

# Alicja Grochowska

---

## Holocaust : między historią a psychologią

---

Saeculum Christianum : pismo historyczno-społeczne 4/1, 129-144

---

1997

Artykuł został zdigitalizowany i 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](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ALICJA GROCHOWSKA

## HOLOCAUST – MIĘDZY HISTORIĄ A PSYCHOLOGIĄ

Holocaust bywa rozpatrywany z różnych punktów widzenia – z historycznego, gospodarczego, administracyjno – prawnego. Proces Zagłady można także analizować od strony psychologicznej. To ostatnie ujęcie rzadko spotyka się w literaturze przedmiotu, dlatego podjęłam próbę spojrzenia na zjawisko Holocaustu od strony psychologicznej, jako na proces prania mózgu. Metodę badań stanowiła psychologiczna analiza ponad stu pamiętników z getta warszawskiego.

Pranie mózgu jest wyrażeniem wieloznacznym. Określane jest jako technika manipulacji ludzkim zachowaniem<sup>1</sup>, czy też jako psychologiczna metoda intensywnego przeszkalania i reedukacji sposobu myślenia i przekonań<sup>2</sup>. Według S. Sieka brainwashing to szereg różnych zabiegów i działań stosowanych przez ośrodki kierownicze państw, organizacje społeczne i wychowawcze, organizacje polityczne – w celu dokonania zmiany przekonań, światopoglądu oraz w celu zmiany innych elementów struktury osobowości człowieka<sup>3</sup>.

Badacze tej problematyki wyróżniają kilka grup zabiegów występujących w procesach brainwashing:

- rozstrajanie organizmu;
- zmniejszanie poczucia bezpieczeństwa;
- doprowadzanie do degradacji obrazu siebie;
- wyzwalanie silnego poczucia winy;
- doprowadzanie osobowości do stanu regresji
- ofiarowywanie „nowego życia”<sup>4</sup>.

W niniejszych badaniach przez pranie mózgu będą rozumiane metody, stosowane przez Niemców wobec społeczności żydowskiej, zmierzające do rozstrajania organizmu, zmniejszania poczucia bez-

<sup>1</sup> Hinkle L.E. Wolff H. G.: *Communist Interrogation and Indoctrination of „Enemies of the States”*. A.M.A. Archives of Neurol and Psychiat. 1956, s. 116.

<sup>2</sup> Thomas K.: *Die Künstlich gesteuerte Seele*. München 1970, s. 46.

<sup>3</sup> Siek S.: *Pranie mózgu*. Warszawa 1993, s. 7.

<sup>4</sup> Tamże, s. 9.

pieczeństwa, degradacji obrazu siebie, wzbudzania poczucia winy, doprowadzania osobowości do stanu regresji, mające na celu przetrącenie psychicznego kręgosłupa, złamanie woli życia.

Wyrażenie holocaust wywodzi się od greckiego słowa „holokauston”, które oznaczało ofiarę całopalną i było użyte w tym znaczeniu w Starym Testamencie w Pierwszej Księdze Samuela: „Samuel wziął jedno jagnię ssące i złożył je na całopalenie Panu” (1 Sm 7,9). Z biegiem czasu wyrażenie to zaczęto stosować dla określenia masowych mordów, zagłady całych zbiorowisk ludzkich. W latach pięćdziesiątych naszego stulecia terminem tym nazwano zagładę Żydów Europy przez hitlerowców podczas drugiej wojny światowej<sup>5</sup>.

Jak już wspomniano, na zjawisko Zagłady można patrzeć z różnych punktów widzenia: z historycznego, ekonomicznego, administracyjno – prawnego.

### 1. Holocaust jako zjawisko historyczne

Historycy ujmują Holocaust w różnych aspektach. Niektórzy dokonują zapisu faktów i poszczególnych etapów prowadzących do zagłady Żydów. Inni zajmują się statystykami. Są też tacy autorzy, którzy porównują Holocaust z innymi masowymi zagładami, jakie miały miejsce na przestrzeni dziejów.

