

ZDZISŁAW CHLEWIŃSKI
Lublin

PSYCHOLOGICZNA ANALIZA SUMIENIA SKRUPULATNEGO PRÓBA TYPOLOGII

Zagadnienie sumienia skrupulatnego jest ciągle otwarte i wymaga badań empirycznych, a także pogłębionych analiz teoretycznych. Chociaż zjawisko skrupułów było znane i opisane od dawna, to jednak tzw. wiedza zimna na ten temat jest ograniczona. Zjawisko to było i jest nadal bardziej dostępne teologom i duszpasterzom niż profesjonalnym badaczom ludzkiego zdrowia psychicznego. Dostęp do sumienia drugiej osoby jest utrudniony ze względu na jego charakter intymny, najbardziej osobisty. Duszpasterze, którzy z racji swojej roli i charakteru kontaktu z ludźmi mają tu największe szanse dostępu i rozumienia osób cierpiących na skrupuły, nie mogą jednak prowadzić w tym zakresie badań empirycznych, co najwyżej gromadzą poprzez kumulację doświadczeń wiedzę „gorącą” zawierającą więc pewną empirię oraz poszukują często jakby metodą prób i błędów praktycznych wskazań, jak pomóc tego rodzaju ludziom. Dzięki wspomnianym doświadczeniom duszpasterze zebrali wiele interesujących i naukowo wartościowych spostrzeżeń na temat skrupułów. Często też okazali dużą wnikliwość w analizie i rozumieniu różnych mechanizmów psychologicznych leżących u podłoża tego zjawiska. W ten sposób zebrali sporą wiedzę „praktyczno-empiryczną”, na podstawie której niekiedy formowali w jakimś zakresie trafne wskazania praktyczne. Wskazania te *de facto* mają charakter psychoterapeutyczny, choć ich tak nie nazywano.

W literaturze psychiatrycznej jako pierwszy zjawisko skrupułów opisał P. Janet (*Les obsessions et la psychasténie*, I-II, 2. Paris 1903) utrzymując, że jest to jeden z objawów nerwicy obsesyjnej. Obecnie problematyką skrupułów raczej pośrednio zajmują się psychiatrzy i psychologowie, traktując skrupuły jako specyficzny objaw nerwicy, który może różnie się wyrażać i przyjmować różną intensywność. Badacze nerwic pośrednio zgromadzili pewną ogólnie akceptowaną, deskryptywno-empiryczną wiedzę na temat skrupułów, natomiast w wyjaśnieniu tego zjawiska różnią się zależnie od orientacji teoretycznej.

Etymologicznie termin „skrupuł” pochodzi od *scrupulum* albo *scipulum*, co oznacza po łacinie małą wagę rzymską albo mały kamyk, który dostawczy się

do buta przeszkadza w chodzeniu. We współczesnej literaturze psychologicznej i psychiatrycznej (por. Winid 1970) nie ma oddzielnych analiz poświęconych skrupułom, problematyka ta bowiem mieści się w zakresie szerszego działu nerwic oraz w ramach ogólniejszych rozważań na temat czynników formujących osobowość neurotyczną bądź innych czynników deformujących rozwój osobowości.

Zjawisko skrupułów znajduje się na pograniczu normy zdrowia psychicznego. Dlatego zjawiska tego nie należy nazywać chorobą psychiczną czy nerwową, lecz – jak to już podkreślano – zaburzeniem w moralno-psychicznym funkcjonowaniu człowieka. Uznając skrupuły za objaw nerwicy należy tu uczynić zastrzeżenie, że nie w każdej nerwicy występują objawy zwane skrupułami, bo nie każdy jej objaw musi mieć treść moralną i nie każda nerwica deformuje sumienie.

Sumienie skrupulatne nie jest charakterystyczne tylko dla ludzi wierzących czy katolików, którzy w pewnym sensie są wychowywani i przygotowywani do robienia rachunków sumienia i wyznawania swoich win. Sumienia skrupulatne spotyka się również u ludzi różnych wyznań, a także u ludzi niewierzących.

Sumienie skrupulatne charakteryzuje się lękową, nieadekwatną i negatywną oceną moralną własnych czynów. Zjawisko to jest psychologicznie złożone i indywidualnie zróżnicowane. Wiąże się z zaburzeniami w ocenach moralnych; zwykle skrupulat dopatruje się zła tam, gdzie go w rzeczywistości nie ma. Wprawdzie mówi się często, że skrupulat ma problem odróżniania zła od dobra, bliższa jednak analiza tych wątpliwości wskazuje na inną płaszczyznę, mianowicie legalistyczną. Skrupulat osądza zwykle różne czyny zgodnie z ich kwalifikacją raczej prawną, a zatem na linii dozwolone–zakazane. Trudność skrupulata polega na jego nieumodze osądzania własnych czynów w konkretnych okolicznościach. Zarówno moralny, jak i prawny osąd jest wyciąganiem wniosku z dwóch przesłanek: większej, która jest ogólną normą zawartą w przykazaniach, przepisach itp. oraz mniejszej, która określa konkretny czyn jako należący lub nie należący do kategorii zakazanych. Skrupulat nie jest zdolny do polegania na własnym osądzie. Dlatego szczególnie wysoko ceni normy ogólne, a równocześnie jest niezdolny do oceny konkretnego czynu, w konkretnych okolicznościach. Do tego dołącza się zazwyczaj irracjonalny lęk przed karą.

Jednostka taka często przeżywa neurotyczne poczucie winy – lęk przed złem moralnym (grzechem) przeszłym, teraźniejszym i przyszłym swojego postępowania, a także myśli, słów, a nawet emocji. Przeżycia te są związane z ciągłymi wątpliwościami, wahaniem i trudnościami w podejmowaniu decyzji o charakterze moralnym – w konsekwencji powoduje to zamęt w ocenach moralnych: dobro–zło, istotne–nieistotne, ważne–nieważne.

W diagnozie sumienia skrupulatnego wyróżnia się trzy komponenty: a) wątpliwości, wahania w ocenach moralnych; b) irracjonalne lęki – patologiczne poczucie winy; c) charakter kompulsywno-obsesyjny tego stanu (Chlewiński 1991). Skrupulat przeżywa stany psychiczne, w których doświadcza niepokoju, lęku z powodów zupełnie irracjonalnych i banalnych, czyli poczucia grzechu, jakiego w rzeczywistości nie było. Ten stan zaburza funkcjonowanie człowieka, który przeżywa skrupuły i odbija się głębokim rezonansem w jego życiu religijnym i moralnym. Fałszywa interpretacja ocen i decyzji moralnych jest dla skrupulata źródłem licznych konfliktów sumienia, z powodu których żyje on w nieustannej niepewności i lęku. Skrupulat w skrajnym przypadku jest bowiem całkowicie zdominowany przez lęk odnoszący się do możliwości popełnienia grzechu.

Dla pewnej jasności pojęciowo-terminologicznej należy odróżnić sumienie skrupulatne od różnych innych, często spotykanych, stanów sumienia, które mogą pod jakimś względem przypominać sumienie skrupulatne. Przede wszystkim różni się ono od tzw. sumienia błędnego, polegającego na braku informacji co do moralnych aspektów określonego czynu czy problemu bądź okoliczności zmieniających jego charakter moralny. W takiej sytuacji człowiek może bez poczucia moralnej odpowiedzialności dokonać jakiegoś czynu, który obiektywnie jest moralnie zły, ale z racji błędu w ocenie moralnej subiektywnie takim nie jest. Sumienie skrupulatne różni się też od tzw. sumienia wątpliwego, które polega na przeżywaniu rzeczywistej wątpliwości, jak należy postąpić moralnie poprawnie. Takich dylematów moralnych w życiu jest dużo i od czasu do czasu wszyscy ludzie je przeżywają. Nie wszystkie też patologiczne czy neurotyczne poczucia winy mają charakter skrupułów, chociaż w skrupułach może występować element neurotycznego poczucia winy. Różnią się też skrupuły od urojeń grzeszności. Urojenia są zawsze patologicznymi, z reguły fałszywymi, nie podlegającymi krytycznej korekcie przekonaniami, w tym wypadku o własnej grzeszności. Są one właściwe niektórym chorobom psychicznym, natomiast skrupuły nie są na ogół objawami psychozy, ale nerwic (por. Chlewiński, Grzywa 1992).

Należy jeszcze odróżnić sumienie skrupulatne od sumienia wrażliwego, zwanego przez moralistów delikatnym. Delikatne sumienie to takie, które jest wrażliwe na aspekty moralne różnych sytuacji i relacji międzyludzkich, ocenia je trafnie, lekkiego grzechu nie traktuje jako ciężkiego, nie widzi powinności moralnych tam, gdzie ich nie ma, potrafi swoje zobowiązania moralne uporządkować według ich wagi i znaczenia. Człowiek o sumieniu wrażliwym moralnie stawia sobie z reguły duże wymagania moralne, stara się pod tym względem być autentycznym, unika wszelkiego zła, dezaprobuje zło w swoim postępowaniu w różnych postaciach, stara się być moralnie odpowiedzialny.

Konkludując te uwagi należy stwierdzić, że sumienie skrupulatne jest sumieniem swoistego typu, różnym zarówno od sumienia błędnego, jak i wątpliwego, a zwłaszcza delikatnego. Etycy nie uznają sądu wydanego na podstawie sumienia skrupulatnego za normy postępowania moralnego, gdyż jest ono instancją stronnictwą i funkcjonuje pod wpływem neurotycznego lęku. Często okazuje się więc rzeczą konieczną działać wbrew jego sądowi, tzn. wbrew „głosowi” takiego sumienia.

Należy jeszcze dodać, że wspomniane ograniczenia nie oznaczają, iż skrupulatom brak w ogóle rozsądnej i trzeźwej orientacji w różnych innych dziedzinach ich życia codziennego czy zawodowego. Poza dziedziną swoich skrupułów mogą zasadniczo poprawnie funkcjonować na poziomie intelektualnym oraz rozwiązywać różne problemy życia praktycznego. Mogą wystąpić jedynie pewne ograniczenia, które są charakterystyczne dla wszystkich ludzi cierpiących na nerwicę, a nie tylko skrupułów. Paradoksalne jest to, że spotyka się skrupułów, którzy trafnie rozstrzygają wątpliwości moralne przeżywane przez inne osoby, nawet w tym przedmiocie, który jest dla nich osobistym problemem. Skrupulat może znać doskonale zasady etyki na poziomie teorii i wiedzieć jak należy postąpić w sytuacji dylematu moralnego, ale gdy chodzi o zastosowanie tych racji do własnych spraw, o podjęcie osobistej decyzji moralnej, okazuje się wówczas bezradny.

Zadaniem artykułu jest charakterystyka różnych przejawów sumienia skrupulatnego oraz propozycja typologii skrupułów. Skrupuły nie mają charakteru jednorodnego, występują w różnych odmianach. W artykule pominięto zasadniczo wiele istotnych zagadnień, m.in. relacje sumienia dojrzałego i sumienia skrupulatnego, osobowość ludzi o sumieniu skrupulatnym, etiologię i terapię skrupułów¹.

PROBLEM TYPOLOGII SKRUPUŁÓW

Badacze skrupułów, np. Mailloux (1967, 1967a), zauważyli duże różnice indywidualne w doświadczeniach moralnych i przeżywanych wątpliwościach ludzi, których nazywamy skrupulatami. Mimo pewnego podobieństwa objawów występują poważne różnice tak jakościowe, jak i ilościowe między poszczególnymi osobami przeżywającymi rozmaite problemy związane z wątpliwościami typu moralno-psychologicznego. Zidentyfikowano też poważne różnice w

¹ Zagadnienia te omawiam m.in. w pracy „*Sumienie skrupulatne. Studium psychologiczne*” (w druku).

okresie trwania skrupułów, a także różnice w podatności na psychoterapię. Można więc stwierdzić, że zjawisko skrupułów nie jest ani proste, ani jednorodne.

