

Научная статья
УДК 159.9.072

**ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ
У ЛИЦ, НАХОДЯЩИХСЯ В МЕСТАХ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ
ДЛИТЕЛЬНЫЕ СРОКИ**

Эльвира Викторовна Зауторова^{1,2}

¹ Вологодский институт права и экономики ФСИН России,
Вологда, Россия, elvira-song@mail.ru

² Научно-исследовательский институт ФСИН России, Москва, Россия

Аннотация. Лишение человека свободы оказывает значительное влияние на его личность. Особенно сложно приспособиться к условиям изоляции тем, кто осужден на длительные сроки, так как они лишаются привычного социального окружения. В статье рассматривается вопрос изучения особенностей проявления страхов у осужденных к длительным срокам лишения свободы. Эти страхи обусловлены неопределенностью будущего, социальной изоляцией, утратой социальных связей и профессиональных навыков, а также возможными правовыми и социальными последствиями после возвращения в общество. Изучение психологического состояния осужденных является важным аспектом пенитенциарной практики и позволяет разработать более эффективные стратегии реабилитации и ресоциализации осужденных на длительные сроки лишения свободы.

Ключевые слова: уголовно-исполнительная система, исправительные учреждения, осужденные, страхи осужденных, длительные сроки лишения свободы.

Для цитирования: Зауторова Э. В. Изучение особенностей проявления страхов у лиц, находящихся в местах лишения свободы длительные сроки // Вестник Уфимского юридического института МВД России. 2026. № 1. (111). С. 173–179.

Original article

**STUDYING THE FEATURES OF FEAR MANIFESTATIONS
IN LONG-TERM PRISONERS**

Elvira V. Zautorova^{1,2}

¹ Vologda Institute of Law and Economics of the Federal Penitentiary Service of Russia,
Vologda, Russia, elvira-song@mail.ru

² Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia,
Moscow, Russia

Abstract. The deprivation of a person's liberty has a significant impact on his personality. It is especially difficult for those who have been sentenced to long terms to adapt to isolation conditions, as they are deprived of their usual social environment. The article examines the issue of studying the peculiarities of fear manifestation in those sentenced to long terms of imprisonment. These fears are caused by the uncertainty of the future, social isolation, loss of social connections and professional skills, as well as possible legal and social consequences after returning to society. Studying the psychological state of convicts is an important aspect of penitentiary practice and makes it possible to develop more effective strategies for the rehabilitation and re-socialization of long-term prisoners.

Keywords: penal system, correctional institutions, convicts, fears of convicts, long-term imprisonment.

For citation: Zautorova E. V. Studying the features of fear manifestations in long-term prisoners // Bulletin of Ufa Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2026. No. 1 (111). P. 173–179. (In Russ.)

© Зауторова Э. В., 2026

Введение

Лишение человека свободы оказывает значительное влияние на его личность. Особенно сложно приспособиться к условиям изоляции тем, кто осужден на длительные сроки, так как они лишаются привычного социального окружения. Они теряют возможность реализовывать свои потребности и цели в широком спектре жизненных сфер, продолжительно находятся в условиях повышенного стресса и негативного влияния тюремной среды, что отражается на социальной адаптации осужденных и возможности вернуться к нормальной жизни после освобождения [1; 2; 3].

Длительные сроки лишения свободы – это вид уголовного наказания, который предусматривает лишение свободы на срок более 5 лет. В России длительными считаются сроки от 5 до 15 лет, а также сроки, превышающие 15 лет. Так, за последнее время количество осужденных на длительные сроки лишения свободы от 5 до 10 лет насчитывало около 130 тыс. человек, от 10 до 15 лет – около 56 тыс., от 15 до 20 лет – более 17 тыс., от 25 до 30 лет – более 300 осужденных, находящихся в исправительных учреждениях¹.

В научной литературе описываются социально-психологические особенности осужденных к длительным срокам лишения свободы. Ученые отмечают такие, как развитие специфических форм адаптации к условиям заключения (формирование новых социальных групп, развитие собственных норм и ценностей, появление специфического жаргона и поведения и др.), повышенный риск развития психических расстройств (депрессия, тревожные расстройства, психосоматические заболевания, посттравматическое стрессовое расстройство и др.), трудности с ресоциализацией после освобождения (потеря социальных навыков, трудности с поиском работы, разрыв социальных связей и др.) и т. д. [4; 5; 6].

