

# REHABILITACIJSKI PROGRAMI U INSTITUCIJAMA U HRVATSKOJ PENOLOŠKOJ TEORIJI I PRAKSI

LJILJANA MIKŠAJ · TODORVIĆ · ALEKSANDAR BUĐANOVAC · ŽELJKO BRGLES

primljeno: siječanj '98.  
prihvaćeno: rujanj '98.

Stručni rad  
UDK: 376.5  
343.9

U članku su na sažet način prikazani osnovni trendovi u penološkoj rehabilitaciji u svijetu i trenutačna situacija glede rehabilitacije u penalnom sustavu Republike Hrvatske. Osim iznošenja osnovnih značajki rehabilitacijske orijentacije u hrvatskom penalnom sustavu, detaljnije je prikazan i jedan mali rehabilitacijski program proveden u otvorenom kaznenom zavodu Valtura - Pula. Radi se o programu relaksacije temeljene na "yoga nidra" tehnici koji je primarno usmjeren na redukciju stresa putem seansi psihofizičkog opuštanja pod stručnim vodstvom. Program je utemeljen na znanstvenim principima, te sustavno praćen u razdoblju od tri mjeseca. Unatoč izvjesnim poteškoćama organizacijske prirode (prvenstveno fluktuacija i relativno mali broj sudionika) program je naišao na vrlo dobar prijem kod sudionika koji su izrazili pretežno pozitivne promjene u većini mjerenih područja - poboljšanje odnosa s drugim ljudima, smanjenje nekih psihofizioloških poteškoća (nesanica, neurotičnost, smanjenje napetosti, lakše izdržavanje kazne...). Ovaj je eksperiment svakako dokazao vrijednost uvođenja malih rehabilitacijskih programa u ustanove ovoga tipa, pod uvjetom da su zasnovani na principu dragovoljnosti, te da se provode stručno i dosljedno.

Autori smatraju kako bi bilo potrebno uvesti suvremene metode klasifikacije zasnovane na stupnju opasnosti i rehabilitacijskih potreba osuđenika, proširiti dijapazon rehabilitacijskih programa u penalnim institucijama RH, te intenzivnije prihvatiti u svijetu provjerene stručne i znanstvene kriterije koje će, između ostaloga, omogućiti i bolju usporedbu rehabilitacijskih napora u RH s onima u svijetu.

**Ključne riječi:** penološka rehabilitacija, rehabilitacijski programi, yoga nidra

## SUVREMENI TRENDOWI U PENOLOŠKOJ REHABILITACIJI

Posljednjih desetljeća, kako navode McGuire i Priestley (1995), postaje sve očitije da punitivne mjere ne samo da nisu uspjele spriječiti porast kriminala, već i pogoršavaju situaciju.

Pažljivo čitanje literature o psihologiji kriminalnog ponašanja i učincima tretmana navodi na zaključak da smanjenje recidivizma neće biti moguće bez osiguranja rehabilitacijskih intervencija, a ove pak neće biti učinkovite bez oslonca na kliničke principe rehabilitacije (Andrews i sur. 1990). Autori smatraju da je za uspjeh potrebno primijeniti odgovarajuću rehabilitacijsku intervenciju a ona mora odražavati tri psihološka principa:

- princip rizika: rad sa slučajevima višeg stupnja rizika,
- princip djelovanja na kriminogene potrebe,
- princip prijemčivosti: upotreba stilova i modela tretmana koji odgovaraju klijentovim potrebama i stilovima učenja (npr., kognitivni i bihevioralni).

Prema principu rizika, rizičniji slučajevi trebali bi biti podvrgnuti intenzivnijim programima, a slučajevi niskog rizika programima minimalnog intenziteta. Rizični čimbenici mogu biti statični ili dinamični i psihologija se posebno zanima za dinamične, jer je njihova promjena povezana s vari-

Mr.sc. Ž. Brgles odgajatelj je u OKZ Valtura-Pula.

jacijama u izgledima za daljnje kriminalno ponašanje.

Dinamični rizični čimbenici nazivaju se kriminogene potrebe. Područja s najvećom vjerojatnošću promjene su antisocijalni stavovi, osjećaji i odnosi s drugima; najbolje rezultate pružit će unapređivanje obiteljskih odnosa s pojačanim roditeljskim nadzorom, poticanje identifikacije s antikriminalnim modelima, povećavanje samokontrole, zamjenjivanje vještina laganja, krađe i agresivnosti drugim, prosocijalnim vještinama, reduciranje kemijskih ovisnosti i slično.

Područja rada koja manje obećaju su povećanje samopoštovanja bez miješanja u antisocijalne sklonosti, poboljšavanje uvjeta života u zajednici bez miješanja u obitelji visokog rizika, te pokušaji usmjeravanja pozornosti na nejasne osobne/emocionalne probleme koji nisu povezani s recidivizmom.

Princip prijemčivosti povezan je s izborom stilova i oblika intervencija koje mogu utjecati na specifične vrste posrednih ciljeva i istovremeno su prilagođene stilovima učenja osuđenih osoba.

Metaanaliza autora (Andrews i sur., 1990) pokazala je da je utjecaj odgovarajuće rehabilitacijske intervencije značajno veći od nespecificirane intervencije, a obje su bolje od neodgovarajuće ili nikakve intervencije.

