

Alina Ewa Chyczewska

Neurotyczne poczucie winy jako przyczyna niemożności korzystania z czasu wolnego

Studia Elbląskie 14, 469-483

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach
dozwolonego użytku.

NEUROTYCZNE POCZUCIE WINY JAKO PRZYCZYNA NIEMOŻNOŚCI KORZYSTANIA Z CZASU WOLNEGO

Słowa kluczowe: neurotyczność, poczucie winy, czas wolny

Key words: neurotic, sense of blame, free time

Schlüsselworte: neurotisch, Schuldgefühl, Freizeit

WSTĘP

Termin „czas wolny” już w starożytności w języku greckim i łacińskim miał różne odcienie znaczeniowe. Te różnice znaczeniowe pozostały w później tworzących się językach nowożytnych np. w języku angielskim, czy niemieckim. Ogólnie można stwierdzić, że znaczenia terminu czasu wolnego odnoszą się bądź do jego istoty – tj. czas po pracy, po wykonaniu obowiązków, bądź odnoszą się do sposobów jego wykorzystania – np. rozrywka. Ponadto wskazują na pozytywne, jak i negatywne aspekty spędzania wolnego czasu. Odpoczynek po pracy, wytchnienie po obowiązkach jest przykładem pozytywnego aspektu; próżniactwo, lenistwo jest przykładem negatywnego aspektu spędzania wolnego czasu¹.

Współczesne pojęcie/pojęcia czasu wolnego, jak i jego definicje zawierają wiele dodatkowych elementów adekwatnych do zmian społecznych, gospodarczych, kulturowych. Aktualnie wskazuje się na rozróżnienie: czas pracy a czas uwolniony, czyli ten po pracy. Ale czas uwolniony jest tylko w części rzeczywistym czasem wolnym (czasem do własnej dyspozycji), a w części czasem „pół wolnym”, czyli poświęconym czynnościom koniecznym, ale nie związanym z pracą zawodową (np. wizyta u lekarza, płacenie rachunków itp.). I ten rzeczywisty czas wolny, czas do własnej dyspozycji może być analizowany już w warstwie tworzenia jego aktualnych, współczesnych definicji w ujęciu psychologicznym. Chodzi zwłaszcza o po-

* A.E. Chyczewska, doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii, wykładowca w Instytucie Pedagogiczno-Językowym Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Elblągu, przedmiot badań: psychologia rozwoju, uzależnienia, psychologia sztuki, kryzysy rozwojowe a terapia.

¹ M. O s t r o s k i, *Pojęcie, rodzaje, rozwój historyczny czasu wolnego*, <http://www.pastoral-na.pl/files/201%20Pojęcie%20rodzaje%20historia%20czasu%20wolnego.pdf>. (dostęp 9.05.2013).

zytywne definicje czasu wolnego, czyli te, które traktują czas wolny jako zjawisko autonomiczne, posiadające wartość samą w sobie, a nie definicje negatywne ujmujące czas wolny w jego relacji do pracy².

Dla psychologów ważne jest, że współczesne pozytywne definicje czasu wolnego podkreślają, że stanowi on szansę dla rozwoju człowieka np. dzięki realizacji wartości osobowych. Podkreślają również, że bazą do korzystania z czasu wolnego jest „otwarcie się ku wolności indywidualnej”, wolny wybór. Kolejny istotny element, czyli wskazanie na subiektywność przeżywania czasu wolnego: czym innym jest czas wolny w definicji poszczególnych dyscyplin naukowych, a czym innym w subiektywnym przeżyciu poszczególnego człowieka, co oznacza, że każdy człowiek mógłby podać swoją własną definicję czasu wolnego³.

Biorąc pod uwagę psychologiczne uwarunkowania przeżywania czasu wolnego należy zwrócić uwagę na sytuację niemożności korzystania z czasu wolnego, a często nawet brak świadomości jego posiadania. Są osoby, które obiektywnie mając czas wolny, subiektywnie nie są w stanie doświadczyć tego poczucia, odrzucają je. Dotyczy to osób neurotycznych. Artykuł jest próbą analizy tych mechanizmów tkwiących w osobowości neurotycznej, które są odpowiedzialne za niemożność korzystania z czasu wolnego oraz za brak poczucia jego posiadania. Nie wchodzi w grę ani czynne, aktywne jego kształtowanie, ani nawet świadomość biernego jego przeżywania. Te mechanizmy to: perfekcjonizm osoby neurotycznej, postawa wobec własnej wolności i neurotyczne poczucie winy. Neurotyczne poczucie winy jako mechanizm najbardziej niszczący, destrukcyjnie działający na osobowość jednostki, w tym na sferę duchową. Artykuł jest próbą interpretacji wyróżnionych mechanizmów wewnętrznych neurotyka jako przyczyn niemożności realizacji głównych funkcji czasu wolnego: funkcji regeneracyjnej, kompensacyjnej, suspensywnej i kreatywnej.

I. PERFEKCJONIZM W NERWICY A REGENERACYJNA FUNKCJA CZASU WOLNEGO

Przestrzeń życiowa osoby neurotycznej można porównać do więziennego podwórza otoczonego wysokimi murami. Sposób radzenia sobie z problemami życiowymi można porównać do bicia głową w te mury w nadziei, że się rozpadną. Za wysokość murów więzienia odpowiada sam neurotyk, bo to on sam stwarza te mury. Za nieudolne próby rozbicia tych murów też odpowiedzialność jemu trzeba przypisać, chociaż jedno trzeba mu przyznać, że ma dobrą wolę i naprawdę chce rozwiązać swoje problemy życiowe⁴.

Neurotyk nie radzi sobie z realizmem otaczającej rzeczywistości, z niedoskonałościami i mankamentami tej rzeczywistości. Neurotyk tworzy swój własny obraz innych ludzi, rzeczy, zjawisk i to rzeczywistość zewnętrzna musi się do tego obrazu dopasować. Jeśli się do tego obrazu nie dopasuje zostanie przez neurotyka skrytyko-

² M. Ostrowski, op. cit., s. 2.

³ Tamże, s. 3–4.

⁴ J. R u d i n, *Psychoterapia i religia*, Wydawnictwo SOLARIUM, Warszawa 1992, s. 171.

wana i odrzucona. Perfekcjonizm jest tą cechą, która sprawia, że neurotyk narażony jest na ciągle cierpienie w kontakcie z rzeczywistością. Nie odczytuje rzeczywistości taką, jaka ona jest, ale przez świat swojej wyobraźni. Wyobraźnia neurotyka „perfekcjonisty” nie ma nic wspólnego z realną rzeczywistością, a ponieważ służy mu jako jedyny przewodnik po tejże rzeczywistości, jest powodem jego depresji, ciągłych pretensji i narzekań na świat⁵.

