



KATARZYNA LENART-KŁOŚ

The John Paul II Catholic University

of Lublin, Poland

ORCID iD: 0000-0001-6429-6152

SPOSOBY ADAPTACJI DO ŚRODOWISKA WIĘZIENNEGO W NARRACJACH POSTPENITENCJARNYCH

WAYS OF ADAPTING TO THE PRISON IN POST-RELEASE NARRATIONS

ABSTRACT

Objectives: *The aim of the study was to identify ways in which people receiving post-release housing support adapt to prison isolation.*

Material and Methods: *Qualitative research was conducted – 52 in-depth interviews with former convicts in six randomly selected post-release aid centres in Poland providing residential housing support for people released from prisons and remand centres.*

Results: *Based on the narratives of former offenders, passive and active strategies were identified. Passive strategies included conformist-regulatory adaptation and isolation-withdrawal behaviour. Active strategies included pragmatic-survival adaptation, rebellious-oppositional adaptation, leader-oriented adaptation, and community-subcultural adaptation.*

Conclusions: *The research indicates that the ways in which former prisoners adapt to prison conditions enable the identification of individuals who are focused on changing their lives, identifying their problems and offering adequate support already during their imprisonment, in order to effectively support the process of social readaptation after release from prison. The results of the study significantly contribute to understanding the factors influencing the social readaptation of beneficiaries receiving post-release support.*

KEYWORDS: *adaptation, typologies of adaptation, prison, prisonization, imprisonment, post-release support*

STRESZCZENIE

Cel: *Celem pracy było poznanie sposobów adaptacji do warunków izolacji więziennej przez osoby, które korzystają ze wsparcia mieszkaniowego w ramach pomocy postpenitencjarnej.*

Metody: *Przeprowadzono badania jakościowe – 52 wywiady pogłębione z byłymi skazanymi w sześciu losowo wybranych ośrodkach pomocy postpenitencjarnej w Polsce prowadzących stacjonarne wsparcie mieszkaniowe dla osób opuszczających zakłady karne i areszty śledcze.*

Wyniki: *Na podstawie narracji byłych skazanych wskazano strategie pasywne i aktywne. W ramach strategii pasywnych zachowania byłych skazanych zaklasyfikowano do adaptacji konformistyczno-regulaminowej i izolacyjno-wycofującej. Wskazano także strategie aktywne: adaptację pragmatyczno-przetrwaniową, buntowniczo-opozycyjną, przywódczą i wspólnotowo-subkulturową.*

Wnioski: *Z przeprowadzonych badań wynika, że sposoby adaptacji do warunków więziennych w perspektywie byłych skazanych pozwalają wyróżnić jednostki nastawione na zmianę życia, identyfikację ich problemów i oferowanie adekwatnego wsparcia już na etapie uwięzienia, by móc skutecznie*

wspierać proces readaptacji społecznej po opuszczeniu zakładu karnego. Wyniki badań wnoszą istotny wkład do zrozumienia uwarunkowań readaptacji społecznej byłych skazanych, którzy są użytkownikami ośrodków pomocy postpenitencjarnej.

SŁOWA KLUCZOWE: *adaptacja, typologie adaptacji, prizonizacja, więzienie, kara pozbawienia wolności, pomoc postpenitencjarna*

WPROWADZENIE

Zakłady karne i areszty śledcze jako instytucje totalne stanowią oddzielny świat, który pochłania codzienność osób pozbawionych wolności, odmawiając możliwości decydowania o podstawowych kwestiach (Goffman, 2006, s. 316). Sposób radzenia sobie przez osadzonych z izolacją, stresem i ograniczeniami wpływa nie tylko na ich funkcjonowanie i dobrostan psychiczny, lecz także na poziom ryzyka recydywy po opuszczeniu zakładu karnego (Cunha i in., 2023; Danioni i in., 2021), tym bardziej że izolacji towarzyszą silne reakcje emocjonalne, wstyd i obwinianie się za zaistniałą sytuację (Janułaajtys, 2025, s. 596). Pobyt w zakładzie karnym ma na celu nie tylko przetrwanie, lecz także przygotowanie się do jego opuszczenia i życia zgodnego z normami prawnospołecznymi po odbytej karze. Dlatego doniosłe znaczenie ma badanie sposobów przystosowywania się do miejsc inkarceracji i funkcjonowania w nich, by system wsparcia mógł być dostosowywany do aktualnych potrzeb osadzonych. Celem niniejszego artykułu jest analiza sposobów adaptacji byłych skazanych do warunków izolacji więziennej. Problematyka przystosowania do funkcjonowania w instytucji totalnej z perspektywy byłych osadzonych, którzy korzystają ze wsparcia postpenitencjarnego, ma istotne znaczenie dla praktyki penitencjarnej i podejmowania adekwatnych działań resocjalizacyjnych, zwłaszcza interdyscyplinarnego zaangażowania różnych podmiotów w przygotowanie skazanych do opuszczenia jednostki i pełnienia funkcji społecznych już w warunkach wolnościowych.

MECHANIZMY ADAPTACJI DO ŚRODOWISKA WIĘZIENNEGO – PERSPEKTYWA TEORETYCZNA

Badacze już od dawna tworzą typologie sposobów przystosowywania się do warunków izolacji penitencjarnej przez osoby osadzone. Przywołane zostaną wybrane koncepcje, istotne z punktu widzenia niniejszego artykułu. Sykes rozwija koncepcję *bólu uwięzienia*, który wynika z deprywacji potrzeb, a skazani przystosowują się do warunków, by ten ból uśmierzyć. Osadzeni fizycznie się wycofują i snują marzenia o przyszłości, ale też wycofują się psychicznie, co sprawia, że nie myślą o potrzebach, które są źródłem frustracji i tego bólu. Możliwa jest też ucieczka w fantazjowanie o szczęśliwej przeszłości lub nieszczęśliwej potencjalnej przyszłości. Niektórzy podnoszą też bunt wobec personelu i instytucji, a jeśli to nie jest możliwe lub nie przynosi efektu, pokornie znoszą doznawane ograniczenia (Sykes, 1958, s. 78–83). U Sykesa najmocniej wybrzmiewa powiązanie niezaspokojenia potrzeb z reakcjami osób pozbawionych wolności. W typologii Ervinga Goffmana, obejmującej pięć technik przystosowania, uwaga badacza skupia się na sposobach nawiązywania relacji i osiągania satysfakcji. Jedną z tych strategii – wycofanie – polega na zawężeniu zainteresowań więźnia wyłącznie do spraw bezpośrednio go dotyczących, przy jednoczesnym ignorowaniu otoczenia oraz perspektywy innych osób.

