправлення і ресоціалізації. Громадський контроль за особами, умовно-достроково звільненими від відбування покарання, а також виховна робота з ними організовуються спостережними комісіями і здійснюються громадськими організаціями та трудовими колективами за місцем роботи або навчання і за місцем проживання цих осіб. Спостережні комісії, служби у справах неповнолітніх, центри соціальних служб для молоді, а також громадські організації і трудові колективи можуть виділяти своїх представників та доручати їм за їхньою згодою систематичне проведення виховної роботи і здійснення контролю за поведінкою осіб, умовно-достроково звільнених від відбування

покарання. Громадські вихователі неповнолітніх та інші особи, яким доручено проводити з умовно-достроково звільненими від відбування покарання виховну роботу, контролюють їхнє ставлення до праці, навчання і поведінку в побуті, надають їм необхідну допомогу.

Громадські роботи **–** це вид кримінального покарання, який полягає у виконанні засудженим у вільний від роботи чи навчання час безоплатних суспільно корисних робіт, вид яких визначають органи місцевого самоврядування.

Дискримінація за ознакою статі - дії чи бездіяльність, що виражають будь-яке розрізнення, виняток або привілеї за ознакою статі, якщо вони спрямовані на обмеження або унеможливлюють визнання, користування чи здійснення на рівних підставах прав і свобод людини для жінок і чоловіків.

Довільна саморегуляція – це дії, що сприяють стабілізації, закріплення у досвіді стандартних способів і прийомів спілкування, манери поведінки, стилю діяльності та переважаючих почуттів.

Довічне позбавлення волі **–** це вид кримінального покарання, який встановлюється за вчинення особливо тяжких злочинів і застосовується лише у випадках, спеціально передбачених кримінальним кодексом, якщо суд не вважає за можливе застосовувати позбавлення волі на певний строк.

Емоційний стан – це рівень регулювання активності особистості, який залежить від психічних засобів відображення та моделювання в системі реального часу – “тут” і “зараз”.

Злочин **–** це передбачене кримінальним кодексом суспільно небезпечне винне діяння (дія або бездіяльність), вчинене суб'єктом злочину. Залежно від ступеня тяжкості злочини поділяються на злочини невеликої тяжкості, середньої тяжкості, тяжкі та особливо тяжкі.

Йога – це детально розроблена система всебічного фізичного і психічного розвитку людини.

Контроль за діяльністю органів і установ виконання покарань **–** це система спостереження та перевірки відповідності діяльності установ та органів виконання покарань вимогам кримінально-виконавчого законодавства та інших нормативних актів з метою виявлення та усунення наявних порушень та їх попередження у майбутньому. В залежності від суб’єкту, який здійснює контрольні функції можна виділити наступні основні види контролю за діяльністю органів та установ виконання покарань: 1) міжнародний контроль; 2) державний контроль; 3) громадський контроль.

Конфіскація майна – це вид кримінального покарання, який полягає в примусовому безоплатному вилученні у власність держави всього або частини майна, яке є власністю засудженого. Якщо конфіскується частина майна, суд повинен зазначити, яка саме частина майна конфіскується, або перелічити предмети, що конфіскуються.

Конфлікт – це протиріччя, що виникає між людьми в зв’язку з рішенням тих чи інших питань соціального й особистого життя, це психологічне протиборство сторін, що мають несумісні цілі й інтереси.

Криза – характеризує стан, який породжується проблемою, що постала перед індивідом, якої він не може уникнути і, яку він не може розв’язати за короткий час і звичним способом.

Кризова взаємодія – це взаємодія, що може створювати значні труднощі в плані вольової регуляції, коли проблеми вольового контролю виникають на всьому шляху здійснення діяльності, із самого початку до кінця.