Zapis faktów i poszczególnych etapów prowadzących do „ostatecznego rozwiązania kwestii żydowskiej” znaleźć można między innymi u L. Poliakova w książce *La breviaire de la haine* (1951)<sup>6</sup> czy też w pracy R. Hilberga *The Destruction of the European Jews*. Hilberg wydarzenia, które prowadziły do zagłady Żydów, ujmuje w kilka etapów:

- 1) Urządowe ustalenie definicji, kto jest Żydem.
- 2) Izolacja – utworzenie dzielnic żydowskich a następnie gett.
- 3) Deportacje ludności żydowskiej z terenu Rzeszy, Protektoratu i Austrii na wschód.
- 4) Wyniszczanie – poczynając od hitlerowskiej agresji na Związek Radziecki, kiedy to zabito ponad 750 tys. Żydów.
- 5) „Ostateczne rozwiązanie”, którego kulminacją były obozy śmierci. Największe z nich usytuowane były na terenie Polski: Kulmhof (Chełmno), Auschwitz, Treblinka, Sobibór, Majdanek, Bełżec<sup>7</sup>.

<sup>5</sup> *Enc. of the Holocaust*. New York 1990, s. 681; Wieseler.: *Against Silence: the Voice and Vision of Elie Wiesel*, Oprac. I. Abrahamson. New York 1985, s. 185.

<sup>6</sup> Angielskojęzyczna wersja: Poliakov L.: *Harvest of Hate. The Nazi Program for the Destruction of the Jews in Europe*. New York 1979.

<sup>7</sup> Hilberg R.: *The Destruction of the European Jews*. New York – London 1985.

Wymowne są statystyczne podsumowania Holocaustu. Opracowanie J. Billinga i G. Wellersa, stanowiące zbiór dokumentów oraz ich interpretacje, zawiera dane z raportu Korhera. Korher, „Inspekteur für Statistik” z SS, przytacza następujące liczby ofiar wśród Żydów Europy<sup>8</sup>.

kategorie	razem	zginęli	ocaleni
wysiedleni – bez Rosji	2.550.193	2.422.683	127.510
zmarli z innych przyczyn	83.889	83.889	–
obozy koncentracyjne	36.474	34.192	2.282
obozy pracy	185.776	139.332	46.444
więzienia	458	343	115
getta	297.914	283.018	14.896
Rosja	1.939.001	1.842.061	96.940
<b>razem</b>	<b>5.093.673</b>	<b>4.805.518</b>	<b>288.170</b>

Podobnie R. Hilberg mówi o około pięciu milionach Żydów, których pochłonął Holocaust<sup>9</sup>.

Obok autorów ujmujących Zagładę jako poszczególne etapy czy też dokonujących podsumowań statystycznych, są tacy, którzy ukazują to zjawisko w historycznej perspektywie: porównują z podobnymi wydarzeniami, które miały miejsce na przestrzeni dziejów i wyodrębniają różnice między Holocaustem a zagładą innych grup ludności, udowadniając bezprecedensowość zagłady Żydów.

H. Fein wskazała na analogię Holocaustu z rzezią Ormian dokonaną przez Turków podczas pierwszej wojny światowej<sup>10</sup>. Podobnego porównania dokonał R. Marrus. Marrus pokazał, czym się różniła zagłada Ormian od zagłady Żydów. Niezależnie od tragicznych skutków, prześladowania z 1915 r. pozbawione były cech mechanicznych, biurokratycznych, formalnych, jakie kojarzą się

<sup>8</sup> Billing J. i Wellers G. (red.): *The Holocaust and the Neo – Nazi Mythomania*. New York 1978, s. 161.

<sup>9</sup> Hilberg R.: *The Anatomy of the Holocaust*. W: Friedlander H. Milton S. (red.), *The Holocaust. Ideology, Bureaucracy and Genocide*. Millwood – New York 1982, s. 93–94.