Bunt oznacza przyjęcie prowokacyjnej i wrogiej postawy wobec instytucji totalnej, celowe odmawianie współpracy z personelem oraz manifestację oporu, także w sposób pośredni poprzez uczestnictwo w podkulturze więziennej. Technika zadomowienia sprowadza się do podejmowania prób ukształtowania własnego funkcjonowania w ramach możliwości oferowanych przez instytucję, dążąc do osiągnięcia względnej satysfakcji z życia w warunkach izolacji. Doświadczenia z życia na wolności potwierdzają sens trwania nawet w sytuacji pozbawienia wolności i możliwość zapewnienia sobie godnych warunków życia. Adaptacja tego typu prowadzi do traktowania więzienia jako *domu*, co w konsekwencji może utrudniać proces readaptacji po wyjściu na wolność. Stosując konwersję, skazani demonstracyjnie internalizują normy i postawy personelu więziennego, przejmując jego język, zachowania oraz wzorce dyscypliny. Kreują wizerunek *więźnia idealnego*: posłusznego, bezproblemowego, chętnie angażującego się w działania

instytucji, często pełniące funkcje pomocnicze. Postawa ta ma zazwyczaj charakter instrumentalny i stanowi grę pozorów ukierunkowaną na realizację własnych celów. Zimna kalkulacja stanowi natomiast złożoną formę adaptacji, łączącą elementy konwersji, zadomowienia oraz lojalności wobec współosadzonych, stosownie do sytuacji. Osoby przyjmujące tę strategię elastycznie dostosowują zachowania: niekiedy dążą do *unikania kłopotów* w relacjach z innymi, innym razem ograniczają kontakty ze światem zewnętrznym. Adaptacja ta nie prowadzi jednak do pełnego zadomowienia w warunkach izolacji (Goffman, 1961; 2011). Typologia Goffmana próbuje ukazać, na ile więzienie może stać się domem dla osób tam przebywających. W podobnym stylu Irwin wskazuje na pierwszą technikę, czyli *uwięziennienie*, będące próbą zadomowienia w warunkach izolacji i zdobycia władzy; następnie *robienie czasu*, czyli dążenie do komfortu, unikanie kłopotu i zorganizowanie sobie zajęć wypełniających czas, a także *pozyskiwanie* skoncentrowane na dążeniu do zmiany życia, wzrostu kompetencji i kwalifikacji (Irwin, 1970, s. 68–76). Nieco inną perspektywę sposobów adaptacji wskazują Cohen i Tylor, którzy koncentrują się na technikach przystosowania przez skazanych długoterminowych: chronienie siebie, prowadzenie kampanii poprzez nagłaśnianie swojej sytuacji, podejmowanie ucieczek, strajkowanie oraz konfrontowanie się z personelem więziennym (Cohen, Taylor 1972, s. 144–156). Strategie takie jak chronienie siebie czy nagłaśnianie własnej sytuacji służą przede wszystkim ochronie własnych interesów oraz radzeniu sobie z trudnościami izolacji i mają charakter raczej defensywny. Natomiast ucieczki, strajki, a także konfrontacje z personelem więziennym są przejawem aktywnego sprzeciwu i oporu wobec warunków odbywania kary i funkcjonowania więzienia. Perspektywę czasową uwzględnia również Władimir Pirożkow, choć w nieco innym aspekcie. Podkreśla on znaczenie trzech okresów izolacji, w których osadzeni starają się przystosować do panujących w zakładzie warunków. Faza pierwsza – początkowa adaptacja – polega na przyzwyczajaniu się osadzonego do warunków izolacji. W tym czasie inkarcerowani wskutek sugestii współuwięzionych mogą wykazywać nieufność wobec wychowawców, co skutkuje negatywnym nastawieniem wobec oddziaływań wychowawczych. Drugi etap, *syndrom pozbawienia wolności*, rozpoczyna się po kilku miesiącach od momentu uwięzienia. Osadzeni przyjmują styl ubierania się czy zachowania

od innych, demonstrują negatywny stosunek wobec personelu, jak również wobec kary, bo zyskują świadomość zniszczenia swoich planów życiowych. Ostatnia faza – wzrostu nadziei na przyszłość – to próby pogodzenia się z aktualną sytuacją i jej ograniczeniami, a także myślenie o przyszłości (Pirożkow, 1987, s. 127–130). Ta koncepcja wskazuje, że proces adaptacji do izolacji penitencjarnej ma charakter dynamiczny i przebiega etapowo. Poszczególne fazy odzwierciedlają zmieniający się sposób postrzegania rzeczywistości więziennej przez osadzonych – od początkowego szoku i trudności adaptacyjnych, przez okres silnej identyfikacji z kulturą więzienną oraz negatywnych emocji związanych z karą, aż po stopniowe godzenie się z sytuacją i orientację na przyszłość. Ujęcie to podkreśla, że przystosowanie do warunków izolacji nie jest procesem jednolitym. Podobne elementy zawierają także ujęcia Goffmana czy Irwina, które odnoszą się do zróżnicowania aktywności jednostki podczas pobytu w izolacji. Cohen i Tylor uwzględniali w swojej typologii skazanych na kary długoterminowe, a warto przytoczyć sposoby radzenia sobie z izolacją przez osadzonych, którzy dokonują samookaleczeń w jednostkach penitencjarnych. Dear i in. (2001, s. 442–450) wskazują, że podejmują oni strategie radzenia, które są oceniane jako mniej korzystne i obarczone większym ryzykiem. Wybierają między strategiami ukierunkowanymi na rozwiązywanie problemów, które sprzyjają pozytywnym efektom, a strategiami typu *katharsis*, które przynoszą skutek odwrotny do zamierzonego. Należy jednak wziąć po uwagę, że dokonywanie samookaleczeń jest swoistą formą buntu wobec obowiązującego porządku w więzieniach, zatem można znaleźć w tej koncepcji analogie do form wskazanych przez Goffmana czy Cohena i Tylora.

METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Badania własne zostały przygotowane – od koncepcji projektu, przez jego realizację, kodowanie, aż po analizę, zgodnie z metodologią badań jakościowych (Gibbs, 2018). Całość procesu badawczego wyznaczyły założenia metodologii teorii ugruntowanej (Strauss i in., 1994, s. 273–285). Pozwoliło to na uzyskanie pogłębionego wglądu w doświadczenia interlokutorów, przyczyniając się do pogłębienia wiedzy o analizowanym obszarze (Flick, 2018). Projekt badawczy uzyskał akceptację Dyscyplinowej Komisji Etycznej

