

DOI: 10.4467/29567610PIB.26.002.23474

Małgorzata Piórkowska

Wyższa Szkoła Kształcenia Zawodowego

ORCID: 0009-0008-7016-3020

malgorzata.piorkowska@wskz.pl

UWARUNKOWANIA I FORMY RADZENIA SOBIE Z TRAUMĄ ZAGINIĘCIA W SYSTEMIE RODZINNYM

DETERMINANTS AND FORMS OF COPING WITH THE TRAUMA OF DISAPPEARANCE WITHIN THE FAMILY SYSTEM

Streszczenie

Artykuł poświęcony jest analizie uwarunkowań oraz form radzenia sobie z traumą zaginięcia osoby bliskiej w systemie rodzinnym, ujmowanej w perspektywie prawnej oraz interdyscyplinarnej. Zaginięcie członka rodziny stanowi zdarzenie o szczególnym charakterze, wywołujące długotrwałe konsekwencje psychiczne, społeczne i prawne, wynikające z braku pewności co do losu osoby zaginionej oraz niemożności jednoznacznego zakończenia procesu żałoby. Celem niniejszego artykułu jest analiza uwarunkowań doświadczania traumy zaginięcia osoby bliskiej oraz identyfikacja form radzenia sobie z tą traumą w obrębie systemu rodzinnego, z uwzględnieniem kontekstu psychologicznego, społecznego i prawnego. Szczególną uwagę poświęcono zjawisku straty niejednoznacznej oraz jego wpływowi na funkcjonowanie rodziny w warunkach długotrwałej niepewności. Przedstawiono również formy radzenia sobie z traumą zaginięcia, występujące zarówno na poziomie indywidualnym, jak i rodzinnym, z uwzględnieniem strategii adaptacyjnych oraz mechanizmów obronnych. Wskazano na procesy reorganizacji systemu rodzinnego, obejmujące zmianę ról, renegocjację relacji oraz próby przywracania równowagi funkcjonalnej w warunkach długotrwałej niepewności. Podkreślono znaczenie współdziałania oddziaływań prawnych, psychologicznych i społecznych w procesie wsparcia rodzin dotkniętych zaginięciem. Artykuł akcentuje potrzebę uwzględniania specyfiki traumy zaginięcia w praktyce stosowania prawa, w szczególności w zakresie ochrony praw członków rodziny osoby zaginionej oraz projektowania skutecznych mechanizmów pomocy instytucjonalnej.

Słowa kluczowe: zaginięcie osoby, trauma zaginięcia, strata niejednoznaczna, system rodzinny, funkcjonowanie rodziny, role rodzinne, radzenie sobie z traumą, wsparcie instytucjonalne, konsekwencje prawne zaginięcia, prawo rodzinne

Abstract

This article analyzes the factors involved in and ways of coping with the trauma of a loved one's disappearance within the family system, viewed from both legal and interdisciplinary perspectives. The disappearance of a family member is an event of a unique nature, causing long-term psychological, social, and legal consequences resulting from the uncertainty regarding the fate of the missing person and the inability to bring the grieving process to a definitive close. The aim of this article is to analyze the factors influencing the experience of the trauma of a loved one's disappearance and to identify ways of coping with this trauma within the family system, taking into account the psychological, social, and legal contexts. Particular attention is devoted to the phenomenon of ambiguous loss and its impact on family functioning under conditions of prolonged uncertainty. The article also presents forms of coping with the trauma of disappearance, occurring at both the individual and family levels, taking into account adaptive strategies and defense mechanisms. It highlights the processes of family system reorganization, including role changes, the renegotiation of relationships, and attempts to restore functional balance under conditions of prolonged uncertainty. The importance of the interaction of legal, psychological, and social factors in the process of supporting families affected by disappearance was emphasized. The article emphasizes the need to take into account the unique nature of the trauma associated with disappearance in legal practice, particularly with regard to protecting the rights of the missing person's family members and designing effective institutional support mechanisms.

Keywords: missing person, disappearance-related trauma, ambiguous loss, family system, family functioning, family roles, coping with trauma, institutional support, legal consequences of disappearance, family law

Wprowadzenie

Zaginienie osoby bliskiej stanowi szczególny rodzaj sytuacji kryzysowej, która destabilizuje funkcjonowanie całego systemu rodzinnego. W literaturze podkreśla się, że taka trauma ma charakter długotrwały i niejednoznaczny, ponieważ brak potwierdzenia śmierci uniemożliwia uruchomienie typowych mechanizmów żałoby¹. Problem zaginięć jest przedmiotem ożywionej debaty publicznej, zarówno ze względu na skalę, jak i wrażliwy charakter zjawiska².

W sytuacji zaginięcia osoby bliskiej rodzina doświadcza nagłego i nieprzewidywalnego zakłócenia codziennego życia. Powyższe wiąże się z koniecznością przystosowania się do nowej, niepewnej rzeczywistości. W takich okolicznościach tradycyjne mechanizmy radzenia sobie z problemami i stresem

¹ <https://www.przewodnik-katolicki.pl/Archiwum/2024/Przewodnik-Katolicki-47-2024/blisko-siebie/Znikniecia-bez-sladu> (dostęp: 11.01.2026).

² I. Malinowska, A. Rybicka, *Zagrożenia społeczne wynikające z zaginięć ludzi we współczesnym świecie*, „Kwartalnik Policyjny” nr 1 (36)/2016, s. 49.

okazują się często niewystarczające, ponieważ brak informacji o losie osoby zaginionej uniemożliwia planowanie i podejmowanie decyzji, które w normalnych warunkach byłyby oczywiste. Psychologicznie prowadzi to do nasilonego poczucia niepewności, lęku, bezradności, a niekiedy poczucia winy lub wstydu, zwłaszcza gdy członkowie rodziny czują, że nie zrobili wystarczająco wiele, by zapobiec zaginięciu³.