<sup>10</sup> Fein H.: *Accounting for Genocide. National Response and Jewish Victimization during the Holocaust*. New York 1979, s. 4–18.

z Holocaustem. Jeszcze inną cechą pogromu Ormian jest fakt, że nie towarzyszyła mu żadna obsesja ideologiczna w rodzaju nazistowskiej nienawiści do Żydów. To, co wyjątkowe w Holocaustcie, to totalność jego ideologii i przełożenie tej abstrakcyjnej koncepcji na planowe, logicznie realizowane masowe morderstwo<sup>11</sup>.

Wyjątkowość losu Żydów podczas drugiej wojny światowej ujął E. Wiesel: „Nie wszystkie ofiary były Żydami, ale wszyscy Żydzi byli ofiarami”<sup>12</sup>.

## 2. Zagłada ekonomiczna

Autorzy analizujący zjawisko Holocaustu od strony ekonomicznej, jako wyniszczenie gospodarcze, zwracają uwagę na kilka aspektów eksploatacji społeczności żydowskiej: wyeliminowanie Żydów z życia gospodarczego, grabież mienia oraz eksploatację siły roboczej.

Zarządzenia antyżydowskie zmierzały do wyeliminowania ludności żydowskiej z życia gospodarczego okupowanego kraju. Odbywało się to poprzez konfiskatę przedsiębiorstw, sklepów, warsztatów, nieruchomości. Niemcy zablokowali żydowskie konta bankowe i ograniczyli posiadanie gotówki. Usuwali inteligencję żydowską – adwokatów, nauczycieli, lekarzy, artystów, muzyków, naukowców – z zajmowanych dotychczas stanowisk<sup>13</sup>.

Grabieży mienia żydowskiego dokonywano od pierwszych dni wojny. Niemcy wydawali szereg rozporządzeń, na mocy których pozbawiano Żydów surowców, maszyn i prywatnego majątku. Podczas przesiedleń Żydzi mogli zabrać ze sobą tylko ręczny bagaż, pozostały dobytek musieli pozostawić na miejscu. Konfiskowano także dzieła sztuki, zabytki historii i kultury, książki, akta, dokumenty. Dalszej eksploatacji gospodarczej dokonywali Niemcy w ramach akcji zagłady Żydów na ziemiach polskich – „operacji Reinhard”. Efekty ekonomiczne „operacji Reinhard” zostały odnotowane w postaci sprawozdań, w których Niemcy z niezwykłą precyzją wyliczali niemalże wszystko – od koliai z brylantami, złotej biżuterii, monet, po okulary, szczyryki, latarki, odzież, szmaty i szacowali wartość każdego przedmiotu<sup>14</sup>.

<sup>11</sup> Marrus M.R.: *Holocaust Historiografia*. Tłum. A. Tomaszewska. Warszawa 1993, s. 38–41.

<sup>12</sup> Wiesel E.: *Against Silence...*, s. 386.

<sup>13</sup> Eisenbach A.: *Hitlerowska polityka zagłady Żydów*. Warszawa 1961, s. 182–188.

<sup>14</sup> Tamże, s. 192–201; Piotrowski S.: *Misja Odyła Globocnika. Sprawozdania o wynikach finansowych zagłady Żydów w Polsce*. Warszawa 1949, s. 103–108.

Praca niewolnicza miała osłabić biologicznie lub też wyniszczyć ludność żydowską. Władze niemieckie objęły Żydów przymusem pracy od razu po okupowaniu Polski. W 1942 r., wobec przedłużającej się wojny a także wobec trudności gospodarczych i braku siły roboczej, hitlerowskie plany eksterminacyjne przyjęły kierunek pod hasłem „wyniszczenia przez pracę” (*Vernichtung durch Arbeit*)<sup>15</sup>.