Instytutu Nauk Socjologicznych KUL (decyzja nr 16/DKE/NS/2024). W latach 2024–2025 przeprowadzono 52 częściowo ustrukturyzowane wywiady pogłębione (IDI) z mężczyznami uprzednio pozbawionymi wolności, korzystającymi ze wsparcia mieszkaniowego w formie domów stacjonarnych prowadzonych przez ośrodki pomocy postpenitencjarnej. Zastosowano dobór losowo-celowy. Wylosowano ośrodki do przeprowadzenia badań i zakwalifikowano do nich osoby, które aktualnie w nich przebywały i wyraziły zgodę na uczestniczenie w badaniu. Wywiady odbywały się w pomieszczeniach udostępnionych przez organizacje pozarządowe, co sprzyjało komfortowi i poczuciu bezpieczeństwa respondentów. Uczestnicy byli każdorazowo informowani o celu badania, zasadach wykorzystania materiału empirycznego i proszeni o zgodę na rejestrację rozmowy; w siedmiu przypadkach brak zgody skutkowało sporządzeniem szczegółowych notatek. Nagrania zostały przepisane, poddane procedurze anonimizacji oraz wstępnie zakodowane, a następnie opracowano klucz kodowy obejmujący główne kategorie badawcze, które posłużyły do dalszej analizy i interpretacji danych. Przeprowadzono kodowanie rzeczowe, polegające na nadawaniu nazw oraz pojęć poszczególnym fragmentom zgromadzonego materiału empirycznego. Dokonano szczegółowej analizy wypowiedzi uczestników badania, identyfikując zawarte w nich doświadczenia oraz znaczenia. Wyodrębnionym fragmentom przypisano kody najbliższe treści danych, co pozwalało na uchwycenie sposobów postrzegania rzeczywistości przez badanych. W efekcie kodowania rzeczowego nastąpiła konceptualizacja materiału empirycznego, czyli przejście od surowych danych do bardziej abstrakcyjnych pojęć i kategorii (Konecki, 2005, s. 273–274; Glaser, 1978, s. 61). Dane zostały pogrupowane, przypisano im nazwy oraz adekwatne cytaty z wypowiedzi respondentów. W toku badań stwierdzono osiągnięcie nasycenia danych, co wskazywało, że kolejne wywiady nie wnosiłyby nowych istotnych informacji (Saunders i in., 2018, s. 1893–1907). Respondenci mieli od 21 do 67 lat, a długość ostatnio odbywanej kary wahała się od dwóch tygodni do 25 lat (średnio 32,05 miesiąca). W badanej grupie 21 osób odbywało karę po raz pierwszy, a 31 miało wcześniejsze doświadczenia penitencjarne. U respondentów dominowało wykształcenie zasadnicze zawodowe (19 osób) i podstawowe (18), mniej osób legitymowało się wykształceniem średnim (11), a cztery osoby – wyższym. W strukturze

stanu cywilnego przeważali kawalerowie (29) i osoby rozwiedzione (20); połowa respondentów była bezdzietna. Jako osoby wierzące określili się 34 osoby, 13 jako niewierzące, trzy wychowano w tradycji katolickiej, a dwie oceniły religijność jako niejednoznaczną, zaś uczestnictwo w praktykach religijnych deklarowało 20 osób. Wysoki był poziom aktywności zawodowej – 46 respondentów pracowało w czasie badania, zaledwie sześciu nie było aktywnych zawodowo. Doświadczenie uzależnienia zadeklarowało 35 osób.

AKTYWNE I PASYWNE STRATEGIE ADAPTACJI DO WARUNKÓW WIĘZIENNYCH – WYNIKI BADAŃ WŁASNYCH

Z przeprowadzonych badań wyłaniają się różne strategie przystosowania do warunków izolacji penitencjarnej przez byłych skazanych. Wypowiedzi przyporządkowano do **strategii pasywnych i aktywnych**, ze względu na wyłaniające się różnice wśród respondentów pod względem poziomu ich zaangażowania w podejmowane działania. Istotne jest, że rodzaj adaptacji trudno określić jako dobry czy zły, właściwy bądź nie, bo przede wszystkim ma znaczenie to, czyja perspektywa jest obierana (Miszewski, 2020, s. 174). Sięgnięcie po perspektywę respondentów pozwala nie tylko na uchwycenie określonej specyfiki zachowań w danym miejscu i czasie, ale również refleksję, co z tego wynika i jakie działania czy interwencje można podejmować, by osiągać cele kary pozbawienia wolności.

W ramach strategii pasywnych wyłoniła się adaptacja **konformistyczno-regulaminowa**, której istotą było podporządkowanie się formalnym regułom zakładu karnego w celu możliwie spokojnego odbycia kary. Analiza wypowiedzi respondentów wskazuje, że strategia ta pełniła trzy funkcje: pozwalała unikać konfliktów z personelem i współosadzonymi, zwiększała przewidywalność codziennego funkcjonowania oraz umożliwiała uzyskiwanie drobnych korzyści poprawiających warunki odbywania kary. Podporządkowanie nie wynikało zatem z pełnej akceptacji porządku więziennego, lecz często miało charakter pragmatyczny i instrumentalny. Respondenci podkreślali przede wszystkim potrzebę *odsiedzenia swojego* bez dodatkowych problemów. Jeden z badanych opisywał tę postawę następująco: *Chciałem jak najszybciej*

wyść stamtąd, bo widok tych krat i tych murów to mnie normalnie rozbrajały. Co kazali zrobić, to zawsze posprzątałem. Robiłem to na korytarzach czy w celi, aby mieć spokój, z nikim w dyskusję żadną się nie wdawałem, żeby jak najszybciej te dni, miesiące puciekały (W2). Podobny sposób funkcjonowania pojawiał się szczególnie w narracjach osób mających wcześniejsze doświadczenia penitencjarne. Znajomość zasad i przewidywanie konsekwencji określonych zachowań pozwalały im ograniczać ryzyko konfliktów i lepiej organizować codzienne życie w warunkach izolacji.

Dostosowanie się do reguł mogło również przynosić wymierne korzyści. Jak wskazywał jeden z respondentów: *Żyłem własnym życiem, polecenia wykonywałem, nie chciałem problemów. Zaproponowali mi pracę nieodpłatną, sprzątanie, to robiłem co trzeba. Wtedy z oddziałowym szybko można było coś załatwić, czy telefon dodatkowy miałem* (W18). Konformistyczne podporządkowanie nie było więc wyłącznie przejawem bierności, ale mogło stanowić sposób odzyskiwania ograniczonego zakresu kontroli nad codziennym funkcjonowaniem. W tym sensie strategia ta zbliża się do opisywanych w literaturze form pragmatycznego dostosowania do instytucji totalnej, choć w analizowanych narracjach szczególnie wyraźnie widoczny jest jej instrumentalny charakter. Tak opisywane zachowania można odnieść do kategorii *compliance* opisanej przez Crewe (2007, s. 256–275). Autor wskazuje, że znaczna część osadzonych wykazuje wysoki poziom posłuszeństwa nie dlatego, że uznaje normy instytucji za prawomocne, lecz z powodów instrumentalnych i fatalistycznych. Osoby skazane dostrzegają asymetrię władzy między sobą a instytucją i uznają, że opór nie przynosi wymiernych korzyści, podczas gdy przestrzeganie zasad może wiązać się z uzyskaniem określonych przywilejów lub ograniczeniem negatywnych konsekwencji. *Compliance* oznacza zatem nie tyle pełną identyfikację z normami instytucjonalnymi, ile pragmatyczną zgodę na reguły gry, które wyznacza instytucja. Podobny mechanizm ujawnia się w badaniach własnych. Badani, podporządkowując swoje zachowanie regulaminowi, niekoniecznie internalizowali wartości reprezentowane przez instytucję. Ich postawa mogła stanowić raczej kalkulację opartą na przekonaniu, że przestrzeganie reguł jest mniej kosztowne niż ich kwestionowanie. Tym samym pasywność obserwowana na poziomie zachowania nie musi oznaczać braku sprawczości. Może być formą instrumentalnego zarządzania