Nizom istraživanja dobivena je slika onih modaliteta tretmana koji će najvjerojatnije imati uspjeha u rehabilitaciji, kao i onih koji vjerojatno predstavljaju uzaludne pokušaje (Cullen i sur, 1996). U tom smislu, metaanalize Andrews i sur. (1990) te Lipsey (1992a i b) spadaju u najveće novije preglede istraživanja na području penološke rehabilitacije. Lipseyeva metaanaliza temeljena je na 397 studija provedenih na 40000 prijestupnika u dobi od 12 do 21 godine, dok je metaanaliza Andrews i sur. sadržavala 150 istraživanja na populaciji odraslih počinitelja kaznenih djela.

Prema ovim studijama, neuspješne strategije postupanja s prijestupnicima su psihoterapeutske modeli - individualna i grupna terapija i savjetovanje (posebno oni

orijentirani na introspekciju), medicinski modeli, koji mogu biti djelotvorni jedino unutar konteksta sveobuhvatnijih programa, potom široka primjena probacije i uvjetnog otpusta, te punitivne mjere (McGuire i sur. 1995, Cullen i sur. 1996). Kako je pokazao Lipsey (1992a, 1992b), programi temeljeni na kažnjavanju, kao što su šok-zatvaranje i intenzivni nadzor u prosjeku povećavaju recidivizam za 25% u odnosu na kontrolne grupe.

Kao ilustracija gore navedenoga može nam dobro poslužiti istraživanje Annis i Chan (1983). Ovi autori opisuju program u koji je bilo uključeno 150 muških ispitanika (100 uključeno u program, a 50 kontrolna grupa s redovnim programom), ovisnika o alkoholu i drogama, proveden u ustanovi minimalne sigurnosti u Ontariu. Sudionici su bili uključeni u intenzivnu osmotjednu grupnu terapiju od 224 sata po čovjeku.

Mjere učinkovitosti bile su sljedeće: broj ponovnih osuda u prvoj posttretmanskoj godini; broj dana koji su proveli u instituciji u prvoj posttretmanskoj godini; kategorija novog kaznenog djela. Općenito govoreći, istraživanje je pokazalo sljedeće rezultate: grupna terapija nije značajno smanjila ukupnu stopu recidivizma u odnosu na redovni tretman; prijestupnici koji su imali visoku sliku o sebi pokazali su veće poboljšanje, odnosno rjeđe su recidivirali i činili pri tome manje teška kaznena djela. Ispitanici s niskom slikom o sebi bili su lošiji u grupnoj terapiji nego u redovnom tretmanu. Na osnovu svojih rezultata, autori ističu potrebu za razvojem modela diferencijalnog tretmana za prijestupnike.

McGuire i Priestley (1995) navode kako su programi koji su pozitivno djelovali na smanjenje recidivizma primarno temeljeni na bihevioralnom i kognitivno-bihevioralnom pristupu. Kao primjer bihevioralnih metoda oni navode modifikaciju ponašanja u svrhu reduciranja krađe i agresivnosti; metodu zasićenja podražajima za tretman piromanije; tehnike relaksacije i sistematske desenzitizacije za ponašanja vezana uz napetost i uzbuđenje, kao što su alkoholo-

lizam, seksualni egzibicionizam, kleptomanija, agresivnost i nasilnost; trening socijalnih vještina za mlade prijestupnike i emocionalno poremećene adolescente, za rješavanje konflikata između roditelja i djece u obiteljima delinkvenata, trening heteroseksualnih vještina. Trening socijalnih vještina najčešće je osnova kurseva koji se održavaju pred izlazak iz zatvora; trening u moralnom rezoniranju za redukciju antisocijalnih stavova; multimodalne programe koji uključuju niz bihevioralnih i kognitivnih komponenti i koji su se pokazali jednom od najjačih mogućnosti u sistematskoj redukciji stope recidivizma (McGuire i Priestley 1995:16).

Metaanalize nadalje pokazuju da uspješne od neuspješnih tretmana razlikuje i niz čimbenika unutar samog programa (Cullen i sur, 1996). To su, na primjer, primjenjivanje intenzivnijih oblika tretmana prema rizičnijim prijestupnicima, osiguravanje poslijetretmanske pomoći, primjena odgovarajućih oblika tretmana za pojedine prijestupnike, korištenje strukturiranog priručnika programa, korištenje autoriteta na senzibilan i konstruktivan način, ciljanje na "kriminogene potrebe", a ne na čimbenike koji nisu povezani sa zločinom. Također se preporuča visoka motivacija stručnog osoblja, odgovarajuća obuka i klinička supervizija osoblja.

Temeljem rezultata metaanaliza moguće je procjenjivati i stupanj uspješnosti koji se može očekivati od najboljih tretmanskih programa.

Najčešći način procjene uspješnosti je ispitivanje recidivizma. Pokazalo se da tretmanske grupe manje recidviraju od kontrolnih, poglavito grupe uključene u tretmane koji uključuju naprijed navedene čimbenike. Ali, bez obzira jesu li ti čimbenici prisutni ili ne, cjelokupni rezultati pokazuju da rehabilitacijski pristup općenito smanjuje recidivizam više od bilo koje druge strategije.