Drastycznie przeprowadzana przez Niemców eliminacja Żydów z życia gospodarczego, grabież mienia i eksploatacja siły roboczej, pozwalają mówić o Holocauście jako zagładzie gospodarczej.

### 3. „Masakra administracyjna”

Motywy powtarzającym się w pracach wielu badaczy (Arendt<sup>16</sup>, Bauman<sup>17</sup>, Browning<sup>18</sup>, Hilberg<sup>19</sup>, Majer<sup>20</sup>, Marrus<sup>21</sup>, Poliakov<sup>22</sup>) jest analiza zjawiska Holocaustu jako „machiny biurokratycznej”, czy też, używając określenia H. Arendt, „masakry administracyjnej”.

D. Majer ukazuje poczynania represyjne władz okupacyjnych jako logiczny, nieprzypadkowy system zarządzeń i wytycznych prawno – administracyjnych, realizujących hitlerowskie idee. Na podstawie ustaw i zarządzeń niemieckich autorka wyróżnia cztery fazy ustawodawstwa antyżydowskiego. W pierwszej fazie dokonano dyskryminacji i segregacji Żydów od pozostałej ludności (np. przymus pracy, obowiązek oznakowania). W drugiej gazie nastąpiło rozszerzenie środków wyróżniających, które rozpoczęły się od licznych obowiązków meldowania się i rejestracji, a kończyły się ograniczeniami pobytowymi i korzystania z urządzeń publicznych i środków transportu w celu „urzędowego” spisu Żydów. Treścią fazy trzeciej była izolacja Żydów od ich otoczenia. Do tego służyły zarządzenia, w myśl których Żydzi musieli zamieszkać na określonym terenie mieszkalnym (żydowska dzielnica mieszkaniowa, getto) oraz ich hermetyczne odcięcie od świata zewnętrznego, podczas gdy wewnątrz murów gett

<sup>15</sup> Eisenbach A.: *Hitlerowska polityka...* s. 203–207.

<sup>16</sup> Arendt Hm.: *Eichmann w Jerozolimie. Rzecz o banalności zła*. Tłum. A. Szostakiewicz. Kraków 1987.

<sup>17</sup> Bauman Z.: *Nowoczesność i Zagłada*. Tłum. F. Jaszuński. Warszawa 1992.

<sup>18</sup> Browning Ch. R.: *The Government Experts*. W: Friedlander H., Milton S. (red.): *The Holocaust...* dz. cyt.

<sup>19</sup> Hilberg R.: *The Anatomy...* dz. cyt.

<sup>20</sup> Majer D.: „*Narodowo obcy*” w *Trzeciej Rzeszy*. Tłum. T. Skoczny. Warszawa 1989.

<sup>21</sup> Marrus M.R.: *Holocaust...* dz. cyt.

<sup>22</sup> Poliakov L.: *Harvest...* dz. cyt.

rządziło totalne prawo wyjątkowe administracji i policji. Izolacja w gettach poprzedzała czwartą i ostatnią fazę, tzw. przesiedlenia lub wysiedlenia Żydów do obozów zagłady w procesie „ostatecznego rozwiązania”, które SS i policja zaprojektowała i w którym współpracowała ściśle z władzami administracyjnymi<sup>23</sup>.

H. Arendt również nawiązuje do prawnego – administracyjnego aspektu Zagłady. Zauważa, że masakry dokonywane na całych narodach nie są bezprecedensowe. Na porządku dziennym występowały one w starożytności. Autorka nazywa je „masakrami administracyjnymi” i uważa, że istota rządów totalitarnych, a może także każdej biurokracji, polega na sprowadzeniu ludzi do roli funkcjonariuszy i samych tylko trybów maszyny administracyjnej, przez co ulegają oni odczłowieczeniu<sup>24</sup>.

Podobne spojrzenie można znaleźć u Z. Baumana. Uważa on, że to biurokracja na swój własny sposób stworzyła Holocaust. Tendencje każdej administracji do tracenia z oczu celu działania, by skupić się wyłącznie na środkach jego realizacji, zadziały także w przypadku Holocaustu. Raz uruchomiona, maszyna unicestwienia działała już własnym rozpędem<sup>25</sup>.