własnym funkcjonowaniem w warunkach ograniczonej autonomii. Strategię konformistyczno-regulaminową można również interpretować w świetle koncepcji adaptacji do uwięzienia rozwijanej przez Dhami, Aytona i Loewensteina (2007, s. 1085–1100). Autorzy, analizując funkcjonowanie 712 osadzonych, wskazali, że adaptacja do warunków więziennych obejmuje m.in. zachowania związane z funkcjonowaniem w ramach reżimu penitencjarnego, uczestnictwem w programach oraz przestrzeganiem reguł. Jednocześnie podkreślili, że sposoby adaptacji są kształtowane zarówno przez czynniki wynikające z samego środowiska więziennego (*indigenous/deprivation*), jak i przez cechy oraz doświadczenia jednostki sprzed uwięzienia (*importation*). O ile Dhami i in. (2007) pokazują, że przestrzeganie reguł stanowi jeden z wymiarów adaptacji do uwięzienia, o tyle badania własne pozwalają uchwycić mechanizm stojący za tym zachowaniem – podporządkowanie regułom może być pragmatyczną strategią minimalizowania kosztów funkcjonowania, niezależnie od stopnia ich rzeczywistej akceptacji.

Kolejną deklarowaną strategię **pasywną** można określić jako strategię **izolacyjno-wycofującą**, której istotą było ograniczanie kontaktów społecznych, zaangażowania oraz ekspozycji na potencjalne konflikty i zagrożenia. Wycofanie nie oznaczało zatem wyłącznie bierności, lecz stanowiło sposób zwiększania poczucia bezpieczeństwa i kontroli w warunkach postrzeganych jako nieprzewidywalne. Jak wskazywał jeden z respondentów: *Nie nawiązywałem znajomości, czułem się wyobcowany, miałem tam swój świat* (W7). Towarzyszące tej strategii poczucie zagrożenia i konieczność stałej czujności ilustruje inna wypowiedź: *Na zakładzie karnym trzeba się było pilnować, bo nie wiadomo, kto to się pojawi, kto przyjdzie. Takie życie w lęku, też w takiej niepewności cały czas* (W21). Wyniki wskazują, że izolacyjno-wycofujący sposób funkcjonowania pełnił przede wszystkim funkcję ochronną – pozwalał ograniczać liczbę sytuacji wymagających konfrontacji oraz zmniejszać ryzyko wejścia w relacje postrzegane jako zagrażające. Szczególnym przejawem tej strategii było podporządkowanie się nieformalnym regułom funkcjonowania społeczności więziennej. Rezygnacja z otwartego sprzeciwu czy informowania personelu o zachowaniach innych osadzonych mogła być postrzegana jako warunek względnego bezpieczeństwa i spokojniejszego odbywania kary. Potwierdza to wypowiedź respondenta: *Drugim razem gorzej trafiłem, miałem połamane żebra,*

ale powiem, że się pod celą przekonali, że nie donoszę. Najgorsze były pierwsze trzy miesiące, potem było lepiej. Trzeba było zagryźć zęby i przetrwać. Gdybym poszedł sprzedać, to byłoby jeszcze gorzej (W8). Oznacza to, że wycofanie mogło mieć charakter pragmatyczny, a nie wyłącznie pasywny – było sposobem dostosowania się do obowiązującego porządku nieformalnego i minimalizowania potencjalnych kosztów społecznych. Ustalenia te częściowo korespondują z wynikami badań Sobczak i Zacharuk (2024, s. 203), wskazującymi, że osadzeni na początku pobytu częściej wykorzystują strategię wycofania, a wraz z upływem czasu ich sposoby adaptacji ulegają różnicowaniu. Podobnie Kanarek-Lizik (2013, s. 205–209) wskazuje na znaczenie wycofania jako jednego ze sposobów adaptacji do izolacji penitencjarnej, choć badania te pokazują również częste występowanie modeli mieszanych. W badaniach własnych wycofanie ujawnia jednak dodatkowy wymiar: nie było ono jedynie reakcją na izolację, lecz mogło stanowić świadomą strategię ochronną, podporządkowaną potrzebie przewidywalności i bezpieczeństwa w relacjach z innymi osadzonymi. Wyniki pozostają również zgodne z ustaleniami McLennan i in. (2025), według których wycofanie i izolowanie się mogą stanowić jeden ze sposobów radzenia sobie ze stresem związanym z izolacją, szczególnie wśród starszych osadzonych. Jednocześnie badania Miszewskiego i Miałkowskiej-Kozaryny (2020, s. 333) pokazują, że długotrwała izolacja nie musi prowadzić wyłącznie do pogorszenia funkcjonowania psychicznego, ponieważ wraz z czasem pozbawienia wolności może dochodzić do obniżenia lęku i wzrostu sprężystości psychicznej. W tym kontekście wyniki badań własnych sugerują, że wycofanie należy postrzegać nie tylko jako przejaw bierności, lecz także jako możliwy mechanizm adaptacyjny, którego znaczenie może zmieniać się wraz z doświadczeniem izolacji. Z perspektywy readaptacji społecznej istotne pozostaje zatem tworzenie warunków umożliwiających stopniowe zastępowanie strategii wycofania konstruktywnymi formami uczestnictwa i odbudowywania ról społecznych, zgodnie z postulatami Martineza (2010, s. 139–140). Podobny wymiar adaptacji dostrzega Solt (2024, s. 209), który wśród osób odbywających karę dożywotniego pozbawienia wolności wyróżnił postawy rezygnacji, związane z koncentracją na codziennym przetrwaniu, oraz postawy bojowe, obejmujące podtrzymywanie nadziei, budowanie relacji i poszukiwanie sensu. Badania własne uzupełniają ten sposób ujmowania adaptacji, pokazując, że pomiędzy rezygnacją a aktywnym

zaangażowaniem występują strategie pośrednie – ograniczenie kontaktów i aktywności może być bowiem celowym sposobem ochrony przed zagrożeniem, a nie prostym przejawem rezygnacji.

Drugą część wyłaniających się ze zrealizowanych badań sposobów przystosowania do warunków izolacji można określić jako mechanizmy aktywne. Respondenci wykazywali inicjatywę, wchodzili w interakcje, lub sami je inicjowali, tym samym korzystając z dostępnych zasobów formalnych czy nieformalnych.