Zbog sve većeg broja studija o učinkovitosti tretmana čiji su rezultati govorili o neuspjehu, pozornost se počela poklanjati mogućnostima postizanja pozitivnih rezul-

tata putem kreiranja programa tretmana za posebne tipove prijestupnika (Annis i Chan, 1983). Općenito je priznato da je vjerojatnost stvaranja uspješnog rehabilitacijskog programa to veća što smo više u mogućnosti klasificirati prijestupnike po kriterijima relevantnim za odabir tretmanskih postupaka. U počecima uvođenja rehabilitacijskih programa, prijestupnike se pokušavalo klasificirati po sociodemografskim karakteristikama (Jew, Kim, Mattocks, 1975 - prema Annis i Chan, 1983), rezultatima psiholoških testova (Bennett, 1974; Carlson, 1972; Megargee, 1977 - prema Annis i Chan, 1983), ili karakteristikama kriminalne karijere (Clinard i Quinney, 1973; Roebuck, 1967 - prema Annis i Chan, 1983). Rezultati rehabilitacijskih programa temeljenih na ovim klasifikacijama, međutim, ostali su nepoznati. U svijetu su već odavno poznati pokušaji objektiviziranja prognostičkih postupaka koji se temelje na nekoj vrsti bodovanja (kvantifikaciji) ključnih obilježja osuđenih osoba i okolnosti u kojima su se one nalazile ili se nalaze, što je omogućavalo kasniju evaluaciju i svakako pridonosilo kvalitetnijoj klasifikaciji. Začetak takvih postupaka nalazimo početkom dvadesetih godina ovog stoljeća, a razvijali su ih Warner, Burgess, Glueckovi, Frey, (prema Vodopivec i sur., 1966:125-126) te Gerecke, Meywerk, Schid, Schwaab, Argow, Laune i Weeks (prema Pinatel, 1960:110-114). Posljednjih se godina ponovo stavlja naglasak na ovu problematiku, s ciljem pojednostavljenja i, naravno, povećanja učinkovitosti prognostičkih instrumenata, uz njihovu obveznu evaluaciju.

Direktan poticaj za razvoj ovih metoda u razvijenim zemljama u stvari je prenapučenost u penalnim institucijama, koja je dovela do potrebe za uvođenjem različitih alternativnih sankcija. Konstruirani su instrumenti čija je osnovna svrha što preciznija, ali i jednostavnija dijagnostika s ciljem klasifikacije osuđenih u programe maksimalne, srednje ili minimalne sigurnosti koji se provode bilo u odgovarajućim institucijama, bilo u zajednici. Na taj način

nastojala se izbjeći nepotrebna institucionalizacija i smanjiti prenapučenost u ustanovama.

Takvi instrumenti konstruirani su na način da sumiraju podatke o svim vidovima života osuđenih osoba, kao što su primjerice informacije o kriminalnoj povijesti, edukaciji i radnom iskustvu, socijalnom životu, potencijalnim problemima s ovisnošću, ekonomskoj situaciji, bračnom stanju, smještaju, slobodnom vremenu, emocionalnom životu, stavovima i sustavu vrijednosti, te stavu prema vlastitoj kriminalnoj djelatnosti. Podaci se, zatim, na određene načine sumiraju i zbroj bodova indicira stupanj društvene opasnosti osuđenih i njihovih potreba u procesu rehabilitacije, preporučujući ih za programe maksimalne, srednje ili minimalne sigurnosti i istovremeno ukazujući na najproblematičnija područja na kojima treba osobito "raditi". Ovakav postupak trebao bi znatno olakšati odluku o izboru programa tretmana za pojedinog osuđenog. Brojne evaluacije (Bonta, Motiuk, 1992; Motiuk, Motiuk, Bonta, 1992; Loza, Simourd, 1994; Wright, 1988 i druge) ukazuju na valjanost pojedinih prognostičkih metoda, što svakako utječe i na unapređenje samih dijagnostičkih postupaka.

## REHABILITACIJSKO USMJERENJE U RH

Gledano u kontekstu tretmana, organizacija života osuđenih osoba unutar hrvatskih penalnih ustanova mogla bi se najbolje opisati u terminima triju razina (Buđanovac i sur. 1996).

Prvu razinu čine oblici tretmana koje Buđanovac (1989) naziva metodama općeg tretmana, i koji zapravo sačinjavaju sadržaj zavodskoga života (tu prije svega podrazumijevamo rad, slobodno vrijeme i edukaciju). Način sudjelovanja osuđenih u sadržajima te razine tretmana neposredno je povezan s ocjenom uspješnosti njihova funkcioniranja u kaznenom zavodu, a ona pak ima konkretne posljedice na određivanje nagrada, pogodnosti i uvjetnog otpusta.

Ovo je, samo po sebi, jak motivacijski čimbenik za osuđene prilikom donošenja odluke o tome hoće li se u njih uključiti.

Ovakva organizacija života očigledno počiva na bihevioralnim principima nagrađivanja i kažnjavanja. Kvaliteta uspješnosti funkcioniranja osuđenika u sadržajima ove razine procjenjuje se isključivo na temelju impresije stručnih djelatnika, odnosno ne postoje nikakvi objektivni kriteriji uspješnosti.

Drugu razinu sačinjavaju programi koncipirani za posebne kategorije što su, u slučaju Republike Hrvatske, ovisnici o alkoholu i drogama. Zajednička karakteristika ovih oblika tretmana je da sudjelovanje u njima i kvaliteta tog sudjelovanja također predstavlja temelj za procjenu cjelokupnog ponašanja osuđenih i ocjenu uspješnosti tretmana koja se donosi u određenim vremenskim intervalima. I ovdje je prepoznatljiv temeljno bihevioralni pristup. Iako je na toj razini rada u više kaznenih zavoda do sada uloženo mnogo napora, nažalost moramo konstatirati da zbog nedostatka koncepata za programiranje rada i objektiviziranih znanstveno utemeljenih programa evaluacije njihovi rezultati, bili pozitivni ili negativni, nisu dostupni stručnoj javnosti.