#### 4. Psychologiczne podejścia do Holocaustu

Niektórzy badacze analizowali Holocaust od strony psychologicznej. Spotyka się w literaturze elementy psychologii oprawców lub psychologii ofiar. Były badania dotyczące bliskich i odległych skutków psychicznych Holocaustu u osób, które przeżyły.

Niektórzy autorzy, zwracając uwagę na psychologiczne mechanizmy, które spowodowały, że tak łatwo było Niemcom wykonywać rozkazy zabijania, nawiązują do znanego eksperymentu S. Milgrama<sup>26</sup>.

Z eksperymentu Milgrama wynika kilka wniosków, które można odnieść do zachowań oprawców podczas Holocaustu.

1. Istnieje odwrotna zależność gotowości do okrucieństwa i bliskości wobec ofiar. Trudno jest skrzywdzić osobę, którą się dotyka. Już łatwiej jest zadać ból osobie, którą widzimy tylko z pewnej odległości. Jeszcze łatwiej jest skrzywdzić kogoś, kogo obecność tylko słyszymy. Całkiem łatwo jest przejawiać okrucieństwo wobec osoby, której ani nie widzimy, ani nie słyszymy.

<sup>23</sup> M a j e r D.: *Narodowo obcy...*, s. 180.

<sup>24</sup> A r e n d t H.: *Eichmann...*, s. 372–373.

<sup>25</sup> B a u m a n Z.: *Nowoczesność...*, s. 149–155.

<sup>26</sup> P o r. A r o n s o n E.: *Człowiek – istota społeczna*. Warszawa 1995, s. 58–65.

2. Ważną rolę odgrywa pośrednictwo w działaniu, rozłożenie działania na oddzielne etapy, opracie ich na podziale władzy i podział funkcji według specjalizacji. Im bardziej racjonalnie zorganizowane działanie, tym łatwiej może ono dawać w efekcie cierpienie – bez zakłócenia spokoju działającego. Przyczyna, która sprawia, że odseparowanie od ofiary ułatwia popełnienie okrucieństwa, wydaje się psychologicznie oczywista: wykonawcy oszczędza się udreki oglądania skutków jego działania. Może nawet przekonać sam siebie, że nic istotnie złego się nie wydarzyło i w ten sposób uśmierzyć wyrzuty sumienia.

3. Samotność ofiary nie jest tylko sprawą jej fizycznej izolacji. Jest także funkcją wykluczenia jej ze wspólnoty dręczycieli. Fizyczna bliskość i ciągła współpraca tworzy tendencję do rodzenia się odczuć grupowych, na ogół opartych na wzajemnych zobowiązaniach i poczuciu solidarności. Jeżeli zaś ofiara nie występuje w roli aktywnej, uczestniczącej – pozostaje tylko obiektem działań. A dla działania charakter jego obiektu – ludzki czy nieożywiony jest sprawą nieistotną.

4. Efekt fizycznego i psychicznego dystansu zostaje wzmocniony przez kolektywny charakter działania<sup>27</sup>.

Potwierdzenie wniosków płynących z eksperymentu Milgrama mogą stanowić badania G.L. Borofsky'ego i D.J. Branda. Pod ich kierunkiem zbadano 16 zbrodniarzy wojennych (NWC – Nuremberg War Criminals) testem osobowości. Podsumowując wyniki badań autorzy stwierdzili, że badani nie wykazywali żadnych zaburzeń emocjonalnych, a osobowość ich nie różniła się od osobowości przeciętnego człowieka<sup>28</sup>.