Bliscy osoby zaginionej przeżywają intensywne reakcje emocjonalne, w szczególności tęsknotę oraz potrzebę odzyskania kontaktu, obejmującą chęć rozmowy, spotkania czy bliskości fizycznej. Podobne reakcje występują w przebiegu żałoby po śmierci bliskiego, jednak w sytuacji zaginięcia ich dynamika jest odmienna, ponieważ brak jest jednoznacznego potwierdzenia zgonu. Niepewność co do losu osoby zaginionej powoduje zakłócenie naturalnego przebiegu żałoby i prowadzi do jej specyficznej postaci, opisywanej w literaturze jako zamrożenie procesu żałobnego (*frozen grief*)⁴.

Przedłużające się poszukiwania, które nie przynoszą rozstrzygnięcia, nasilają u bliskich osoby zaginionej poczucie bezsilności oraz utrzymującą się niepewność co do jej losu. W takich okolicznościach może pojawić się również przekonanie, że okoliczności zaginięcia nigdy nie zostaną jednoznacznie wyjaśnione. Brak potwierdzenia śmierci znacząco zakłóca proces przystosowania się do straty, ponieważ nie jest możliwe pełne uznanie jej ostatecznego charakteru. W konsekwencji osoby doświadczające niejednoznacznej utraty nie mogą w pełni przejść do dalszych etapów żałoby, obejmujących reorganizację codziennego funkcjonowania oraz adaptację do trwałej nieobecności bliskiej osoby.

Osoby dotknięte niejednoznaczną utratą funkcjonują w stanie zawieszenia pomiędzy brakiem możliwości jednoznacznego pożegnania bliskiej osoby a trudnością w całkowitym porzuceniu nadziei na jej odnalezienie. Unikanie myśli, rozmów oraz sytuacji przypominających o osobie zaginionej bywa stosowane jako sposób radzenia sobie z obciążeniem emocjonalnym, jednak w przypadku jego dominacji może prowadzić do obniżenia jakości funkcjonowania zarówno w sferze psychicznej, jak i społecznej⁵.

Doświadczenie bliskich osób zaginionych często charakteryzuje się współwystępowaniem sprzecznych ocen i emocji. Z jednej strony długotrwały brak kontaktu oraz okoliczności zaginięcia mogą być interpretowane jako

³ <https://projektzaginieni.wordpress.com/2017/03/19/o-wspolistnieniu-obecnosci-i-nieobecnosci-niejednoznaczna-utrata/> (dostęp: 11.01.2026).

⁴ Por. <https://projektzaginieni.wordpress.com/2017/03/19/o-wspolistnieniu-obecnosci-i-nieobecnosci-niejednoznaczna-utrata/> (dostęp: 24.01.2026).

⁵ Ibidem.

przesłanki wskazujące na śmierć osoby zaginionej. Z drugiej strony, przy braku jednoznacznego potwierdzenia tego faktu, zwłaszcza w postaci odnalezienia ciała, utrzymuje się przekonanie o możliwości innego przebiegu zdarzeń. W konsekwencji część rodzin rezygnuje z symbolicznych aktów pożegnania, takich jak ceremonia pogrzebowa, traktując je jako definitywne zakończenie sytuacji i potencjalne zaprzeczenie możliwości powrotu osoby zaginionej⁶.

Sytuacja zaginięcia bliskiej osoby blokuje możliwość podejmowania decyzji i jak mówi Boss: brak ostatecznego dowodu na jej śmierć sprawia, że „domknięcie procesu żałoby” jest bardzo trudne⁷.

W kontekście społecznym zaginięcie osoby bliskiej często powoduje izolację rodziny, wynikającą z braku zrozumienia ze strony otoczenia oraz trudności w komunikowaniu trudnych emocji. Rodzina staje w obliczu presji zarówno ze strony instytucji publicznych, które oczekują określonych działań proceduralnych, jak i własnych potrzeb emocjonalnych, co dodatkowo obciąża jej funkcjonowanie. Potrzeby rodzin zaginionych zostały zidentyfikowane i oficjalnie uznane przez Międzynarodową Konferencję Ekspertów Rządowych i Pozarządowych ds. Zaginionych w 2003 roku, a później tego samego roku XXII Międzynarodowa Konferencja Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężycy uzgodniła konkretne działania mające na celu pomoc rodzinom zaginionych. Ich potrzeby obejmują: wiedzę, co stało się z zaginionym krewnym; zdolność do przeprowadzania rytuałów upamiętniających; wsparcie ekonomiczne, psychologiczne i psychospołeczne; uznanie ich cierpienia; otrzymanie sprawiedliwości. Dopóki te potrzeby nie zostaną zaspokojone, rodziny nie będą mogły łatwo odbudować swojego życia⁸.

W wymiarze prawnym zaginięcie generuje złożone problemy dotyczące praw i obowiązków rodzinnych oraz majątkowych. Brak jednoznacznego stanu faktycznego – życie lub śmierć osoby zaginionej – utrudnia podejmowanie decyzji w zakresie zarządzania majątkiem, sprawowania opieki nad dziećmi, alimentów czy zawierania umów. W polskim systemie prawnym długotrwałe zaginięcie osoby może stanowić podstawę do wszczęcia postępowania o uznanie za zmarłego. Instytucja ta została uregulowana w art. 29–32 Kodeksu cywilnego⁹ oraz w art. 526–534 Kodeksu postępowania cywilnego¹⁰ i służy rozstrzygnięciu stanu niepewności prawnej wynikającego z braku informacji o dalszym losie osoby fizycznej.

⁶ Por. R. Gross, *Psychologia żałoby*, Łódź 2024, s. 123.

⁷ Ibidem.

⁸ <https://missingpersons.icrc.org/families?utm> (dostęp: 11.01.2026).

⁹ Dz. U. z 2025 r., poz. 1071 ze zm.

¹⁰ Dz. U. z 2024 r., poz. 1568 ze zm.