Jego wyobraźnia ma trzy cechy, które oddalają go od realnej rzeczywistości. Pierwszą cechą jest absolutyzacja rzeczywistości. Neurotyk absolutyzuje rzeczywistość, bez względu czy chodzi o wolność, sprawiedliwość czy inne wartości, wszystkiemu przypisuje cechy absolutnej doskonałości i przenosi tę wizję rzeczywistości stworzoną w wyobraźni na swoją codzienną, zwykłą, dotykalaną rzeczywistość.

Drugą cechą jest konieczność natychmiastowej negacji i odrzucenia tych elementów rzeczywistości, które nie są zgodne z idealną wizją świata neurotyka. Neurotyk odrzuca możliwość realizacji stopniowej, krok po kroku realizacji jakiejś idei, wartości. Musi być natychmiast u celu, co ilustruje jego kolejną (trzecią) cechę: infantylne oderwanie od życia. Nie jest w stanie zaakceptować niedoskonałości ludzi, ich błędów i pomyłek, świata, który jest daleki od jego ideału wierząc w idealistyczną, doskonałą i tylko taką wizję świata⁶.

Jedyny wyłom w perfekcjonizmie neurotyka stanowi jego stosunek do własnego ciała.

Neurotyk do własnego ciała ma stosunek „nieuporządkowany”, traktuje je tak, jakby wymogi biologiczne nie były dla niego istotne. Konsekwencją tego może być np. lekceważenie zasad odżywiania, snu i wypoczynku. Ten stosunek do własnego ciała jakby wyłamuje się z obrazu perfekcjonizmu neurotyka. Nie ma tu odniesienia do jakiejś doskonałości czy ideału. Na taką postawę ma wpływ prawdopodobnie pokutujące przekonanie o „grzeszności ciała”, więc nie trzeba się nim za bardzo przejmować.

Nie tylko wyobraźnia neurotyka perfekcjonisty, ale również inne specyficzne cechy utrudniają mu realny, przystosowawczy kontakt z rzeczywistością. Te cechy specyficzne dotyczą rozumienia winy i sprawiedliwości⁷.

Jego stosunek do sprawiedliwości jest idealistyczny i skrajnie rygorystyczny, perfekcyjny, bez możliwości kompromisu i jakiegokolwiek odstępstwa. Tylko że taka sprawiedliwość nie jest do realizacji w życiu codziennym. Obecność niesprawiedliwości, przypadku, kompromisów, cierpienie są powodem odrzucenia przez neurotyka takiej rzeczywistości. Neurotyk perfekcjonista nie godzi się na taką wizję świata, a jego sprzeciw może przybierać formę od cichego „nie” po głośny bunt. Ale w każdym razie odrzuca on rzeczywistość, gdzie sprawiedliwość nie spełnia jego rygorystycznych i idealistycznych wymogów.

Jednak „popisowym” obszarem rzeczywistości, gdzie w pełni ujawnia się perfekcjonizm neurotyka i gdzie ten perfekcjonizm można obserwować we wszelkich odcieniach – jest przeżywanie przez neurotyka winy. Nie chodzi tu o poczucie winy

⁵ Tamże, s. 172.

⁶ Por. K. H o r n e y, *Nowe drogi w psychoanalizie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1994, s. 179.

⁷ J. R u d i n, dz. cyt., s. 175–179.

w sensie teologicznym, prawnym czy też innym. „Chodzi o kompleks winy u perfekcjonisty zaczynający działać już tam, gdzie pokazuje choćby cień winy, gdzie mają miejsce zwyczajne ludzkie słabości i frustracje, małe codzienne niedociągnięcia. Wszędzie i zawsze istnieje przecież możliwość bycia winnym, poślizgnięcia się na parkiecie życia i splamienia na pozór olśniewająco białej szaty. Perfekcjonista odczuwa nieustanny lęk przed uwikłaniem się w winę, co więcej: jest święcie przekonany, że już się winy dopuścił”⁸. Będzie wracał do domu, żeby wyłączyć wszystkie urządzenia z kontaktów, bo w przeciwnym razie będzie zwarcie i pożar. Trzeba sprawdzić wszystkie krany, żeby nie zalało domu. Czy wczoraj jego uśmiech w pracy nie został opacznie zrozumiany. Czy nie za ostro zwrócił się do kogoś z rodziny, współpracownika itp.

Dziesiątki lęków wypełniają dzień po dniu życie neurotyka perfekcjonisty. Lęki te czynią z jego życia pasmo udręki. Wątpliwości nękają go w dzień, a w nocy nie pozwalają spać i tylko dlatego, że neurotyk chce dorównać swojej wizji doskonałości. Nie jest mu to dane, jak nikomu zresztą. Ale to on zdręcza się ciągłymi wątpliwościami w imię tej niedoścignionej doskonałości, która jest niedostępna nie tylko dla niego, ale i innych, tylko, że on jedyny nie może i nie chce tego poznać zaakceptować. Placi więc za taką postawę codziennym udręczeniem, codziennymi wątpliwościami.

A i tak nie jest to kres jego cierpienia. O wiele większą traumą niż samooskarżenia jest dla niego zostać oskarżonym przez osoby trzecie. Dla neurotyka perfekcjonisty prawdziwym upadkiem jest, gdy słyszy oskarżenie pod swoim adresem, gdy ktoś wytyka mu błąd, niedopatrzenie lub inny brak. Czuje się wtedy zdeptyany przez życie, poniżony i upokorzony. Reaguje na najmniejszą uwagę jakby świat mu się zawalił⁹.

Pojawia się tu pewien paradoks. Neurotyk, który „wymyśla” sobie winy na co dzień, obarcza się wyimaginowanymi winami, w zderzeniu z realną winą, nawet o małej wadze (np. uwaga zrobiona przez kogoś jako konsekwencja tej winy), wpada w panikę. Uznaje to za niesprawiedliwe, niegodziwe, niezasłużone i w końcu uznaje, że była to najgorsza podłość zrobiona mu przez kogoś, kto zwrócił mu uwagę za np. niedopatrzenie, jakiś błąd itp. Człowiek, którego istotą życia jest przypisywanie sobie winy za praktycznie wszystko, w konfrontacji z cieniem realnej winy traci grunt pod nogami.