Осужденные к длительным срокам лишения свободы сталкиваются с уникальными социально-психологическими проблемами, которые формируются под влиянием длительной изоляции от общества, ограничения свободы, постоянного контроля и специфики тюремной среды. Нами выдвинута гипотеза: осужденные, отбывающие длительные сроки лишения свободы, более подвержены страхам и тревогам, чем осужденные, которые лишены свободы на срок до 5 лет, что выражается в обострении переживаний, связанных с перспективами дальнейшего жизненного пути.

Наиболее типичными эмоциональными состояниями, присущими всем лишенным свободы, независимо от времени проявления, являются состояния ожидания, надежды или безнадежности, тоски, скуки и апатии, отчаяния. В частности, пристального внимания заслуживает проблема проявления страхов, которые могут существенно влиять на поведение и адаптацию осужденных в условиях изоляции [7; 8; 9; 10; 11].

Страхи осужденных – это специфические эмоциональные переживания лиц, лишенных свободы, связанные с их положением в условиях изоляции и предстоящими трудностями после освобождения [12; 13; 14; 15]. Эти страхи обусловлены неопределенностью будущего, социальной изоляцией, утратой социальных связей и профессиональных навыков, а также возможными правовыми и социальными последствиями после возвращения в общество.

Феномен страха изучали отечественные и зарубежные исследователи. Так, Дж. Бек, Дж. Бирж, Дж. Вольпе, Г. В. Залевский, А. Раш, А. Эллис, Дж. Эмери и другие являются представителями когнитивно-поведенческого подхода в изучении страхов, это обуславливает его фокусом на изменении негативных когниций и избегающего поведения [16; 17; 18]. Исследования психопатологии в тюремной среде, проводимые М. В. Гордоном, А. Ф. Коломейцевым,

¹ Официальный сайт Федеральной службы исполнения наказаний. Статистические данные. Характеристика лиц, содержащихся в исправительных колониях для взрослых. URL: <https://web.archive.org/web/20221217184624/https://fsin.gov.ru/statistics/> (дата обращения: 14.06.2025)

А. В. Неверовым, В. И. Семеновым и другими, не достаточно глубоко рассматривают феномен страхов у лиц, лишенных свободы. При этом нельзя не отметить вклад таких исследователей-пенитенциариев, как Ю. А. Алферов [19], изучавший психологические аспекты адаптации осужденных, и Д. В. Сочивко [20], исследовавший проблемы виктимизации в местах лишения свободы, которые косвенно затрагивают тему страхов осужденных [1].

С целью изучения проявления страхов у осужденных к длительным срокам лишения свободы нами было проведено исследование на базе исправительных учреждений строго и общего режима УФСИН России по Вологодской области. Выборку составили 60 осужденных мужского пола, которые были разделены на две группы: группа 1 – осужденные к длительным срокам лишения свободы (30 чел.); группа 2 – осужденные на срок лишения свободы до 5 лет (30 чел.).

Формирование групп происходило с помощью изучения личных дел осужденных, все личные дела были расформированы по сроку отбывания наказания (находящиеся на начальном этапе отбывания наказания, отбывшие не более 20 % своего срока), виду образования, возрасту, наличию/отсутствию семьи. Таким образом, группы уравновешены по следую-

щим признакам: образовательный – среднее профессиональное образование; возрастной – 21–50 лет; отсутствие семьи и детей. Можно предположить, что среднее образование может как усиливать, так и ослаблять социальные страхи, в зависимости от степени его влияния на самооценку и уверенность в себе. Возраст 21–50 лет – это период сформированной личности, и ранние травмы или длительная изоляция могут усилить тревоги и страхи, особенно в контексте заключения. Отсутствие семьи может увеличивать риск развития или усугубления социальных страхов, так как осужденные лишаются социальной поддержки и становятся более уязвимыми к социальной изоляции и стигматизации. Важно помнить, что социофобия у осужденных не всегда связана с их криминальным прошлым и может быть следствием как личного опыта, так и условий заключения.

Методы

В ходе исследования использовались: обзорно-аналитический метод, заключающийся в теоретическом анализе научных источников по проблематике исследования; метод обобщения и сравнения, эмпирический метод, включающий методику «Опросник социальной тревоги и социофобии» (О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев)¹ и методы математической статистики и анализа: методы обработки данных:

Таблица 1

**Результаты, полученные с помощью «Опросника социальной тревоги и социофобии»
(О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев)**

Шкалы опросника	Количество лиц (в %) / кол-во человек		Анализ результатов и пояснения
	1 группа	2 группа	
Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»	36% (11 чел.)	23% (7 чел.)	Измеряет уровень тревожности, который испытывают участники, когда они находятся в положении объекта внимания, когда все смотрят на них и оценивают их поведение. Высокий балл указывает на страх оценки и негативного восприятия со стороны окружающих, что говорит о более выраженной тревоге у осужденных с длительными сроками.