Zgodnie z art. 29 § 1 Kodeksu cywilnego zaginiony może być uznany za zmarłego, jeżeli upłynęło lat dziesięć od końca roku kalendarzowego, w którym według istniejących wiadomości jeszcze żył; jednakże gdyby w chwili uznania za zmarłego zaginiony ukończył lat siedemdziesiąt, wystarcza upływ lat pięciu¹¹.

Uznanie za zmarłego polega na sądowym przyjęciu domniemania śmierci osoby zaginionej w sytuacji, gdy upłynął określony w ustawie czas, a dostępne okoliczności pozwalają na wnioskowanie o wysokim prawdopodobieństwie jej zgonu. Orzeczenie sądu ma charakter konstytutywny i wywołuje skutki prawne tożsame ze śmiercią osoby fizycznej, w szczególności w sferze prawa rodzinnego, spadkowego oraz majątkowego.

Postępowanie w sprawie uznania za zmarłego wszczynane jest na wniosek podmiotu posiadającego interes prawny i toczy się w trybie nieprocesowym. Przed wydaniem orzeczenia sąd zobowiązany jest do przeprowadzenia postępowania wyjaśniającego, obejmującego m.in. publiczne ogłoszenia skierowane do osoby zaginionej oraz innych osób mogących posiadać informacje o jej losie. Celem tej procedury nie jest ustalenie faktycznej daty śmierci, lecz przyjęcie określonej daty domniemanej, niezbędnej do ukształtowania sytuacji prawnej osób pozostających z zaginionym w stosunkach prawnych.

Instytucja uznania za zmarłego pełni funkcję porządkującą i stabilizującą obrót prawny, umożliwiając zakończenie stanu długotrwałej niepewności po stronie bliskich osoby zaginionej, przy jednoczesnym zachowaniu mechanizmów prawnych przewidzianych na wypadek jej późniejszego odnalezienia¹².

Taka sytuacja wprowadza dodatkowo stres i formalne ograniczenia dla członków rodziny. W Polsce brakuje uregulowań prawnych, które gwarantowałyby zaginionym i ich rodzinom pomoc i ochronę w sytuacji, w jakiej się znaleźli. Jeśli zaginie mąż i ojciec rodziny, żona nie może sprzedać jego samochodu, wyrobić dzieciom paszportu, nie ma dostępu do jego konta bankowego. Ma trudności z przeprowadzeniem podziału majątku. Wiele rodzin w wyniku zaginięcia osoby bliskiej znajduje się w sytuacji kryzysowej. Trzeba im pomóc w uzyskaniu renty, ustaleniu opieki nad dziećmi i – jeśli to konieczne po długim czasie – w przeprowadzeniu procesu uznania zaginionego za zmarłego¹³.

Tego rodzaju kryzys wymaga uruchomienia mechanizmów wsparcia zarówno na poziomie indywidualnym, jak i systemowym. Wspomaganie rodziny

¹¹ Ibidem.

¹² Por. O. Piaskowska, T. Wiśniewski (red.), *Postępowanie w sprawach o uznanie za zmarłego*, <https://sip.lex.pl/procedury/postepowanie-w-sprawach-o-uznanie-za-zmarlego-1610613754-X> (dostęp: 24.01.2026).

¹³ Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych ITAKA, <http://www.zaginieni.pl> (dostęp: 11.01.2026).

obejmuje działania psychologiczne, mające na celu redukcję stresu i lęku, interwencje prawne zapewniające tymczasowe regulacje w zakresie praw i obowiązków, oraz wsparcie społeczne, pozwalające na zachowanie podstawowej funkcjonalności życia codziennego. Jednocześnie brak jednoznacznych informacji o losie osoby zaginionej utrudnia pełne wykorzystanie tych mechanizmów, co powoduje, że trauma zaginięcia jest przedłużona i wielowymiarowa.

Trauma zaginięcia ma charakter długotrwały i niejednoznaczny. Brak potwierdzenia śmierci uniemożliwia zakończenie procesu żałoby w standardowej formie, co utrzymuje rodzinę w stanie przewlekłej niepewności i napięcia emocjonalnego. Psychicznie prowadzi to do stanów lękowych, poczucia bezradności, ambiwalencji emocjonalnej oraz przewlekłego stresu. Społecznie skutkuje zakłóceniem funkcjonowania rodziny w codziennych rolach i obowiązkach oraz izolacją, często wynikającą z braku zrozumienia otoczenia dla sytuacji niejednoznacznej straty.

W wymiarze prawnym zaginięcie osoby powoduje konieczność ingerencji w istniejące stosunki rodzinne i majątkowe, co następuje poprzez zastosowanie określonych instytucji prawa cywilnego i rodzinnego. W szczególności dotyczy to wykonywania władzy rodzicielskiej, realizacji obowiązku alimentacyjnego oraz zarządu majątkiem osoby zaginionej.

W przypadku zaginięcia jednego z rodziców dochodzi do faktycznej niemożności wykonywania przez niego władzy rodzicielskiej. Nie skutkuje to jej wygaśnięciem, jednak może uzasadniać modyfikację sposobu jej wykonywania¹⁴. Zgodnie z art. 107 oraz art. 109 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego¹⁵ sąd opiekuńczy może powierzyć wykonywanie władzy rodzicielskiej drugiemu z rodziców albo wydać odpowiednie zarządzenia opiekuńcze, jeżeli wymaga tego dobro dziecka. W sytuacjach skrajnych możliwe jest także ustanowienie opiekuna prawnego dla małoletniego.

Zaginięcie osoby zobowiązanej do alimentacji nie prowadzi do wygaśnięcia obowiązku alimentacyjnego, który wynika z przepisów art. 128 oraz następnych Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego. Brak możliwości egzekwowania świadczeń w praktyce może jednak skutkować koniecznością skorzystania z instrumentów zabezpieczających, takich jak świadczenia z funduszu alimentacyjnego, przy jednoczesnym narastaniu zaległości alimentacyjnych po stronie osoby zaginionej¹⁶.