Powstaje pytanie, czy w tej różnorodności ludzkich doświadczeń wątpliwości sumienia można znaleźć pewne cechy charakterystyczne, współwystępujące, na podstawie których można ustalić jakąś typologię? Jeżeli odpowiedź jest pozytywna, to powstaje kolejne pytanie: według jakich kryteriów można zidentyfikować odpowiednio poszukiwane typy?

Chociaż wszelkie skrupuły są związane z lękiem i wątpliwościami, to jednak można w nich stwierdzić pewne charakterystyczne syndromy, dominujące emocje. Można też wyróżnić skrupuły trwające krótko i długo (trwające długo są w mniejszym zakresie podatne na psychoterapię).

W pracy będą więc zaproponowane i scharakteryzowane najczęstsze typy skrupułów. Na początku należy podkreślić, że różne skrupuły są źródłem różnych zaburzeń w funkcjonowaniu sumienia. Są skrupuły jakby „rozwojowe”, które pojawiają się w fazie dojrzewania albo w fazie szczególnie intensywnego życia moralno-religijnego, trwają pewien okres, a później często, nawet bez pomocy innej osoby oddziałującej terapeutycznie, znikają. Występują jednak skrupuły, które mogą być przejawem poważnych zaburzeń w psychicznym funkcjonowaniu człowieka powstałych z reguły w wyniku jakichś braków w formowaniu się sumienia, a nawet w kształtowaniu osobowości zwłaszcza u osób, które prawdopodobnie mają niekorzystne pod tym względem dyspozycje nerwo-psychiczne. Są to skrupuły o charakterze ściśle nerwicowym. Wyrażają się w neurotycznym lęku i neurotycznym przymusie (myśli natrętne, kompulsywne). Najczęściej oba przejawy współwystępują, ale mogą być przypadki, w których przeważają lęki (szczególnie wtedy, gdy u danej osoby występuje pewna predyspozycja do ujawniania różnych fobii i stanów depresyjnych), a także przypadki o dominacji przymusów myślowych (zwłaszcza przy anankastycznych predyspozycjach). Występują też skrupuły charakteryzujące się szczególnie dużym poczuciem winy. Poczucie winy w jakimś stopniu występuje u wszystkich skrupulatów, ale u niektórych jest ono bardzo intensywne.

Ogólnie można powiedzieć, że skrupuły są związane ze stosowaniem różnych mechanizmów obronnych osobowości, najczęściej wyparcia, ale również racjonalizacji, kompensacji, identyfikacji, co jest uwarunkowane różnymi czynnikami nerwicogennymi tkwiącymi głównie w procesach wychowawczych. Wydawałoby się, że pomocne w znalezieniu podstaw typologii skrupułów mogą więc być różne mechanizmy obronne, które stosują skrupulaci. Ponieważ jednak, według niektórych badaczy (por. np. Ringel 1992), u podłoża większości nerwic leży mechanizm wyparcia (represji), to wówczas kryterium to nie byłoby wystarczające (jako mało różnicujące), zresztą wraz z wyparciem działają również

inne mechanizmy obronne, np. racjonalizacja. Wydaje się, iż można więc przyjąć łączone kryterium, w którym w miarę możliwości uwzględnia się jednocześnie ewentualny mechanizm obronny oraz dominujące objawy, m.in. emocje i podobne charakterystyczne reakcje. Większość klasyfikacji nerwic jest również oparta na syndromach objawowych.

Reasumując ten fragment rozważań można zaproponować następujące typy skrupułów: przejściowe (1) i trwałe. Wśród trwałych należy wymienić: skrupuły z dominującymi objawami lęku (2), skrupuły z dominującymi objawami nerwicy natręctw (3), skrupuły z dominującym poczuciem winy (4), skrupuły „zależności” (5), skrupuły kompensacyjne (6) oraz skrupuły „identyfikacyjne” (7).

Mogą jeszcze wystąpić skrupuły będące objawem nerwicy konwersyjnej (histerii), w której dana osoba, oczywiście w sposób nieuświadomiony, usiłuje – np. na spowiedniku – wywołać specjalne wrażenie za pomocą różnych skrupułów, ale jest to zjawisko rzadkie i będzie pominięte w tej pracy.

Chociaż wszelka typologia jest pewnym uproszczeniem, niemniej może się okazać pożyteczna dla lepszej orientacji w tym złożonym zjawisku. Próby typologizacji są z reguły związane z poszukiwaniem etiologii skrupułów². Wydaje się, że rzadko spotyka się wśród skrupułów osoby należące do czystego typu. W rzeczywistości różne objawy właściwe poszczególnym typom mogą współwystępować z innymi. W zaproponowanej typologii chodzi jedynie o pewną przewagę określonych objawów. Poza tym ludzie pod pewnym względem mogą funkcjonować w sposób wystarczająco autonomiczny, a w niektórych wypadkach w sposób niedojrzały. Bardzo rzadko skrupuły są zgeneralizowane i obejmują wszystkie sfery życia moralnego. Najczęściej mają one charakter selektywny, dotyczą tylko jednej dziedziny lub kilku, np. skrupuły związane ze sprawiedliwością lub z tym, czy przez swoje słowa, uwagi nie naruszyło się dobrego imienia drugiego człowieka; skrupuły z zakresu kontroli myśli i wyobraźni pod względem treści seksualnych; skrupuły z tego powodu, czy poprawna była modlitwa (tendencja przymusowa do wielokrotnego jej powtarzania), poprawności w przygotowaniu do przyjęcia sakramentów, dokładności zachowania przepisów, np. reguły zakonnej itp., wątpliwości co do ważności poprzednich spowiedzi i wiele innych.

² W niniejszej pracy nie analizuję szczegółowo problemów etiologii skrupułów, jednak do charakterystyki poszczególnych typów należy wskazanie psychologicznych mechanizmów leżących u podstaw omawianych objawów; dlatego przytaczam zasadniczo bez szczegółowego i krytycznego omawiania pewne hipotezy wyjaśniające genezę poszczególnych typów.

1. Skrupuły przejściowe

Skrupuły zwane przejściowymi są często pewnym etapem w moralno-religijnym rozwoju człowieka, nie są one poważnymi zaburzeniami w jego psychicznym funkcjonowaniu, trwają stosunkowo krótko, zwykle od kilku miesięcy do paru lat. Polegają przede wszystkim na wątpliwościach o charakterze moralnym w różnych sytuacjach, w których należy dokonywać ocen moralnych. Z wątpliwościami łączą się z reguły mniej lub bardziej intensywne lęki przed tym, że zostały lub zostaną naruszone normy moralne. Tego typu skrupuły występują najczęściej u osób młodych w okresie dojrzewania, niekiedy również u dorosłych, zwłaszcza po głębokim przeżyciu przewartościowania swego dotychczasowego życia (np. nawrócenia), a także często po rozpoczęciu nowej drogi życia, takiej jak wstąpienie do seminarium duchownego lub zakonu. Skrupuły te są związane z głębszą moralną autorefleksją nad własnym postępowaniem, samoanalizą, próbami wprowadzenia samokontroli myśli i motywów, z trudnościami ich rozszyfrowania, a w wyniku takich zabiegów występują wątpliwości, niepewność co do właściwości ocen moralnych i obawa o to, czy w swoim życiu nie narusza się zasad moralnych. Nierzadko skrupuły tego typu wynikają z trudności w rozróżnianiu tzw. pokusy od faktu przyzwolenia na pokusę.

Ten typ skrupułów może być czynnikiem stymulującym rozwój moralny człowieka. Osoba, która odznaczała się w dotychczasowym życiu raczej powierzchownym wglądem w funkcjonowanie własnego sumienia, w efekcie doświadczenia skrupułów może przeżywać pewien kryzys wewnętrzny, który jednak spowoduje większy wgląd w motywy własnych decyzji moralnych i postępowania moralnego, uwrażliwi na aspekty moralne różnych sytuacji, których dotychczas nie zauważała, pozwoli jej głębiej analizować własne oceny moralne, a w związku z tym obniży w pewnym sensie ich pewność. Takie skrupuły są związane z niepokojem, lękami, wahaniem dotyczącymi sytuacji, w których należy moralnie wartościować i podejmować decyzje. Niekiedy wahania trwają również po podjęciu decyzji moralnej jako wątpliwość, czy była ona poprawna. Jak już wspomniano, w opisanych stanach mogą ujawnić się elementy twórcze, stymulujące do rozwoju wewnętrznego. W efekcie doświadczeń związanych z tego typu skrupułami, jeśli dana osoba przeżyje je pozytywnie, tzn. potrafi te problemy rozwiązać, sumienie może stać się bardziej dojrzałe. W konsekwencji nastąpi rozwój większego poczucia odpowiedzialności za siebie i innych. Skrupuły tego typu mają więc charakter korygujący, leczący, stymulujący do rozwoju. Psychoterapeuta czy duszpasterz powinien wskazać na znaczenie tego typu skrupułów w rozwoju moralnym człowieka i poprzez rozmowę wyjaśniającą różne teoretyczne i praktyczne wątpliwości ułatwić przejście danej osobie przez przykre doświadczenia. Warto podkreślić, że podobna sytuacja występuje w

psychoterapii łagodnych nerwic, w której niekiedy już samo wyjaśnienie znaczenia nerwicy i okazanie pomocy pacjentowi w znalezieniu na przykład wzorca życiowego, do którego dąży w nerwicy w sposób nieuświadomiony, jest czynnikiem leczącym.

2. Skrupuły z dominującymi objawami lęku

Osoby należące do tego typu charakteryzują się dużym niepokojem i lękiem, najczęściej – a zwłaszcza na początku – o nieokreślonym przedmiocie. Życie moralne i religijne tych osób jest w dużym zakresie i stopniu zdominowane przez lęk. Skrupulaci tego typu boją się różnych sytuacji spotykanych w życiu codziennym, w których należy uwzględnić jakiś aspekt moralny, gdyż obawiają się, iż mogą w nich popełnić zło moralne. W rzeczywistości trudno, a nawet niemożliwe jest uniknięcie takich sytuacji. Często już znalezienie się w takich okolicznościach uważają za zło, nie potrafią przede wszystkim odróżnić pokusy od popełnionego poważnego zła. Nawet przypadkowe narażenie się na pokusę już traktują jako grzech.

W skrupułach często pod wpływem neurotycznego lęku następuje jego skojarzenie z określoną dziedziną moralną. Nieokreślony lęk, który powstaje u niektórych ludzi spontanicznie, może łatwo skojarzyć się z jakąś dziedziną, np. seksualną, sprawiedliwości, odpowiedzialności za innych itp. Ten lęk, którego przyczyny nie zna dana jednostka, jest psychicznie szczególnie trudny do zniesienia, bardziej niż strach o określonym przedmiocie. Dlatego osoba przeżywająca lęk, którego przyczyny nie może wykryć, wiąże go na zasadzie najczęściej przypadkowej asocjacji z jakąś moralną dziedziną własnego życia i wówczas „wie” dlaczego przeżywa lęk i to redukuje przynajmniej częściowo jego intensywność. W ten sposób tworzą się fobie, które można nazwać moralnymi. Może więc „anonimowy” początkowo lęk stać się przyczyną charakteryzowanych tu skrupułów.