Neurotyczność jest antytezą funkcji czasu wolnego. W kontekście perfekcjonizmu neurotyka najgorzej wypada funkcja regeneracyjna.

Funkcja regeneracyjna czasu wolnego jest obca neurotykowi, nie istnieje dla niego, czego przykładem może być stosunek do własnego ciała. Funkcja regeneracyjna wolnego czasu spełnia rolę „zaworu bezpieczeństwa”, który ma zabezpieczyć człowieka przed wycieńczeniem fizycznym i psychicznym¹⁰. Perfekcjonizm w nerwicy jest mechanizmem, który blokuje ten zawór bezpieczeństwa. Neurotyka w związku z tym nic nie broni przed zmęczeniem fizycznym i psychicznym. Przy-

⁸ J. R u d i n, dz. cyt., s. 177.

⁹ Zob. K. H o r n e y, dz. cyt., s. 181.

¹⁰ Por. M. O s t r o w s k i, *Funkcje czasu wolnego*, <http://www.pastoralna.pl/files/202%20Funkcje%20czasu%20wolnego.pdf>. (dostęp 9.05.2013).

kładem pokazującym grożące wycieńczenie fizyczne, a przynajmniej ciągle zmęczenie fizyczne jest wspomniany już stosunek neurotyka do własnego ciała.

Ale neurotyk jest przede wszystkim zmęczony psychicznie, ponieważ cały czas ma kontakt z rzeczywistością, która nie spełnia jego oczekiwań. Tę rzeczywistość odrzuca, bo jest ułomna, a powinna być doskonała, tak jak w wyobraźni neurotyka. Ten stan zmęczenia psychicznego jest ciągły. Neurotyk nie może zrobić sobie przerwy, żeby odpocząć, ponieważ nie może zrobić sobie przerwy w sposobie interpretacji rzeczywistości, w swojej utrwalonej postawie wobec świata.

Neurotyk realnie nie ma czasu wolnego w kontekście przeżywanej przez siebie winy. Jeśli nawet usiłuje korzystać z czasu wolnego i będzie w typowo rekreacyjnej sytuacji – wycieczka, ciepły kraj, hotel, plaża, czyli to, co dla wielu ludzi jest synonimem udanego wypoczynku – to i tak cała jego aktywność będzie koncentrować się na analizie wszelkich możliwych win i przeoczeń. Cały pobyt będzie się zastanawiać, czy karty kredytowe i dokumenty zabierać ze sobą, czy zostawiać w hotelu, a może trzeba było wybrać tę drugą wycieczkę trochę tańszą, albo tę inną trochę droższą. Jeśli zostawi dokumenty w hotelu, cały dzień przeżywa udrękę, że mu je ukradną. Jeśli weźmie dokumenty ze sobą na plażę, cały dzień pilnuje ich i gani sam siebie za nieroztropne zachowanie. I takie sytuacje występują cały czas do końca pobytu, czyli czasu wolnego w funkcji regeneracyjnej.

II. JAK NEUROTYP PRZEŻYWA SWOJĄ WOLNOŚĆ I JAKI TO MA WPŁYW NA FUNKCJĘ KOMPENSACYJNĄ I SUSPENSYWNĄ CZASU WOLNEGO?

Możliwość wykorzystania czasu wolnego wiąże się z wolnym wyborem. Jak przeżywana wolność przez neurotyka determinuje jego wybór? Neurotyk boi się własnej wolności i ucieka od niej i od odpowiedzialności z nią związanej. Ucieczka polega na tym, że jednostka wchodzi w takie sytuacje, w których nie musi podejmować żadnych decyzji, a jej los zależy od innych, od zbiegu okoliczności czy innych zdarzeń. Szczególnie dokładnie widać to przy zbiorowej nerwicy, gdzie lęk i ucieczka od wolności łączą się z posługiwaniem się kozłami ofiarnymi. Od zawsze były to czarownice winne wszystkiemu, co się zdarzyło, mniejszości narodowe, Żydzi, Murzyni, ale i zjawiska o charakterze kulturowym: moda, technika, tendencje o charakterze masowym. Mechanizm ten widać również w funkcjonowaniu grup, zbiorowości, mas (jak chcą psychoanalitycy) uciekających od wolności przez tworzenie wszelkiego typu idoli. Jeśli coś się nie uda – wiadomo wtedy, kto jest winny.

Ucieczka od wolności neurotyka oznacza, że tak naprawdę chce być jak dziecko, od którego nie wymaga się żadnej odpowiedzialności. W sytuacji podbramkowej pokaże palcem, komu tę odpowiedzialność należy przypisać, a w zasadzie, na kogo ją zrzucić¹¹.

Drugą postawą neurotyka wobec wolności, oprócz leku przed własną wolnością i ucieczki od niej, jest lęk o wolność. Ten lęk przejawia się jako obawa o utratę wolności. Neurotyk rozumie tę sytuację jako konieczność unikania wszelkich zo-

¹¹ J. R u d i n, dz. cyt., s. 68–69.

bowiązań, zaangażowania, wchodzenia w związki i przyjmowania za to wszystko odpowiedzialności. Dla neurotyka taka wolność oznacza wycofanie ze związków, zobowiązań, kontaktów z innymi po to tylko, żeby unikać odpowiedzialności. To, co mu pozostaje należy uznać za ułomną namiastkę wolności i jej pozór. Tak postępując neurotyk traci z czasem zdolność podejmowania decyzji, wydaje się bezwolny i często zdarza się, że jeśli podejmie już jakąś decyzję ostateczną, to po krótkim czasie wycofuje się i wraca do punktu wyjścia z okresu przed decyzją. Takie zachowanie wynika z lęku o utratę własnej wolności, nie angażując się w nic, więc nie będą ponosić za nic odpowiedzialności i będą mieć poczucie, że nie tracę mojej wolności, że ta wolność nie jest zagrożona. Ale w konsekwencji o życiu neurotyka decydują przypadkowe sytuacje, zbiegi okoliczności, przypadkowi ludzie¹².

Oprócz lęku przed wolnością i lęku o własną wolność neurotyk może przejawiać postawy z bardziej dominującym komponentem poznawczym niż afektywnym¹³. Psychoanalicycy mówią o niedocenianiu własnej wolności oraz o przecenianiu tej wolności. Postawa niedoceniaenia własnej wolności polega na tym, że neurotyk koncentruje się na różnych objawach typu dolegliwości somatyczne, depresja, poczucie mniejszej wartości, chroniczne zmęczenie, brak sukcesów itp. i szuka przyczyn tych zjawisk głównie w przyczynach zewnętrznych. Świat jest niesprawiedliwy, a przynajmniej ktoś lub coś na tym świecie, co godzi we mnie i przeszkadza mi żyć. Jakiś kozioł ofiarny zawsze się znajdzie. Neurotyk nigdy nie połączy swoich dolegliwości z ucieczką i lękiem przed wolnością¹⁴.