¹⁴ Por. <https://e-justice.europa.eu/topics/family-matters-inheritance/parental-responsibility-child-custody-and-contact-rights/pl> (dostęp: 24.01.2026).

¹⁵ Dz. U. z 2023 r., poz. 2809 ze zm.

¹⁶ <https://e-justice.europa.eu/topics/family-matters-inheritance/parental-responsibility-child-custody-and-contact-rights/pl> (dostęp: 24.01.2026).

Istotne konsekwencje zaginięcie wywołuje również w sferze stosunków majątkowych. Na podstawie art. 184 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego oraz art. 603 Kodeksu postępowania cywilnego możliwe jest ustanowienie kuratora dla osoby zaginionej, którego zadaniem jest zarząd jej majątkiem oraz ochrona jej interesów majątkowych. Ponadto, zgodnie z art. 52 § 1 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego sąd może orzec rozdzielną majątkową małżeńską, jeżeli przemawiają za tym ważne powody, w tym długotrwała nieobecność jednego z małżonków i konieczność zabezpieczenia interesów drugiego małżonka lub wierzycieli.

Wskazane rozwiązania prawne mają charakter tymczasowy i ochronny. Ich celem jest umożliwienie funkcjonowania rodziny oraz zabezpieczenie interesów majątkowych w warunkach długotrwałej niepewności co do losu osoby zaginionej, do czasu jej odnalezienia albo wydania orzeczenia o uznaniu jej za zmarłą.

Pojęcie straty niejednoznacznej i jej wpływ na funkcjonowanie rodziny

Koncepcja straty niejednoznacznej (*ambiguous loss*), sformułowana przez Pauline Boss, opisuje sytuacje, w których utrata nie jest jednoznacznie określona, np. w przypadku zaginięcia osoby bliskiej brak potwierdzenia śmierci uniemożliwia zakończenie żałoby. W takim kontekście rodzina nie może korzystać z typowych rytuałów pożegnania ani uzyskać emocjonalnej jasności, co powoduje, że proces adaptacyjny i reorganizacja życia rodzinnego są znacznie utrudnione. Rodzina funkcjonuje w stanie „zamrożonej żałoby”, w którym trudne emocje utrzymują się przez długi czas, a role i relacje wewnątrzrodzinne wymagają ciągłego renegocjowania. W konsekwencji trauma zaginięcia wpływa zarówno na indywidualne zdrowie psychiczne członków rodziny, jak i na stabilność całego systemu rodzinnego, wymagając wsparcia prawnego, psychologicznego i społecznego.

Pauline Boss zdefiniowała typową formę nierozwiązanej straty jako stratę niejednoznaczna¹⁷, a w zależności od sposobu zniknięcia opisała dwa podstawowe typy. W pierwszym typie osoba zaginiona jest fizycznie nieobecna (lub fizycznie zaginiona), ale obecna psychicznie, ponieważ jej krewni są zajęci zaginionym i nie potrafią stwierdzić, czy żyje czy nie żyje. W drugim typie zaginiona osoba jest fizycznie obecna, ale postrzegana jako psychologicznie nieobecna (lub psychologicznie nieobecna), czyli emocjonalnie i poznawczo

¹⁷ P. Boss, *Ambiguous loss. Learning to live with unresolved grief*, Harvard 1999.

niedostępna dla otoczenia, m.in. z powodu depresji, uzależnienia, demencji lub nagłego pojawienia się innych poważnych chorób psychicznych powodujących przedłużające się zaburzenia świadomości¹⁸.

Uwarunkowania doświadczania traumy zaginięcia

Doświadczenie traumy związanej z zaginięciem osoby bliskiej w dużej mierze zależy od struktury rodziny oraz od ról, jakie pełnią jej członkowie w świetle obowiązujących norm prawa rodzinnego. System rodzinny funkcjonuje w oparciu o określone obowiązki i prawa, które regulują relacje między małżonkami, rodzicami a dziećmi czy innymi członkami rodziny. Zaginięcie jednej osoby w takim systemie powoduje konieczność reorganizacji funkcji pełnionych przez poszczególne osoby oraz czasowe przejście dodatkowych obowiązków przez pozostałych członków rodziny¹⁹.

Rola prawna członków rodziny może w tym kontekście determinować zarówno odpowiedzialność za decyzje majątkowe i opiekuńcze, jak i zakres podejmowanych działań proceduralnych wobec instytucji publicznych²⁰. Na przykład rodzice mogą być zobowiązani do reprezentowania interesów dzieci, a małżonkowie – do prowadzenia spraw majątkowych osoby zaginionej, dopóki jej status prawny nie zostanie uregulowany. Te formalne uwarunkowania wpływają na sposób przeżywania traumy, ponieważ członkowie rodziny są zobligowani do podejmowania decyzji w warunkach niepewności, co zwiększa poczucie stresu, presji i odpowiedzialności. W literaturze psychologicznej i prawnej podkreśla się, że zrozumienie struktury rodziny i prawnych ram jej funkcjonowania jest niezbędne do właściwej analizy procesów przystosowawczych po zaginięciu. Mechanizmy wsparcia, interwencje psychologiczne i działania instytucjonalne powinny uwzględniać zarówno relacje faktyczne, jak i prawne między członkami rodziny, aby mogły skutecznie wspomagać radzenie sobie z traumą i umożliwiać funkcjonowanie systemu rodzinnego w nowych warunkach²¹.

Rozwój współczesnej cywilizacji generowany jest przez postęp naukowo-techniczny oraz rozwiązania prawne. Spostrzega się dehumanizację stosunków międzyludzkich, a także degradację intelektualną, które powodują wykluczenie społeczne, a w ślad za tym pogrążenie się szerokich kręgów

¹⁸ <https://www.mdpi.com/2076-328X/10/7/110?utm> (dostęp: 11.01.2026).

¹⁹ https://zaginieniprzedlaty.com/#google_vignette (dostęp: 11.01.2026).