Ogólny neurotyczny lęk skojarzony z treściami moralno-religijnymi występujący u skrupulata może być wyrazem niedojrzałej religijności opartej głównie na obawie o swoje zbawienie albo na obawach wobec Boga. U takich osób wszelkie relacje do Boga są zdominowane poczuciem lęku. Zwykle Boga przedstawiają sobie w sposób mniej lub bardziej uświadomiony jako istotę groźną. Wszelkie wymogi moralne jako pochodzące od Boga traktują przede wszystkim jako coś groźnego, a każdą osobistą decyzję o charakterze moralnym przeżywają jako ryzykowną i niebezpieczną dla zbawienia. Lękowe „ubezpieczenie samego siebie” koncentrują zwłaszcza na spowiedzi, która ma dostarczyć im poczucia pewności, pewnej gwarancji, że są wobec Boga w porządku. Potrzeba

ta może przejawiać się w odbywaniu częstych spowiedzi, w usiłowaniu ciągłego ponawiania spowiedzi z całego życia lub w przesadnie drobiazgowym oskarżaniu się w zwykłych spowiedziach.

Tragiczny efekt dla religijności mogący wywołać tego rodzaju skrupuły jest taki, że w pewnym momencie może nastąpić neurotyczna negacja wiary religijnej. Osoby, które ciągle boją się popełnienia grzechu, stają się stopniowo lękliwe wobec wszystkiego co ma jakikolwiek związek z moralnością i religią, aż wreszcie – aby zredukować tego rodzaju lęk – przestają wierzyć w Boga w ogóle. Niewiara jako reakcja na opisaną tu fobię moralną jest prawdopodobnie zjawiskiem częstym. Może zrodzić się ze zgeneralizowanego lęku, który człowiek taki odczuwa, wchodząc i przebywając w kościele albo widząc różne osoby lub przedmioty kojarzące się z religią, moralnością. Podobnie uciążliwe i dokuczliwe mogą stać się dla nich wszelkie praktyki religijne, a zwłaszcza lęki przed przystępowaniem do sakramentów. Takie praktyki wywołują z reguły u tego typu ludzi myśli o możliwości popełnienia ciężkiego grzechu. Natomiast całkowita negacja przykazań religijnych w takiej sytuacji najczęściej redukuje lęk przed grzechem. Jest to pewnego rodzaju redukcja lęku poprzez ucieczkę od tego, co ten lęk wywoływało. Taka postawa jest czysto neurotyczną negacją istnienia Boga.

Przyczyny takiego stanu powiązania lęku z ideą Boga mogą być różne. Istotną rolę w wytworzeniu postawy lękowej wobec Boga może mieć zbyt rygorystyczne wychowanie, wpływ rodziców – surowego ojca, surowej lub lękowo wobec spraw religii i moralności nastawionej matki, a także rygorystycznego nauczyciela religii, akcentowanie w wychowaniu moralno-religijnym motywów lęku a brak zaufania do świata, życia, własnych ocen moralnych i własnych decyzji moralnych, a zwłaszcza brak pozytywnego spojrzenia na religię. Wśród czynników sprzyjających powstawaniu skrupułów warto również wymienić nadopiekuńczość rodziców, którzy rozwiązują za dziecko problemy i nie pozwalają mu na formowanie i wyrażanie własnego zdania i własnych sądów. Może jednak i tak być, że nawet wbrew psychologicznie poprawnemu wychowaniu i nauczaniu moralno-religijnemu i względnie poprawnym i pozytywnym relacjom dziecka z rodzicami może się wytworzyć lęk neurotyczny u ludzi z predyspozycjami do szczególnego lęku lub stanów depresyjnych.

Może się również zdarzyć, nawet u osób bez szczególnych predyspozycji do lęków, iż w sytuacjach wychowawczych, w których przesadnie podkreśla się obowiązki, nakazy moralne, współodpowiedzialność za innych, wytwarza się sumienie skrupulatne z powodu zbyt dużej koncentracji lękowej na określonej dziedzinie. Istnieją skrupulaci, którzy w zakresie współodpowiedzialności za zbawienie bliźnich lub w zakresie etyki seksualnej, pomimo że w tej dziedzinie nie przekroczyli wyraźnie norm moralnych i zakazów spowiednika, mają silną

potrzebę, a nawet wewnętrzny przymus oskarżania siebie podczas spowiedzi z tych właśnie dziedzin. W różnych grzechach bliźnich dopatrują jakiejś przynajmniej pośredniej również własnej winy. Tkwi w tym lęk przed własną moralną winą wskutek czasem daleko upośrednionego współuczestnictwa, np. kiedy korzystają nawet w umiarkowanym zakresie z dóbr, które w skali globu bądź jakiejś części świata są ograniczone, takich jak pożywienie, odczuwają wówczas pewną winę moralną, bo tyle ludzi w różnych częściach świata jest głodnych, a nawet umiera z głodu. Dodatkowo ciągłe analizowanie własnego sumienia spotykane często u pewnego typu ludzi, np. psychasteników, zwłaszcza przed przystąpieniem do sakramentów, jeszcze bardziej pogarsza taki stan.

Ponadto przez zbytne podkreślanie przez wychowawców lub nauczycieli jednej cnoty czy jednego obowiązku powstają nierzadko „patologiczne” skojarzenia, lęk przed tym, co może się zdarzyć, a to powoduje poważne zamieszanie w całym życiu emocjonalnym danej osoby. U źródeł takiego wybiórczego nastawienia na niebezpieczną przyszłość może leżeć wspomniana koncentracja lękowa na jednej wartości moralnej z pominięciem całościowym czy częściowym innych.

Podobną w objawach do opisanej wyżej neurotycznej negacji Boga mogą przeżywać również ludzie prowadzący szczególnie pogłębione życie religijne. Zjawisko to zostało dokładnie przeanalizowane w literaturze z zakresu teologii mistycznej, np. w pismach Jana od Krzyża, Teresy z Avilii, a ze współczesnych autorów można wymienić Thomasa Mertona. Osoby takie obok wątpliwości w wierze nierzadko doświadczają przeżyć zbliżonych także do skrupułów omawianego typu. Doświadczenia te trwają jednak na ogół tylko przez określony czas i mają inną naturę.

W psychoterapii skrupułów z dominującymi objawami lęku należy wykryć przede wszystkim ich źródło i poprzez różne zabiegi terapeutyczne lęki te zredukować, wówczas znikną też objawy skrupułów. Ringel (1992), zwolennik psychologii głębi, pisze na temat źródeł nerwicy lękowej: „niecałkowicie przewyciężony konflikt pomiędzy sumieniem a sferą popędową doprowadził do wyparcia agresji; agresje te mają teraz tendencję do wdzierania się z nieświadomości na powrót do świadomości, co dana osobowość przeżywa jako zagrożenia i dlatego odpowiada na to intensywnym lękiem. Stadium nerwicy lękowej zazwyczaj nie trwa długo: człowiek nie wytrzymuje długo bezpodstawnego lęku, jego potrzeba wyjaśnienia prowadzi do tego, że szuka przyczyn tego lęku, a więc racjonalizuje go. Poprzez racjonalizację z nerwicy lękowej powstaje fobia” (s. 67). Człowiek jednak poprzez taką racjonalizację odkrywa przyczynę pozorną. „Z tego, która fobia szczególnie często bywa wybierana w jakimś okresie przez neurotyków, można wywnioskować, co w tym okresie jest przedmiotem szczególnych obaw” (s. 67).

3. Skrupuły z dominującymi objawami nerwicy natręctw

W tym typie skrupułów występują nerwicowe objawy skojarzone z natręctwami. Natręctwa – czyli myśli lub wyobrażenia uporczywie narzucające się (obsesje) lub czynności wielokrotnie wykonywane mimo przeświadczenia o ich bezsensowności (kompulsje). Niekiedy występuje połączenie natrętnych myśli i wyobrażeń z przymusowymi czynnościami (obsesyjno-kompulsywne reakcje). Sama nazwa „natręctwo” akcentuje, że w świadomości pojawia się ono mimo woli, a nawet wbrew wysiłkom, aby do tego nie dopuścić bądź je natychmiast usunąć. Ich treść jest emocjonalnie przykra i dotyczy często wątpliwości, czy postępowanie osoby przeżywającej je jest poprawne pod jakimś względem. Nie każdą nerwicę natręctw można nazwać skrupułami, lecz tylko te, których objawy mają treść moralno-religijną.

Sporadyczne wystąpienie nawet uporczywych, nie chcianych myśli, wątpliwości, wyobrażeń nie uważa się jeszcze za zaburzenie nerwicowe, gdyż jest to zjawisko normalne i powszechnie występujące. Natomiast nerwicowe natręctwa myślowe cechuje nieustępliwość, natarczywość, perseweracja (uporczywość utrzymywania się w świadomości), niemożność ich autokontroli psychicznej i współwystępowanie przykrych emocji, zwłaszcza lęku oraz poczucia zagrożenia. Ten właśnie silny lęk oraz perseweracje tych samych treści myśli i wyobrażeń dezorganizują normalny stan świadomości i wywołują duże zakłócenie w psychicznym funkcjonowaniu osoby cierpiącej na nerwicę natręctw.

W nerwicy natręctw treść myśli nie zawsze musi być moralnie niegodziwa i niezwykła. Częściej jednak dokuczają skrupułatom myśli o treści wyraźnie kolidującej z normami moralnymi. Nierzadko spotyka się, zwłaszcza u osób religijnych, natręctwa na przykład w postaci bluźnierczych myśli w czasie modlitwy czy pobytu w kościele. U niektórych osób myśli i wyobrażenia natrętne dotyczą tematyki seksualnej, a czasem tematyka seksualna łączy się z różnymi skojarzeniami bluźnierczymi. Niekiedy różne wątpliwości o charakterze moralnym przybierają postać natrętną, od której nie można się uwolnić. Osoba przeżywająca natręctwa najczęściej zdaje sobie sprawę z tego, że te obsesyjne myśli o treści bluźnierczej lub seksualnej, a także kompulsywne powtarzanie modlitw, spowiedzi czy innych praktyk religijnych nie ma żadnego sensu. Odczuwa wobec nich obrzydzenie i wysiłkiem woli stara się im przeciwdziałać, myśleć o czymś innym, ale bez powodzenia, gdyż nie jest w stanie zahamować ich powstawania.

Często są też przypadki natrętnych myśli odnoszących się do rzekomej winy popełnionej w czasie wykonywania różnych czynności, np. obowiązków względem ludzi. W związku z takimi natręctwami rodzą się wyrzuty sumienia „oskarżające” człowieka o popełnienie nieokreślonego bliżej zła. Jednostka opanowana

tego rodzaju skrupułami bada nieraz całymi godzinami swoje przeszłe i teraźniejsze postępowanie oraz wszystkie ich okoliczności i z reguły nie znajduje odpowiedzi na swoje wątpliwości.

Z natrętnymi myślami i wyobrażeniami kojarzą się często bodźce kompulsywne, stymulujące daną osobę do wykonania wyobrazonego, złego moralnie czynu. Jak już wspomniano, treść takich myśli może być różna, często kojarzą się one ze sferą seksualną. Analiza tych stymulacji wyraźnie wskazuje na rzeczową różnicę między natręctwami a normalnymi pokusami. Różnica ta jest widoczna zarówno w treści, jak i w stosunku podmiotu do tychże treści. Normalna pokusa pochodzi z potrzeb jednostki, ujawnia się w świadomości poprzez różne wyobrażenia i myśli, ich przedmiot jawi się jako coś atrakcyjnego, treści te są uczuciowo „przygotowane”, pociągające, a podmiot odbiera je jako własne. Przeżywane natręctwo natomiast nie jest dostrojone do stanu świadomości podmiotu, nie rodzi się jako efekt normalnych potrzeb człowieka i dlatego jest odczuwane jako coś obcego i wymuszonego. Często tworzą je identyczne i stale powtarzające się wyobrażenia i myśli. Najczęściej cisną się natręctwa o treści, których podmiot najbardziej się boi.

