



Научно-исследовательский журнал «Педагогическое образование» / *Pedagogical Education*  
<https://po-journal.ru>  
2025, Том 6, № 2 / 2025, Vol. 6, Iss. 2 <https://po-journal.ru/archives/category/publications>  
Научная статья / Original article  
Шифр научной специальности: 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки)  
УДК 37.013.77

## Преодоление профессионального стресса сотрудниками уголовно-исполнительной системы

<sup>1</sup>Зорина Н.С.,  
<sup>1</sup>ФКУ НИИ ФСИН России

**Аннотация:** в статье анализируется негативное воздействие стресса на сотрудников уголовно-исполнительной системы. Различные физические и эмоциональные нагрузки, а также напряжение, связанное с работой, могут вызывать стресс, который, если его должным образом не снять, может привести к различным последствиям, таким как эмоциональное выгорание и другие психологические расстройства. Помимо стресса, вызванного конфликтами с осужденными к лишению свободы или переживанием неудач, важную роль играет необходимость совмещения служебных задач разнопланового характера. В статье фокусируется внимание на преодолении стресса для сотрудников: их психического (стресс, выгорание) и физического (травмы, смерть) здоровья. Приводятся данные многочисленных исследований указанных проблем, проведенных американским экспертным сообществом. Полученная информация может быть использована для реализации программ по коррекции стрессов в работе сотрудников уголовно-исполнительной системы Российской Федерации.

**Ключевые слова:** профилактика, стресс, уголовно-исполнительная система, исправительные учреждения, негативное воздействие, психическое здоровье, эмоциональное выгорание, ФСИН России

**Для цитирования:** Зорина Н.С. Преодоление профессионального стресса сотрудниками уголовно-исполнительной системы // Педагогическое образование. 2025. Том 6. № 2. С. 242 – 247.

Поступила в редакцию: 18 января 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 12 февраля 2025 г.; Принята к публикации: 28 февраля 2025 г.

## Overcoming occupational stress by employees of the penal enforcement system

<sup>1</sup>Zorina N.S.,  
<sup>1</sup>Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia

**Abstract:** the article analyzes the negative impact of stress on employees of the penal system. Various physical and emotional stresses, as well as work-related stress, can cause stress, which, if not properly relieved, can lead to various consequences such as emotional burnout and other psychological disorders. In addition to the stress caused by conflicts with those sentenced to imprisonment or experiencing setbacks, the need to combine diverse work tasks plays an important role. The article focuses on the risks to employees, their mental (stress, burnout) and physical (injury, death) health. The data of numerous studies of these problems conducted by the American expert community are presented. The information obtained can be used to implement stress correction programs for employees of the penitentiary system of the Russian Federation.

**Keywords:** prevention, stress, penal enforcement system, correctional institutions, negative impact, mental health, emotional burnout, Federal Penitentiary Service of Russia

**For citation:** Zorina N.S. Overcoming occupational stress by employees of the penal enforcement system. Pedagogical Education. 2025. 6 (2). P. 242 – 247.

The article was submitted: January 18, 2025; Approved after reviewing: February 12, 2025; Accepted for publication: February 28, 2025.

## Введение

Концепция стрессоустойчивости (resilience) возникает в 1973 г. и ввел в научный оборот канадский эколог К. Холлинг, а затем постепенно проникает в другие науки, в том числе в психологию, политологию и международных отношениях [1]. Взрыв ее популярности пришелся на начало XXI в. Теоретические разработки концепции стрессоустойчивости основаны на неолиберализме, их объединяют четыре аспекта. Во-первых, стрессоустойчивость рассматривается как качество, присущее любой системе. Во-вторых, стрессоустойчивость имеет аналитический характер и лишена нормативных коннотаций. В-третьих, вызовы, угрозы и позволяющие справляться с ними ресурсы всегда составляют одну систему. Стрессоустойчивость – это ответ на внутреннее возмущение в системе, перегруппировка элементов для достижения равновесия либо в старой, либо в новой точке.

Слово «стрессоустойчивость» представляется наиболее адекватным вариантом перевода. Во-первых, оно позволяет избежать смешения с другими концепциями (например, устойчивое развитие) и использования терминов точных наук. Во-вторых, оно акцентирует вызов (стресс) и адаптацию (устойчивость) в ответ на него. Анализ показывает, что практики стрессоустойчивости в России уже присутствуют, хотя их осмысление запаздывает. Современные угрозы (например, терроризм, кибератаки, фейковая информация) требуют принятия соответствующих решений и внедрения особых техник управления стрессом [2]. В последнее несколько лет значительно увеличилось число работ, уделяющих внимание концепции стрессоустойчивости, что несомненно, сказалось на эффективности результатов от ее внедрения в практическую деятельность пенитенциарных учреждений. Среди таких исследований и практических разработок можно отметить работы: Шауфели В.Б. и Петирс М.К., Эдвелл С.Т. и Миллер Л.Э. и др.