Treću razinu teorijski čine takozvani mali rehabilitativni programi. Sudjelovanje osuđenih u njima ne utječe direktno na procjenu ponašanja, ali se svakako pozitivno odražava na prve dvije razine. Oni bi trebali biti ponuđeni svim osuđenima koji žele rješavati neki od svojih specifičnih problema (određeni problemi prilagodbe na uvjete života kaznenog zavoda, međusobnih odnosa, rad na tijelu i slično). Ne moraju se provoditi kontinuirano, ali uvijek mogu stajati kao ponuđena mogućnost ili se pak mogu kreirati ukoliko se među osuđenim osobama pojavi potreba za njima. Uspješno sudjelovanje osuđenih osoba u takvim programima u funkcionalnom je odnosu s uspješnošću cjelokupnoga njihova tretmana. Stoga niti takve programe ne bi trebalo nuditi i provoditi stihijski, već ih pratiti i

evaluirati u relacijama sa svim ostalim elementima tretmana pojedinaca i skupina. Jedini takav evaluirani program tretmana u nas je program relaksacije proveden u otvorenom zavodu Valtura.

Temeljem navedenog razumljivo je zašto u Hrvatskoj s područja penološke rehabilitacije ne postoji niti jedan znanstveni rad u kojem bi se evaluirali rehabilitacijski napori bilo koje razine. Štoviše, ne postoji niti praćenje osuđenika u poslijepenalnom razdoblju koje bi barem na osnovu stope recidivizma pružilo podatke o učinkovitosti takvog nespecificiranog rada.

Prema našem mišljenju, osnovna prepreka je u nedostatnoj klasifikaciji osuđenih osoba koja je više tradicionalna nego što bi uvažavala suvremene trendove. Kriterij rizika i potreba spomenut u prethodnom poglavlju nepoznat je našoj stručnoj javnosti, iako se u pogledu stupnja rizika njegovi tragovi mogu nazrijeti u kategorizaciji ustanova prema stupnju sigurnosti. U Republici Hrvatskoj postoji jedan kazneni zavod zatvorenog (s poluotvorenim i otvorenim odjeljenjima), 2 kaznena zavoda poluotvorenoga, te dva kaznena zavoda otvorenog tipa. Osnovne razlike između ovih tipova ustanova su formalne: one se razlikuju prema stupnju osiguranja, te vrstama i količini predviđenih pogodnosti što je vidljivo na razini pravne regulative u našoj zemlji. Tako pored općih prava osuđenih osoba utvrđenim temeljnim načelima Europskih zatvorskih pravila, koja su prihvaćena i ugrađena i u našem zakonodavstvu, osuđene osobe u otvorenim i poluotvorenim KZ-ima imaju pravo na češće posjete članova uže obitelji u odnosu na zatvorene KZ-e (čl. 152.st.2. Zakona o izvršenju sankcija izrečenih za krivična djela, privredne prijestupe i prekršaje), pravo na dopisivanje bez ograničenja i kontrole sadržaja pošiljki (čl. 150 cit. Zakona). Također, ista intencija zakonodavca vidljiva je i kroz mogućnost poticanja osuđenih osoba u procesu rehabilitacije i kroz sistem pogodnosti koje su sastavni dio individualnog programa postu-

panja. Naime, zakonom je jasno određena uloga, vrsta i ovlasti za odobravanje odnosno uskratu pogodnosti (čl. 18. st.2, 159. i 160 cit. Zakona), ali kod razrade vrste kriterija za odobravanje i korištenje pogodnosti, člankom 159. Zakona data je samo opća formulacija da se osuđenim osobama mogu davati razne pogodnosti za njihovo dobro ponašanje, zalaganje na radu, "i iz drugih razloga tretmana" pa je to prepušteno uređenju unutar zakonskih propisa, podzakonskim aktima, prije svega Kućnim redovima kaznenih organa, koje donose čelnici kaznenih tijela u suglasnosti s ministrom pravosuđa RH.

Klasifikacija osuđenih prema njihovim potrebama nije dovoljno prisutna u našem penalnom sustavu.

Posljednjih se godina posebna pozornost ponovo posvećuje načelu individualizacije u tretmanu osuđenih, u čijem se temelju nalazi valjana klasifikacija osuđenih i kategorizacija ustanova.

Davno iskazana potreba za jedinstvenom, centraliziranom institucijom u kojoj bi se činila takva klasifikacija osuđenih ostvarena je osnivanjem Centra za psihosocijalnu dijagnostiku godine 1987, u Zagrebu. Osnovna prednost ove institucije je u tome što je ona u mogućnosti formirati i razvijati jedinstvene kriterije klasifikacije osuđenih i utvrđivati jedinstvene standarde za ovu problematiku na razini cijele države. Taj proces se, osim toga, zasniva na uporabi suvremenih znanstvenih metoda. Izvješće stručnog tima s prijedlogom za upućivanje u kazneni zavod obiluje, dakle, nizom kriminoloških, psiholoških, socijalnih i medicinskih podataka, temeljem kojih se izrađuju orijentacijski programi tretmana. U procesu odlučivanja o tipu ustanove u koju će pojedina osuđena osoba biti upućena, implicirana je, ali ne i operacionalno definirana, prognostika njezina budućeg ponašanja, odnosno društvene opasnosti počinitelja.