W literaturze psychologicznej z reguły wyróżnia się trzy szerokie grupy natręctw: a) natrętne obawy przed chorobami; b) natrętne obawy przed popełnieniem okrutnego czynu; c) natrętne myśli i wyobrażenia. Skrupuły łączą się raczej z tymi dwoma ostatnimi grupami.

Niekiedy osoba cierpiąca na nerwicę natręctw przeżywa kompulsywne myśli o specyficznej agresywności, mianowicie boi się wywołać agresję u innych bądź u siebie samej. Na przykład, częstym klinicznym objawem jest natrętne obawy przed zabójstwem swoich dzieci. Obawiają się, że mogą nagle zamordować swoje dzieci i żyją w przerażeniu, iż perseweracja takich myśli świadczy o ich moralnej degradacji bądź o początkach choroby psychicznej. Przeżywają więc przy tym poważne problemy moralno-psychologiczne. Matka taka doświadcza strachu na widok noża czy innych ostrych narzędzi albo boi się zbliżyć do okna. Zwykle są to kobiety, u których niemożność wyrażenia swoich agresywnych emocji i potrzeb niezależności powoduje długotrwałe zachowywanie tych emocji. Te nagromadzone emocje wreszcie wybuchają pod postacią natrętnych obaw przed popełnieniem aktów okrutnej agresji w stosunku do własnych dzieci i innych osób. Natrętne obawy przed uszkodzeniem samego siebie jest inną częstą postacią natręctw myślowych. Na przykład, osoba z omawianymi natręctwami może przeżywać obawę, której nie może się pozbyć, że w jakimś nieprzewidzianym momencie rzuci się z wysoko położonego okna. Należy też podkreślić, że osoby te nie czują chęci popełnienia aktów agresji na innych czy sobie, lecz obawiają się, aby nie zostali wbrew swojej woli pchnięci do wykonania tych czynów.

Skrupuły o cechach natręctwa mogą występować jeszcze w innej postaci, zwanej legalistyczną. Neurotyczny przymus ujawnia się w tej postaci w drobiazgowym wypełnianiu przepisów będących uszczegółowieniem bądź interpretacją przykazań, np. zachowania postu w odpowiednie dni czy regulaminów obowiązujących w różnych instytucjach wspólnego życia: w zakonach, seminariach. Rozwój wewnętrznej wolności danej osoby hamuje wyłączna koncentracja na wypełnianiu mniej lub bardziej, a czasem nic nie znaczących przepisów „legalistycznych”, które uważa się za rodzaj tabu. Skrupuły „legalistyczne” ujawniają się także w procesie podejmowania decyzji, które mają jakiś aspekt moralny. Podczas gdy normalnie tacy skrupulaci efektywnie i sprawnie podejmują decyzje w różnych sprawach życia codziennego, to są zupełnie bezradni w wypełnianiu przepisów dotyczących na przykład zachowywania postów, obawiając się, czy dany pokarm nie zawiera jakichś elementów mięsnych itp. Trudności decyzyjne mogą odnosić się do różnych sfer życia religijnego, np. tego, czy wystarczająco starannie odmówili modlitwy, do których się zobowiązali, czy wypowiedzieli poprawnie istotne słowa w liturgii. Tego typu trudności często wywołują duży wewnętrzny niepokój i przymus powtarzania tych samych czynności. Jeszcze częściej zdarza się, że są zagubieni i nie potrafią dać sobie rady z przykazaniem, aby spowiadać się według rodzaju i liczby grzechów. Wciąż budzi się u nich przymus przeszukiwania i analizowania sumienia, badania motywów własnego postępowania, przeżywania wątpliwości, czy też nie zapomnieli czegoś lub nie wypełnili jakichś zobowiązań tak, jak należało. Stopniowo i bezwiednie zaczynają traktować, przynajmniej zgodnie z przeżywaniem, sakrament pokuty jako przede wszystkim przez prawo przepisana rytualno-magiczną czynność dla zabezpieczenia się przed winą moralną lub uwolnienia się od niej. Niekiedy skrupulat wprawdzie przeżywa w jakimś stopniu religijnie sakrament, ale w rzeczywistości nie myśli o nim, nie ceni go w sposób właściwy, ponieważ wciąż jest pod wpływem lęku i przymusu.

Jeżeli pomimo tych zaburzeń nerwicowych życie moralno-religijne jest zasadniczo autentyczne, chociaż w efekcie wyczerpania energii psychicznej jego aktywność może ulec pewnemu obniżeniu, to można przypuszczać, że u podłoża skrupułów leży raczej nieumiejętne wychowanie lub nauczanie niż jakieś głębsze przyczyny osobowościowe. Toteż wprowadzenie zmian w zakresie wychowawczo-wyjaśniającym może poprawić sytuację.

Inny jeszcze przejaw sumienia skrupulatnego wyraża się w neurotycznym przymusie szukania absolutnej pewności i poczucia bezpieczeństwa moralnego. Spotyka się ludzi skrupulatów, którzy nie akceptują u siebie zwykłych ludzkich ograniczeń. Uznają oni rygorystyczne zasady etyki i dążą do perfekcjonizmu w ich realizacji. Napotykanne trudności wywołują u nich najczęściej głęboką frustrację, a niekiedy nawet nierealistyczne, neurotyczne przeżywanie własnej sła-

bości. Podczas gdy człowiekowi nie skoncentrowanemu w tym względzie na sobie wystarczy moralna pewność w ocenach sumienia, to osoba nastawiona na własną doskonałość często szuka subiektywnie odczuwanej absolutnej pewności, która dopiero ma zapewnić jej poczucie bezpieczeństwa. Aby zapewnić sobie większą pewność, tworzy często wiele różnych przepisów na postępowanie o charakterze legalistycznym. Nie znosi sytuacji wymagających podejmowania decyzji moralnych bądź takich, w których występuje pewne ryzyko moralne. Jeżeli dodatkowo dołączy się do tej postawy religijność opartą na wierze i lękach o charakterze tabu, perfekcjonistyczną koncentrację na sobie i legalistyczne pojmowanie relacji do Boga, to taki człowiek nawet bez specjalnych predyspozycji do fobii i przymusów etycznych wika się w rozmaite neurotyczne skrupuły. W ciężkich przypadkach tego rodzaju spekulacje i wątpliwości mogą dręczyć daną jednostkę przez całe życie.

„Legalistyczne” skrupuły różnią się istotnie od przesadnych lęków występujących u niektórych ludzi, a dotyczących współodpowiedzialności. Skrupulat „legalistyczny”, przynajmniej taki, o którym jest tu mowa, nie reaguje najczęściej na wezwanie różnych aktualnych sytuacji wymagających na przykład pomocy bliźnim. Takiego skrupulata cechuje szczególne niezrozumienie ludzkiej niedoskonałości, a szukanie absolutnej pewności wciąga go w dziedzinę samej tylko sprawiedliwości legalistycznej. Natomiast skrupulat neurotyczny z rozwiniętym poczuciem powinności, o którym tu mowa, jest uwrażliwiony w zakresie współodpowiedzialności (braterskiego upomnienia, obowiązku apostołowania, niesienia pomocy ludziom w różnych ich potrzebach) i ma szczególnie uwrażliwione sumienie na tego typu sytuacje. Można jednak przypuszczać, że nie czyni tego z powodu autentycznej miłości, lecz bardziej z potrzeby samousprawiedliwienia.

W psychoterapii tego typu skrupułów zwykle dąży się do wykrycia rzeczywistych źródeł natręctw, z których człowiek sam nie zdaje sobie sprawy, a co zostało wyparte ze świadomości. Jak już wspomnieliśmy, wyparcie jest mechanizmem obronnym przed pełnym uświadomieniem sobie motywów, których człowiek nie chce uznać. Najważniejszym dowodem wyparcia z pamięci doświadczeń agresji lub wspomnień, które mogłyby wywołać w człowieku lęk jest amnezja, polegająca na czasowej utracie wspomnień. Mogą one jednak powracać bez ponownego uczenia się doświadczenia, więc nie są „utracone” na zawsze, lecz jedynie wyparte. Z reguły mechanizm ten stosują dzieci, co staje się istotnym źródłem nerwicy, a także człowiek dorosły w walce z reaktywowanym konfliktem wczesnodziecięcym może ponownie posłużyć się wypieraniem. Na redukcję wypierania nastawiona jest psychoterapia głębinowa. Psychoterapię tego typu może prowadzić tylko przygotowany specjalista.

4. Skrupuły z dominującym poczuciem winy

Znane są skrupuły, w których występuje silne neurotyczne poczucie winy.

Jakubik (1975) podaje następującą definicję poczucia winy: „to doświadczenie ujemnych uczuć w stosunku do własnej osoby, powstałych w wyniku negatywnej oceny samego siebie z punktu widzenia określonych wartości moralnych” (s. 298). Podana definicja implikuje konieczność istnienia następujących elementów: przeżyć emocjonalnych (negatywnych i skierowanych przeciwko sobie), obrazu własnego „ja”, hierarchii wartości moralnych oraz zdolności do samooceny, chociaż nie zawsze adekwatnej do stanu faktycznego. Poczucie winy wyraża więc swoiste doświadczenie uczuciowe, które jest niejako końcowym rezultatem procesu wartościowania. Wynika więc stąd, że zdolność przeżywania winy jest uwarunkowana ukształtowaniem się specyficznych uczuć złożonych, których szczególną postacią są uczucia moralne.

Prawdopodobnie poczucie winy jest starsze, przynajmniej ontogenetycznie niż zdolność rozróżniania dobra i zła. W patologicznej postaci psychotycznej lub neurotycznej może się ono zupełnie oddzielić od równoległe rozwijającego się prawidłowego wartościowania moralnego. Znane są przypadki, w których ludzie poprawnie rozróżniają dobro i zło, ale mają patologiczne poczucie winy, czasem w postaci natręctw (poczucie grzeszności, obawa potępienia itp.), które jest niezależne od świadomego rozeznania w konkretnych sprawach moralnych.

W literaturze przedmiotu spotyka się różne klasyfikacje poczucia winy, do najczęstszych jednak należy podział na świadome i nieświadome. Chociaż już Freudowi zarzucano, że sformułowanie „nieświadome poczucie” zdaje się być samo w sobie sprzeczne, jednak nieświadomy tu jest nie sam stan psychiczny przeżywania winy, lecz faktyczne jego źródła i motywy. Jednostka nie wie, za co czuje się winna. Stwierdzono, że niekiedy u przestępców, zwłaszcza młodych, można wykryć silne poczucie winy, które zaistniało jeszcze przed popełnieniem przestępstwa; odczuwali oni później jak gdyby ulgę, iż owo nieświadome poczucie winy mogli powiązać z czymś rzeczywistym i aktualnym.

Należałoby jeszcze odróżnić poczucie winy odniesione do konkretnego dokonanego czynu od poczucia winy będącego ogólną agresją względem siebie, negacji pozytywnego obrazu siebie.

Ontogenetycznie poczucie winy kształtuje się na skutek nagradzania za jedno zachowanie, a karania za inne. A zatem, w strukturze zwanej sumieniem utrwalają się nie tylko emocjonalne komponenty norm moralnych „nakazujących”, jakich działań podejmować się nie powinno. Rodzice niekiedy karają dziecko, odmawiając mu miłości, nie określając jednak dokładnie czynu, którego to kara jest konsekwencją. Wobec tego dziecko nie wie najczęściej, za co jest karane i często szuka w sobie przyczyn zła, kojarząc z tym zupełnie inne zdarzenia.