²⁰ *Prawo rodzinne w pytaniach i odpowiedziach*, Suwałki 2022, s. 42.

²¹ A. Nowicki, B. Baczyńska, *Współczesne wyzwania rodziny. Wsparcie i współpraca*, Dąbrowa Górnicza 2025, s. 211.

społeczeństwa w patologii życia kulturowego oraz pejoratywnych czynników kryminogennych²².

Przeciwdziałanie wielu problemom społecznym, które powstają na skutek używania przez dorosłych, młodzież i dzieci substancji psychoaktywnych lub przez które mogą stać się ich użytkownikami, wymaga wzbogacenia procesu wychowania o działania profilaktyczne. Oprócz rodziny, najbliższego środowiska, instytucji wyznaniowych czy grup rówieśniczych ważnym miejscem do pracy jest szkoła oraz środowisko zawodowe²³. Uznano również, że używanie środków uzależniających, tj. alkoholu, papierosów, narkotyków, to tylko jedna z dróg zagrożeń zdrowia i prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży. Istnieje duża grupa zachowań problemowych młodego pokolenia, która często występuje w powiązaniu z używaniem tych substancji; należą do nich: akty przemocy, samobójstwa, łamanie prawa, a następnie ucieczka z domu i zaginięcie²⁴.

Problem zaginięć wskazuje, że warto interesować się tym, co robią najbliżsi, co jest dla nich ważne, o czym myślą, co sprawia im trudność, czego się obawiają, czym się cieszą i co planują. To często lęk przed szczerością i reakcją innych jest przyczyną, dla której ludzie nie mówią o swoich problemach i zamykają się w sobie. Samotnie dźwigają ciężar, który byliby w stanie unieść, mając przy sobie wsparcie bliskich im osób. Gdy go nie znajdują, załamują się i odchodzą²⁵.

Na kształtowanie środowiska kryminogennego istotny wpływ mają czynniki, takie jak: bezrobocie, brak stałego miejsca zamieszkania, funkcjonowanie rodzin o charakterze dewiacyjnym, działalność blockersów i gangów nieletnich oraz inne patologie społeczne, w tym narkomania, prostytutka, alkoholizm czy zjawiska nieprzystosowania społecznego. Dodatkowo problemy występujące w domu rodzinnym i w szkole mogą prowadzić do opuszczenia środowiska rodzinnego, a w konsekwencji sprzyjać zaginięciom osób²⁶.

Przyczyny zaginięć ludzi

Zaginięcie osoby bliskiej stanowi jedno z najbardziej dramatycznych doświadczeń, jakie może dotknąć jednostkę. Zjawisko to nie jest ograniczone do

²² A. Podgórecki *Patologia życia społecznego*, Warszawa 1996, s. 7.

²³ I. Pospiszyl, *Przemoc w rodzinie*, Warszawa 1994, s. 6.

²⁴ Ibidem.

²⁵ I. Malinowska, *Problematyka zaginięć ludzi w aspekcie prawnokryminologicznym*, „Problemy Współczesnej Kryminologii”, 22/2023, <https://doi.org/10.52097/pwk.5411>, s. 137.

²⁶ B. Hołyst, *Kryminologia*, Warszawa 2009, s. 15.

określonej płci, wieku, statusu społecznego ani poziomu wykształcenia. Część przypadków zaginięć wynika z przemyślanej, świadomej decyzji samej osoby, choć w różnym stopniu intencjonalnej. Inne zaginięcia mają charakter przypadkowy, będąc skutkiem wypadków losowych lub chwilowego zagubienia. Wobec faktu, że w ostatnich latach liczba zaginięć wykazuje wyraźną tendencję wzrostową i staje się poważnym problemem społecznym, istnieje pilna potrzeba prowadzenia systematycznych badań naukowych nad tym zjawiskiem oraz jego konsekwencjami psychospołecznymi i prawnymi.

Komplikacje w pracy, problemy w rodzinie, rozpad małżeństwa, wyjazdy zagraniczne w poszukiwaniu pracy i trudności finansowe to częste podłoża zniknięć dorosłych. Osoby starsze giną po wielokroć z powodu kłopotów z pamięcią i innych dolegliwości związanych z wiekiem, natomiast naruszenie prawa, takie jak: uprowadzenie, pedofilia czy zabójstwo, stanowi nader nietypową przyczynę zaginięć. Z danych Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych ITAKA wynika dodatkowo, że zaginięcia niezwykle sporadycznie związane są także z przystąpieniem do sekty²⁷.

Zgodnie z danymi statystycznymi Komendy Głównej Policji, każdego roku z domu rodzinnego w Polsce ucieka kilka tysięcy dzieci i młodzieży, przy czym zjawisko to obejmuje coraz młodsze grupy wiekowe, w tym dzieci w wieku około dziesięciu lat, a także osoby niemal pełnoletnie, tuż przed osiągnięciem pełnoletności²⁸. Ucieczki te są w dużej mierze wynikiem doświadczenia zagrożenia, zaniedbania lub przemocy, obejmującej zarówno przemoc fizyczną i psychiczną, molestowanie seksualne, jak i sytuacje chronicznego konfliktu w środowisku rodzinnym.

Z perspektywy prawnej, zjawisko ucieczek ma istotne konsekwencje w zakresie ochrony praw dziecka, w tym prawa do bezpieczeństwa, ochrony przed przemocą i prawa do opieki, przewidziane w Kodeksie rodzinnym i opiekuńczym oraz w aktach prawnych dotyczących przemocy w rodzinie. Niedostateczne wsparcie ze strony rodziny lub otoczenia społecznego, brak rozpoznania sygnałów świadczących o zagrożeniu przez opiekunów lub instytucje oświatowe, może skutkować naruszeniem ustawowych obowiązków opiekuńczych oraz koniecznością podjęcia działań prewencyjnych lub interwencyjnych przez organy państwowe, w tym policję, kuratorów sądowych i ośrodki pomocy społecznej²⁹.