Postojeći dijagnostički postupci zajedno s orijentacijskim programima za tretman pojedinih osuđenih pružaju obilje raznovrsnih informacija s obzirom na stupanj

potrebitog osiguranja, kao i za odabir metoda tretmana. Međutim, tu se postavljaju najmanje dva problema.

Prvi je, da ne postoji objektivizirana procjena rizika i potreba osuđenoga, koji su doduše, vrlo specifični i neponovljivi za svakog pojedinca; to ne znači da jednom, kad je donesena prognoza rizika (što će odrediti tip ustanove), ne bi bilo moguće unutar istih tipova ustanove definirati klase srodne po vrstama bio-psiho-socijalnih potreba. Objektivizirajuće utvrđena hijerarhijska struktura tih potreba nameće i potrebu razvijanja pojedinih programa tijekom tretmana. Tako bi završno Izvješće Centra za psihosocijalnu dijagnostiku trebalo rezultirati idealnim, i usprkos tome, vrlo detaljnim planom tretmana. Istodobno, drugi je problem penalnih institucija da istinski osiguraju dovoljan broj raznovrsnih i kvalitetnih programa tretmana koji bi udovoljili zahtjevima toga idealnog plana. No, to je sljedeći korak unutar kojega se procjenjuju materijalne mogućnosti, te pravna, tehnička i administracijska rješenja u ustanovi, nakon čega se oblikuje praktičan plan tretmana, čiji okvir, sadržaj i primjenu, treba temeljito razraditi.

Naše je mišljenje da bi bilo vrijedno uvesti dodatne metode prognostike, koje bi, s jedne strane, dovele do pojednostavljenja cjelokupnog procesa dijagnostike, a s druge, do povećanja učinkovitosti prognostike.

## **OPIS PROGRAMA RELAKSACIJE PROVEDENOG U OTVORENOM KAZNENOM ZAVODU VALTURA - PULA**

Program kojim se bavimo u ovome radu jedini je te vrste u našem kaznenom sustavu. Proveden je u Otvorenom kaznenom zavodu Valtura kod Pule. Riječ je o programu relaksacije temeljene na "yoga nidra" tehnici koji je primarno usmjeren na redukciju stresa putem seansi psihofizičkog opuštanja pod stručnim vodstvom.

Prilikom seanse, vježbač cijelim tijelom leži na leđima, položaj glave ne opterećuje kralježnicu koja je ravna u svom vratnom

dijelu (vertebrale cervicales), ruke su slobodno ispružene uz tijelo, ne dodirujući ga. Dlanovi su okrenuti prema gore, noge su ispružene i malo rastavljene, uz slobodan položaj stopala. Oči i usta su tijekom seanse zatvorene. Struktura seanse odvija se kroz sedam faza:

1. Priprema - izvodi se u položaju opuštenog tijela na podu, pri čemu su senzacije dodira svedene na minimum eliminiranjem kontakata između dijelova tijela. Vidni podražaji se isključuju zatvaranjem očiju. Senzorne impresije odstranjuju se osluškivanjem zvukova, što pojačava senzibilnost i smiruje um.

2. Odluka - kratki mentalni stav, auto-sugestivni oblik koji predstavlja preoblikovanje i usmjeravanje u pozitivnom smjeru.

3. Kruženje svijesti - nije praksa koncentracije i ne uključuje fizičke pokrete, već je potrebno biti svijestan i slušati uputstva uz brzo pokretanje uma. Kruženje svijesti odvija se po točno određenom redoslijedu - započinje s palcem desne ruke i završava malim prstom desnog stopala, zatim se na isti način kruži po lijevoj strani, nastavlja se od pete do zadnjeg dijela glave i od glave preko lica, prednjeg dijela tijela do nogu. Praćenje dijelova tijela je automatsko i spontano.

4. Svjesno disanje - fizičko opuštanje komplementira se upućivanjem pažnje na dah, potpunim yoga disanjem (trbušno, grudno i visokogrudno istovremeno) čime se kvantitativno i kvalitativno postiže potpunija respiracija cijelog organizma. Potrebna je svjesnost disanja uz uspostavu prirodnog tijeka.

5. Visualizacija osjeta i osjećanja - slijedi opuštanje od emocija i odvajanje od njih. Putem doživljavanja intenzivnih osjećaja razvija se emocionalna snaga i uspostavlja se emocionalna relaksacija. Pobuđeni osjećaji obično su parovi suprotnih polariteta - tuga/radost, ljubav/mržnja, toplina/hladnoća i slično.

6. Vizualizacija - posljednji stupanj "yoga nidre" koji dovodi do mentalne relaksacije.

U ovom se dijelu vidno predstavljaju slike univerzalnog značenja. Izazivajući na taj način snažne asocijacije, skriveni sadržaji nespješnog prelaze u svjesni um. Slike univerzalnog značenja mogu uključivati pejzaže, mora, planine, cvijeće, ljude, priče, simbole i sl. Vidno predstavljanje slika razvija samosvjesnost i usmjerava um prema koncentraciji. U višim se stadijima vizualizacija razvija u meditaciju. Tada postoji svjesno iskustvo vizualiziranog objekta u nespješnom i nastaje razlika između svjesnog i nespješnog.

7. Završetak - kratko osvrtanje na odluku; lagano vraćanje uma iz stanja "psihičkog spavanja" u stanje budnosti pokretanjem dijelova tijela.