Wszelkiego rodzaju kara, której funkcje zewnętrzne sprowadzają się w zasadzie do odstraszenia od pewnych zachowań, a więc zahamowanie czynów niezgodnych z normami moralnymi, powoduje poza tym przykre stany emocjonalne, takie jak niepokój, przygnębienie. Te stany emocjonalne nie zawsze są prostą konsekwencją kary. Dziecko ukarane przeżywa poczucie niepewności i zagrożenia utraty miłości rodziców. Owe komponenty emocjonalne, nieodłącznie towarzyszące określonym zachowaniom, nie pozostają w psychice bez śladu. Utrwalają się one jako konieczna i istotna część składowa zakazów, które poprzez karę zostały uformowane.

Gdy rodzice nakazują dziecku, aby było „grzeczne”, ono często nie może spełnić ich żądania, ponieważ nie rozwinęły się u niego mechanizmy samokontroli, opanowania wewnętrznej potrzeby aktywności; jednak całkiem bezkrytycznie uznaje za słuszną opinię rodziców o sobie. W późniejszych fazach rozwojowych, kiedy dziecko ma silną tendencję do identyfikowania się z rodzicami, przyjmuje ono za własne również ich postawy i oceny moralne. Wówczas owe nakazy, początkowo przeżywane jako presja zewnętrzna, zostają stopniowo zinternalizowane, stają się skojarzone z systemem norm moralnych. Wskutek tego człowiek o silnym poczuciu powinności czuje się ciągle winny, choć nie popełnia żadnych niemoralnych czynów. Jeżeli zachowa się niezgodnie z normami moralnymi, a więc przekroczy akceptowane normy, to wówczas – mimo że nie nastąpi bezpośrednia kara z zewnątrz – pojawią się przykre przeżycia emocjonalne, dokładnie odpowiadające tym, które w przeszłości towarzyszyły ukaraniu, jakie po takim zachowaniu nastąpiło. Silne poczucie powinności jest też często związane ze stawianiem dziecku niemożliwych do spełnienia wymagań i okazywanie wyraźnego niezadowolenia z poziomu jego osiągnięć poprzez ciągle podkreślanie, że mogły być one lepsze.

Sumienie pełni więc funkcje karzące. Bezpośrednio w czasie wykonywania albo po wykonaniu jakichś czynów sprzężonych z wyuczonymi zakazami powstają tzw. wyrzuty sumienia, co znaczy, że człowiek, oceniając czyn bardziej lub mniej wyraźnie, doznaje przykrych stanów emocjonalnych.

W skrajnych przypadkach osoby należące do typu z dominującym poczuciem winy przypisują sobie wszystkie grzechy świata, uważając siebie za moralnie najgorszych ludzi. Gdy kapłan lub psycholog podczas terapeutycznej rozmowy z taką osobą usiłuje podważyć mniemanie o jej grzeszności, tłumacząc, że cechuje ją wyraźna tendencyjność w obniżaniu własnej wartości moralnej, z reguły słyszy odpowiedź, że taka ocena wynika bądź z uprzejmości, bądź z nieznamomości jej rzeczywistego wewnętrznego stanu moralnego, tzn. grzeszności. Podobnie, gdy wierzącemu skrupulatowi usiłuje się wyjaśnić, że przecież poprzez sakrament pojednania uzyskał przebaczenie wszystkich grzechów, wyraża on wówczas przekonanie, iż nie wierzy w możliwość przebaczenia. Ten typ

skrupulatów często żywi silne i trudne do podważenia przekonanie o swojej wielkiej grzeszności i nieprzebaczalności grzechów. Wynika to stąd, że osoby tego typu doświadczają tak głębokiego poczucia winy, iż uważają, że nie ma dla nich przebaczenia. Należy też podkreślić interesujący fakt, że z reguły mają oni trudności w skonkretyzowaniu i nazwaniu swoich grzechów. Nie potrafią ściśle określić, jakie złe czyny popełnili w swoim życiu, ale najczęściej ogólnie uważają, że są moralnie źli. Próba analizy stanu moralnego, zrozumienia stanu psychicznego oraz wniknięcia w ich historię życia pozwala zwykle stwierdzić, że ta skrajnie negatywna samoocena jest ściśle związana z jakimś faktem, który wydarzył się w przeszłości, a którego jednak nie potrafią sobie przypomnieć. Jak się wydaje, najczęściej chodzi tu o jakieś zdarzenie związane z ich wczesnym dzieciństwem (czasem dotyczy to pierwszej spowiedzi bądź komunii). Bez względu na to, co to jest, zawsze można usłyszeć od nich ten sam, choć w różnych wersjach, typ życzenia: „Gdybym mógł rozpocząć swoje życie od początku, wówczas wszystko potoczyłoby się inaczej”.

Być może jednym z czynników etiologicznych tego rodzaju skrupułów jest kilkakrotnie już wspomniany psychologiczny mechanizm obronny wyparcia. Polega on w omawianej sytuacji na tym, że zachowanie obarczone poczuciem winy zostaje wyparte, tzn. zepchnięte do podświadomości, a osoba, która jest podmiotem tego zachowania po prostu „zapomina” o nim. Po jakimś jednak czasie wraca do świadomości tylko silne emocjonalne poczucie winy, ale bez treści i związku z faktem, z którym jest skojarzone. Taki człowiek szuka niecierpliwie w swojej przeszłości zachowań czy zdarzeń, którymi mógłby się obciążyć, co niewątpliwie przyniosłoby mu ulgę i pozwoliło „przepracować” ten fakt. Przeżywanie poczucia winy bez wiedzy, z czym ono się wiąże, jest szczególnie dotkliwie. Osoba taka, nie mogąc znaleźć przyczyny, oskarża się za wiele przewinień nawet nie dokonanych przez siebie. W skrajnej postaci skrupulat należący do omawianego typu byłby w stanie przyznać się nawet do nie popełnionych zbrodni. Przeżyciem bolesnym jest dla skrupulata to niejasne, a jednocześnie silne poczucie winy. Stąd u osób tych występują tendencje autoagresywne, skłonność do rozpaczy, a czasem pojawiają się nawet tendencje samobójcze.

Analogiczne przeżycia występują często u osób, które cierpią na depresję. Na ogół nie charakteryzują one swego stanu, przypominając sobie jakieś konkretne złe czyny, ale oceniają siebie ogólnie podkreślając, że są złe i chociaż teoretycznie mogą zmienić swoje postawy i postępowanie, to nigdy nie potrafią zmienić swego wnętrza. Słowo „przebaczenie” dla tego typu osób nie ma żadnego sensu i ludzie tacy dochodzą często do rozpaczy z powodu swego moralnie „nędznego”, jak określają, stanu. Jest interesujące, że również niekiedy u przestępców występuje samoocena, która może być porównana z tym, co tu zostało powiedziane. Czasem przestępca stwierdza, że urodził się takim, jakim

jest, a ta deklaracja wyraża jego bezradność, depresję, a jednocześnie pokazuje, jak wielki jest jego opór przed zmianą. Jednostki tego typu oskarżają same siebie w przekonaniu, że są naprawdę bardzo złe. W odróżnieniu jednak od skrupulatów nie czynią tego za pomocą słów, ale faktów, popełniając ciągle jakieś nowe przestępstwa. Co więcej, gdy zauważamy, że dzięki środkom resocjalizacyjnym następuje w nich już zmiana w pozytywnym kierunku i rodzi się nadzieja na poprawę, popełniają wówczas nowe poważne przestępstwo. Takie samo zjawisko zauważa się w psychoterapii skrupulatów omawianego typu. Właśnie wówczas, gdy wydaje się on docierać do pełnego samopoznania, wykrycia rzeczywistych przyczyn patologicznego poczucia winy, następuje nieoczekiwany nawrót symptomu. Kiedy wydaje się, że nastąpiło już samozrozumienie i autoakceptacja, może zdarzyć się, że popełniają grzechy, których przedtem nigdy nie popełnili. Jest to zachowanie dla nich samych i dla terapeuty zaskakujące i niezrozumiałe.

Terapia tego typu skrupulatów jest również trudna. Wyrażane przez nich pragnienie, aby narodzić się na nowo nie jest niczym innym, jak tylko jedyną możliwością do pomyślenia, aby nie być tym, za kogo się uważają. W takich przypadkach pogłębiona analiza w czasie psychoterapii ujawnia, iż ich samoocena jest związana z początkiem życia moralnego. Tym czymś w ich przeszłości, do czego się nieustannie odwołują, jest jakiś ich czyn moralny. Najprawdopodobniej jednak nie chodzi tu *de facto* o jakiś „czyn”. Ten „czyn”, jakieś zdarzenie może być racjonalizacją jeszcze trwalszego, „głębszego” doświadczenia emocjonalnego, np. przeżycia odrzucenia przez rodziców. Skrupulaci, o których tu mowa wyparli to doświadczenie ze świadomości, zatem ich poczucie winy, a także przeżywane przez nich skrupuły są związane z tym ważnym subiektywnie doświadczeniem.

5. Skrupuły „zależności” (sumienie zależne od autorytetu)

Inny rodzaj skrupułów, prawdopodobnie różny w swojej genezie, może ujawnić się u osób, których sumienie ma cechy autorytarne. Dla dokładniejszego zrozumienia tego typu skrupułów najpierw zostaną krótko scharakteryzowane cechy sumienia autorytarne.

Specyficzną cechą struktury takiego sumienia jest to, że normy moralne (kryteria ocen moralnych) konstytuujące istotny komponent sumienia (por. Chlewiński 1991) nie są w pełni autonomiczne, ale narzucone przez kogoś z zewnątrz, chociaż mogą być w wyniku pewnej indoktrynacji uznane za swoje, tzn. zinternalizowane. Ten „ktoś z zewnątrz” jest autorytetem, który sprawuje nad daną osobą władzę. Takim autorytetem są dla człowieka na przykład jego rodzi-

ce, grupa odniesienia, społeczeństwo, w którym żyje itd. Faktycznym kryterium ocen moralnych nie są wówczas obiektywne wartości (normy) moralne, ale w jakiejś formie mniej lub bardziej zakamuflowana litera nakazu autorytetu czy oczekiwania autorytetu. Człowiek podejmuje wówczas decyzje moralne nie kierując się odkrytymi przez siebie obiektywnymi moralnymi wartościami, lecz normami narzuconymi przez wspomniany autorytet, a które w pewnym stopniu nieświadomie zaakceptował, ale w rzeczywistości tylko ze względu na dany autorytet. Nie każda internalizacja systemu wartości jest twórcza i rzeczywiście konstytuuje autonomiczne sumienie. Zależy to od tego, jaki akceptuje się system moralny (może to być system wartości moralnych oparty na przykład na filozofii konsumpcji). Skutkiem tego może więc być internalizacja dość prymitywnego systemu wartości. Niezależnie od tego, jaki będzie poziom norm moralnych stanowiących sumienie autorytarne, w funkcjonowaniu takiego sumienia występuje mniej lub bardziej świadoma jakaś ucieczka od osobistej odpowiedzialności, jakiś rodzaj ubezpieczenia się autorytetem.

W efekcie chociaż dana osoba, której sumienie jest autorytarne, podejmuje decyzje o charakterze moralnym świadomie i dobrowolnie, to *de facto* nie są one w pełni wolne, własne. Są one jej narzucone przez uznawany przez nią autorytet. U podłoża jej decyzji tkwią bowiem różne pozostałości dawnych dziecięcych stanów czy jakichś anonimowych autorytetów tkwiących w jej sumieniu w postaci uwewnętrznionej. W przypadkach skrajnych osoby takie wykonują to, co im narzucili ludzie z autorytetem, a posłuszeństwo tym nakazom jest sposobem ich moralnego funkcjonowania. Oczywiście, takie decyzje nie muszą być złe moralnie, jeśli dana osoba przebywa na przykład w dobrze zorganizowanej grupie społecznej respektującej wartości moralne, ale nie są one w pełni autonomiczne, dojrzałe i w rezultacie nie przyczyniają się do rozwoju osobowości moralnie i psychologicznie dojrzałej. Poza tym autorytety mogą się „załamywać”, ulegać zmianom, wówczas łatwo następuje dewaluacja dotychczasowego systemu moralnego. Jako przykład mogą tu posłużyć ludzie poprawnie funkcjonujący moralnie we własnym środowisku, np. wiejskim, a później przeniesieni do innego środowiska, np. wielkomiejskiego, łatwo negują dotąd uznawane moralne zasady, bo jak mówią „tu ludzie na to nie zwracają uwagi”.