W ramach strategii **aktywnych** wyodrębniono mechanizm adaptacji **pragmatyczno-przetrwaniowej**, oparty na świadomym wykorzystywaniu dostępnych możliwości w celu poprawy warunków odbywania kary, ograniczania kosztów izolacji oraz zachowania poczucia sprawstwa. Aktywność badanych polegała na podejmowaniu działań mieszczących się w dostępnych ramach formalnych i nieformalnych. Obejmowały one m.in. dochodzenie własnych praw, negocjacje z personelem, kształtowanie warunków codziennego funkcjonowania oraz angażowanie się w pracę i inne aktywności. Istotnym elementem tej strategii było dążenie do zachowania podmiotowości poprzez wykorzystywanie formalnych możliwości oddziaływania na własną sytuację. Przykładem może być podejmowanie działań odwoławczych: *Gdzieś tam [...] walczyłem też o te telefony, pisałem apelację* (W9). Wypowiedź ta pokazuje, że aktywność w warunkach izolacji mogła służyć nie tyle konfrontacji z instytucją, ile odzyskiwaniu ograniczonego wpływu na warunki własnego funkcjonowania. Podobny pragmatyczny charakter miało kształtowanie relacji z personelem. Jeden z respondentów opisywał uzgadnianie z wychowawcami warunków umożliwiających rozwijanie własnych zainteresowań: *ja tam idę z wychowawcami na taki można powiedzieć układ* (W17). Relacja z personelem stawała się w tym przypadku nie tylko elementem kontroli, ale również zasobem, który można było wykorzystać do organizowania codzienności i realizowania własnych potrzeb. Wyniki wskazują zatem, że aktywne strategie adaptacyjne nie musiały oznaczać kwestionowania porządku penitencjarnego. Przeciwnie, część badanych wykorzystywała reguły i relacje instytucjonalne w sposób instrumentalny, poszukując w ich ramach rozwiązań korzystnych z punktu widzenia własnego funkcjonowania. Szczególnie wyraźne było to u osób, które przewidywały dłuższy pobyt w izolacji i podejmowały działania ukierunkowane na stabilizację swojej sytuacji. Jeden z respondentów podkreślał,

że świadomie zabiegał o przebywanie w uporządkowanym środowisku, określając swoje postępowanie jako *myślenie przyszłościowe* (W14). Oznacza to, że adaptacja obejmowała również planowanie i zarządzanie warunkami codziennego życia, a nie tylko reagowanie na bieżące trudności. Istotnym zasobem adaptacyjnym okazywała się także praca i aktywność własna. Ich znaczenie wykraczało poza samo zagospodarowanie czasu – aktywność mogła dostarczać badanym poczucia sensu, sprawstwa, przynależności i satysfakcji. Jeden z respondentów wskazywał, że istotna była atmosfera związana z wykonywaną pracą: (...) *to jeszcze tym bardziej się starałem, a w pewnym okresie pracy na magazynie w X to byłem dużo bardziej szczęśliwy i radosny i wszystko to było fajniej niż w domu w którymkolwiek okresie mojego życia. Było tak po prostu, tylko żarty, taka atmosfera domowa, koleżeńsko-przyjacielska* (W14). Wynik ten sugeruje, że aktywność podejmowana w izolacji mogła częściowo kompensować negatywne doświadczenia związane z pozbawieniem wolności, tworząc przestrzeń dla pozytywnych doświadczeń i budowania względnie stabilnego funkcjonowania w warunkach więziennych. Ustalenia te korespondują z badaniami Szczepanik (2019, s. 118–119), która wskazuje, że bardziej doświadczeni recydywiści częściej wykorzystują strategię negocjacyjne i współpracę z personelem, a także kompetencje komunikacyjne i organizacyjne do regulowania własnego funkcjonowania w jednostce penitencjarnej. Zbieżne są również z wynikami Sobczaka i Zacharuk (2024, s. 202), według których wraz z wydłużaniem się okresu izolacji osadzeni częściej sięgają po aktywne strategie adaptacyjne, w tym pragmatyczną kalkulację własnych korzyści. Badania własne uzupełniają te ustalenia, pokazując, że pragmatyczna aktywność może obejmować nie tylko negocjowanie pozycji w środowisku więziennym, lecz także świadome kształtowanie warunków codziennego funkcjonowania, rozwijanie zainteresowań i poszukiwanie źródeł dobrostanu. Znaczenie aktywności zawodowej wymaga jednak ostrożnej interpretacji. Wu i in. (2025) wskazują bowiem, że samo uczestnictwo w programach zawodowych nie musi przekładać się na lepszą adaptację do izolacji, a istotniejszym predyktorem okazuje się dobrostan psychiczny. Wyniki badań własnych pozostają z tym spójne – korzyści nie przynosiła sama praca, ale to, co badani dzięki niej zyskiwali. Aktywność zawodowa nadawała ich życiu sens, dawała poczucie sprawstwa, porządkowała dzień i pozwalała budować dobre relacje z innymi.

Podobne zależności wskazują Lenart-Kłóś i Nowicka-Kostrzewska (2020). Ich badania pokazują, że wyższe poczucie sensu pracy wiąże się z większą satysfakcją z jej wykonywania oraz bardziej realistycznym planowaniem funkcjonowania po opuszczeniu zakładu karnego. Pragmatyczny wymiar analizowanej strategii znajduje również potwierdzenie w ujęciu Miszewskiego (2018), który zimną kalkulację uznaje za jedną z funkcjonalnych form przystosowania do warunków izolacji penitencjarnej. Badania własne wskazują jednak, że kalkulacja ta nie ograniczała się do minimalizowania kosztów pobytu w więzieniu. Obejmowała również aktywne poszukiwanie możliwości poprawy jakości życia, zachowania sprawstwa oraz tworzenia względnie korzystnych warunków funkcjonowania w ramach ograniczeń instytucjonalnych. Strategia pragmatyczno-przetrwaniowa łączyła zatem elementy adaptacji i sprawczości: badani nie zawsze przeciwstawiali się instytucji, lecz starali się wykorzystywać dostępne w niej możliwości na rzecz poprawy jakości własnego życia.