Uzorak sudionika formiran je na principu dragovoljnosti, na temelju rezultata inicijalnog upitnika o interesu za sudjelovanje koji su ispunjavali svi osuđenici ustanove. Dvadeset osuđenih osoba pristalo je na sudjelovanje u programu, a ostali (N = 33) su činili kontrolni uzorak.

U svojoj eksperimentalnoj fazi, program je proveden tri puta tjedno, u poslije-podnevnim satima, u razdoblju od tri mjeseca. Jedna seansa trajala je 20-40 minuta. Osim voditelja, svakoj seansi prisustvovao je i liječnik.

Ciljevi programa uvjetno su podijeljeni na kratkoročne - promjenu psihofizioloških stanja osuđenih osoba, pomoć pri uspostavljanju ravnoteže i harmonizacije življenja, progresivno podizanje svjesnosti tijela, preko čega se podiže svjesnost o sebi kao psihosocijalnoj strukturi, te dugoročne - pozitivne promjene u ponašanju, smanjivanje razine agresivnosti, anksioznosti i impulsivnosti, poboljšanje odnosa s drugim osuđenima, djelatnicima OKZ-a, te članovima obitelji.

Ovaj program ima, dakle, indirektno rehabilitacijsko djelovanje, odnosno, nije primarno i izravno usmjeren na promjenu stavova i ponašanja. Njegov je osnovni cilj pridonos prilagodbi osuđenih na uvjete zavodskog života. Smanjenje psihičke napetosti i pritiska moglo (trebalo) bi

povoljno djelovati na međuljudske odnose, na povećanje osjećaja zadovoljstva osuđenih, te time na stvaranje pozitivne psihosocijalne klime u ustanovi, koja je nužan preduvjet svih rehabilitacijskih pokušaja.

Program je, osim provođenja seansi opuštanja, uključivao i praćenje rezultata. Poslije seansi, redovito su mjereni neki fiziološki pokazatelji - krvni tlak, puls i znojenje dlanova, kao najočitiji indikatori stupnja stresa. Primijenjena su i dva psihološka testa za mjerenje osobina ličnosti - prvi se sastoji od šest skala za mjerenje šest konativnih dimenzija pretpostavljenih kibernetičkim modelom konativnog funkcioniranja (Momirović i sur., 1982, 1984), a drugi test agresivnosti Bussa i Perryja (1991). Ti su testovi primijenjeni na početku i kraju programa, s time da su kao kontrolni uzorak poslužili ostali osuđeni koji nisu sudjelovali u programu. Oni su ispitani samo u početnoj točki.

Osim ovih instrumenata, upotrijebljena su i tri posebno sastavljena upitnika:

1. Već spomenuti Inicijalni upitnik za čitavu populaciju zavoda, kojim se nastojao utvrditi broj zainteresiranih za sudjelovanje u programu. U njemu su osuđeni, između ostalog, izrazili svoj pristanak ili odbijanje sudjelovanja.

2. Upitnik očekivanja, u kojem su budući dragovoljni sudionici izrazili što očekuju od programa.

3. Upitnik samoiskaza o djelotvornosti programa, koji je primijenjen na kraju. U ovom upitniku, sudionici su izrazili stupanj zadovoljstva pojedinim elementima na koje je program bio usmjeren - smanjenje neurotičnosti, opuštenost, komunikacija s drugim osuđenima, djelatnicima zavoda, članovima obitelji, problemi s nesanicom itd.

Kako je program u ovoj fazi, iz posve objektivnih razloga, trajao svega tri mjeseca, za to relativno kratko vrijeme nisu se pokazale statistički značajne promjene u osobinama ličnosti i fiziološkim pokazateljima, što je i bilo moguće očekivati, ali primijećena je lagana tendencija ka smanjenju agresivnosti.

Tablica 1.: Frekvencije odgovora ispitanika na Upitniku samoiskaza o promjenama u biopsihosocijalnom funkcioniranju ispitanika (eksperimentalna skupina, N = 20)

ČESTICE UPITNIKA	MOGUĆI ODGOVORI		
	da	ne	-
<b>OSJEĆATE LI NAKON TRETMANA</b>			
promjene tlaka	9	11	-
promjene pulsa	10	10	-
napetost mišićne mase	3	17	-
psihičku opuštenost	20	-	-
veću sposobnost za rad	16	4	-
veće zadovoljstvo	14	6	-
veću smirenost	19	1	-
pojačanu nervozu	-	20	-
<b>KAKVI SU VAM ODNOSI</b>	bolji	isti	gori
s osuđenima	10	10	-
osobljem zavoda	6	14	-
prijateljima izvan zavoda	6	14	-
članovima obitelji	11	9	-
<b>IMATE LI</b>	da	ne znam	ne
želju za nastavak tehnike	13	3	4
osjećaj da je izdržavanje kazne lakše	11	6	3
-	bolje	isto	gore
spavate li sada	5	12	3
-	da	ne	-
jeste li promijenili neke smetnje	9	11	-

Upitnik samoiskaza, međutim, pružio je mnogo povoljnije rezultate - većina ispitanika izvijestila je o poboljšanjima u većini mjenjenih područja. Otprilike polovica ispitanika izvijestila je o osjećaju promjena tlaka i pulsa. Većina ispitanika izvješćuje o opuštenosti mišićne mase poslije tehnike, svi se osjećaju psihički opuštenije, manje nervozno, te skoro svi smirenije. Većina se osjeća sposobnije za rad i zadovoljnije, dok pojačanu nervozu nije iskazao ni jedan ispitanik. Ovakvi rezultati samoiskaza o doživljaju fizioloških promjena potvrđuju opravdanost interpretacije objektivnih mjerenja tlaka, pulsa i psihogalvanskog refleksa.