²⁷ I. Malinowska, A. Rybicka, *Zagrożenia społeczne wynikające z zaginięć ludzi we współczesnym świecie*, „Kwartalnik Policyjny” 2016, nr 1 (36), s. 20.

²⁸ E. Kowalska, *Ucieczki Nastolatków. Perspektywa psychologiczna i aspekty poszukiwawcze. E-book dla rodziców, nauczycieli i pedagogów pracujących z nastolatkami*, Warszawa 2023, s. 41.

²⁹ *Niewystarczająca pomoc dzieciom*, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/sprawy-spoeczne/niewystarczajaca-pomoc-dzieciom.html> (dostęp: 12.01.2026).

Ponadto, instytucje edukacyjne odgrywają kluczową rolę w wczesnym rozpoznawaniu sygnałów wskazujących na sytuacje kryzysowe w życiu dziecka. Zgodnie z art. 6 pkt 1 i 2 ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta Nauczyciela³⁰, nauczyciel zobowiązany jest rzetelnie realizować zadania związane z funkcją dydaktyczną, wychowawczą i opiekuńczą szkoły oraz dbać o bezpieczeństwo powierzonych jego opiece uczniów. Obowiązek ten obejmuje także reagowanie na sygnały wskazujące na zagrożenie dobra dziecka, w tym zagrożenie jego bezpieczeństwa psychicznego lub fizycznego. Uzupełnieniem powyższego jest art. 1 pkt 1, 4 i 14 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe³¹, który wskazuje, że system oświaty zapewnia realizację prawa dziecka do wychowania i opieki odpowiednich do jego wieku i rozwoju, wspomaga wychowawczą rolę rodziny oraz zapewnia uczniom bezpieczne warunki nauki.

Zachowania takie jak chroniczne zmęczenie, senność na lekcjach czy wycofanie społeczne mogą wskazywać na trudności w środowisku rodzinnym, które wymagają interwencji i ochrony prawnej dziecka³².

Z danych policyjnych wynika, że największy odsetek zaginionych to osoby w wieku średnim. W grupie nieletnich statystycznie najwięcej zaginięć przypada na grupę wiekową 14–17 lat. 20% wszystkich zaginionych stanowią seniorzy³³.

Jednym z istotnych czynników sprzyjających zaginięciom osób jest bezrobocie. Zjawisko to wywołuje negatywne konsekwencje zarówno dla jednostek nim dotkniętych, jak i dla ich rodzin oraz dla funkcjonowania gospodarki jako całości. Wysoki poziom bezrobocia prowadzi do pogorszenia sytuacji materialnej części społeczeństwa i obniżenia standardu życia wielu gospodarstw domowych. Ponadto skutki bezrobocia obejmują wzrost poziomu przestępczości, pogorszenie stanu zdrowia psychicznego i fizycznego, a także dezaktywację zawodową, która wiąże się z frustracją, nasileniem agresji, poczuciem bezradności, ograniczeniem rozwoju osobowości, spadkiem aspiracji edukacyjnych oraz niepewnością i lękiem o przyszłość³⁴.

Zgodnie z szacunkami European Citizen Action Service (ECAS)³⁵ od momentu rozszerzenia Unii Europejskiej około 1 120 000 Polaków wyjechało tam w celach zarobkowych. Z danych fundacji ITAKA wynika, że na terenie

³⁰ Dz. U. z 2024 r., poz. 986 ze zm.

³¹ Dz. U. z 2025 r., poz. 1043 ze zm.

³² Por. I. Malinowska, A. Rybicka, *Zagrożenia społeczne...*, op. cit., s. 20.

³³ *Zaginięcia osób w Polsce. Fakty i mity*, <https://www.policja.pl/pol/aktualnosci/115830,Zaginiecia-osob-w-Polsce-Fakty-i-mity.html> (dostęp: 11.01.2026).

³⁴ Ibidem.

³⁵ <https://ecas.org/> (dostęp: 11.01.2026).

Unii Europejskiej zaginęło prawie 300 osób z Polski, z czego 73 w Wielkiej Brytanii.

Jak wskazuje Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych ITAKA³⁶, wiele problemów związanych z zaginięciami wynika z nieprzygotowanego wyjazdu za granicę. Często osoby podejmują decyzję o wyjeździe bez znajomości języka obcego i bez rzetelnej wiedzy o miejscu docelowym, kierując się nadzieją na szybki zarobek. W efekcie powierzają się nieuczciwym pośrednikom lub podejmują wyjazd „w ciemno”, licząc na szczęśliwy zbieg okoliczności. Po przybyciu do nowego środowiska osoby te nierzadko znajdują się bez środków do życia i bez perspektyw zawodowych, co stwarza kolejne trudności i zwiększa ryzyko zaginięcia.

Sytuacja jest jeszcze bardziej skomplikowana w przypadku osób, które weszły na drogę przestępczości lub padły jej ofiarą. Osoby te często pozostają z dala od miejsca zamieszkania przez wiele lat, funkcjonując anonimowo jako N.N., a los ich życia lub śmierci często zależy od przypadku, decydującego o tym, czy rodzina kiedykolwiek zostanie o tym poinformowana. Przykładem jest przypadek 27-letniego Andrzeja K., który w 2010 roku został porwany w Londynie, a jego ciało odnaleziono dziesięć miesięcy później prawie sto kilometrów od miejsca porwania. Takie zdarzenia ilustrują dramatyczny charakter zaginięć osób narażonych na przestępczość oraz ograniczoną możliwość ochrony ich życia i praw ze strony rodziny czy instytucji państwowych³⁷.

Formy radzenia sobie z traumą zaginięcia

Trauma zaginięcia osoby bliskiej wymaga od jednostki i systemu rodzinnego mobilizacji różnorodnych strategii radzenia sobie. Ze względu na brak jednoznacznych informacji o losie osoby zaginionej, proces adaptacyjny przebiega w warunkach przewlekłej niepewności i wysokiego napięcia emocjonalnego, co różni go od typowej reakcji żałobnej po śmierci bliskiej osoby³⁸.