## Материалы и методы исследований

Работа сотрудников исправительных учреждений уже давно считается одной из самых напряженных в мире. Работа в исправительных учреждениях с осужденными к лишению свободы по своей природе является стрессовой. Для сотрудников уголовно-исполнительной системы (далее – УИС) устанавливают ненормированный служебный день, при котором сотрудники могут по распоряжению руководства привлекаться к выполнению служебных обязанностей [3]. Также сотрудники исправительных учреждений сталкиваются со сложным и уникальным набором проблем, связанных с их ограниченным рабочим пространством и ежедневным взаимодействием с осужденными к лишению свободы, в связи с чем могут испытывать значительные показатели тревоги, депрессии, посттравматического стрессового расстройства и профессионального выгорания из-за присущего им стресса, связанного с работой. Снижение факторов профессионального риска, создание хорошей рабочей среды, повышение грамотности в области психического здоровья, признание и лечение проблем психического здоровья, а также повышение психического благополучия – все это важные компоненты концепции стрессоустойчивости сотрудников УИС.

Основой УИС являются ее кадры, и психическое здоровье и благополучие работников исправительных учреждений имеют первостепенное значение в эффективной исправительной системе.

В связи с этим, выделим несколько разновидностей стрессовых ситуаций, с которыми сталкиваются сотрудники исправительных учреждений [4]. К ним относятся:

- проблемы, связанные с работой (например, осужденные к лишению свободы имеют ряд инфекционных заболеваний или психические заболевания, словесная и физическая агрессия);
- опасность, связанная с учреждением (например, неопределенность/конфликт, недостаточные ресурсы, плохое руководство/доверие) [5];
- психосоциальные опасности (например, контроль со стороны СМИ);
- риски для психического здоровья (например, стресс, выгорание) и риски для физического здоровья (например, травмы, смерть).

Сотрудники УИС разделяют все риски, связанные с физической средой и дополнительными рисками, перечисленными выше, а также с неконтролируемым физическим контактом с осужденными к лишению свободы.

Сотрудники исправительных учреждений по всему миру работают в очень сложных условиях. Например, пенитенциарная система Соединенных Штатов Америки (далее – США), в которой содержится почти 2,3 миллиона заключенных и в которой занято более 500 000 сотрудников исправительных учреждений и медицинского персонала, хронически испытывает нехватку персонала и ресурсов. Постоянная нехватка сотрудников исправительных учреждений и очень высокая текучесть кадров характерны для всех категорий работников исправительных учреждений. Доля вакантных должностей сотрудников исправительных учреждений в некоторых американских тюрьмах приближается к 50% [6].

Несмотря на то, что общественные надзорные органы, работают эффективно, но количество вакансий на должности сотрудников службы probation и условно-досрочного освобождения, согласно информационным сводкам, достигает 20% [7]. Особенно трудно набрать и удержать в исправительных учреждениях квалифицированный медицинский персонал, такой как врачи и медсестры. Эти усилия осложняются тем фактом, что общественность не считает исправительные учреждения статусной профессией. Текущесть кадров в исправительных учреждениях может достигать 50%, а удовлетворенность работой в исправительных учреждениях находится в низких 5% [8, 9].

Проведенные исследования показали, что примерно 37% сотрудников американских исправительных учреждений испытывают стресс и эмоциональное выгорание на работе в исправительных учреждениях [10]. Это значительно больше, чем обычно оцениваемый уровень стресса в 19–30% среди работающего населения. Мета-анализ 20 исследований в США показал, что специфические проблемы, с которыми сталкиваются сотрудники исправительных учреждений (такие как воспринимаемая опасность и ролевые проблемы) и отношение к работе (например, участие в принятии решений, удовлетворенность работой, приверженность и намерение текучести кадров) порождают самые сильные прогностические связи со стрессом на работе [11].

Сотрудники исправительных учреждений должны постоянно следить за тем, что происходит вокруг, и, возможно, им придется применять силу для защиты себя и других людей в исправительных учреждениях. Эта постоянная повышенная бдительность делает работу в исправительной среде психологически и физически истощающей. Персонал исправительных учреждений подвержен высокому риску депрессии, суицида, ожирения, гипертонии, несчастных случаев и ранней смертности от хронических заболеваний [12, 13].