Interesujące jest, że intelekt neurotyka pozostaje na usługach emocji, czyli lęku przed wolnością. Neurotyk wysiła bardzo swój intelekt, żeby wytłumaczyć logicznie, znaleźć ciąg przyczynowo-skutkowy, dlaczego jest ofiarą godną współczucia i gdzie są winowajcy tego stanu.

Nie tylko niedoceniaenie własnej wolności jest bolesne dla neurotyka. Postawa przeceniania własnej wolności łączy się bowiem z przesadnym poczuciem winy. Szuka więc neurotyk wszędzie w sobie przyczyn swojej winy, analizuje swoje niedoskonałości, ułomności fizyczne i psychiczne. Jest umęczony tym i przejmuje rolę kozła ofiarnego, mogą pojawić się również tendencje do autodestrukcji. Postawa przeceniania własnej wolności również jest związana, ma swoje źródło w lęku przed wolnością i lęku o wolność.

Te cztery postawy wobec wolności (lęk przed wolnością, lęk o wolność, niedoceniaenie własnej wolności i przecenianie jej) w różnych nasileniach i proporcjach występują u neurotyka. Ich efektem jest poczucie braku wolności, wewnętrzne i zewnętrzne zniewolenie. Staje się neurotyk ofiarą zewnętrznych sytuacji, ale też wewnętrznych ograniczeń. Odczuwany brak wolności sprawia, że czuje się stłamszony w swoim funkcjonowaniu, odczuwa poczucie niższości, a doświadczany kompleks winy niszczy jego poczucie godności. Im silniejsze te objawy, tym większe pragnienie odzyskania wolności. Objawy nerwicowe można więc traktować jako objawy kryzysu wolności.

¹² Por. K. H o r n e y, *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1982, s. 42.

¹³ J. R u d i n, dz. cyt., s. 70–72.

¹⁴ Por. K. H o r n e y, *Neurotyczna...*, dz. cyt., s. 162.

Neurotyk (w swojej świadomości) nie ma czasu wolnego, bo dzięki temu nie musi go organizować, planować i ponosić za cokolwiek odpowiedzialność. Nie ma, więc nie musi podejmować żadnych decyzji, nie musi opowiadać się za czymś, ani przeciwko czemuś. Pozostaje biedną ofiarą, którą los, praca, zwierchnicy i rodzina eksploatują tak, że nie ma już czasu na nic, a na pewno nie ma czasu wolnego.

W związku z tak przeżywaną wolnością, a właściwie jej brakiem, neurotyk nie potrafi realizować kolejnych funkcji czasu wolnego. Nie wykorzystuje czasu wolnego, jeśli chodzi o funkcję kompensacyjną i suspensywną (ang. *the suspense* – zawieszenie).

Te funkcje są podobne do siebie i można je razem rozpatrywać¹⁵. Funkcja kompensacyjna służy równoważeniu tych ograniczeń, braków, uciążliwości, które są skutkiem pracy zawodowej. Chodzi tu o wszelkie ograniczenia, zarówno te osobowe, jak i rzeczowe. Chodzi o dyscyplinę pracy, ograniczenia i ramy czasowe, wymogi produkcji, organizację pracy. Oczywiście inne ograniczenia występują przy taśmie produkcyjnej, inne w sali wykładowej. Jednak każdy zawód wiąże się ze specyficznymi dla siebie ograniczeniami i frustracjami. Nawet osoby, które wykonują zawody o wysokim stopniu samodzielności i własnej twórczości np. artysta malarz, projektant-architekt itp. często skarżą się na ograniczenia, których doświadczają.

Te ograniczenia i frustracje mogą sprawić, że jednostka czuje się wyalienowana, że to, co wykonuje, to jakby nie jej prawdziwe życie. Człowiek wie, że praca zawodowa jest koniecznością, ale w tej pracy nie wykonuje tego, co on sam chciałby robić. W takim sensie może mieć poczucie obcości wobec własnej aktywności zawodowej.

Funkcja suspensywna zawiesza, odcina wszystkie te negatywne czynniki związane z aktywnością zawodową. A funkcja kompensacyjna czasu wolnego pozwala, daje szansę wypełnić życie zgodnie z własnymi dążeniami, pragnieniami, ambicjami. Otwiera się przestrzeń, która jest tylko dla jednostki. Może tu człowiek wyraźniej doświadczać swojej autonomii i podmiotowości. Może samodzielnie kształtować ten obszar swojego życia. Ale nie neurotyk.

Postawa neurotyka wobec własnej wolności utrudnia korzystanie z czasu wolnego w funkcji kompensacyjnej i suspensywnej. Neurotyk w swoim całym prywatnym życiu sam stwarza sobie takie ograniczenia i blokady, jakich prawdopodobnie najgorszy pracodawca by mu nie wyznaczył. I w związku z tym neurotyk nie zauważy nawet tej możliwości, jaką daje czas wolny, aby być panem swego losu, realizować swoje pragnienia i potrzeby, doświadczając przy tym pełniej swojej podmiotowości i autonomii.

I jeszcze z innego punktu widzenia można spojrzeć na neurotyka (ściśle związanego z jego postawą wobec własnej wolności), aby zinterpretować niemożność korzystania z czasu wolnego w funkcji kompensacyjnej. Neurotyk ucieka od łańcucha takich czynności: podejmując samodzielnie decyzję, realizując ją i ponosząc odpowiedzialność za tę decyzję i jej realizację. Czyli jego postawa wobec wolności wyklucza możliwość aktywnego kształtowania swojego czasu wolnego w omawianych funkcjach.

¹⁵ Zob. M. Ostrowski, *Funkcje czasu...*, art. cyt. s. 2.

III. NEUROTYCZNE POCZUCIE WINY A NIEMOŻNOŚĆ REALIZACJI KREATYWNEJ FUNKCJI CZASU WOLNEGO

Neurotyczne poczucie winy jest mechanizmem, który działa destrukcyjnie na osobowość jednostki, w tym na jej wymiar duchowy. Istotne więc jest odniesienie się do genezy neurotycznego poczucia winy i jego skutków na sferę duchową jednostki.