Кризова ситуація – катастрофа, конфлікт, який виникає на загальному фоні нестабільності; характеризується раптовістю та високим рівнем загрози життєво важливим інтересам, гострою обмеженістю у часі для прийняття відповідних заходів

Кримінально-виконавче законодавство України **–** складається з кримінально-виконавчого кодексу, інших законодавчих актів України, а також чинних міжнародних договорів, згода на обов'язковість яких надана Верховною Радою України.

Критична ситуація – це ситуація, ознаками якої є життєві ускладнення, несприятливі обставини, конфліктна взаємодія з оточуючими, що вимагає від особистості спроможності прийняття рішення, яке б внесло корективу у життєвий сценарій.

Медитація – це досить тривале міркування про якийсь предмет або явище в стані заглибленої зосередженості психіки і розуму.

Нейролінгвіністичне програмування (НЛП) – це наука про вплив слова на людину, яка включає методичні прийоми, що дозволяють людині за допомогою слова програмувати себе і потім змінювати ці програми.

Нетактовність – це деструкція очікувань у процесі спілкування, яка порушує ефективну взаємодію сторін, що спілкуються і яка може призводити до конфліктних ситуацій.

Обмеження волі – вид кримінального покарання, який полягає у триманні особи в кримінально-виконавчих установах відкритого типу без ізоляції від суспільства в умовах здійснення за нею нагляду з обов'язковим залученням засудженого до праці. Обмеження волі встановлюється на строк від одного до п'яти років.

Органи виконання покарань – Державний департамент України з питань виконання покарань, його територіальні органи управління, кримінально-виконавча інспекція.

Основні засоби виправлення і ресоціалізації засуджених –встановлений порядок виконання та відбування покарання (режим), суспільно-корисна праця, соціально-виховна робота, загальноосвітнє і професійно-технічне навчання, громадський вплив.

Особиста безпека – це необхідна життєва потреба людини, яка знаходить своє відображення і реалізацію в її правах, свободах та законних інтересах.

Особистісний рівень регуляції – охоплює способи включення особистості в діяльність, її ставлення до діяльності.

Перефразування – це перевірка правильності висловлювань іншої людини за допомогою викладення її ідеї своїми словами.

Підстава виконання і відбування покарання – це вирок суду, який набрав законної сили, інші рішення суду, а також закон України про амністію та акт помилування.

Підстави звільнення від відбування покарання – відбуття строку покарання, призначеного вироком суду; закон України про амністію; акт про помилування; скасування вироку суду і закриття кримінальної справи; закінчення строків давності виконання обвинувального вироку; умовно-дострокове звільнення від відбування покарання; хвороба; інші підстави, передбачені законом.

Підстава кримінальної відповідальності – вчинення особою суспільно небезпечного діяння, яке містить склад злочину, передбаченого кримінальним кодексом.

Позбавлення військового, спеціального звання, рангу, чину або кваліфікаційного класу – це кримінальне покарання, згідно з яким засуджена за тяжкий чи особливо тяжкий злочин особа, яка має військове, спеціальне звання, ранг, чин або кваліфікаційний клас, може бути позбавлена за вироком суду цього звання, рангу, чину або кваліфікаційного класу.

Позбавлення волі на певний строк – це вид кримінального покарання, який полягає в ізоляції засудженого та поміщенні його на певний строк до кримінально-виконавчої установи. Позбавлення волі встановлюється на строк від одного до п'ятнадцяти років, за винятком випадків, передбачених Загальною частиною кримінального кодексу.

Позбавлення права обіймати певні посади або займатися певною діяльністю – це кримінальне покарання, згідно з яким засуджена особа може бути позбавлена за вироком суду права обіймати певні посади або займатися певною діяльністю. Позбавлення права обіймати певні посади або займатися певною діяльністю може бути призначене як основне покарання на строк від двох до п'яти років або як додаткове покарання на строк від одного до трьох років.