Kako smo već istakli, čovjek je nedjeljiva biopsihosocijalna struktura pa sve opisane promjene na psihofiziološkom planu utječu i na funkcioniranje osuđenih u socijalnom kontekstu. Da je zaista tako, vidljivo je u rezultatima samoiskaza osuđenika o utjecaju

prakticiranja "yoga nidre" na odnose koje oni uspostavljaju.

Nikome se od sudionika programa relaksacije "yoga nidra" odnosi s drugim osuđenima, osobljem, prijateljima izvan zavoda i članovima obitelji nisu pogoršali. Dapače, polovica ispitanika misli da je tijekom trajanja programa imala bolje odnose s osuđenima. Nešto je manje učešće onih koji su osjetili poboljšanje u odnosima s osobljem zavoda i prijateljima izvan zavoda. Smatramo vrlo važnim podatak da je više od polovice ispitanika iskazalo poboljšanje odnosa s članovima obitelji za vrijeme trajanja programa. Razloga tome može biti više. Naime, teško je pretpostaviti koji su sve činitelji, osim samog prakticiranja "yoga nidre" u to vrijeme utjecali na socijalne odnose osuđenika, osobito kada su oni izvan zavoda. Ipak, sudjelovanje osuđenika u programu "yoga nidra" nije bilo posebno ekstrinzično motivirano, odnosno



oni zbog toga nisu dobivali posebne pogodnosti. Stoga vjerujemo da je proces koji se događa tijekom prakticiranja "yoga nidre" (samospoznavanje, orijentiranost na razvijanje i spoznavanje "self"-a) znatno pridonio poboljšanju socijalnih odnosa osuđenika.

Čak 65% ispitanika iskazalo je želju za nastavak programa. Taj podatak svakako treba imati na umu prilikom planiranja tretmanskih aktivnosti u uvjetima otvorenih kaznenih zavoda. Više od polovice ispitanika iskazalo je da im je u vrijeme prakticiranja "yoga nidre" izdržavanje kazne bilo lakše.

Na jednu četvrtinu ispitanika prakticiranje ove tehnike pridonijelo je poboljšanju kvalitete njihova spavanja, a manji broj njih (15%) je u to vrijeme doživio probleme sa spavanjem. Mišljenja smo da su u pitanju osobe kod kojih je prakticiranje "yoga nidre" pobudilo neke dublje psihofiziološke transformacije.

Zanimljiv je i podatak da su u odnosu na promjene nekih osobnih smetnji ispitanici relativno ravnomjerno raspoređeni. Ipak, gotovo polovica ispitanika iskazuje da su tijekom "yoga nidre" promijenili neke osobne poteškoće - smanjenje napetosti, psihičkog nemira, nesanice i sl.

Ovaj upitnik, dakle, najbolje potvrđuje upotrebljivost i korisnost primijenjenog tretmana. Ispitanici pretežito iskazuju zadovoljstvo svim njegovim komponentama, te je to, kako nam se čini, dovoljan razlog da zastupamo njegovu primjenu u našem penalnom sustavu.

Smatramo, međutim, da bi u slučaju buduće evaluacije ovakvog programa bilo korisno konstruirati upitnik koji bi mjerio cjelokupnu prilagodbu osuđenika na zavodski način života, i pri tome bio primijenjiv na cjelokupnu populaciju zavoda, a ne samo na eksperimentalnu skupinu. Takav upitnik pružio bi nam mogućnost usporedbe rezultata, koja u ovom slučaju nije mogla biti provedena, jer su pitanja bila postavljena specifično za eksperimentalni uzorak.

Iskustvo ovog programa ukazalo je i na izvjesne poteškoće u provođenju. One su se

prije svega očitovale u neredovitosti prisustvovanja svih sudionika svim seansama, zbog dopusta, izlazaka, radnih obveza i sličnih razloga. To je bio i razlog nepotpunog broja ispitanika prilikom mjerenja fizioloških pokazatelja. Obzirom na princip dragovoljnosti, naravno, nije bilo moguće poboljšati ovu situaciju i postići potpuno sudjelovanje, ali to i ne bi bilo u skladu s namjenom programa - bilo koji oblik inzistiranja na programu imao bi suprotan učinak. Navedeni nedostaci, uostalom, otežavaju jedino proces znanstvenog evaluiranja programa, a ne njegovu osnovnu svrhu.

Unatoč svemu, smatramo da možemo biti zadovoljni brojem sudionika i učinkom koji je imao program. Ovaj je eksperiment svakako dokazao vrijednost uvođenja malih programa u ustanove ovoga tipa, pod uvjetom da su zasnovani na principu dragovoljnosti, te da se provode stručno i dosljedno.

## ZAKLJUČAK

Većina suvremenih istraživanja pokazala je da je rehabilitacija jedina učinkovita strategija u reduciranju kriminaliteta na razini tercijarne prevencije. Suvremeni trendovi uključuju prije svega učinkovitu, funkcionalnu, praktičnu, ekonomičnu, smislenu klasifikaciju usmjerenu na utvrđivanje stupnjeva rizika i potreba osuđenih osoba, iz koje logično slijedi odabir čitavog niza programa tretmana obzirom na različite stupnjeve sigurnosti, prilagođenih individualnim potrebama, pa čak i stilovima učenja delinkvenata.