## Результаты и обсуждения

Исследования, проведенные в США, показали, что распространенность самоубийств среди работников исправительных учреждений может быть в два раза выше, чем среди полицейских. Уровень смертности от самоубийств среди работников исправительных учреждений достигает 105 на 100 000 человек, что более чем в семь раз выше, чем в целом по США (т.е. 14 на 100 000 человек) [14]. Результаты базы данных Национального надзора за профессиональной смертностью США свидетельствуют о том, что работники исправительных учреждений подвергаются значительно более высокому риску смерти в результате самоубийства с поправкой на возраст. Этот риск еще более высок для женщин, работающих в исправительных учреждениях.

Проведенный специалистами анализ установил, что сотрудники исправительных учреждений имели необычно высокий средний уровень разводов и заболеваний, связанных со стрессом (таких как болезни сердца, гипертония и язвы), а их средняя продолжительность жизни (59 лет) была на 16 лет ниже, чем в среднем по США [15]. Эдвелл С.Т. и Миллер Л.Э. обнаружили, что сотрудники исправительных учреждений чаще страдают от сердечных приступов, высокого кровяного давления и язв, чем представители широкой общественности [16]. Результаты систематического обзора таких исследований показали, что организационная структура и климат исправительных учреждений наиболее последовательно связаны со стрессом сотрудников исправительных учреждений [17, 18].

Чтобы справится со стрессом профессиональные психологи по работе с концепцией стрессоустойчивости рекомендуют обратить руководству внимание на следующие методы по преодолению профессионального стресса сотрудниками уголовно-исполнительной системы:

1. Рекомендуется планировать семинары по управлению стрессом, информационные курсы и другие мероприятия. Руководители должны способствовать повышению осведомленности о психическом здоровье и стрессе сотрудников.

2. Командные встречи также могут быть использованы для разговора о типичных проблемах психического здоровья (стресс, выгорание, беспокойство, страх и т.д.), которые являются результатом работы в сложных условиях, а также простых психологических методов «заботы о себе».

3. Последовательные командные собрания, даже если они короткие. Это способствует сплоченности коллектива и облегчает решение проблем, которые могут возникнуть в результате работы под давлением.

4. Ротация персонала с высоконапряженных должностей на низконапряженные работы и наоборот.

5. Расстановка приоритетов в долгосрочной перспективе (необходимо убедиться, что сотрудники проходят достаточную подготовку, связанную с повышением по должности).

6. Поддержка во время бедствия позволяя членам команды иметь «подрывку» в случае смерти и побуждая их выражать свои эмоции, такие как угрызение совести, ярость и т.д.

7. Метод «Уход за собой». Деятельность, которая поддерживает эмоциональное, физическое, реляционное, духовное и религиозное благополучие, считается формами заботы о себе.

8. Метод «Система приятелей на рабочем месте»: Это метод, при котором два человека работают вместе. Смешивание людей с разной степенью подготовки, опыта и компетенций выгодно.

Принято считать, что рабочая среда более тесно связана с выгоранием среди работников исправительных учреждений, чем с личностными характеристиками. Перегруженность работой, сложные социальные контакты (с осужденными, коллегами и начальниками) и низкое социальное положение были четырьмя основными факторами, способствующими выгоранию персонала исправительных учреждений, как определили Шауфели В.Б. и Петирс М.К. [19]. Тем не менее, было проведено мало исследований для выяснения факторов, связанных с выгоранием среди сотрудников как американских исправительных учреждений таки российский исправительных учреждений.

## Выводы

Подводя итоги проведенного анализа негативного воздействия целого комплекса факторов на психическое здоровье сотрудников уголовно-исполнительной системы способствовало выделению профессиональных факторов риска психологической безопасности сотрудников исправительных учреждений любой страны. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что мероприятия по обеспечению психологического здоровья сотрудников исправительных учреждений должны быть встроены в общую систему поддержки, снижения профессиональных факторов риска, улучшения психического благополучия путем создания позитивной рабочей среды, повышения грамотности в области психического здоровья, а также выявления и лечения проблем психического здоровья.