1. Geneza neurotycznego poczucia winy

Analizując zagadnienie poczucia winy odnosimy się zarówno do płaszczyzny teologiczno-duszpasterskiej, jak i psychologiczno-psychiatrycznej. Terminami podstawowymi dla zrozumienia różnicowania w ramach tego zagadnienia są takie przeciwstawne pojęcia jak: wina realna a subiektywne poczucie winy, oraz świadome poczucie winy a nieświadome poczucie winy. Mówiąc o nieświadomym poczuciu winy, nie chodzi o brak świadomości samego poczucia winy jako stanu psychicznego, ale o niemożność uświadomienia sobie przyczyn naszej winy, na czym polega nasza faktyczna wina.

W nawiązaniu do powyższej terminologii można dokonać podstawowej klasyfikacji poczucia winy i wyróżnić: dojrzałe i patologiczne poczucie winy¹⁶.

Dojrzałe poczucie winy jest związane z sytuacją realną i z tym, co na płaszczyźnie teologicznej określa się jako grzech, a poczucie winy wynika z przekroczenia, łamania przykazań. Wina jednostki jest realna i obiektywna, a ponadto doświadcza ona subiektywnego poczucia winy. „Dojrzałość” wymaga jednak gotowości do zażyczenia za popełniony czyn.

Patologiczne poczucie winy przybiera dwie formy: neurotyczne poczucie winy i nieświadome poczucie winy.

Neurotyczne poczucie winy polega na tym, że jednostka nie jest obiektywnie winna w stosunku do realnej sytuacji i odczuwa nadmierne lub nieuzasadnione poczucie winy. Poczucie winy, które nie ma realnego uzasadnienia lub jest przesadne. Ale neurotyczne poczucie winy jest świadome.

Drugą formą patologicznego poczucia winy jest nieświadome poczucie winy, które jest przyczyną pojawienia się w człowieku potrzeby bycia ukaranym. Ta potrzeba może być motywem działania przestępczego i co trzeba wyraźnie podkreślić: przyczyną a nie skutkiem takiego działania.

Źródła kształtowania się realnego i patologicznego poczucia winy odnajdujemy głównie w psychoanalizie. W psychoanalizie Freuda punkt wyjścia dla tworzenia się poczucia winy nie jest popełnienie niemoralnego czynu, ale doświadczenie odrzucenia przez autorytet.

Już dziecko boi się utraty miłości rodziców i ten lęk jest podstawową przyczyną poczucia winy. Zły, niemoralny czyn odgrywa w powstaniu poczucia winy rolę dru-

¹⁶ Zob. S. K u c z y ń s k i, *Niektóre problemy psychopatologii w zakresie doświadczeń, postaw i zachowań religijnych*, [w:] *Psychologia religii*, (red.) Z. Chlewiński, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, Lublin 1982, s. 254.

goplanową. Pierwotnym źródłem jest przeżycie odtrącenia przez autorytet. Często sami, kiedy mamy poczucie krzywdy pytamy: „za co to mnie spotyka?”, „dlaczego ja?” i są to pytania o przyczynę odtrącenia, której to przyczyny sami nie znajdujemy w naszym zachowaniu. Jest to przejaw naszego nieuświadomionego poczucia winy¹⁷.

Poczucie winy łączy się również z agresją wobec autorytetu. Ten element wrogości wobec autorytetu pochodzi z konfliktu między potrzebą miłości ze strony autorytetu a chęcią realizacji zachowań popędowych, które zahamowane wywołują agresję, wrogość (wobec autorytetu).

Istotną rolę w poczuciu winy pełni ukształtowane *superego*. *Superego* reaguje nawet na grzeszne myśli i torturuje *ego* za pomocą lęków, takich jakie wcześniej wzbudzał autorytet. Stąd nacisk *superego* może sprawiać, że poczucie winy może przejawiać się jako potrzeba poniesienia kary¹⁸.

Na ukształtowanie się *superego* wpływają rodzice, ale również środowisko społeczne. Stąd poczucie winy jest związane nie tylko z lękiem przed utratą miłości rodziców, ale i szeroko rozumianym lękiem społecznym. Dla Freuda ważne było tworzenie się *superego* jako podstawy moralności i uspołecznienia jednostki. Rozróżnianie dobra i zła nie jest umiejętnością naturalną. Silne *superego*, dzięki któremu jednostka staje się istotą moralną, było dla Freuda wartościową psychologiczną właściwością kultury.

„Niestety za postęp kultury płacimy utratą szczęścia wskutek wzrostu poczucia winy. Wielu płaci za to nerwicą. Istnieje zasadnicza sprzeczność między dobrem jednostki rozumianym jako zaspokajanie popędów i płynącym stąd uczuciem uszcześliwienia, a dobrem społecznym, które realizuje się przez rozwój kultury”¹⁹.

Stąd wniosek, że neurotyków można traktować jako uczniów, którzy w procesie socjalizacji wyuczyli się lekcji podanej przez społeczeństwo w sposób zbyt pilny, a przede wszystkim zrobili to na pamięć, w sposób sztywny. W konsekwencji przyczynia się do tego, że moralne normy neurotyków są nierealistycznie surowe, co z kolei powoduje, że neurotyk wygasza, tłumi w sposób zgeneralizowany instynkty popędowe godzące w te normy. Szansą dla neurotyka jest poradzenie sobie z tymi lękami, które wynikają z nierealistycznych oczekiwań, co do pełni realizacji w życiu bardzo surowych norm moralnych.

Częstą przyczyną ukształtowania się patologicznego poczucia winy jest wychowanie w okresie dzieciństwa przez rodziców nadmiernie krytycznych, rygorystycznych, kontrolujących. W dziecku wytwarza się wtedy postawa własnej niedoskonałości i zależności od doskonałego rodzica. Starając się zadowolić rodziców, ciągle w lęku czy poddałości, rozbudowuje swoje *superego* o ciągle nowe wymagania. Z czasem są to już nie tylko wymagania rodziców, ale nauczycieli, szefów, zwierzchników i innych członków społeczeństwa, którzy są substytutem wszechwładnego

¹⁷ Zob. J. Stronowski, *Fenomen religii w ujęciu psychoanalitycznym*, [w:] *Psychologia religii*, (red.) Z. Chlewiński, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, Lublin 1982, s. 88.

¹⁸ Tamże, s. 90.

¹⁹ Tamże, s. 91.

rodzica z okresu dzieciństwa. W ten sposób superego dziecka jest kalką doraźnych wymagań otoczenia, a nie głębokiej moralności i taką kalką pozostaje²⁰.