Позитивні дії - спеціальні тимчасові заходи, спрямовані на усунення дисбалансу між можливостями жінок і чоловіків реалізовувати рівні права, надані їм Конституцією і законами України

Покарання – це захід примусу, що застосовується від імені держави за вироком суду до

особи, визнаної винною у вчиненні злочину, і полягає в передбаченому законом обмеженні прав і свобод засудженого. Покарання має на меті не тільки кару, а й виправлення засуджених, а також запобігання вчиненню нових злочинів як засудженими, так і іншими особами. Покарання не має на меті завдати фізичних страждань або принизити людську гідність.

Правовий статус засуджених – це закріплене нормами різних галузей права і виражене через сукупність прав, законних інтересів і обов'язків становище засуджених під час відбування кримінального покарання того чи іншого виду, яке визначається законами України, а також кримінально-виконавчим кодексом, виходячи із порядку і умов виконання та відбування конкретного виду покарання.

Проблема – завдання, що не має в даний момент рішення.

Проблемна ситуація – це ситуація, що характеризує взаємодію суб'єкта та його оточення, а також психічний стан особистості, який включає в себе об'єктивне та суперечливе за своєю сутністю середовище.

Психологічна несумісність – це тривалий стан, що виражається в тім, що окремі люди випробують нічим, здавалося б, непояснену антипатію і ворожість.

Проблемне спілкування – характеризує нервово-психічний рівень відображення особистістю складних умов спілкування.

Психічна регуляція – це управління особистістю своїми психічними процесами, станами, поведінкою шляхом зосередженості на них.

Психологічна регуляція – це відображення в свідомості людини предметного світу і здатність діяти відповідно до вимог, що висуваються конкретним соціальним оточенням, ситуацією.

Психологічна взаємодія – це рівень міжособистісного спілкування.

Режим у виправних і виховних колоніях – це встановлений законом та іншими нормативно-правовими актами порядок виконання і відбування покарання, який забезпечує ізоляцію засуджених; постійний нагляд за ними; виконання покладених на них обов'язків; реалізацію їхніх прав і законних інтересів; безпеку засуджених і персоналу; роздільне тримання різних категорій засуджених; різні умови тримання засуджених залежно від виду колонії; зміну умов тримання засуджених.

Ресоціалізація – самосвідоме відновлення засудженого в соціальному статусі повноправного члена суспільства; повернення його до самостійного загальноприйнятого соціально-нормативного життя в суспільстві.

Рівні права жінок і чоловіків - відсутність обмежень чи привілеїв за ознакою статі.

Рівні можливості жінок і чоловіків - рівні умови для реалізації рівних прав жінок і чоловіків

Роль – це поведінка, що очікується від людини іншими людьми в ході виконання нею певних функцій в конкретних ситуаціях.

Рольові очікування – це сподівання на таку поведінку іншої людини, яка відповідає її рольовому статусу. Свідоме ігнорування очікувань іншої сторони є нетактовністю.

Рефрейминг (від англ. – frame) – це переформування. Дослівно – обрамляти, додавати форму.

Самоконтроль – це здатність управляти собою.

Саморегуляція – це корекція та вдосконалення засвоєних людиною алгоритмів діяльності, установок, переконань, поведінки відповідно умов і ситуацій, що є значущими для особистості та характеризуються станом її психічної активності.

Саморегулювання – це управління безпосереднім перебігом поведінкового акту на всіх етапах його розгортання – від мотиваційних детермінант до кінцевого результату.

Самооцінка особистості – імпліцитно існує в структурі регуляції поведінки, і людина завжди усвідомлює її присутність, саме на ній ґрунтується зіставлення себе, своїх можливостей з тими вимогами та задачами, які ставить перед людиною певна обставина соціальної взаємодії

Сексуальні домагання - дії сексуального характеру, виражені словесно (погрози, залякування, непристойні зауваження) або фізично (доторкання, поплескування), що принижують чи ображають осіб, які перебувають у відносинах трудового, службового, матеріального чи іншого підпорядкування

Служби у справах неповнолітніх – створюються відповідними органами виконавчої влади та органами місцевого самоврядування, діють на підставі та в порядку, передбаченому Законом України "Про органи і служби у справах неповнолітніх та спеціальні установи для неповнолітніх" від 24 січня 1995р., і виконують функції громадського контролю та участі у виправленні та ресоціалізації неповнолітніх засуджених.