## Список источников

1. Холлинг К.С. Жизнестойкость и стабильность экологических систем // Ежегодный обзор экологии и систематики. 1973. Т. 4. № 1. С. 1 – 23.
2. Романова Т., Павлова Е., Трещенков Е. [и др.]. Концепция стрессоустойчивости (resilience): рекомендации для России в контексте взаимодействия с европейским союзом: рабочая тетрадь 55/2019 / гл. ред. И.С. Иванов. Российский совет международным делам (РСМД). М.: НП РСМД, 2019. 40 с.
3. Приказ Министерства юстиции Российской Федерации от 5 августа 2021 г. № 132 «Об организации прохождения службы в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации»: приложение № 11. СПС КонсультантПлюс. URL:<https://base.garant.ru/401601658/10ed0f917186039eb157d3ba4f962ee5/> (дата обращения: 10.01.2025).
4. Фердик Ф., Смит Х. Обобщение литературы по безопасности и благополучию сотрудников исправительных учреждений. Вашингтон, округ Колумбия: Национальный институт юстиции, 2020. С. 1 – 36.
5. Пырченкова Г.С., Радченко Е.П. Коммуникативная компетентность как фактор обеспечения эффективной профессиональной деятельности сотрудника правоохранительных органов // Возможности и перспективы формирования и развития профессиональной лингвокоммуникативной компетенции сотрудников правоохранительных органов: сборник материалов по результатам работы круглого стола. Москва, 27 апреля 2023 года. Москва: Академия управления МВД России, 2023. С. 45 – 48.
6. Эверс Т.Дж., Оглофф Дж.Р., Траунсон Дж.С., Пфайфер Дж.Э. Мероприятия по обеспечению благополучия сотрудников исправительных учреждений в пенитенциарных учреждениях: обзор и мета-анализ // Уголовное правосудие и поведение. 2020. № 47 (1). С. 3 – 21.
7. Департамент исправительных учреждений штата Нью-Мексико. Краткий обзор слушаний в Законодательном финансовом комитете. 2017. С. 6 – 12.
8. Соловьев Д.Ю., Радченко Е.П. К вопросу о гражданском персонале в уголовно-исполнительной системе // Вестник общественной научно-исследовательской лаборатории «Взаимодействие уголовно-исполнительной системы с институтами гражданского общества: историко-правовые и теоретико-методологические аспекты». 2019. № 16. С. 182 – 185.

9. Армстронг Г.С., Аткин-Планк К.А., Уэллс Дж. Взаимосвязь между конфликтом между работой и семьей, стрессом от работы сотрудника исправительного учреждения и удовлетворенностью работой // Уголовное правосудие и поведение. 2015. № 42 (10). С. 1066 – 1082.
10. Бурбонне Р., Маленфант Р., Везина М., Жовен Н., Бриссон И. Особенности работы и здоровье сотрудников исправительных учреждений. 2005. № 53 (2). С. 127 – 142.
11. Дауден К., Теллье К. Прогнозирование профессионального стресса у сотрудников исправительных учреждений: мета-анализ. Журнал уголовного правосудия, 2004. № 32. С. 31 – 47.
12. Брауэр Д. Обзор литературы по здоровью и безопасности сотрудников исправительных учреждений. Вашингтон, округ Колумбия: Национальный институт юстиции, Управление программ юстиции, Министерство юстиции США, 2013. С. 9 – 26.
13. Йегерс Л.А., Матье М.М., Вон М.Г., Верт. Кац И.М., Ахмад С.О. Посттравматическое стрессовое расстройство и профессиональное выгорание среди сотрудников СИЗО // Журнал медицины труда и окружающей среды. 2019. № 61 (6). С. 505 – 510.
14. Виоланти Дж.М. Самоубийство за стеной: национальный анализ самоубийств сотрудников исправительных учреждений, 2017. № 8. С. 58 – 64.
15. Чик Ф.Э., Миллер М. Опыт стресса для сотрудников исправительных учреждений: теория двойного послания коррекционного стресса // Журнал уголовного правосудия. 1983. № 2. С. 105 – 120.
16. Эдвелл С.Т., Миллер Л.Э. Профессиональное выгорание. 1985. № 47 (7). С. 70 – 72.
17. Финни К., Стергиопулос Э., Хенсель Дж., Бонато С., Дева С.С. Организационные стрессоры, связанные с профессиональным стрессом и выгоранием у сотрудников исправительных учреждений: систематический обзор. 2013. С. 13 – 82.
18. Радченко Е.П. Американская система правосудия в отношении несовершеннолетних // Правовое регулирование и организация защиты прав несовершеннолетних осужденных: сборник материалов круглого стола. Москва, 29 октября 2021 года. Москва: ФКУ НИИ ФСИН России, 2021. С. 152 – 155.
19. Шауфели В.Б., Петерс М.К. Профессиональный стресс и эмоциональное выгорание среди сотрудников исправительных учреждений: обзор литературы // Международный журнал по управлению стрессом. 2000. № 7. С. 19 – 48.