¹ Сагалакова О. А., Труевцев Д. В. Опросник социальной тревоги и социофобии. URL: <https://psytests.org/anxiety/ostisf-run.html?ysclid=mbway138w5193207683> (дата обращения: 14.06.2025).

Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях	23% (7 чел.)	23% (7 чел.)	Отражает склонность к длительному переживанию и размышлению о тревожных моментах после конкретной стрессовой ситуации, а также мотивацию справиться с тревогой в будущем. Одинаковый показатель в обеих группах указывает на схожее внутреннее эмоциональное состояние и стремление контролировать тревогу после напряженных ситуаций.
Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях	23% (7 чел.)	50% (15 чел.)	Подразумевает тенденцию подавлять свои эмоциональные проявления, чтобы не вызывать отрицательную реакцию и избежать ощущений уязвимости. Высокий показатель может указывать на высокую степень настороженности осужденных с меньшими сроками лишения свободы.
Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля	14% (4 чел.)	4% (1 чел.)	Демонстрирует, насколько участники боятся критической оценки при попытках выступить с инициативой, а также страх утраты контроля над ситуацией. Более высокий уровень тревоги свидетельствует о большей неуверенности осужденных с длительными сроками.
Избегание непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях	4	0	Отражает склонность избегать прямого общения в ситуациях, связанных с экспертной оценкой, чтобы минимизировать вероятность негативных эмоциональных переживаний. Встречается лишь в группе 1 и отсутствует во второй группе.

количественный и качественный анализ, вычисление среднего значения, метод сравнения групп при помощи U-критерия Манна-Уитни.

Опросник социальной тревоги и социофобии предназначен для дифференциальной диагностики, определения доминирующего типа социальной тревоги, выраженности отдельных аспектов проявления страха оценивания в разных ситуациях. Оценка уровня тревоги позволяет контролировать развитие социальных страхов, требующих срочной психологической коррекции. Результаты тестирования по опроснику показывают уровень социальной тревоги: низкий, считающийся нормой; промежуточный, который также является вариантом нормы.

Результаты

Далее рассмотрим результаты исследования, полученные с помощью «Опросника социальной тревоги и социофобии». Данные представлены в таблице 1. Осужденные с длительными сроками лишения свободы проявляют более высокую социальную тревогу и опасения, связанные с вниманием окружающих и проявлением инициативы. В то время как те, кто отбывает менее длительные сроки, склонны сильнее сдерживать эмоции и скрывать тревогу в экспертных ситуациях. Эти различия могут отражать разные стратегии психологической адаптации к тюремной среде и социальной оценке.

**Результаты статистического анализа по данным
«Опросника социальной тревоги и социофобии»**

U _{кр}		U _{Эмп}	Зона значимости
p≤0.01	p≤0.05		
292	338	87	Значима

Далее рассмотрим результаты, полученные с помощью U-критерия Манна-Уитни (таблица 2). Данная методика также показывает значимые различия. Группы различаются между собой, что подтверждает математический анализ данных.

Группа 1 набрала высокие баллы опросника, демонстрируя выраженную тревожность и страх в социальных ситуациях. Они испытывают сильную тревогу при мысли о публичных выступлениях, взаимодействии с незнакомыми людьми, участии в социальных мероприятиях. Часто отмечают учащенное сердцебиение, потливость, дрожь и другие физические проявления тревоги в социальных ситуациях. Они избегают социальных контактов и чувствуют себя некомфортно в больших группах людей.

Группа 2 набрала более низкие баллы опросника, что свидетельствует о менее выраженной социальной тревожности. Они могут испытывать некоторую тревогу в социальных ситуациях, но она менее интенсивная и реже препятствует их социальному взаимодействию. Осужденные этой группы менее склонны избегать социальных контактов и в целом чувствуют себя более комфортно в социальных ситуациях.

Основные различия между группами заключаются в интенсивности тревоги, количестве избегающих поведений и физических проявлениях тревоги. Осужденные к длительным срокам чаще отмечают избегающее поведение в социальных ситуациях (отказ от участия в мероприятиях или избегание контактов с людьми). Также у них чаще отмечаются физические проявления тревоги, такие как учащенное сердцебиение, потливость и дрожь.