Kolejnym typem aktywnego dostosowania była **adaptacja buntowniczo-opozycyjna**, której istotą był sprzeciw wobec ograniczania autonomii i podmiotowości jednostki. W badaniach własnych bunt nie miał jednak jednolitego charakteru. Przyjmował zarówno formę trwałej opozycji wobec personelu i sposobu sprawowania kontroli, jak i bardziej sytuacyjnego sprzeciwu, który wraz z doświadczeniem izolacji ulegał stopniowemu osłabieniu. Jeden z respondentów, opisując wieloletnie doświadczenia więzienne, zauważał, że początkowo jego funkcjonowanie miało *buntowniczy charakter*, jednak z czasem *tego buntu było mniej, bardziej okazjonalnie* (W34). Wskazuje to, że strategia opozycyjna nie musiała być stałą cechą funkcjonowania osadzonego, lecz mogła podlegać modyfikacji w wyniku doświadczeń zdobywanych w relacji z instytucją i jej personelem. W części przypadków sprzeciw pozostawał jednak trwałym elementem sposobu funkcjonowania i był traktowany jako środek ochrony własnej autonomii oraz sprzeciw wobec przedmiotowego traktowania. Jeden z badanych stwierdzał: *Zawsze byłem niepokorny. Nie pozwalałem sobą rządzić* (W43). Wypowiedź ta wskazuje, że opozycyjność mogła pełnić funkcję ochrony tożsamości – pozwalała zachować poczucie niezależności w sytuacji, w której instytucjonalna kontrola znacząco ograniczała możliwość samostanowienia. Bunt nie był zatem wyłącznie reakcją na konkretne decyzje personelu, lecz mógł stanowić sposób podtrzymywania

obrazu siebie jako istoty autonomicznej i niepodporządkowanej. Istotnym ustaleniem badań własnych jest również to, że opozycyjność nie była kierowana wyłącznie przeciwko formalnej władzy instytucji. Część respondentów sprzeciwiała się także nieformalnemu porządkowi podkultury więziennej, odmawiając podporządkowania się obowiązującym w niej zasadom. Jeden z badanych podkreślał: *Nie tolerowałem subkultury więziennej* (W12). Oznacza to, że adaptacja buntowniczo-opozycyjna mogła być skierowana jednocześnie przeciwko dwóm odczuwanym źródłom presji: formalnej kontroli instytucjonalnej oraz nieformalnym wymaganiom grupy współosadzonych. W tym sensie sprzeciw stanowił nie tylko próbę ochrony autonomii wobec personelu, lecz także sposób zachowania niezależności wobec reguł środowiska więziennego. Jednocześnie materiał empiryczny pokazuje, że opór wobec podkultury mógł generować dodatkowe konflikty i wymagać podejmowania działań obronnych. Nie pozwala to jednak jednoznacznie stwierdzić, że zachowania te wynikały wyłącznie z przyjętej strategii adaptacyjnej. Mogły na nie wpływać również indywidualne cechy i wcześniejsze doświadczenia badanych. Z tego względu wyniki należy interpretować ostrożnie: badania własne pozwalają uchwycić deklarowany przez respondentów sens zachowań opozycyjnych, ale nie pozwalają określić, w jakim stopniu ich źródłem były cechy osobowościowe, a w jakim doświadczenia izolacji penitencjarnej. Takie rozumienie strategii buntowniczo-opozycyjnej koresponduje z wynikami badań wskazujących na znaczenie indywidualnych predyspozycji dla sposobu funkcjonowania osadzonych. Deng i in. (2025, s. 469) wykazali zróżnicowanie poziomu agresji w zależności od rodzaju popełnionego przestępstwa oraz wieku osadzonych, natomiast Chańko-Kraszewska (2021, s. 639) wskazuje na związki między określonymi cechami osobowości a skłonnością do zachowań buntowniczych. Badania własne nie pozwalają jednak na weryfikację tych zależności, ponieważ cechy osobowościowe i poziom agresji nie były przedmiotem przeprowadzonych wywiadów. Wyniki badań można również odnieść do koncepcji instytucji totalnej Goffmana (1961), w której jednostka doświadcza ograniczenia autonomii i możliwości samostanowienia. W tym ujęciu zachowania opozycyjne mogą być interpretowane jako forma obrony własnej podmiotowości i autonomii wobec instytucjonalnej kontroli. Z kolei Miszewski (2023) wskazuje, że bunt może stanowić etap adaptacji

do izolacji, a u części osadzonych, zwłaszcza odbywających krótsze kary, utrzymywać się przez cały okres pozbawienia wolności. Co istotne, nie musi on mieć wyłącznie destrukcyjnego charakteru – jeśli wynika z obrony własnych praw i interesów, może nieść ze sobą również potencjał konstruktywny. Badania własne uzupełniają te ustalenia, wskazując, że opozycyjność może być zarówno sposobem ochrony autonomii wobec personelu, jak i formą sprzeciwu wobec nieformalnych norm podkultury więziennej, a jej intensywność może się zmieniać. Zatem doświadczenie izolacji prowadziło nie tylko do utrwalania określonych wzorów oporu, lecz także do ich modyfikowania. Strategia buntowniczo-opozycyjna jawi się zatem jako forma zachowania podmiotowości, która może zmieniać swoją intensywność w zależności od doświadczeń jednostki i warunków, w jakich funkcjonuje.

Część respondentów realizowała **adaptację przywódczą**, polegającą na aktywnym budowaniu pozycji, autorytetu i wpływu wśród współosadzonych. Strategia ta zwiększała zakres kontroli nad otoczeniem więziennym i mogła ograniczać poczucie zależności charakterystyczne dla izolacji. Jej przejawem było przyjmowanie nieformalnych ról i organizowanie funkcjonowania grupy: *Byłem gospodarzem w celi* (W14). W innych przypadkach wiązało się to z uzyskiwaniem dominującej pozycji i wpływaniem na zachowania innych osadzonych: *Miałem dużą siłę przebicia* (W3). Nie każda forma przywództwa oznaczała agresję czy podporządkowywanie sobie innych. Znaczenie mogły mieć również doświadczenie, znajomość reguł funkcjonowania więzienia i umiejętność poruszania się w jego nieformalnych strukturach: *Nie dawałem sobie w kaszę dmuchać. Pięć lat »na zamku« spędziłem. Najważniejszy był klimat na celi. Nie dałem się zastraszyć, ale też wymagałem od innych porządku* (W10). Ustalenia te są spójne z wynikami Kreagera i in. (2017), którzy wykazali, że bardziej doświadczeni i dojrzaśli wiekowo osadzeni zajmowali wyższe pozycje w nieformalnej hierarchii więziennej, a część z nich pełniła funkcję mentorów dla młodszych skazanych. Badania własne uzupełniają te ustalenia, wskazując, że przywództwo może być rozpatrywane również jako strategia adaptacyjna – sposób zwiększania kontroli nad otoczeniem czy budowania statusu. Jego charakter może być zróżnicowany: od dominacji nad innymi po zdobywanie autorytetu opartego na doświadczeniu i kompetencjach.