Mišljenja smo da bi bilo potrebno intenzivnije prihvatiti u svijetu provjerene stručne i znanstvene kriterije koji će, između ostaloga, omogućiti i bolju usporedbu rehabilitacijskih napora u RH s onima u svijetu. U tom slučaju kulturološke i povijesne razlike bit će umanjene. To posebice vrijedi za rehabilitacijski pristup u okviru razvoja budućih alternativnih sankcija u RH u koje se polaže mnogo nade.

Zalažemo se, nadalje, za ispitivanje uporabljivosti pojedinih pristupa i instrumenata. U okviru znanstvenog projekta pod naslovom "Modeli intervencije radi poremećaja u ponašanju", djelatnici Odsjeka za poremećaje u ponašanju Fakulteta za defektologiju u suradnji s djelatnicima ministarstva pravosuđa provjerit će uporabivost jednog od takvih instrumenata (Level of Supervision Inventory).

Sukladno rezultatima istraživanja u svijetu, također smo mišljenja da je u penalni sustav RH nužno uvesti upravo kognitivno-bihevioralne metode trtmama, za koje u organizacijskom smislu već postoje određene pretpostavke. To podrazumijeva intenzivno

osposobljavanje stručnih djelatnika, jasno osmišljavanje programa te uporabu znanstvenih metoda njihove evaluacije.

Program relaksacije opisan u ovom radu je primjer koji potvrđuje da je moguće uvesti i provesti unutar sustava program rehabilitacije utemeljen na znanstvenim osnovama, te da je korist takvog programa prilično vidljiva.

Polazeći od prava osuđenih osoba na rehabilitaciju smatramo da treba nastaviti s naporima u tom smjeru, te razviti i druge oblike programa, koji bi bili usmjereni na posebne grupacije osuđenih osoba, u ustanovama svih stupnjeva sigurnosti.

## LITERATURA

- Andrews, D.A., Zinger, I., Hoge, R.D., Bonta, J., Gendreau, P., Cullen, F. (1990): Does correctional treatment work? A clinically relevant and psychologically informed meta-analysis. *Criminology*, 28, 3, 369-399.
- Annis, H.M., Chan, D. (1983): The differential treatment model: Empirical evidence from a personality typology of adult offenders. *Criminal justice and behavior*, 10, 2, 159-173.
- Bonta, J., Motiuk, L.L. (1992): Inmate Classification. *Journal of Criminal Justice*, 20, 343-353.
- Brgles, Ž. (1997): Evaluacija programa relaksacije u otvorenom kaznenom zavodu Valtura - Pula. Disertacija, Fakultet za defektologiju, Zagreb.
- Buđanovac, A., Mikšaj-Todorović, Lj., Trupeć, B., Planinić, E. (1996): Kazneni zavodi poluotvorenog i otvorenog tipa u RH. *Hrvatski ljetopis za kazneno pravo i praksu*, 3, 2, 853-874.
- Buđanovac, M. (1989): Metode rada s osuđenima kao instrument principa individualizacije u suvremenoj penološkoj praksi. *Penološke teme*, 4, 1-2, 9-21.
- Buss, A.H., Perry, M. (1992): The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 63, 3, 452-459.
- Cullen F.T., Van Voorhis, P., Sundt, J.L. (1996): *Prison in Crisis: The American Experience*. (U:) Mathews, R., Francis, P. (eds): *Prisons 2000: An International Perspective on the Current State and Future of Imprisonment*, Macmillan Press LTD, London, 1996, 21-52.
- Lipsey, M.W. (1992a): *Juvenile delinquency treatment: A meta-analytic inquiry into the variability of effects*. (U:) Cook, T., et al. (eds.): *Meta-analysis for Explanation: A Casebook*. New York, Russell Sage Foundation.
- Lipsey, M.W. (1992b): *The effect of treatment on juvenile delinquents: results from meta-analysis*. (U:) Losel, F., Bliesener, T. and Bender, D. (eds.): *Psychology and Law: International Perspectives*. Berlin, de Gruyter.
- Loza, W., Simourd, D.J. (1994): *Psychometric Evaluation of The Level of Supervision Inventory (LSI) Among Male Canadian Federal Offenders*. *Criminal Justice and Behavior*, 21, 4, 468-480.
- McGuire, J., Priestley, P. (1995): *Reviewing "What works": Past, present and future*. (U:) McGuire, J. (Ed): *What works: Reducing reoffending: guidelines from research and practice*. John Wiley and sons Ltd., Chicester.
- Momirović, K., Horga, S., Bosnar, K. (1982): Prilog formiranju jednog kibernetičkog modela strukture konativnih faktora. *Kineziologija* 14, 5, 83-108.
- Motiuk, M.S., Motiuk, L.L., Bonta, J. (1992): *A Comparison Between Self-report and Interview-based Inventories in Offender Classification*. *Criminal Justice and Behavior*, 19, 2, 143-159.
- Pinatel, J. (1960): *Kriminologija*. Zavod za izdavanje udžbenika, Sarajevo.
- Vodopivec, K., Kobol, M., Bavcon, Lj., Skalar, V. (1966): *Kriminologija*, I dio. *Narodne novine*, Zagreb.
- Wright, K. (1988): *The Relationship of Risk, Needs, and Personality Classification Systems and Prison Adjustment*. *Criminal Justice and Behavior*, 15, 4, 454-471.