Mogą występować różne przejawy sumienia autorytarne w wersji moralnie negatywnej. Rozważmy dla ilustracji dwa skrajne przykłady.

Dana osoba może ślepo stosować się do nakazów władzy, w ogóle nie pytając siebie, czy dany czyn jest moralnie dobry czy zły. Takie sytuacje występują często w różnego typu systemach totalitarnych. Ludzie o tak ukształtowanym sumieniu nie chcą uznać własnej odpowiedzialności za różne czyny, bo spełnili bezwarunkowo nakazy przełożonych, a nie rozwinęli własnej moralnej wrażliwości i dlatego łatwo siebie usprawiedliwiają.

Sumienie autorytarne może wystąpić w innej skrajnej wersji. Van der Poel (1987) rozważa następujący przypadek. Ktoś, autentycznie chcąc wcielać ideały ewangeliczne w swoim życiu, staje się ślepo posłuszny swoim religijnym przełożonym. Odznaczając się dużą wrażliwością na wartości moralne stara się je realizować w swoim życiu. Jednocześnie zrzeka się na rzecz swoich przełożonych całkowicie prawa do osobistego podejmowania decyzji. Van der Poel pisze: „Ich działanie na pewno wnosi jakiś bardzo konstruktywny element dla dobra ludzkości, ale nie zawsze jest jasne, że ich postawa jest autentyczną reakcją na zadania osobistego samourzeczywistniania, dane przez Stwórcę wszystkim ludziom” (s. 131-132). Wydaje się, że w stwierdzeniu tym istnieje pewne niedopowiedzenie. Należy oczywiście przyjąć, że takie postawy bywały, a może nawet jeszcze bywają u niektórych ludzi religijnych i rzeczywiście, jeśli całkowicie rezygnują oni z podejmowania wszelkich decyzji – łącznie z decyzjami moralnymi, wówczas jest to raczej przypadek dewiacji moralnej. Należy tu wyraźnie rozróżnić rezygnację z decyzji moralnych (z własnego osądu sumienia) i rezygnację z decyzji pozamoralnych. Z własnego sumienia, z jego ocen moralnych nigdy nikomu w żadnej sytuacji rezygnować nie wolno. Byłoby to jakieś psychiczne i moralne samookaleczenie. Nikt nawet nie ma prawa moralnego rezygnować z własnego sumienia, tak jak nikt nie ma też prawa zrzec się własnej wolności wewnętrznej. Natomiast, jak się wydaje, człowiek ma prawo zrezygnować z podejmowania decyzji co do swojej przyszłości, zajęć itp. jak to się dzieje, powiedzmy, w sytuacji dobrowolnego przyjęcia reguły zakonnej. Van der Poel wyraża ostrożną ocenę psychologiczną wartości takiego stylu życia. Oczywiście zależy to od wielu czynników i struktury osobowości. Każda społeczność wymaga pewnego współdziałania i liczenia się z innymi i stopnie swobody naszych decyzji pozamoralnych są w dużej mierze ograniczone. Wydaje się, że tzw. ślepe posłuszeństwo nie jest kryterium doskonałości moralnej, lecz najczęściej dehumanizujące tak dla przełożonych, jak i dla podwładnego. Można jednak wyobrazić sobie sytuację pozytywnego rozwoju nawet w rygorach mądrego posłuszeństwa. Rozważania tego typu są jednak poza zakresem naszych zainteresowań. Zgadza się z Van der Poelem, że ślepe posłuszeństwo, które dehumanizuje człowieka z punktu widzenia psychologicznego, jest raczej wątpliwym środkiem zdobywania moralno-religijnej doskonałości, może nawet zawierać jakąś patologię lub być też ucieczką od własnej odpowiedzialności.

Otóż niektórzy ludzie o sumieniu autorytarnym mogą okazać poważną inklinację do skrupułów. Jak już wspomnieliśmy, skrupuły prawdopodobnie są uwarunkowane wieloma czynnikami. Jeden z nich może tkwić w psychicznej potrzebie autorytetu. Niektórzy ludzie mają dużą potrzebę wysokiej samooceny moralnej, funkcjonowania na wysokim poziomie moralnym, tak że często przeżywają obawy, iż postępują moralnie źle i z tego powodu przeżywają nie-

pewność i wątpliwości. Potrzebują oni dokładnego i jasnego sądu moralnego we wszystkim co robią, o czym mówią, myślą, jak też aprobaty jakiegoś „autorytetu” we wszystkich swoich decyzjach moralnych. Ich ciągła potrzeba aprobaty, pewności samooceny moralnej oraz poczucie winy i niepokoju wyrażają potrzebę oparcia w kimś.

Przedstawiono tutaj w celach ilustracyjnych kilka odmian sumienia autorytarnego. Niewątpliwie są różne stopnie typowości sumienia autorytarnego. Predyspozycje autorytarne mogą się przejawiać z różną intensywnością i mieć różny zakres. W sytuacjach patologicznych osoba z sumieniem autorytarnym może być nieodpowiedzialna za własne postępowanie, ale z reguły jest odpowiedzialna w takim stopniu, w jakim można jej przypisać dany czyn. Niewątpliwie, predyspozycje autorytarne w jakimś stopniu ograniczają odpowiedzialność moralną człowieka. W sytuacji tego typu skrupułów potrzebne są oddziaływania psychoterapeutyczne zmierzające do ukształtowania przede wszystkim wewnętrznej wolności i dojrzałego sumienia, które opiera swoje oceny na uznawanych przez siebie obiektywnych normach moralnych, a nie na narzuconych przez jakieś autorytety jednostkowe lub grupowe. W terapii takich osób należy formować osobistą odpowiedzialność za własne oceny i decyzje moralne.

6. Skrupuły kompensacyjne

Ten typ skrupułów jest efektem działania mechanizmu kompensacji. Potocznie termin „kompensacja” oznacza dążenie do uzyskania sukcesu w jakiejś innej dziedzinie niż ta, w której doznało się porażki. W terminologii psychologicznej kompensacja jest to mechanizm obronny osobowości działający na drodze nieświadomej, za pomocą którego człowiek usiłuje wyrównać braki rzeczywiste lub przypisywane sobie. W kontekście rozważań na temat sumienia chodzi o kompensację braków w zakresie życia moralnego. Ta postać skrupułów prawdopodobnie posiada swoje ostateczne źródło w poważnym niedbalstwie osób deklarujących się wyraźnie jako religijne, które teoretycznie uznając podstawowe wartości moralne i religijne, w życiu codziennym *de facto* je negują lub wobec nich są indyferentne. Osoby te przeżywają jednak poczucie pewnego dysonansu poznawczego, wewnętrzny konflikt między tym, co uznają poznawczo a tym, co jest realizacją praktyczną; wobec tego w sposób nieświadomy stosują mechanizm kompensacji, którego efektem jest dość specyficzny typ skrupułów. Osoby należące do tego typu poprzez skrupulatne staranie się o „dokładność” w wybranej dziedzinie i w ograniczonym zakresie – często na przykład poprzez zachowywanie drobiazgowych przepisów, najczęściej o charakterze konkretno-prawniczym, łatwych do określenia – maskują brak własnej aktywności, zaan-

gażowania, poważnej odpowiedzialności w sprawach religijnych, niedbalstwa w realizacji istotnych wartości moralnych, zwłaszcza miłości bliźniego i rozwoju autentycznej modlitwy. Różne mogą być przyczyny takiej ucieczki w tego typu skrupuły. U ludzi występują duże różnice indywidualne. Trudno zidentyfikować psychologiczne źródła prowadzące do stosowania właśnie tego mechanizmu obronnego i ukierunkowania na dziedzinę, z którą treściowo kojarzą się skrupuły. Niewątpliwie u podłoża ucieczki do takiego mechanizmu obronnego leży wewnętrzny, czasem w małym stopniu uświadomiony konflikt moralny, brak akceptacji siebie, własnej samooceny, resentyment, który w analogicznej sytuacji jednych prowadzi do niechęci wobec wartości moralnych i religijnych, innych do postawy obojętnej, a jeszcze innych nawet do negacji tychże wartości lub ucieczki w działania kompensacyjne.

Prawdopodobnie scharakteryzowany wyżej mechanizm kompensacji wyjaśnia, że skrupuły tego typu mają charakter namiastki, ucieczki, maskujący rzeczywiste motywacje. Osoby takie nie mają wystarczającej odwagi czy też siły woli, aby autentycznie realizować wartości moralne i religijne, uciekają więc zastępczo w skrupulatne przestrzeganie wybranych przepisów, co pozwala im w jakimś zakresie zachować pozytywny obraz siebie. Przeżywane wątpliwości o pozornie moralnym charakterze „upewniają” ich pośrednio o własnej „szlachetności”, w ten sposób kompensując rzeczywiste braki moralne. Pełna lęku skrupulatna spowiedź z ograniczonej dziedziny kilku przepisów legalistycznych jest tylko ucieczką przed prawdziwą odpowiedzialnością, przed nie milknącym głosem sumienia.

Być może istnieje też pewien typ negacji wiary religijnej, która w analogiczny sposób aktywizuje „szlachetne” motywacje, łącznie z realizacją w jakimś zakresie wezwania miłości bliźniego, neurotycznie opancerza się przeciw głosowi sumienia i usuwa ze swojej świadomości wszelkie niepokojące pytania typu egzystencjalno-metafizycznego³.

Niekiedy omawiane skrupuły noszą cechy myśli natrętnych. Tylko wnikliwa obserwacja funkcjonowania całej osobowości oraz poznanie jej historii może pozwolić badaczowi postawić diagnozę, czy mamy do czynienia ze scharakteryzowanymi tu skrupułami kompensacyjnymi czy też z neurotycznym natręctwem. Droga do terapii osób ze skrupułami kompensacyjnymi prowadzi jedynie poprzez rozwój autentycznego życia religijnego i moralnego. Motywowanie człowieka do wewnętrznej przemiany moralnej musi wypływać z uświadomienia sobie, że chodzi tu nie tyle o ludzi negujących w praktyce wartości moralne i starających się sprytnie zatuzować swoją postawę, lecz przede wszystkim o

³ Oczywiście nie sprowadzam wyjaśnienia postawy negacji istnienia Boga jedynie do stosowania omawianego mechanizmu.

ludzi, których wolność jest ograniczona i którzy z głębi własnego sumienia boleśnie odczuwają swoją słabość.

Warto jeszcze dodać, że u tego typu skrupulatów występują często braki w wychowaniu, głównie religijnym, a także słaba motywacja do działania w ogóle. Jest ich niewiele, zwłaszcza tych z wyraźnymi objawami.