Соціальна взаємодія – це рівень формалізованих відносин, які спираються на правові, економічні та соціальні норми.

Соціально-виховна робота – це цілеспрямована діяльність персоналу органів і установ виконання покарань та інших соціальних інституцій для досягнення мети виправлення і ресоціалізації засуджених. Соціально-виховна робота спрямована на формування та закріплення в засуджених прагнення до заняття суспільно корисною діяльністю, сумлінного ставлення до праці, дотримання вимог законів та інших прийнятих у суспільстві правил поведінки, підвищення їх загальноосвітнього і культурного рівнів.

Спостережні комісії – утворюються виконавчими комітетами міських (за винятком міст районного значення) рад, місцевими держадміністраціями і діють на підставі кримінально-виконавчого кодексу України та Положення про спостережні комісії, яке затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 1.04.2004 р. №429. До складу спостережних комісій входять представники громадських організацій, органів виконавчої влади, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ і організацій незалежно від форми власності та громадяни. Представники громадських організацій становлять, як правило, не менш як половину складу комісії. Не можуть входити до спостережних комісій судді, представники органів прокуратури, юстиції, органів внутрішніх справ, служби безпеки, кримінально-виконавчої системи, адвокати, а також особи, які мають не погашену чи не зняту в установленому законом порядку судимість. До основних завдань спостережних комісій належать: організація громадського контролю за дотриманням прав і законних інтересів засуджених та осіб, звільнених від відбування покарання; сприяння органам і установам виконання покарань у виправленні і ресоціалізації засуджених та створенні належних умов для їх тримання, залучення до цієї діяльності громадських організацій, органів виконавчої влади, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ і організацій незалежно від форми власності та громадян; організація виховної роботи з особами, умовно-достроково звільненими від відбування покарання, та громадського контролю за їх поведінкою протягом невідбутої частини покарання; надання допомоги у соціальній адаптації особам, звільненим від відбування покарання.

Стрес – це реакція організму на навантаження.

Суїцид (самогубство) – аномальне явище людської поведінки, що суперечить інстинкту самозбереження.

Установи виконання покарань – це арештні доми, кримінально-виконавчі установи, спеціальні виховні установи (виховні колонії). Кримінально-виконавчі установи поділяються на кримінально-виконавчі установи відкритого типу (виправні центри) і кримінально-виконавчі установи закритого типу (виправні колонії). Виправні колонії поділяються на колонії мінімального рівня безпеки, середнього рівня безпеки, максимального рівня безпеки. Колонії мінімального рівня безпеки поділяються на колонії мінімального рівня безпеки з полегшеними умовами тримання і колонії мінімального рівня безпеки із загальними умовами тримання.

Участь громадськості у діяльності органів і установ виконання покарань – це один із принципів виконання і відбування покарання, який передбачає, що об'єднання громадян, релігійні і благодійні організації та окремі особи можуть брати участь у виправленні і

ресоціалізації засуджених та проведенні соціально-виховної роботи з ними, надавати допомогу органам і установам виконання покарань в порядку, встановленому кримінально-виконавчим кодексом України.

Штраф – це грошове стягнення, що накладається судом у випадках і межах, встановлених в Особливій частині цього Кодексу. Розмір штрафу визначається судом залежно від тяжкості вчиненого злочину та з урахуванням майнового стану винного в межах від тридцяти до тисячі неоподатковуваних мінімумів доходів громадян, якщо статтями Особливої частини цього Кодексу не передбачено вищого розміру штрафу.