

Autor: Piotr Osak

Promotor: dr hab. Prof. UR M. Dymon

STRESZCZENIE PRACY

w języku polskim

WPŁYW MUZYKI I PREFERENCJI MUZYCZNYCH NA ALEKSYTYMIĘ WŚRÓD OSÓB POZBAWIONYCH WOLNOŚCI UZALEŻNIONYCH OD ALKOHOLU ORAZ INNYCH SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Aleksytymia rozumiana jest jako wielowymiarowe zaburzenie, które obejmuje trudności w identyfikowaniu, werbalizowaniu oraz regulowaniu emocji. Stanowi ona istotny problem kliniczny i resocjalizacyjny w pracy z osobami pozbawionymi wolności. Jej wysoki poziom często współwystępuje z uzależnieniami od alkoholu i substancji psychoaktywnych, a także z wcześniejszymi doświadczeniami deprywacyjnymi: zaniedbaniem emocjonalnym czy innymi urazami psychicznymi. Osoby osadzone w zakładach karnych, ze względu na obciążenia biograficzne, społeczne i psychopatologiczne, szczególnie często prezentują nasilenie cech aleksytymicznych, co utrudnia zarówno proces terapii uzależnień jak i resocjalizacji.

Celem niniejszej rozprawy doktorskiej było zbadanie zależności między preferencjami muzycznymi, uczestnictwem w muzykoterapii a poziomem cech aleksytymicznych w populacji osób uzależnionych przebywających w warunkach izolacji penitencjarnej.

Badanie zostało przeprowadzone w Oddziale Terapeutycznym Zakładu Karnego w Rzeszowie, gdzie uczestniczyło łącznie 100 osób pozbawionych wolności. Próba badana, stanowiła 50 osadzonych uczestniczących w cyklu zajęć muzykoterapeutycznych, prowadzonych w ramach programu terapeutycznego. Próba kontrolna nie była objęta tego typu oddziaływaniami. W realiach izolacji więziennej prowadzenie systematycznych badań z równoczesną realizacją programu muzykoterapeutycznego stanowi niezwykle rzadką i cenną możliwość, której udało się doświadczyć w niniejszym projekcie badawczym.

Zastosowano standaryzowane narzędzia psychometryczne: *Perth Alexithymia Questionnaire* (PAQ) w polskiej adaptacji Pawła Larionova oraz kwestionariusz *Short Test of Music Preferences* (STOMP) w adaptacji Rafała Lewandowskiego. Badanie uzupełniono o Autorski Kwestionariusz Ankiety, pozwalający zebrać informacje dotyczące doświadczeń muzycznych oraz dotychczasowej historii leczenia i izolacji.

Analiza wyników wskazała, że uczestnictwo w zajęciach muzykoterapeutycznych istotnie obniżyło poziom cech aleksytymicznych, w szczególności w obszarze rozpoznawania, opisywania oraz oceny emocji pozytywnych. Muzykoterapia okazała się skutecznym narzędziem wspierającym proces rozwijania kompetencji emocjonalnych, umożliwiającym lepsze rozumienie i komunikowanie własnych przeżyć, co ma szczególne znaczenie w pracy z osobami uzależnionymi, często zmagającymi się z deficytem regulacji afektywnej.

Wyniki niniejszych badań potwierdzają doniesienia literatury wskazujące na terapeutyczną rolę muzyki jako środka, który może przełamywać bariery komunikacyjne i stymulować ekspresję emocjonalną w grupach klinicznych o podwyższonym ryzyku. Zaobserwowano również istotne zależności pomiędzy preferencjami muzycznymi a nasileniem aleksytymii. Osoby, które preferowały muzykę energiczną i rytmiczną, a także refleksyjną i złożoną, wykazywały niższy poziom trudności w zakresie funkcjonowania emocjonalnego. Może to sugerować, że aktywne słuchanie muzyki wymagającej zaangażowania poznawczego bądź pobudzającej do aktywności sprzyja rozwojowi zdolności rozpoznawania i modulowania emocji. W kontekście penitencjarnym szczególnie istotne jest to, że preferencje muzyczne mogą pełnić funkcję ochronną, wspierając procesy regulacji emocjonalnej, które w przeciwnym razie są znacznie osłabione przez izolację i deprivację potrzeb psychicznych.

Wyniki badań ujawniły także znaczące zależności związane z wiekiem osadzonych. Osoby starsze charakteryzowały się wyższym poziomem cech aleksytymicznych, co wskazuje na możliwe utrwalanie się wzorców trudności emocjonalnych wraz z upływem czasu. Brak jest istotnych powiązań pomiędzy nasileniem aleksytymii a długością izolacji, posiadaniem rodzeństwa czy kolejnością urodzenia. Wnioskuje to, że podstawowe uwarunkowania aleksytymii mogą mieć bardziej złożony, indywidualny charakter, niezależny od części zmiennych społeczno-demograficznych. Interesującym wynikiem jest również fakt, iż osoby, które nie uczestniczyły wcześniej w żadnych formach terapii, wykazywały wyższy

poziom aleksytymii, co podkreśla kliniczną wagę wczesnej interwencji psychoterapeutycznej i wskazuje na potrzebę systematycznego wdrażania działań profilaktycznych.

Praca ta ukazuje znaczący potencjał muzyki jako narzędzia wspierającego proces regulacji afektywnej oraz rozwijania kompetencji emocjonalnych w populacji wysokiego ryzyka, jaką stanowią osoby uzależnione przebywające w zakładach karnych.

Wnioski z przeprowadzonych badań mogą stanowić podstawę do projektowania programów muzykoterapeutycznych w środowiskach penitencjarnych, które będą uwzględniały zarówno indywidualne preferencje muzyczne, jak i kontekst kliniczny uczestników. Wyniki potwierdzają potrzebę interdyscyplinarnego podejścia, łączącego psychoterapię uzależnień, oddziaływania resocjalizacyjne oraz interwencje z obszaru sztuki i kultury.