Данные различия показывают, что длительность срока лишения свободы может быть фактором, влияющим на уровень социальной тревоги и социофобии. Осужденные к длительным срокам могут испытывать более выраженную тревогу и страх в социальных ситуациях, что может быть связано с ограничением социальных контактов, отсутствием перспективы быстрого выхода на свободу и чувством изоляции. Результаты исследования демонстрируют статистически значимые различия (p≤0.01) между группами по уровню социофобии, измеренному «Опросником социальной тревоги и социофобии» (О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев)¹.

Проведенное исследование подтверждает гипотезу о том, что осужденные, отбывающие наказание в виде длительных сроков лишения свободы, более подвержены социальным страхам, чем иные категории осужденных. Анализ данных, полученных с помощью «Опросника социальной тревоги и социофобии», демонстрирует, что осужденные, отбывающие длительные сроки, чаще и с более выраженной интенсивностью испытывают чрезмерное беспокойство перед взаимодействием с другими осужденными, сотрудниками учреждения, а также о страхе перед выходом на свободу и восстановлением социальных связей. Они чаще отказываются от участия в коллективных мероприятиях, избегают общения с окружающими, изолируются в своих камерах, выражают чувство безнадежности, неполноценности и отрицательное отношение к себе.

Осужденные с длительными сроками могут испытывать чрезмерные трудности с приспособлением к режимным требованиям и ограничениям пенитенциарного учреждения,

¹ Сагалакова О. А., Труевцев Д. В. Опросник социальной тревоги и социофобии. URL: <https://psytests.org/anxiety/ostisf-run.html?ysclid=mbway138w5193207683> (дата обращения: 14.06.2025).

что может приводить к конфликтам и нарушениям. Они могут испытывать более выраженный страх перед выходом на свободу и попыткой заново адаптироваться к жизни в обществе. Все эти проявления социофобии увеличивают риск рецидива и негативно влияют на психологическое состояние осужденных.

Заключение

Таким образом, исследование подтверждает выдвинутую гипотезу о более высокой уязвимости осужденных к длительным срокам лишения свободы к страхам и тревогам. Изучение психологическо-

го состояния осужденных является важным аспектом пенитенциарной практики, так как понимание эмоциональных и социальных переживаний лиц, лишенных свободы, позволяет более эффективно осуществлять поиск различных стратегий реабилитации и ресоциализации лиц данной категории. Полученные данные подчеркивают необходимость разработки специальных программ психологической помощи для этой категории осужденных, направленных на преодоление социальных страхов и улучшение их психологического благополучия.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Акуленко С. С. Реализация целей наказания при длительных сроках лишения свободы: автореферат дис. ... канд. юрид. наук. М., 2004. 25 с.
2. Бойко В. В. Энергия эмоций. 2-е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер, 2004. 474 с.
3. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
4. Быстрова Т. В. Психологическая характеристика содержания жизнестойкости у осужденных с длительными сроками отбывания наказания // Вестник института: преступление, наказание, исправление. 2015. № 2 (30). С. 83–86.
5. Сухарева Н. В. Тревожность, тревога, страх: соотношение понятий // Теория и практика современной науки. 2018. №5 (35). С. 14–19.
6. Сухов А. Н. Социально-психологические явления в среде осужденных. Рязань: РВШ МВД СССР, 1987. 63 с.
7. Дорофеева Г. А. Страхи: определение, виды, причины // Известия ЮФУ. Технические науки. 2002. № 5. С. 13–15.
8. Заворуева А. С. Психологические и социально-философские аспекты феноменов тревоги и страха (от Фрейда до Мадди) // Вестник РГГУ. Серия: Философия. Социология. Искусствоведение. 2007. № 2-3. С. 101–111.
9. Ковпак Д. В. Страхи, тревоги, фобии... Как от них избавиться? СПб.: Наука и техника, 2012. 288 с.
10. Пирожков В. Ф. Криминальная психология. М.: Ось-89, 2001. 702 с.
11. Чигринцев Е. А. Ресоциализация осужденных к лишению свободы: вопросы многоаспектности термина // Научное обозрение. Педагогические науки. 2019. № 4-2. С. 64–69.
12. Леонова А. А. Проблемы социальной адаптации лиц, ранее отбывших уголовное наказание, и способы их решения // Молодой ученый. 2021. № 19 (361). С. 211–213.
13. Лихи Р. Свобода от тревоги. Справься с тревогой, пока она не расправилась с тобой. СПб.: Питер, 2018. 400 с.
14. Мандаланатц С. В. Страх как стимул для развития мыслительной деятельности человека // Актуальные проблемы педагогики и психологии. 2022. № 12. С. 21–22.
15. Чайка Д. С. Страхи в современном обществе: обзор литературы // Инновационная наука. 2023. № 1-1. С. 9–11.
16. Акопян Л. С. Новый подход к классификации страхов // Известия Самарского научного центра РАН. 2009. № 4-6. С. 32–22.
17. Мэй Р. Смысл тревоги. М.: Класс, 2001. 384 с.
18. Харитонов С. В. Руководство по когнитивно-поведенческой терапии. М.: Психотерапия, 2017. 176 с.
19. Алферов Ю. А, Петков В. П., Соловьев В. П. Социальная адаптация освобожденных из мест лишения свободы. Домодедово: РИПК работников МВД России, 1992. 70 с.
20. Сочивко Д. В. Психодинамика личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: дис. ... докт. псих. наук. М., 2003. 355 с.