7. Skrupuły „identyfikacyjne”

Skrupuły „identyfikacyjne” polegają na tym, że dana osoba utożsamia się z inną, dla niej znaczącą, z reguły przyjmując jej rygorystyczny wzorzec moralności, a najczęściej także religijności, a później – z powodu różnych trudności w realizacji tego wzorca, rozczarowań, frustracji – przeżywa kryzys psychologiczny (swojej tożsamości), co wywołuje różnego rodzaju reakcje, czasem natarczywe, w postaci wątpliwości moralnych i inne objawy o charakterze nerwicowym. Osoby takie mają odrębny typ skrupułów o specyficznych cechach. Przede wszystkim ludzie należący do tego typu są zagubieni w zakresie problemów moralno-religijnych, przeżywają podstawowe wątpliwości dotyczące wiary i samooceny moralnej, a czasem nawet ujawniają silną agresję negującą wartości moralne i religijne. Często mówią o sobie: „Nie wiem, czy jeszcze wierzę czy już nie wierzę”. Praktyki religijne, do których w przeszłości osoby te się zobowiązały, wykonują w dalszym ciągu dokładnie, ale – jak sami podkreślają – nie wiedzą dlaczego, przeżywają bowiem poczucie zupełnego zagubienia. Odczuwają sami i robią wrażenie, że są religijnie obojętni, chłodni, dalecy od wszystkiego, co ma jakikolwiek związek z *sacrum*, a także jakby utracili przekonanie o sensie swego życia. Charakteryzując na przykład siebie mówią: „Odczuwam niesmak z mojego życia i z samego siebie”. Istotą ich podstawowej trudności jest niemożność bycia dobrym zgodnie z wyidealizowanym wzorcem. Swego stanu psychiczno-moralnego nie wyrażają jednak w terminach poczucia winy, ale raczej w terminach „niechęci”, „niesmaku”, „obrzydzenia”, „apatii” itp.

Osoby należące do tej kategorii można stosunkowo łatwo zauważyć podczas pierwszej z nimi rozmowy. Najczęściej szukają one pomocy u duszpasterzy. Gdy przychodzą, zwykle rozpoczynają rozmowę według mniej więcej następującego scenariusza: „Nie wiem dlaczego tutaj przyszedłem, nie wiem dlaczego wybrałem księdza, nie wiem dlaczego muszę mówić o sobie, w gruncie rzeczy rozmawiałem już z wieloma osobami, kiedyś byłem bardzo zaangażowany religijnie i byłem wówczas szczęśliwy, prowadziłem dobre życie” itp. Faktycznie wiele osób należących do tego typu z zewnętrznego punktu widzenia prowadzi życie moralno-religijne bez zarzutu. Czują się jednak depresyjni oraz doświad-

czają poczucia niezadowolenia z siebie. Z reguły trudno prowadzić z nimi rozmowę na temat ich problemów, trudno też rozszyfrować ich ukrytą motywację, ponieważ na pytania odpowiadają zwykle w sposób mało określony, czasem zdawkowy. Podczas rozmowy z nimi, w miarę podejmowania różnych prób dotarcia do problemów ich nurtujących, okazuje się, że sami nie są w stanie określić dokładnie swoich trudności. Nie mają też wglądu we własne problemy. Ich odpowiedzi brzmią: „być może”, „nie pamiętam”, „bardzo możliwe”. Czasem wydaje się jakby w czasie rozmowy byli nieobecni i ciągle rozproszeni. Mimo takiego wrażenia są jednak spostrzegawczy i uważają, co się do nich mówi oraz trwale pamiętają treść kolejnych rozmów, jakby rejestrowali dosłownie wszystko, co słyszą. Może się zdarzyć, iż po dwóch czy więcej latach przypomną duszpasterzowi czy psychoterapeucie, że w czasie pierwszego spotkania powiedział im jakąś określoną uwagę. Potrafią też na podstawie różnych wypowiedzi terapeuty wykazać, że powiedział im coś sprzecznego czy że w którejś rozmowie był niekonsekwentny.

Analizując w czasie psychoterapii życie moralno-religijne tego typu skrupulatów z reguły stwierdza się, że u podłoża ich trudności leżą nieuświadomione przez nich procesy identyfikacji z osobami znaczącymi, które początkowo wydawały się atrakcyjne i fascynujące. Identyfikacja, o jakiej tu mowa, jest neurotycznym mechanizmem obronnym polegającym na sztywnym naśladowaniu osobowości, z którą dana jednostka się utożsamia. W skrajnych przypadkach niemożliwy jest jakikolwiek moralny rozwój własny; nic nowego, twórczego, oryginalnego nie może powstać w osobowości takiego człowieka. Tym, co prowadzi do takiej neurotycznej identyfikacji prawie zawsze jest strach przed zadaniami, jakie stawia przed człowiekiem obiektywna rzeczywistość, a także strach przed własną odpowiedzialnością.

Bardzo często osoby należące do omawianego typu zostały pociągnięte ku moralności i religijności sztywnej i rygorystycznej przez kogoś dla nich znaczącego, którego moralność i religijność nosiła takie same cechy. Dlatego niewolnicza identyfikacja, która się dokonała, rzuca przede wszystkim niebezpieczny cień na całą sferę moralną i religijną osobowości, szczególnie blokując rozwój autentycznej religijności i dojrzałego sumienia. Może się na przykład zdarzyć, że młody człowiek przyjmuje sztywne i rygorystyczne zasady moralne osoby, z którą się identyfikuje, a także jej świat pojęć, wyobrażeń i poglądów religijnych, nie wnosząc w tę dziedzinę nawet najmniejszego wkładu osobistego, własnej refleksji, myśli krytycznej, jakiejś oceny, wyboru, doświadczenia w przeżyciu uznawanych wartości. Jego poglądy są jakby matrycową kopią poglądów osoby znaczącej.

W takiej sytuacji nie następuje tzw. przepracowanie, dzięki czemu przejęte poglądy mogłyby być rzeczywiście uznane za własne, osobiste i inspirujące do

dalszego rozwoju. Takie normy moralne mogą być nawet ideałem moralnym, ale jego praktyczne zastosowanie wyraża się poprzez realizację osoby-wzorca, który może je niekiedy ukazywać nawet w formie karykaturalnej. Z tych też racji całe życie religijne musi się stać sztywne (a często jest tak, że poglądy i praktyki religijne takich osób są stale uzależnione od poglądów osoby-wzorca identyfikacji) względnie jest zmiennie uzależnione od pozytywnego czy negatywnego emocjonalnego nastawienia do niego. Istotne jest przy tym, że taki człowiek w sprawach moralnych i religijnych nigdy nie staje się sobą samym, lecz dziedziny te są zawsze spostrzegane przez pryzmat stosunku do osoby-wzorca.

Taki stan może trwać nawet długie lata, aż wreszcie osoba taka uświadamia sobie, iż wzorzec, który dotąd akceptowała i z którym identyfikowała się w rzeczywistości ją „oszukał”, że nie jest tak atrakcyjny, jak się wydawał dawniej i nie reprezentuje tych wartości, które były przedmiotem jej poszukiwań i oczekiwań. Niewolnicza identyfikacja z osobą-wzorcem doprowadza z reguły do silnej ambiwalencji wobec wzorca (występowanie sprzecznych uczuć miłości i nienawiści wobec tej samej osoby). Rezultatem takiego doświadczenia jest mniej lub bardziej wyraźnie uświadomiony szok psychologiczny rodzący w konsekwencji apatię i obojętność. Jest to właściwie kryzys tożsamości tej osoby. W wyniku takiego kryzysu jednostka często traci zaufanie do ludzi i wątpi w istnienie dobra na świecie. Jednocześnie czuje się zagubiona i trudno jej odnaleźć własną drogę w życiu. Nie wie, czy potrafi w cokolwiek uwierzyć i komukolwiek zaufać.

Stosunek do osoby-wzorca staje się szczególny. Nawet wtedy, gdy jednostka cierpiąca na skrupuły na poziomie świadomości nie aprobuje obecnie takiej osoby i już nie uznaje jej za znaczącą, to jednak wskutek silnej wcześniej utrwalonej nieświadomionej identyfikacji z nią bezwiednie też przeżywa poczucie powinności naśladowania jej. Mimo wszystko akceptuje rygorystyczny wzorzec moralny i w pewnym stopniu i zakresie go realizuje, co wywołuje w niej wiele wątpliwości i skrupułów. Później może obudzić się nieświadoma agresja wobec wzorca; osoba taka chce jakby udowodnić wobec siebie swoją niezależność, co czasem wyraża się w zmienionej, irracjonalnej i negatywnej postawie wobec religii.

Skrupulaci należący do tego typu niekiedy doświadczają myśli bluźnierczych, które rodzą się pod wpływem przeżywanych przez nich uczuć nienawiści i złości. Reakcje te można traktować jako coś przejściowego. Ten typ skrupułów nie jest podobny do typu nerwicy z natręctwami, w którym osoby mają na przykład myśli bluźniercze w czasie przyjmowania sakramentów albo w analogicznych okolicznościach. Człowiek cierpiący na skrupuły identyfikacyjne nie jest zależny od zewnętrznej sytuacji, w której się znajduje, ale jego doświadcze-

nia, np. myśli, są wyrazem jego stanu psychicznego, który wywołuje ukryte reakcje buntu przeciw temu, czego nie akceptuje, a jednocześnie z czym jest silnie związany.

Należy jeszcze raz podkreślić istotną sprawę, że początkowo pozytywna postawa do wartości moralnych i religijnych, jak i późniejsza negatywna postawa, nie jest efektem osobistego intelektualnego przemyślenia i przeżycia tych problemów, lecz jest zależna tylko i wyłącznie od emocjonalnego stosunku do osoby-obiektu identyfikacji. Stąd postawa ta ma coś ze sztuczności, a nawet pewnej karykatury. W każdym razie nie jest to postawa odpowiedzialna i rozwijająca poczucie odpowiedzialności.

W pracy profilaktyczno-psychologicznej należy podkreślać, że ani rodzice, ani wychowawcy nie powinni narzucać się młodemu pokoleniu jako obiekty takiej identyfikacji. Chodzi tu głównie o rodziców starających się niekiedy jak najdokładniej upodobnić drogę swoich dzieci do własnej, gdyż nie uznają w swoich dzieciach odrębnych autonomicznych osób. Różni wychowawcy również muszą zdawać sobie sprawę z tego, że ludzie młodzi, zwłaszcza o pewnych cechach osobowości, mogą łatwo identyfikować się z nimi, co w jakimś sensie może mieć pozytywną funkcję (przekazanie wartości moralnych i religijnych), ale też mogą wystąpić skutki negatywne, jeżeli poprzez odpowiednie oddziaływania interpersonalne wychowawcy nie będą się starali rozwijać w nich samodzielności i autonomii. Należy jeszcze raz podkreślić, że proces identyfikacji z osobami znaczącymi (rodzice, rówieśnicy, wychowawcy itp.) jest istotny w kształtowaniu się osobowości ludzi młodych, ale nie może on być „mechaniczny”; powinien być „przepracowany” i osobiście zaakceptowany.

Omówiony tutaj typ skrupułów jest trudny z reguły do terapii i wymaga profesjonalnej psychoterapii. Duszpasterz powinien starać się, aby osoba należąca do tego typu rozwinęła bardziej dojrzały wgląd we własną motywację, co może pomóc w uświadomieniu sobie właściwych źródeł trudności.

*

W artykule scharakteryzowano ogólnie cechy sumienia skrupulatnego oraz poddano analizie siedem typów skrupułów. Nie oznacza to, że w zaproponowanej typologii uwzględniono wszystkie spotkane u różnych ludzi odmiany skrupułów; chodziło głównie o typy najczęściej spotykane. Typologia zjawisk, które w swoich objawach są zróżnicowane, jest zawsze sprawą względną i może być kontrowersyjna. Zależy bowiem od przyjętych kryteriów typologizacji. Tymczasem w analizie różnych objawów skrupułów i ich syndromów trudno znaleźć jednoznaczne kryteria, jak i kryteria o tym samym charakterze, pozwalające

wyróżnić poszczególne typy, choć – jak podkreślono w artykule – u niektórych osób występują pewne objawy w stopniu dominującym. Typologia jest jednak ważna w pogłębionej analizie interesującego nas zjawiska, bo umożliwia badaczowi osób cierpiących na skrupuły łatwiejszą orientację w tej złożonej dziedzinie i wykrycie różnych mechanizmów psychologicznych funkcjonujących w różnych typach skrupułów. Typologie mają zazwyczaj walor heurystyczny, jak i praktyczny. Dlatego celowe było wyróżnienie typów skrupułów, gdyż w terapii sumienia osób należących do nich należy uwzględnić pewne cechy stale współwystępujące, czyli wysoko ze sobą skorelowane, a także cechy specyficzne tylko dla niektórych jednostek. Zaproponowana w artykule typologia jest otwarta na dalsze uzupełnienia. Być może okaże się w dalszych analizach mechanizmów psychologicznych leżących u podłoża tego zjawiska, że wyróżnione typy będzie można zredukować do mniejszej liczby.