### References

1. Holling K.S. Viability and stability of ecological systems. Annual review of ecology and taxonomy. 1973. Vol. 4. No. 1. P. 1 – 23.
2. Romanova T., Pavlova E., Treshchenkov E. [et al.]. The concept of stress resistance (resilience): recommendations for Russia in the context of interaction with the European Union: working notebook 55/2019 / ed.-in-chief I.S. Ivanov. Russian International Affairs Council (RIAC). Moscow: NP RIAC, 2019. 40 p.
3. Order of the Ministry of Justice of the Russian Federation dated August 5, 2021. No. 132 "On the organization of service in the penal system of the Russian Federation": Appendix No. 11. SPS ConsultantPlus. URL: <https://base.garant.ru/401601658/10ed0f917186039eb157d3ba4f962ee5/> (date of access: 10.01.2025).
4. Ferdik F., Smith H. Generalization of the literature on the safety and well-being of correctional officers. Washington, DC: National Institute of Justice, 2020. P. 1 – 36.
5. Pyrchenkova G.S., Radchenko E.P. Communicative competence as a factor in ensuring effective professional activity of a law enforcement officer. Possibilities and prospects for the formation and development of professional linguocommunicative competence of law enforcement officers: a collection of materials based on the results of the round table. Moscow, April 27, 2023. Moscow: Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2023. P. 45 – 48.
6. Evers T.J., Oglethorpe J.R., Trounson J.S., Pfeiffer J.E. Welfare Interventions for Correctional Officers in Penitentiary Institutions: A Review and Meta-Analysis. Criminal Justice and Behavior. 2020. No. 47 (1). P. 3 – 21.
7. New Mexico Department of Corrections. Summary of Hearings before the Legislative Finance Committee. 2017. P. 6 – 12.
8. Soloviev D.Yu., Radchenko E.P. On the issue of civilian personnel in the penal system. Bulletin of the public research laboratory "Interaction of the penal system with civil society institutions: historical, legal and theoretical and methodological aspects". 2019. No. 16. P. 182 – 185.
9. Armstrong G.S., Atkin-Plank K.A., Wells J. The relationship between work-family conflict, correctional officer work stress and job satisfaction. Criminal justice and behavior. 2015. No. 42 (10). P. 1066 – 1082.
10. Bourbonne R., Malenfant R., Vezina M., Joven N., Brisson I. Features of work and health of correctional officers. 2005. No. 53 (2). P. 127 – 142.

11. Dowden K., Tellier K. Predicting occupational stress in correctional officers: A meta-analysis. *Journal of Criminal Justice*, 2004. No. 32. P. 31 – 47.
12. Brauer D. A review of the literature on correctional officer health and safety. Washington, DC: National Institute of Justice, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice, 2013. P. 9 – 26.
13. Yegers L.A., Matieu M.M., Vaughan M.G., Wert. Katz I.M., Ahmad S.O. Post-traumatic stress disorder and professional burnout among pretrial detention facility staff. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*. 2019. No. 61 (6). P. 505 – 510.
14. Violanti J.M. Suicide Behind the Wall: A National Analysis of Correctional Officer Suicides, 2017. No. 8. P. 58 – 64.
15. Chick F.E., Miller M. The Stress Experience of Correctional Officers: A Double Bind Theory of Correctional Stress. *Journal of Criminal Justice*. 1983. No. 2. P. 105 – 120.
16. Edwell S.T., Miller L.E. Professional Burnout. 1985. No. 47 (7). P. 70 – 72.
17. Finney K., Stergiopoulos E., Hensel J., Bonato S., Deva S.S. Organizational Stressors Associated with Occupational Stress and Burnout in Correctional Officers: A Systematic Review. 2013. P. 13 – 82.
18. Radchenko E.P. American juvenile justice system. Legal regulation and organization of protection of rights of juvenile convicts: collection of materials of the round table. Moscow, October 29, 2021. Moscow: FKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, 2021. P. 152 – 155.
19. Shaufeli V.B., Peters M.K. Professional stress and emotional burnout among correctional officers: a literature review. *International Journal of Stress Management*. 2000. No. 7. P. 19 – 48.

#### Информация об авторах

Зорина Н.С., старший научный сотрудник отдела по совершенствованию нормативно-правового регулирования деятельности уголовно-исполнительной системы центра изучения проблем управления и организации исполнения наказаний в уголовно-исполнительной системе (ФКУ НИИ ФСИН России)

© Зорина Н.С., 2025