Psychologiczne mechanizmy kierujące zachowaniem okupanta analizował także K. Godorowski. Wziął on pod uwagę metody postępowania władz okupacyjnych stwarzające w gettach ekstremalnie trudne sytuacje stresowe. Sytuacje takie, według Godorowskiego, były stwarzane w gettach przez izolowanie, utrudnianie codziennego bytowania, zarówno od strony biologicznej jak i psychologicznej, doprowadzanie do możliwie najgorszych warunków życia, uniemożliwianie zaspokajania potrzeb, poczucie nieustannego zagrożenia życia, zohydżanie narodu wpływające na obniżenie poczucia własnej

<sup>27</sup> Bauman Z.: *Nowoczesność...*, s. 218–220; Sabini J.P. i Silver M.: *Destroying the Innocent with a Clear Conscience: A Sociopsychology of the Holocaust*. W: Dimsdale J.E. (red.): *Survivors, Victims and Preparators*. Washington – New York – London 1980, s. 329–336.

<sup>28</sup> Borofsky G.L. i Brand D.J.: *Personality Organization and psychological Functioning of the Nürnberg War Criminals: The Rorschach Data*. W: Dimsdale J.E. (red.): *Survivors...*, s. 398–401.



wartości. Wszystkie wymienione czynniki składały się na sytuacje stresowe, od strony biologicznej i psychologicznej. Do stresów biologicznych należały przede wszystkim głód i ogromne zagęszczenie w gettach. Do stresów psychologicznych należały: poczucie stałego zagrożenia, beznadziejności i bezradności, poczucie izolacji i oderwanie od dotychczasowego środowiska<sup>29</sup>.

Reakcje psychiczne Żydów wobec hitlerowskich poczynań opisywane były jako nieświadomie działające mechanizmy obronne, świadomie podejmowane działania umożliwiające przetrwanie lub zespoły zachowań osób, które załamały się psychicznie pod presją hitlerowskich metod.

Wszystkie wymienione rodzaje psychicznych reakcji ofiar opisał B. Bettelheim w książce pt. *Survivors* (1980). Bettelheim, były więzień obozu koncentracyjnego, wyróżnił trzy rodzaje reakcji ludzi, którzy znaleźli się w sytuacjach ekstremalnie trudnych.

1. Człowiek dopuszcza do tego, że doświadczenia niszczą go. Prowadzi to do zaburzeń psychiatrycznych określonych jako „zespół obozu koncentracyjnego”<sup>30</sup>.

2. Człowiek próbuje zaprzeczyć otaczającej go rzeczywistości. Usiłuje żyć jak dawniej, używając tych samych schematów reagowania.

3. Angażuje się w walkę o przetrwanie, jest świadomy otaczającej go rzeczywistości i próbuje radzić sobie w tej ekstremalnie trudnej sytuacji za pomocą nowych mechanizmów przystosowania<sup>31</sup>.

Niektórzy autorzy opisują bezpośrednie psychologiczne skutki stosowanych przez hitlerowców sposobów traktowania Żydów. Wspominamy już K. Godorowski stwierdza, że liczne, silne i długotrwałe stesy, na jakie byli narażeni Żydzi w getcie, prowadziły do tak zwanego korodowania struktury osobowości, do zmiany struktury hierarchii potrzeb, a w efekcie do złamania woli oporu i zupełnego podporządkowania psychicznego autorytarnej władzy<sup>32</sup>.

Prac psychologicznych, które tłumaczyłyby specyficzne zachowania Żydów podczas Holocaustu, a w szczególności ich bezwolność, bezbronność, bierne poddawanie się eksterminacji, jest bardzo mało. Nie spotkałam też w dostępnej mi literaturze ujęcia Holocaustu jako procesu prania mózgu.

<sup>29</sup> Godorowski K.: *Człowiek za murami. Próba analizy mechanizmów obronnych*. W: Grinberg D. i Szapiro P. (red.): *Holocaust z perspektywy półwiecza. Mat. z konfer., ŻIH 29-31 marca 1993*. Warszawa 1993, s. 127-129;

<sup>30</sup> Por. Kępiński A.: *Rytm życia*. Kraków 1992, s. 81-86.