Nie wszystkie wymienione w tym artykule typy są tak samo ogólne i dostępne dla diagnozy. Wydaje się, że niektóre osoby cierpiące na skrupuły łatwiej zakategoryzować do odpowiadającego im typu (np. do skrupułów z natręctwami) niż osoby należące do innych typów (np. do skrupułów kompensacyjnych). Są też typy częściej i rzadziej występujące w populacji skrupulatów.

Należy podkreślić, że te same objawy sumienia skrupulatnego mogą mieć prawdopodobnie różne przyczyny. W pracy zasadniczo nie usiłowano poszukiwać i analizować ich przyczyn, ale na podstawie charakterystyki poszczególnych typów wysunięto, niejako okazyjnie, hipotezy pozwalające w pewnym stopniu prawdopodobieństwa na identyfikację czynników, które leżą u podłoża różnych skrupułów. Z braku miejsca pominięto w artykule bardziej szczegółowe analizy pozwalające ustalić etiologię zjawiska skrupułów.

Z rozważań wynika, że u podłoża skrupułów leżą często pewne doświadczenia, zwłaszcza z dzieciństwa, o charakterze nerwicorodnym oraz pewne wczesne zaburzenia o charakterze wychowawczym w kształtowaniu się osobowości. W konsekwencji skrupuły utrudniają normalne funkcjonowanie osobowości i uniemożliwiają jej produktywną działalność, a zwłaszcza rozwój autentycznego życia moralno-religijnego.

Być może, iż podatność na skrupuły – obok czynników urazowych o charakterze nerwicogennym – występuje tylko u ludzi o pewnej strukturze osobowości. Niektóre ze skrupułów mogą mieć również pewne przyczyny organiczne. Wśród psychiatrów występuje tendencja do wyjaśniania skrupułów psychastenią wraz z zespołem objawów niepokoju, niezdecydowania, niepewności, dążenia do perfekcjonizmu. Psychastenia może być uwarunkowana konstytucjonalnie i polegać na braku psychicznej energii witalnej, braku unifikującej psychicznej aktywności, która integruje całość życia psychicznego.

Sumienie jest instancją poznawczo-oceniającą ludzkie postępowanie w świetle norm moralnych, których zespół współkonstruuje sumienie. Jak wiadomo, sumienie może być w różny sposób zdeformowane. Skrupuły stanowią jeden ogólny czynnik zniekształcający funkcjonowanie sumienia (por. Chlewiński 1991). W niniejszej pracy próbowano poddać szczegółowej analizie ten czynnik i zwrócić uwagę na jego zróżnicowanie. Rozważania te wyraźnie wskazują, jak różne funkcje sumienia mogą być zakłócone przez czynniki leżące u podłoża skrupułów. Często mówimy o „głosie sumienia”; w przeprowadzonej tu analizie podkreślono, że są sumienia zdeformowane, które zmieniają znaczenie tego głosu. Rozważania te nasuwają wiele implikacji praktycznych. W wychowaniu dojrzałego sumienia istotną sprawą jest zwrócenie uwagi na dewiacyjne skutki działania pewnych czynników w wychowaniu, zwłaszcza we wczesnym dzieciństwie, ale także w późniejszym życiu. Działalność profilaktyczno-wychowawcza jest w tym zakresie istotnej wagi.

BIBLIOGRAFIA

W artykule tylko wyjątkowo odwołuję się do różnych autorów, natomiast zbiorowym odniesieniem do literatury przedmiotu jest poniższy spis bibliograficzny.

- A r i e n z o U.: Scrupulo – scrupolosi. Dizionario di teologia pastorale. Roma 1962 s. 1611-1613. Ed. Paoline.
- A u t t o n N.: Żyją wśród nas. Warszawa 1981. Pax.
- B e r g R. F., M c C a r t n e y Ch.: Depression and the Integrated Life. A Christian Understanding of Sadness and Inner Suffering. New York 1981. The Society of St. Paul.
- C a s e y D.: The Nature and Treatment Scruples. Dublin 1956. Clonmore and Reyndols.
- C h l e w i ń s k i Z.: Psychologiczne uwarunkowanie idei Boga. „W drodze” 1985 nr 3 s. 97-102.
- C h l e w i ń s k i Z.: Dojrzałość. Osobowość, sumienie, religijność. Poznań 1991. W drodze.
- C h l e w i ń s k i Z., G r z y w a A.: Urojeniowa wizja świata. Warszawa 1992. Wiedza Powszechna.
- C o n n W. E.: Conscience. Development and Self-Transcendence. Birmingham 1981. Religious Education Press.
- F i n g a r e t t e H.: Real Guilt and Neurotic Guilt. „Journal of Existential Psychiatry” 1963 nr 3 s. 145-158.
- F r e e m a n L., S t r e a n H. S.: Guilt. Letting go. New York 1986. Wiley.
- G r e n b e r g D., W i t z t u m E., P i s a n t e J.: Scrupolosity: Religious Attitudes and Clinical Presentations. „British Journal of Medical Psychology” 60:1987 s. 29-37.
- G r z e g o ł o w s k a – K l a r k o w s k a H. J.: Mechanizmy obronne osobowości. Warszawa 1986. PWN.
- H a r r i n g t o n J.: Conscience in Today's World. Cincinnati 1970. St. Anthony Messenger Press.
- H o r n e y K.: Nerwica a rozwój człowieka. Warszawa 1978. PWN.

- J a k u b i k A.: Psychologia poczucia winy. „Psychiatria Polska” 1975 nr 9 s. 297-305.
- J a m p o l s k i G. G.: Good Bye to Guilt. Releasing Fear Through Forgiveness. Toronto 1986. Bantam Book.
- K r e t s c h m e r E.: Psychologia lekarska. Warszawa 1958. PZWL.
- K u c z k o w s k i S.: Poczucie winy w świetle praktyki klinicznej. „Znak” 1978 nr 8 s. 1013-1030.
- L e w i s H. B.: Poczucie winy w obsesji i paranoi. „Nowiny Psychologiczne” 1987 nr 4 s. 47-64.
- L o p e z - I b o r J.: Zwang, Phobie und Skrupel. „Jahrbuch für Psychologie und Psychotherapie” 1956 nr 4 s. 92-101.
- M a i l l o u x N.: Sanctity and the Problem of Neurosis. „Pastoral Psychology” 10:1959 s. 37-43.
- M a i l l o u x N.: Scrupulosity in Pastoral Work. W: W. C. B i e r (ed.). Personality and Sexual Problems in Pastoral Psychology. New York 1965 s. 68-81.
- M a i l l o u x N.: Scupolosità e inconscio. „Anime e corpi” 18:1967 s. 115-128.
- M a i l l o u x N.: Tipologia dello scrupolo. „Anime e corpi” 19:1967a s. 187-197.
- M o r a G.: The Scrupulosity Syndrom. W: E. M. P a t t i s o n (ed.). Clinical Psychiatry and Religion. Boston 1969 s. 163-174.
- M o w r e r O. H. The New Group Therapy. Princeton 1964. D. von Nostrand Co. Inc.
- N i e w i a d o m s k i M.: Cechy osobowości skrupulatów. „Roczniki Filozoficzne” 15:1967 z. 4 s. 71-94.
- N u t t i n J.: Psychoanalysis and Personality. A Dynamic Theory of Normal Personality. New York 1962. A Mentor-Omega Book.
- O l e ś P.: Kryzysy psychiczne. „Problemy” 1992 nr 5 s. 29-35.
- P i a n a z z i G.: Fattori neurotizzanti di una religione mal presentata. „Anime e corpi” 48:1973 s. 441-475.
- R i n g e l E.: Nerwica a samozniszczenie. Warszawa 1992. PWN.
- R o g a l R.: Aby być sobą. Wprowadzenie do analizy transakcyjnej. Warszawa 1989. PWN.
- S u j a k E.: Stawanie się i dojrzewanie ludzkiego sumienia. „Znak” 1972 nr 215 s. 690-698.
- S z a r k o w s k i J.: Duszpasterz wobec penitentów podlegających nerwicom. „Homo Dei” 1978 nr 2 s. 114-129.
- T a p o l y a i M.: Poczucie winy i skrucha. „Znak” 1967 nr 151 s. 106-116.
- T a y l o r G.: Pride, Shame, and Guilt. Emotions of Self-Assessment. Oxford 1985. Clarendon Press.
- V a n d e r P o e l C. J.: W poszukiwaniu wartości ludzkich. Warszawa 1987. Pax.
- W a n t u ł a H.: Problemy poczucia winy. „Etyka” 1970 nr 7 s. 159-181.
- W i n i d B.: Zespół natręctw. (Psychopatologia i psychoterapia). Kraków 1970. Akademia Medyczna w Krakowie.

A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE SCRUPULOUS CONSCIENCE
AN ATTEMPT AT TYPOLOGY

S u m m a r y

In modern times scruples are treated as a neurotic symptom which can have various expressions and intensities. Researchers investigating neuroses have indirectly gathered relatively rich and generally accepted empirical data concerning scruples, but they differ in explanations of this phenomenon depending on their theoretical orientation.

The aim of the article is to describe various manifestations of the scrupulous conscience and to suggest a typology of scruples. Scruples are not uniform in their character; they occur in various forms. In principle such questions as etiology or therapy of scruples have been left out in the article. These problems are discussed in my work *Sumienie skrupulatne. Studium psychologiczne (The Scrupulous Conscience. A Psychological Study)* 1993. However, since pointing to the psychological mechanisms underlying the discussed symptoms belongs to the characteristics of particular types, I quote some hypotheses explaining the origin of those types without going into detailed and critical discussion of them.

The phenomenon of scruples is situated on the borderland of mental health and they should not be called mental or nervous illness, but a disturbance in the moral-psychological functions of man. Accepting scruples as a neurotic symptom we must stress that they do not occur in every neurosis since not every neurotic symptom has moral contents and not every neurosis deforms the conscience. In the diagnosis of the scrupulous conscience three components are distinguished: a) doubts and hesitations in moral evaluations; b) irrational fears; frequently a neurotic sense of guilt; c) an obsessive-compulsive character of this state. To a certain degree scruples disturb the psychological functions of the person who experiences them and they have a significant effect on his moral and religious life.

Scruples are connected with the work of various personality defensive mechanisms, most frequently that of repression, but also of rationalization, compensation, identification which is conditioned by various factors causing neuroses which usually have their origin in child-rearing processes. However, the mechanism of repression underlies most neuroses, so it is not a good discriminating factor. Hence a joint criterion has been suggested in which the defensive mechanism and the dominating symptoms like emotions and other characteristic reactions have been taken into consideration as far as it was possible.

In the article the following types of scruples have been suggested: transitional ones, ones with dominating symptoms of fear, with dominating symptoms of the obsessive neurosis, with dominating sense of guilt, scruples of "dependence", compensatory, and identification ones.

Reflections on the scrupulous conscience make it possible to look at the limitations which are imposed on conscience by various factors causing neuroses as well as deforming personality, especially in early childhood. We often speak about "the voice of conscience"; in the analyses conducted in the article it has been stressed that a conscience deformed by scruples modifies the meaning of this voice.