Podłożem patologicznego poczucia winy są mechanizmy tkwiące w nerwicy. Możemy wyróżnić dwa sposoby interpretacji tego zjawiska, pierwsza zgodna z poglądami Freuda, druga będąc ich interpretacją dokonaną przez O.H. Mowrera²¹.

Pierwsza interpretacja widzi *superego* jako całkowicie dominujące nad *ego* i wymuszające całkowite posłuszeństwo. *Ego* ma zakaz realizacji popędowych dążeń *id*, między *ego* a *id* tworzy się rodzaj blokady, którą możemy wyjaśnić przez mechanizm dysocjacji i tłumienia pozostając w terminologii psychoanalitycznej. Nerwicowy niepokój doświadczany przez *ego* pochodzi z nieuświadomionego lęku, że ta blokada zostanie przerwana i *id* zmusi *ego* do realizacji stłumionych pragnień. *Ego* cały czas traci energię na obronę przed *id*. Niepokój związany jest z możliwością, z niebezpieczeństwem realizacji pragnień, do których doszłoby gdyby człowiek się na nie zdobył.

Druga interpretacja jest inna, a różnica polega na tym, że niepokój jednostki wynika nie z czynów, których nie popełniła, bo nie miała na to odwagi, ale z czynów, których dopuściła się, ale bardzo by chciała, żeby nigdy to się nie stało. Przy tej drugiej interpretacji *ego* nie jest zdominowane przez *superego*, ale przez dążenia *id*. Natomiast istnieje bariera, blokada między *ego* a *superego*. Normy sumienia zostały odrzucone (dysocjacja). Człowiek odczuwa niepokój, ponieważ złamał normy moralne, zasady sumienia (*superego*), czyli zrobił coś, co jest moralnie naganne i nie poniósł za to odpowiedzialności, żadnych konsekwencji.

Ta druga interpretacja tworzenia się patologicznego poczucia winy (inna niż interpretacja Freuda) znajduje potwierdzenie w praktyce klinicznej. Są badania, które pokazują, że neurotycy częściej niż ludzie bez zaburzeń neurotycznych dopuścili się zachowań nagannych w przeszłości np. w sferze seksualnej i nie chodzi tylko o samo pragnienie czynu, ale o rzeczywisty czyn.

Patologiczne poczucie winy może wyprzedzać początkowe objawy nerwicowe. Objawy nerwicowe związane z patologicznym poczuciem winy mogą przejawiać się jako objawy depresyjne, myśli samobójcze, skłonności do samoobwiniania się. Mogą wystąpić też objawy polegające na zahamowaniu, zablokowaniu aktywności społecznej, w tym na niezrealizowaniu podjętych zobowiązań, co wiąże się z nieuchronnością kary, która jednak w konsekwencji złagodzi dążenie do ukarania.

2. Istota neurotycznego poczucia winy w kontekście realnego poczucia grzechu – jako przykład destrukcyjnego oddziaływania neurotycznego poczucia winy na wymiar duchowy człowieka

Neurotyczne poczucie winy przeciwstawia się realnemu poczuciu grzechu. Oba te poczucia tworzą przeciwstawne charakterystyki²². Doświadczając neurotycznego poczucia winy uwaga skoncentrowana jest na własnym *ego*, które czuje się zagro-

²⁰ J. S t r o j n o w s k i, dz. cyt., s. 260.

²¹ Cyt. za: S. K u c z k o w s k i, dz. cyt., s. 257–259.

²² Zob. P. D a c o, *Che cos'è la psicanalisi*, RCS Rizzoli Libri S.p.A., Milano 1993, s. 14.

zone. Natomiast doświadczając realnego poczucia grzechu uwaga skoncentrowana jest na innych, na Bogu, niepokój zaś występuje z powodu zła wyrządzonego innym, z powodu obrażenia Boga. W neurotycznym poczuciu winy człowiek przeżywa ciągłą obawę o własną „czystość”, w realnym poczuciu grzechu zapomina o sobie. Neurotyczne poczucie winy odnosi się przede wszystkim do myśli i pragnień, natomiast w realnym poczuciu grzechu następuje odrzucenie każdego obsesyjnego przejawu życia wewnętrznego. Duchowość wyimaginowana w neurotycznym poczuciu winy przeciwstawia się duchowości konkretnej w realnym poczuciu grzechu. W neurotycznym poczuciu winy atakujemy innych pod pozorem cnoty, przejawiają jednocześnie ukrytą zawiść, natomiast w realnym poczuciu grzechu przejawiamy w stosunku do innych akceptację i wyrozumiałość. Osoba doświadczająca neurotycznego poczucia winy kieruje się prymatem Prawa, a doświadczając realnego poczucia grzechu prymatem miłości.

Doświadczając neurotycznego poczucia winy jednostka ciągle myślami wraca do przeszłości, do tego, co się stało. W realnym poczuciu grzechu człowiek wierzy w przebaczenie Boga. W neurotycznym poczuciu winy występuje lęk przed innymi ludźmi oraz lęk przed działaniem, aktywnością, aby się „nie splamić”.

Zatem neurotyczne poczucie winy jest przeciwieństwem realnego poczucia grzechu. To właśnie psychologia może eliminować te fałszywe poczucia winy, przygotowuje drogę autentycznej religijności.

Przyjrzyjmy się teraz jak neurotyczne poczucie winy niszczy religijność człowieka i z sakramentu pokuty czyni neurotyczne wyznanie i zamienia je w zjawisko formalistyczne i fanatyczne. Człowiek odczuwa przymus spowiedzi, który nie jest motywowany prawdziwym żalem i pojawia się często zwłaszcza, jeśli winy dotyczą sfery seksualnej. Gdy tymczasem trzeba wyraźnie podkreślić, że: „Sakrament pokuty nie jest placem składowym, na który możemy zrzucać ciężar trudny do zniesienia dotyczący jakiegokolwiek winy”²³. Żal, którego domaga się sakrament pokuty, nie jest współczesnym wyrzutem sumienia, czyli tym, co dzisiaj rozumie się jako wyrzut sumienia, czyli beużytecznym oplakiwaniem grzechu czy bólem emocjonalnym. „Grzech musi być przyjęty jako doświadczenie skierowane w kierunku przyszłości i pełne nadziei, chociaż dotyczy upadku”²⁴.

Żal staje się fałszem, kiedy obiecujemy, że nie wrócimy do jakiegoś zachowania – wiedząc, że nie zmienimy naszego zachowania, nie w tej chwili, nie teraz, nie nagle. Byłoby inaczej gdyby obietnica dotyczyła stopniowej zmiany naszego zachowania. Tak czy owak pojęcie wyrzutu sumienia staje się dwuznaczne.