<sup>31</sup> Bettelheim B.: *Surviving and Other Essays*. New York 1980, s. 27-35.

<sup>32</sup> Godorowski K., *Człowiek...*, s. 129.

## 5. Elementy brainwashing w procesie Zagłady

Przedmiotem moich badań były zabiegi prania mózgu: rozstrajanie organizmu, zmniejszanie poczucia bezpieczeństwa, degradacja obrazu siebie, wyzwalanie silnego poczucia winy, ofiarowywanie nowego życia.

Psychologiczna analiza 102 opublikowanych pamiętników, wspomnień i relacji ludzi, którzy przeżyli Holocaust w warszawskim getcie, pozwoliła wyodrębnić te elementy brainwashing, które Niemcy stosowali wobec Żydów<sup>33</sup>.

### Rozstrajanie organizmu

Według badaczy brainwashing zabiegi zmierzające do rozstrajania organizmu polegają na biciu, głodzeniu, narażaniu na zimno i mróz, stwarzaniu warunków przeludnienia, wyczerpywaniu pracą, wyniszczaniu chorobami, pozbawianiu snu, pozbawianiu dopływu świeżego powietrza. Inaczej mówiąc, rozstrajanie organizmu odbywa się przez dostarczanie człowiekowi licznych i silnych stresów<sup>34</sup>.

Z analizowanych wspomnień wynika, że najczęściej stosowanymi zabiegami wobec Żydów było: narażanie na głód i niedożywienie, wyniszczanie chorobami, bicie, uderki fizyczne, wyczerpywanie pracą, narażanie na nadmierne zimno.

We wszystkich prawie wspomnieniach czyta się o ciągłym uczuciu głodu, o osłabieniu spowodowanym brakiem jedzenia, o ludziach chorujących i umierających z głodu. Zdobywanie pożywienia było często najważniejszym zadaniem dnia, a niejednokrotnie wiązało się z narażeniem życia. Nie tylko małe racje żywności lecz także ich jakość przyczyniała się do osłabiania organizmu. Jedzenie pozbawione było witamin i wartości odżywczych. Następnym sposobem zmierzającym do rozstrojenia organizmu, często wspomniany przez autorów, to wyniszczanie chorobami. Mieszkańcy getta byli zmuszeni przebywać w złych warunkach, w brudzie, biedzie. Brakowało im lekarstw i pieniędzy na leki. W szpitalach brakowało opału, bielizny, jedzenia i pieniędzy. Takie celowo wywołane okoliczności powodowały szerzenie się wielu chorób, a przede wszystkim najbardziej wyniszczającej – epidemii tyfusu. Innym sposobem rozstrajania organizmu, o którym są wzmianki w wielu pamiętnikach, było bicie, torturowanie. Bito na ulicach, bez powodu, przypadkowo znajdujących się tam ludzi. Bito wyganając z domów i wypędzając na

<sup>33</sup> Szczegółowa analiza oraz lista pamiętników zawarta jest w książce: G r o c h o - w s k a A.: *Elementy prania mózgu w procesie zagłady Żydów*. Warszawa 1996.

<sup>34</sup> Por. S i e k S.: *Pranie mózgu...*, s. 12–21.

Umschlagplatz. Urządzano zabawy w bicie Żydów. Wyczerpywanie pracą to kolejny sposób wyniszczania mieszkańców getta warszawskiego. Byli oni wykorzystywani do najcięższych prac fizycznych, pracowali po kilkanaście godzin dziennie, w trudnych warunkach, źle traktowani, niedożywieni; a jednocześnie utrzymywano ich w przeświadczeniu, że dzięki posadzie na „placówce” lub w szopie, mają szansę na przeżycie. Niezdolni do pracy byli z góry skazani na zagładę. Innym sposobem dręczenia było, opisywane przez autorów pamiętników, narażanie na zimno. Brakowało opału. Woda zamrażała w kranie, a w pomieszczeniach dla przesiedleńców panował mróz. Zimy stały się jeszcze bardziej dokuczliwe, gdy Niemcy wydali rozporządzenie, na mocy którego Żydzi mieli oddać futra i wyroby futrzarskie.