Kolejną formą dostosowania była **adaptacja wspólnotowo-subkulturowa**, polegająca na włączaniu się w nieformalną społeczność więzienną. Dołączenie do podkultury mogło zapewniać badanym poczucie przynależności, ochronę oraz określoną pozycję wśród współosadzonych, a tym samym ułatwiać funkcjonowanie w warunkach izolacji. W analizowanym materiale widoczne były jednak różne motywacje tego procesu. U części osadzonych wejście w podkulturę wiązało się z wcześniejszą identyfikacją ze środowiskiem przestępczym i jego normami. Pobyt w więzieniu nie oznaczał wówczas wejścia w zupełnie nowy świat społeczny, lecz raczej kontynuację wzorów funkcjonowania znanych z życia poza instytucją totalną: *Moja mentalność była na takiej zasadzie, że po prostu dla mnie to było coś niesamowitego, ja tym żyłem i to była dla mnie tak jakby codzienność. Wchodząc do zakładu karnego, od razu wszedłem do subkultury* (W20). Z tej wypowiedzi wynika, że w przypadku części badanych podkultura więzienna mogła stanowić przedłużenie wcześniej ukształtowanej tożsamości i przynależności grupowej, a nie wyłącznie sposób radzenia sobie z nowymi warunkami izolacji. Adaptacja polegała więc nie tyle na przyswojeniu nowych norm, ile na wykorzystaniu już posiadanych wzorów identyfikacji do odnalezienia się w środowisku więziennym. Odmienny mechanizm widoczny był w przypadku osób, które nie deklarowały takiej identyfikacji, lecz dołączały do grupy ze względów bezpieczeństwa. Jeden z badanych wskazywał, że zachęcano go do tego: *Nie bardzo wiedziałem, o co chodzi, ale mówili, że łatwiej, że nie będą się na mnie wyżywać i w razie problemów ktoś się za mną wstawi* (W14). Oznacza to, że podobne zachowanie – przynależność do podkultury – mogło pełnić odmienne funkcje adaptacyjne: być wyrazem identyfikacji i ciągłości własnej tożsamości albo pragmatycznym sposobem uzyskania ochrony i wsparcia. Sama przynależność do podkultury nie przesądza o motywach jej podjęcia ani o sposobie jej funkcjonowania. Może być związana z silnym zaangażowaniem i wcześniejszą identyfikacją ze środowiskiem przestępczym, jak również przyjmować charakter instrumentalny. Przynależność do podkultury dostarczała jednak jednostce określonych zasobów i ułatwiała zajęcie miejsca w nieformalnej strukturze więzienia. Ustalenia te można odnieść do badań wskazujących na znaczenie wsparcia społecznego w adaptacji do izolacji (Rocheleau, 2015; Rogers i in., 2024; Gwambe i in., 2025). Badania własne uzupełniają te ustalenia, pokazując,

że zasoby społeczne związane z grupą podkulturową mogły być wykorzystywane zarówno przez osoby silnie się z nią identyfikujące, jak i przez tych, którzy traktowali ją przede wszystkim jako źródło ochrony.

Strategie radzenia sobie z izolacją więzienną różnią się w zależności od wymiaru kary oraz zasobów jednostki. Reed i in. (2009) wykazali, że osoby z krótszymi wyrokami częściej wybierają strategie ukierunkowane na rozwiązywanie problemów, podczas gdy skazani długoterminowo koncentrują się na regulacji własnych emocji. Z kolei Danioni (2021) uzupełnia ten obraz, akcentując kluczową rolę dobrostanu psychicznego, wsparcia społecznego oraz wewnętrznych zasobów osobistych w procesie adaptacji do warunków izolacyjnych. Zrealizowane badania własne uzupełniają te ustalenia, pokazując, że strategie adaptacyjne nie tworzą prostego podziału na aktywne i bierne. Izolacja, podporządkowanie, przynależność grupowa, pragmatyczne działanie czy bunt mogą pomagać osadzonemu w adaptacji.. To, czy spełnią swoją funkcję, zależy od ich celu, specyfiki oraz stopnia niezależności i sprawstwa, jaki udaje się dzięki nim zachować.

WNIOSKI

Przeprowadzone badania pozwoliły wyróżnić dwa zasadnicze sposoby przystosowania byłych skazanych do warunków izolacji penitencjarnej: strategie pasywne oraz aktywne. Strategie pasywne opierały się przede wszystkim na podporządkowaniu obowiązującym regułom, unikaniu konfliktów oraz ograniczaniu własnej aktywności. Dla części respondentów stanowiły one sposób minimalizowania kosztów psychologicznych związanych z odbywaniem kary, natomiast dla innych przyjmowały postać wycofania społecznego, izolacji i funkcjonowania w poczuciu niepewności lub zagrożenia. Natomiast strategie aktywne wiązały się z podejmowaniem działań ukierunkowanych na zwiększanie kontroli nad własną sytuacją, poprawę warunków odbywania kary oraz budowanie pozycji w środowisku więziennym. Przyjmowały one różnorodne formy – od pragmatycznego wykorzystywania dostępnych zasobów instytucjonalnych i rozwijania relacji z personelem, przez postawy buntowniczo-opozycyjne, aż po działania przywódcze lub angażowanie się w podkulturę więzienną. Wyniki wskazują, że adaptacja do warunków izolacji

nie miała charakteru jednorodnego, lecz była procesem złożonym, zależnym zarówno od indywidualnych doświadczeń osadzonych, jak i od warunków funkcjonowania w zakładzie karnym.

Analiza narracji z perspektywy postpenitencjarnej pozwala stwierdzić, że sposoby przystosowania do izolacji mogą mieć znaczenie również po opuszczeniu zakładu karnego. Strategie oparte na zachowaniu sprawczości, rozwijaniu relacji społecznych, planowaniu przyszłości oraz wykorzystywaniu dostępnych zasobów mogą stanowić ważny kapitał w procesie readaptacji społecznej. Z kolei długotrwałe wycofanie, izolowanie się od innych czy utrwalanie opozycyjnych wzorców funkcjonowania mogą utrudniać budowanie konstruktywnych relacji i podejmowanie nowych ról społecznych po odzyskaniu wolności.

Uzyskane wyniki wskazują również na potrzebę uwzględniania doświadczeń adaptacyjnych osadzonych zarówno w oddziaływaniach penitencjarnych, jak i postpenitencjarnych. Rozpoznanie dominujących sposobów funkcjonowania w warunkach izolacji może ułatwić identyfikowanie zasobów i deficytów osób opuszczających zakłady karne oraz wspierać projektowanie działań ukierunkowanych na wzmacnianie postaw sprzyjających readaptacji społecznej. Wiedza ta może być szczególnie użyteczna dla instytucji i organizacji świadczących pomoc postpenitencjarną, ponieważ pozwala lepiej dostosować formy wsparcia do specyfiki doświadczeń i potrzeb byłych skazanych. W analizie wykorzystano wyniki badań prowadzonych w różnych krajach, koncentrując się na mechanizmach adaptacji do izolacji penitencjarnej, a nie na specyfice poszczególnych systemów więziennych. Należy jednak uwzględnić, że różnice w systemach penitencjarnych, uwarunkowaniach społeczno-kulturowych oraz polityce karnej mogą wpływać na charakter obserwowanych strategii przystosowawczych.