Na poziomie indywidualnym wyróżnia się strategie aktywne i pasywne. Do strategii aktywnych zalicza się m.in.: angażowanie się w poszukiwania osoby zaginionej, kontakt z Policją, fundacjami zajmującymi się osobami zaginionymi (np. ITAKA w Polsce), czy współpraca z mediami w celu nagłośnienia

³⁶ <http://www.zaginieni.pl/> (dostęp: 11.01.2026).

³⁷ Por. I. Malinowska, *Problematyka zaginięć ludzi...*, op. cit., s. 133.

³⁸ *Trauma i urazy psychiczne nie tylko z psychologicznego punktu widzenia*, <https://www.totalmedic.pl/trauma-i-urazy-psychiczne-nie-tylko-z-psychologicznego-punktu-widzenia/> (dostęp: 11.01.2026).

sprawy³⁹. Te działania pozwalają rodzinie odzyskać poczucie sprawczości i częściową kontrolę nad sytuacją, co jest istotne dla redukcji chronicznego stresu. Do strategii pasywnych zalicza się mechanizmy psychiczne, takie jak wyparcie, racjonalizacja, odcinanie się od emocji czy sublimacja, które umożliwiają przetrwanie w sytuacji, w której pełne przetworzenie traumatycznego doświadczenia jest niemożliwe⁴⁰.

Na poziomie rodzinnym trauma zaginięcia wymusza reorganizację systemu rodzinnego. Dochodzi wówczas do czasowego przejmowania ról i obowiązków osoby zaginionej, renegocjacji relacji pomiędzy członkami rodziny oraz wypracowania nowych sposobów wsparcia emocjonalnego i logistycznego. Terapia rodzinna i wspólne sesje psychologiczne umożliwiają rodzinie dzielenie się emocjami, synchronizowanie działań w zakresie poszukiwań oraz wzmacnianie poczucia więzi, co jest niezbędne w warunkach przewlekłej niepewności⁴¹.

Nieodzownym elementem wsparcia jest interdyscyplinarne współdziałanie instytucji prawnych, psychologicznych i społecznych. Procedury prawne, takie jak ogłoszenie osoby za zaginioną, wszczęcie postępowania w zakresie opieki czy regulacja majątkowa, pozwalają rodzinie zabezpieczyć prawa i obowiązki w obszarach prawnych, które bezpośrednio wpływają na życie codzienne⁴². Jednocześnie wsparcie psychologiczne, w tym terapia indywidualna i grupowa, pomaga radzić sobie z lękiem, poczuciem winy, frustracją czy bezradnością. Wsparcie społeczne, realizowane przez fundacje, grupy wsparcia i lokalne ośrodki pomocy, daje rodzinom możliwość wymiany doświadczeń i otrzymania konkretnej pomocy praktycznej, np. w zakresie finansowym, prawnym czy logistycznym⁴³.

Przykładem konkretnych działań adaptacyjnych są: prowadzenie dziennika emocji przez członków rodziny, co pomaga w identyfikacji i regulacji stresu; organizowanie grup wsparcia dla rodziców i rodzeństwa osób zaginionych, które pozwalają dzielić się doświadczeniami i strategiami radzenia sobie; udział w mediacjach i konsultacjach prawnych, co umożliwia podejmowanie

³⁹ Por. <https://zerwanewiezi.pl/jakie-sa-skuteczne-strategie-dotarcia-do-zaginionych/> (dostęp: 11.01.2026).

⁴⁰ <https://poradnictworodzinne.pl/mechanizmy-obronne-w-odpowiedzi-na-traume-jak-dziala-nasz-mozg/> (dostęp: 11.01.2026).

⁴¹ *Poradnik psychologiczny dla rodzin zagrożonych sytuacją porwań rodzicielskich*, Warszawa 2022, https://porwaniarodzicielskie.pl/wp-content/uploads/2022/04/CWiM_Poradnik_psychologiczny.pdf (dostęp: 11.01.2026).

⁴² U. Bejma, M. Iżycki, *Instytucje wsparcia społecznego wobec aktualnych problemów*, Kielce 2024, s. 133.

⁴³ Ibidem.

decyzji w sytuacjach niepewności prawnej; a także aktywizacja społeczności lokalnej, np. poprzez kampanie informacyjne czy wydarzenia edukacyjne, które zwiększają szanse na odnalezienie osoby zaginionej⁴⁴.

Mechanizmy obronne i strategie adaptacyjne często łączą się ze sobą. Na przykład odcinanie się emocjonalne (mechanizm obronny) może współistnieć z aktywnym poszukiwaniem informacji, co pozwala jednostce funkcjonować w warunkach przewlekłego stresu, nie tracąc całkowicie zdolności do działania⁴⁵

Skuteczność radzenia sobie z traumą zaginięcia zależy od zintegrowanego podejścia uwzględniającego wszystkie poziomy interwencji – indywidualny, rodzinny i instytucjonalny. Brak uwzględnienia któregoś z tych poziomów zwiększa ryzyko wtórnej wiktymizacji, przewlekłego stresu oraz zaburzeń funkcjonowania rodziny. Dlatego interdyscyplinarne strategie, łączące wsparcie psychologiczne, interwencje prawne oraz pomoc społeczną, są kluczowe dla ograniczenia negatywnych konsekwencji zaginięcia i przywracania równowagi w systemie rodzinnym.