REFERENCES

1. Akulenko S. S. Implementation of Punishment Goals during Long-Term Imprisonment: Abstract of Diss. ... Cand. of Law. Moscow, 2004. 25 p. (In Russ.)
2. Boyko V. V. Energy of Emotions. 2nd ed., supplemented and revised. St. Petersburg: Piter, 2004. 474 p. (In Russ.)
3. Vodopyanova N. E. Psychodiagnostics of Stress. St. Petersburg: Piter, 2009. 336 p. (In Russ.)
4. Bystrova T. V. Psychological characteristics of the content of resilience in convicts serving long term sentences // Bulletin of the Institute: crime, punishment, correction. 2015. No. 2 (30). P. 83–86. (In Russ.)
5. Sukhareva N. V. Anxiety, worry, fear: The relationship between concepts // Theory and practice of modern science. 2018. No. 5 (35). P. 14–19. (In Russ.)
6. Sukhov A. N. Social and psychological phenomena among convicts. Ryazan: Ryazan Higher School of the Ministry of Internal Affairs of the USSR, 1987. 63 p. (In Russ.)
7. Dorofeeva G. A. Fears: definition, types, causes // Bulletin of the Southern Federal University. Technical sciences. 2002. No. 5. P. 13–15. (In Russ.)
8. Zavorueva A. S. Psychological and socio-philosophical aspects of the phenomena of anxiety and fear (from Freud to muddy) // Bulletin of the Russian State University for the Humanities. Series: Philosophy. Sociology. Art Criticism. 2007. No. 2-3. P. 101–111. (In Russ.)
9. Kovpak D. V. Fears, anxiety, phobias... How to get rid of them? St. Petersburg: Science and technology, 2012. 288 p. (In Russ.)
10. Pirozhkov V. F. Criminal psychology. Moscow: Os-89, 2001. 702 p. (In Russ.)
11. Chigrinets E. A. Resocialization of persons sentenced to imprisonment: The multifaceted nature of the term // Scientific review. Pedagogical sciences. 2019. No. 4-2. P. 64–69. (In Russ.)
12. Leonova A. A. Problems of social adaptation of persons who have served their criminal sentences early and ways to solve them // Young scientist. 2021. No. 19 (361). P. 211–213. (In Russ.)
13. Leahy R. Freedom from anxiety. Cope with anxiety before it copes with you. St. Petersburg: Piter, 2018. 400 p. (In Russ.)
14. Mandalanats S. V. Fear as a stimulus for the development of human mental activity // Actual problems of pedagogy and psychology. 2022. No. 12. P. 21–22. (In Russ.)
15. Chaika D. S. Fears in modern society: A literature review // Innovative science. 2023. No. 1-1. P. 9–11. (In Russ.)
16. Akopyan L. S. A New approach to the classification of fears // Bulletin of Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. 2009. No. 4–6. P. 32–22. (In Russ.)
17. May R. The meaning of anxiety. Moscow: Klass, 2001. 384 p. (In Russ.)
18. Kharitonov S. V. Handbook of cognitive-behavioral therapy. Moscow: Psychotherapy, 2017. 176 p. (In Russ.)
19. Alferov Yu. A., Petkov V. P., Soloviev V. P. Social adaptation of persons released from places of deprivation of liberty. Domodedovo: RIPK of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 1992. 70 p. (In Russ.)
20. Sochivko D. V. Psychodynamics of personality in extreme life conditions: Diss. ... Doctor of Psychology. Moscow, 2003. 355 p. (In Russ.)

Информация об авторе:

Э. В. Завторова, доктор педагогических наук, профессор.

Information about the author:

E. V. Zautorova, Doctor of Pedagogy, Professor.

Статья поступила в редакцию 06.10.2025; одобрена после рецензирования 20.10.2025; принята к публикации 19.03.2026.

The article was submitted 06.10.2025; approved after reviewing 20.10.2025; accepted for publication 19.03.2026.