Chrześcijanin powinien pamiętać przede wszystkim, że słowa „wyznanie własnej wiary” i „wyznanie własnych grzechów” są paralelne. Spowiedź jest potwierdzeniem naszej pewności, że Bóg nas kocha, zanim jest deklaracją naszego upadku, naszej małości, naszej nędzy. W spowiedzi nie może być wstydu: wstyd przejawia się, kiedy nie ma miłości. Oczywiście muszę przyjąć odpowiedzialność za moje działanie wraz z jego konsekwencjami, ale Bóg mnie nie potępia, ponieważ On mnie kocha. Spowiedź powinna być przede wszystkim zdaniem sobie sprawy z łaski i miłości.

²³ Tamże, s. 15.

²⁴ Tamże, s. 16.

3. Neurotyczne poczucie winy a funkcja kreatywna czasu wolnego

Neurotyczne poczucie winy jest najbardziej destrukcyjnym mechanizmem neurotycznym, dlatego że, dociera do najgłębszych obszarów naszej osobowości, do sfery duchowej, czego dowodem może być negatywny wpływ na naszą religijność. Niszczy też naszą kreatywność. Neurotyczne poczucie winy uniemożliwia realizację kreatywnej funkcji czasu wolnego.

Czas wolny otwiera przed człowiekiem przestrzeń twórczości i rozwoju. Jako istota rozumna i wolna staje się pełniej człowiekiem przez swoją kreatywność, rozwijając ukryte w sobie możliwości. Funkcja kreatywna łączy się z szeregiem istotnych, rozwojowych aspektów jak: samourzeczywistnianie się człowieka, głębsze doświadczanie podmiotowości, realizacja swoich własnych osobistych potrzeb, co pozwala na intensywniejsze doświadczanie swojej egzystencji. Twórczość jednostki daje mu poczucie większej integracji wewnętrznej, co z kolei pozwala na przecięzanie negatywnych konsekwencji związanych z pracą. Czyli funkcja kreatywna czasu wolnego może mieć charakter rozwojowy, wspierający rozwój lub/i charakter terapeutyczny dla jednostki. Ta integracja wewnętrzna łączy się z szansą na uporządkowanie istotnych dążeń i celów człowieka, które w codziennym zabieganiu i koncentracji na sprawach drobnych, szczegółowych nikną nam z pola widzenia. Człowiek może spokojnie przyrzeć się swojej hierarchii wartości.

Funkcja kreatywna w nawiązaniu do sfery duchowej, tego wymiaru osoby ludzkiej, można więc łączyć z pogłębieniem integracji wewnętrznej, zdobyciem większej samoświadomości, refleksyjności i rozumienia. U neurotyka zamiast tego będzie lęk przed odrzuceniem i ciągła integracja, ale cudzych oczekiwań i doraźnych wymagań otoczenia.

Poglądy Kierkegaarda dotyczące lęku realnego i lęku neurotycznego dają możliwość syntetycznej interpretacji niemożności realizacji funkcji kreatywnej czasu wolnego przez neurotyka, co jednocześnie jest potwierdzeniem dotychczasowych rozważań.

Wykorzystanie czasu wolnego zakłada wolny wybór jakiegoś działania, jakiejś aktywności, zakłada korzystanie z własnej wolności. Rollo May interpretując poglądy Kierkegaarda rozróżnia „lęk realny” i „lęk neurotyczny”²⁵. Neurotyk boi się własnej wolności i odgradza się od doświadczania rzeczywistości i własnej świadomości. Blokują je, zubażając siebie. Neurotyk boi się konfrontacji z „realnym” światem i „realnym” lękiem i blokuje w związku z tym własną świadomość i doświadczenie. W konsekwencji tej blokady doświadczą lęku neurotycznego. Neurotyk zamyka się przed sobą, przed innymi. Skutkiem tego jest osobowość, która z psychologicznego punktu widzenia jest odczytywana jako sztywna, schematyczna, zubożona, znużona²⁶.

Czas wolny zakłada szukanie dla siebie nowych możliwości – kontakt z tymi obszarami rzeczywistości, które poza tym czasem, nie są lub nie muszą być dla nas dostępne. Oczywiście neurotyk może wykonywać różne zajęcia, ale zawsze jako obowiązek, jako coś, co musi lub powinien. Nie wybiera ich jednak jako możli-

²⁵ R. M a y, *Psychologia i dylemat ludzki*, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 1989, s. 79.

²⁶ Tamże, s. 81.

wości czasu wolnego. Można to próbować zinterpretować na podstawie poglądów Kierkegaarda dotyczących konfliktu, twórczości i winy i na zasadzie analogii przednieść je na interpretację rezygnacji z korzystania z czasu wolnego przez neurotyka. Kierkegaard uważał, że konflikt wewnętrzny i poczucie winy zawsze są związane z twórczością. Ale ani konflikt wewnętrzny, ani poczucie winy, nie są tu traktowane jako objawy neurotyczne. Dopóki człowiek rozwiązuje swoje twórcze kryzysy tzn. staje oko w oko z nimi, przezwycięża je dla własnego rozwoju²⁷.

Dla filozofa pochylenie się nad jakąś twórczą możliwością oznacza, czy też domaga się rezygnacji, pożegnania, zniszczenia czegoś z przeszłości, dawnych schematów, przyzwyczajzeń, rutyny. Realizacja twórczej możliwości oznacza rozwój własnej osobowości, ale jednocześnie zakłada pozostanie w izolacji od innych ludzi i od dawnych schematów, przyzwyczajzeń ze swoją ideą, myślą. I człowiek staje wobec dylematu – pozostać z tym, co znane, co nie łączy się z ryzykiem i niepewnością, czy też wbrew izolacji, konfliktowi i niepokoju iść do przodu, rozwijać się. Jeśli rezygnujemy z rozwoju, odrzucamy realizację twórczej możliwości – dopada nas neurotyczny niepokój, neurotyczny lęk. Tymczasem z rozwojem związany jest „realny” lęk. Ten „lęk jest właśnie rzeczywistością wolności jako możliwość jej możliwości”²⁸.