Podsumowanie

Trauma związana z zaginięciem bliskiej osoby wywiera wielowymiarowy wpływ na funkcjonowanie systemu rodzinnego, generując zarówno przewlekły stres, jak i poczucie niepewności. Proces radzenia sobie w takich sytuacjach różni się od klasycznej żałoby, gdyż brak jednoznacznych informacji o losie osoby zaginionej wymusza adaptację w warunkach chronicznej niepewności. W literaturze wskazuje się, że efektywne mechanizmy radzenia sobie obejmują zarówno strategie indywidualne – aktywne i pasywne, jak prowadzenie dzienników emocji, wyparcie czy sublimacja – jak i działania systemowe, w tym terapię rodzinną, grupy wsparcia oraz współpracę z instytucjami prawnymi i społecznymi. Integracja tych poziomów interwencji pozwala na synchronizowanie działań, wzmacnianie więzi rodzinnych oraz ograniczenie negatywnych konsekwencji psychologicznych i społecznych. Interdyscyplinarne podejście, łączące wsparcie psychologiczne, interwencje prawne i aktywizację społeczności, okazuje się kluczowe w zmniejszaniu ryzyka wtórnej wiktymizacji i umożliwia rodzinom funkcjonowanie

⁴⁴ Por. M.E. Keough, T. Simmons, M. Samuels, *Missing persons in post-conflict settings: best practices for integrating psychosocial and scientific approaches*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15602996/> (dostęp: 11.01.2026).

⁴⁵ E. Wilczek-Rużyczka, *Stres i możliwości radzenia sobie z nim w życiu codziennym*, <https://terapiaspecjalna.pl/article/stres-i-mozliwosci-radzenia-sobie-z-nim-w-zyciu-codziennym> (dostęp: 11.01.2026).

w warunkach długotrwałego stresu. Adaptacja do traumy zaginięcia wymaga złożonego, wielopoziomowego wsparcia, które równocześnie odpowiada na potrzeby emocjonalne, praktyczne i prawne członków rodziny.

Bibliografia

- Bejma U., Iżycki M., *Instytucje wsparcia społecznego wobec aktualnych problemów*, Kielce 2024.
- Boss P., *Ambiguous loss. Learning to live with unresolved grief*, Harvard 1999.
- Dz. U. z 2023 r., poz. 2809 ze zm.
- Dz. U. z 2024 r., poz. 1568 ze zm.
- Dz. U. z 2024 r., poz. 986 ze zm.
- Dz. U. z 2025 r., poz. 1043 ze zm.
- Dz. U. z 2025 r., poz. 1071 ze zm.
- Gross R., *Psychologia żałoby*, Łódź 2024.
- Hołyst B., *Kryminologia*, Warszawa 2009.
- <http://www.zaginieni.pl>.
- <https://ecas.org/>.
- <https://e-justice.europa.eu/topics/family-matters-inheritance/parental-responsibility-child-custody-and-contact-rights/pl>.
- <https://missingpersons.icrc.org/families?utm>.
- <https://poradnictworodzinnie.pl/mechanizmy-obronne-w-odpowiedzi-na-traume-jak-dziala-nasz-mozg/>.
- <https://projektzaginieni.wordpress.com/2017/03/19/o-wspolistnieniu-obecnosci-i-nieobecnosci-niejednoznaczna-utrata/>.
- <https://www.mdpi.com/2076-328X/10/7/110?utm>.
- <https://www.przewodnik-katolicki.pl/Archiwum/2024/Przewodnik-Katolicki-47-2024/blisko-siebie/Znikniecia-bez-sladu>.
- https://zaginieniprzedlaty.com/#google_vignette.
- <https://zerwanewiezi.pl/jakie-sa-skuteczne-strategie-dotarcia-do-zaginionych/>.
- Keough M.E., Simmons T., Samuels M., *Missing persons in post-conflict settings: best practices for integrating psychosocial and scientific approaches*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15602996/>.
- Kowalska E., *Ucieczki nastolatków. Perspektywa psychologiczna i aspekty poszukiwawcze. E-book dla rodziców, nauczycieli i pedagogów pracujących z nastolatkami*, Warszawa 2023.
- Malinowska I., *Problematyka zaginięć ludzi w aspekcie prawno-krymonologicznym*, „Problemy Współczesnej Kryminologii”, 22/2023, <https://doi.org/10.52097/pwk.5411>, s. 137.
- Malinowska I., Rybicka A., *Zagrożenia społeczne wynikające z zaginięć ludzi we współczesnym świecie*, „Kwartalnik Policyjny” nr 1 (36)/2016.
- Niewystarczająca pomoc dzieciom*, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/sprawy-spoeczne/niewystarczajaca-pomoc-dzieciom.html>.
- Nowicka A., Baczyńska B., *Współczesne wyzwania rodziny. Wsparcie i współpraca*, Dąbrowa Górnicza 2025.

- Piaskowska O., Wiśniewski T. (red.), *Postępowanie w sprawach o uznanie za zmarłego*, <https://sip.lex.pl/procedury/postepowanie-w-sprawach-o-uznanie-za-zmarlego-1610613754> X.
- Podgórecki A., *Patologia życia społecznego*, Warszawa 1996.
- Poradnik psychologiczny dla rodzin zagrożonych sytuacją porwań rodzicielskich*, Warszawa 2022, https://porwaniarodzicielskie.pl/wp-content/uploads/2022/04/CWiM_Poradnik_psychologiczny.pdf.
- Pospiszyl I., *Przemoc w rodzinie*, Warszawa 1994.
- Prawo rodzinne w pytaniach i odpowiedziach*, Suwałki 2022.
- Trauma i urazy psychiczne nie tylko z psychologicznego punktu widzenia*, <https://www.totalmedic.pl/trauma-i-urazy-psychiczne-nie-tylko-z-psychologicznego-punktu-widzenia/>.
- Wilczek-Rużyczka E., *Stres i możliwości radzenia sobie z nim w życiu codziennym*, <https://terapiaspecjalna.pl/article/stres-i-mozliwosci-radzenia-sobie-z-nim-w-zyciu-codziennym>.
- Zaginienia osób w Polsce. Fakty i mity*, <https://www.policja.pl/pol/aktualnosc/115830,Zaginienia-osob-w-Polsce-Fakty-i-mity.html>.