REFERENCES

- Chańko-Kraszewska, A. (2021). Osobowościowe uwarunkowania skazanych a proces ich adaptacji do warunków izolacji więziennej. *Resocjalizacja Polska*, 22, 623–643.
- Clemmer, D. (1940). *The prison community*. Boston: The Christopher Publishing House.
- Cohen, S., Taylor, L. (1972). *Psychological survival*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Crewe, B. (2007). Power, Adaptation and Resistance in a Late-Modern Men's Prison. *The British Journal of Criminology*, 47(2), 256–275.
- Cunha, O, Castro Rodrigues, A., Caridade, S., Dias, A.R., Almeida, T.C., Cruz, A.R., Peixoto, M.M. (2023). The impact of imprisonment on individuals' mental health and society reintegration: study protocol. *BMC Psychology*, 11(1), 215.
- Danioni, F., Paleari, F.G., Pelucchi, S., Lombrano, M.R., Lumera, D., Regalia, C. (2021). Gratitude, Forgiveness, and Anger: Resources and Risk Factors for Italian Prison Inmates. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 67(2–3), 207–223.
- Dear, G.E., Slattery, J.L., Hillan, R.J. (2001). Evaluations of the quality of coping reported by prisoners who have self-harmed and those who have not. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 31(4), 442–50.
- Deng, Y., Li, Y., Zhang, S., Xu, J., Tong, W., Zeng, X. (2025). Why does a grateful mind prevent an aggressive hand? Perspective taking mediated the relation between gratitude and two types of aggression among individuals in the general population and prisoners. *The Journal of Positive Psychology*, 20(3), 463–474.
- Dhami, M.K., Ayton, P., Loewenstein, G. (2007). Adaptation To Imprisonment: Indigenous or Imported? Indigenous or Imported? *Criminal Justice and Behavior*, 34(8), 1085–1100.
- Flick, U. (2018). *Designing Qualitative Research*. London.
- Gibbs, G.R. (2018). *Analyzing Qualitative Data*. London.
- Glaser, B. (1978). *Theoretical Sensitivity*. San Francisco: The Sociology Press.
- Goffman, E. (1961). *Asylums*. Garden City: Anchor.
- Goffman, E. (2006). *Charakterystyka instytucji totalnych*. W: A. Jasińska-Kania, L.M. Nijakowski, J. Szacki, M. Ziółkowski (red.). *Współczesne teorie socjologiczne* (s. 316–335). Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Goffman, E. (2011). *Instytucje totalne*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Gwambe, S., Jordaan, J., Cronje, M. (2025). Perceived Social Support, Aggression, Age, and Repeat Offending as Predictors of Coping Amongst Male Maximum-Security Offenders. *Journal of Forensic Psychology Research and Practice*, 1–24.
- Hochstetler, A., DeLisi, M., Pratt, T.C. (2008). Social Support and Feelings of Hostility Among Released Inmates. *Crime & Delinquency*, 56(4), 588–607.
- Irwin, J. (1970). *The felon*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

- Janułaajtys, D. (2025). Analiza mechanizmów adaptacyjnych kobiet w systemie penitencjarnym: wyzwania, bariery psychofizyczne i emocjonalne oraz strategie wsparcia w kontekście inkarceracji. *Journal of Modern Science*, 63(3), 595–616.
- Kanarek-Lizik, D. (2013). Modele adaptacji skazanych do warunków więziennych: wyniki badań własnych. *Resocjalizacja Polska*, (4), 193–213.
- Konecki, K. (2005). Analiza danych jakościowych: procesy i procedury. *Przegląd Socjologiczny: kwartalnik Polskiego Instytutu Socjologicznego*, 54(1–2), s. 267–282.
- Kreager, D.A., Young, J.T.N., Haynie, D.L., Bouchard, M., Schaefer, D.R., Zajac, G. (2017). Where „Old Heads” Prevail: Inmate Hierarchy in a Men’s Prison Unit. *American Sociological Review*, 82(4), 685–718.
- Lenart-Kłoś, K., Nowicka, J. (2020). Satysfakcja z pracy i poczucie sensu pracy u więźniów. *Resocjalizacja Polska*, (20), 231–247.
- Martinez, D.J. (2010). Role accumulation theory and prisoner reintegration: The pursuit of transformative social roles. *Probation Journal*, 57(2), 139–151.
- McLennan, S., Meyer, L., Wangmo, T. i in. (2025). Psychological stressors of imprisonment and coping of older incarcerated persons: a qualitative interview study. *BMC Public Health*, 25, 328.
- Miszewski, K. (2023). „Good and „bad adaptation to prison isolation of Polish long-term prisoners in the light of Erving Goffman’s typology of adaptation. *The Prison Systems Review*, 118(1), 151–171.
- Miszewski, K. (2020). Adaptacja do izolacji więziennej Przegląd koncepcji. *Resocjalizacja Polska*, (20), 156–177.
- Miszewski, K., Miałkowska-Kozaryna, M. (2020). Dyskusja wokół problemu prizonizacji na kanwie badań własnych. *Resocjalizacja Polska*, (19), 319–335.
- Miszewski, K. (2018). *Zabójcy w więzieniu. Adaptacja więźniów długoterminowych do warunków izolacji*. Oficyna Naukowa.
- Pirożkow, W.F. (1987). *Oddziaływanie izolacji społecznej na psychikę skazanego*, W: B. Hołyst (red.). *Problemy współczesnej penitencjarystyki*, t. 2, Wydawnictwo Prawnicze.
- Reed, P., Alenazi, Y., Potterton, F. (2009). Effect of time in prison on prisoners’ use of coping strategies. *International Journal of Prison Health*, 5(1), 16–24.
- Rocheleau, A.M. (2015). Ways of coping and involvement in prison violence. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 59(4), 359–83.
- Rogers, C., Jordaan, J., Esterhuysen, K. (2024). Coping, aggression, perceived social support and demographic variables as predictors of prison adjustment among male incarcerated offenders. *Criminology & Criminal Justice*, 24(2), 339–361.
- Saunders, B., Sim, J., Kingstone, T. i in. (2018). Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization. *Quality & Quantity*, 52(4), 1893–1907.

- Sobczak, S., Zacharuk, T. (2024). Typ adaptacji do warunków więziennych stosowany przez osadzonych ze względu na czas pobytu w zakładzie karnym. *Resocjalizacja Polska*, (28), 193–205.
- Solt, A. (2024). Life imprisonment without parole: Results of a longitudinal study in Hungary. *Archiwum Kryminologii*, 46(2), 197–220.
- Strauss, A. Corbin, J., Denzin, N.K. Lincoln, Y.S. (1994). *Grounded theory methodology: an overview*, *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA, USA: Sage Publications, 273–285.
- Sykes, G. (1958). *The society of captives: A study of a maximum security prison*. Princeton: Princeton University Press.
- Szczepanik, R. (2019). Znaczenie doświadczenia pobytu w więzieniu dla dynamiki karier przestępczych recydywistów. Perspektywa interakcyjna. *Archiwum Kryminologii*, XLI(1), 65–123.
- Wolfgang, M. (1961). Quantitative analysis of adjustment to the prison community. *Journal of Criminal Law, Criminology and Police Science*, 51, 607–618.
- Wu, Y., Bi, Y., Zhou, H. (2025). Women Sewing in Chinese Prisons: Prison Adaptation Influenced by Vocational Training Program. *Social Inclusion*, 13, 9503.