„Ten, kogo lęk kształtuje, jest ukształtowany przez możliwość, a tylko ten, kogo kształtowała możliwość, jest ukształtowany według swojej nieskończoności. Dlatego możliwość jest najcięższą z kategorii”²⁹. Dlaczego jest taka trudna dla człowieka? Kierkegaard odpowiada: „Jeśli godnie administruje się wynalazkami możliwości, ona obnaża wszelkie rzeczy skończone, a jednak idealizuje je pod postacią nieskończoności. Możliwość przytłacza załężnione indywiduum, dopóki ono z kolei nie zwycięży jej w antycypacji wiary”³⁰. Wiara rozumiana jest tu jako wewnętrzna pewność o nieskończoności.

Interpretując Kierkegaarda wyróżniamy trzy istotne dla nas terminy: lęk, twórczość i możliwość. Najgłębszy rodzaj twórczości, to być w życiu „ucniem możliwości”. Twórczość wiąże się z kształtowaniem własnej indywidualności nastawionej na postawę wewnętrznej pewności antycypującej nieskończoność, czyli to, co Kierkegaard z heglowska nazywa wiarą. „Indywidualność nie boi się losu, jego zmiennych kolei czy nieprzychylności, bo lęk sam wytwarza w niej los i już odebrał jej wszystko, co tylko jakikolwiek los może zabrać”³¹.

Ten sposób rozumienia lęku ma charakter rozwojowy w takim znaczeniu, że pomaga człowiekowi w każdym momencie życia różnicować to, co jest istotne od tego, co nie jest, czyli co skończone, doraźne, małe, przypadkowe a co nieskończone.

²⁷ Tamże, s. 80.

²⁸ S. K i e r k e g a a r d, *Pojęcie lęku*, Fundacja ALETHEIA, Warszawa 1996, s. 49–50.

²⁹ Tamże, s. 186.

³⁰ Tamże, s. 187.

³¹ Tamże, s. 191.

ZAKOŃCZENIE

Zmiany społeczno-kulturowe zmieniają wizję czasu wolnego, zarówno dotyczącą sposobów korzystania z niego, jak i ilości tego czasu. Choć zmiany te mogą mieć skrajnie różne konsekwencje w zależności od pozycji społecznej, miejsca zamieszkania, różnice występują zarówno w ramach jednego państwa, jak i między kontynentami. Zmiany te, jakie by jednak nie były nie dotyczą osoby neurotycznej. Dla neurotyka nic się nie zmienia, czas wolny nie stanowi dla niego żadnego problemu. Neurotyk nie ma czasu wolnego, nawet jeśli realnie go posiada, to często nie ma poczucia jego posiadania. A jeśli już, to i tak nie może korzystać z czasu wolnego, a decydują o tym: mechanizmy, które związane są z jego osobowością. Podstawowe mechanizmy istotne dla tego problemu to: perfekcjonizm osobowości neurotycznej, stosunek do własnej wolności i najważniejszy mechanizm, jakim jest neurotyczne poczucie winy. Neurotyczne poczucie winy jest mechanizmem szczególnie destrukcyjnie działającym na osobowość neurotyka, niszczącym nawet sferę duchową (religijną) i jednocześnie jest ściśle powiązany z perfekcjonizmem i postawą wobec własnej wolności. Wymienione mechanizmy uniemożliwiają realizację wszystkich wyróżnionych funkcji czasu wolnego: funkcji regeneracyjnej, kompensacyjnej, suspensywnej i kreatywnej.

NEUROTIC FEELING OF GUILT AS THE REASON FOR INABILITY TO MAKE USE OF FREE TIME

SUMMARY

Admitting a variety of psychological conditioning of making use of pastime, attention must be drawn to inability of making use of free time. There are people who, while objectively having free time, are not able to experience this feeling. It refers to neurotic individuals. The paper is an attempt to analyze these mechanisms in the neurotic personality which are responsible for inability to make use of pastime or even lack of the feeling of having free time. Neither active planning of free time nor a passive awareness if its experiencing are involved. The above mentioned mechanisms are: a neurotic person's perfectionism, specific attitude towards one's freedom and neurotic feeling of guilt. Neurotic feeling of guilt is presented as the most destructive mechanism, closely related to perfectionism and the attitude towards the neurotic's own freedom.

The inner mechanisms of a neurotic individual prevent them from realization of the functions of free time which may be regarded as main and essential: from the regenerative function, through compensative and suspensive, to the creative function.

The paper is an attempt to interpret the inner mechanisms of a neurotic individual, mainly within the framework of analytical psychology, as the causes of being unable to realize the particular functions of pastime. The analysis of a neurotic person's inner mechanisms has been conducted with reference to the latter's symptoms as well as origins, especially regarding the neurotic feeling of guilt.

NEUROTISCHES SCHULDGEFÜHL ALS URSACHE UNMÖGLICHER FREIZEITNUTZUNG

ZUSAMMENFASSUNG

Die Verschiedenartigkeit psychologischer Umstände der Freizeitnutzung anerkennend, ist die Aufmerksamkeit auf Situationen zu richten, in denen die Freizeitnutzung unmöglich ist. Es gibt Personen, die objektiv Freizeit habend, subjektiv nicht imstande sind, sie zu nutzen, sie verwerfen sie. Dies betrifft neurotische Personen. Der Beitrag versucht diese Mechanismen zu analysieren, die in der neurotischen Persönlichkeit stecken. Sie verantworten die Unfähigkeit der Freizeitnutzung und sogar den Mangel des Gefühls der Freizeit. Infrage kommt weder eine tätige noch aktive Gestaltung, es mangelt sogar am Bewusstsein, die Freizeit passiv zu durchleben. Diese Mechanismen sind: der Perfektionismus der neurotischen Person, die einzigartige Haltung gegenüber der eigenen Freiheit und das neurotische Schuldgefühl. Das neurotische Schuldgefühl wird als aufreibendster Mechanismus dargestellt, zerstörend handelnd und zugleich eng mit eigener Freiheit gegenüber dem Perfektionismus und der Haltung des Neurotikers verknüpft.

Innere Mechanismen eines Neurotikers verhindern die Realisierung aller Freizeitfunktionen, die als haupt- und grundsätzlich anzuerkennen sind, d. h. ab der regenerativen über die kompensierende und suspensive hin zur kreativen Funktion.

Der Beitrag versucht die hervorgehobenen inneren Mechanismen des Neurotikers zu interpretieren, hauptsächlich im Rahmen der analytischen Psychologiekonzeption, als Ursache der Unfähigkeit der Durchführung einzelner Freizeitfunktionen. Die Analyse der inneren Mechanismen des Neurotikers ist nicht nur im Blickwinkel ihrer Anzeichen vollzogen worden, sondern auch ihrer Genese, besonders im Hinblick auf sein neurotisches Schuldgefühl.