Wymienione tu zabiegi i stwarzane przez Niemców warunki przyczyniały się do rozstrajania organizmu. Skutkiem tych zabiegów był ubytek energii psychicznej, pogorszenie mniemania o sobie, przygnębienie, zmniejszony napęd do działania, bierność, apatia<sup>35</sup>.

#### Zmniejszenie poczucia bezpieczeństwa

Do zabiegów brainwashing zmierzających do zmniejszenia poczucia bezpieczeństwa, wyzwalania silnych reakcji lękowych u człowieka, zalicza się najczęściej utrzymywanie w ciągłym poczuciu zagrożenia, straszenie, narażanie na słuchanie odgłosów bicia, tortur, narażanie na widok pobitych, utrzymywanie w ciągłej niepewności co do dalszego swego losu<sup>36</sup>.

Zabiegi polegające na zmniejszaniu poczucia bezpieczeństwa, stosowaniu psychicznego terroru, bardzo często znajdują odzwierciedlenie w pamiętnikach z warszawskiego getta. Najczęściej spotyka się wzmianki mówiące o zabiegach polegających na: utrzymaniu w ciągłym poczuciu zagrożenia, wystawianiu na niebezpieczeństwo, straszeniu, narażaniu na słuchanie odgłosów budzących przerażenie (bicia, tortur, strzelania w czasie akcji), narażaniu na widok bitych, torturowanych, rozstrzeliwanych, umierających z głodu, izolowaniu, ograniczaniu dopływu informacji, utrzymywaniu w niepewności co do dalszego losu.

Jednym z najczęściej stosowanych sposobów utrzymywania w ciągłym poczuciu zagrożenia było przeprowadzania tak zwanych „akcji” przez Niemców lub wykonawców ich rozkazów. Wpadli oni na ulice getta, do mieszkań, wyłapywali ludzi i prowadzili na Umschlagplatz lub rozstrzeliwali na miejscu. Brutalność, z jaką to robili, bicie,

<sup>35</sup> Por. Grochowska A.: *Elementy...*, s. 135–145.

<sup>36</sup> Por. Siek. S.: *Pranie mózgu...*, s. 21–24.

strzelanie do stawiających opór lub do chorych i starych wspomina wielu autorów pamiętników. Kolejnym elementem stosowania psychicznego terroru było straszenie. Strach był jednym z dominujących uczuć, jakie towarzyszyły mieszkańcom getta. Straszono śmiercią, losem najbliższych. Innym często stosowanym zabiegiem mającym na celu budzenie lęku było narażanie na słuchanie odgłosów bicia i tortur, strzelania w czasie akcji, a jeszcze częściej zmuszanie do przyglądania się scenom bicia, torturowania, znęcania się nad innymi. Narażanie na widok osób pobitych, rannych, umierających z głodu było zjawiskiem niemal codziennym. Leżące na ulicach ofiary bestialskich „akcji”, umierający z głodu żebracy, to obrazy powszechne w getcie. Do zmniejszenia poczucia bezpieczeństwa przyczyniało się także izolowanie od dotychczasowego środowiska. Wybudowano mury getta. Zakazano wychodzić poza nie. Również ograniczanie dostępu do radia, telefonów, prasy, utrudniało przepływ informacji. Długotrwałe przebywanie w bunkrach i kryjówkach dawało poczucie alienacji i niepewność, co dzieje się na zewnątrz. Innym sposobem izolowania od środowiska było wprowadzanie ograniczeń i zakazów dotyczących życia towarzyskiego, kulturalnego i religijnego Żydów. Ważnym elementem brainwashing jest stwarzanie warunków ciągłej niepewności co do dalszego losu. Z analizy wspomnień wynika, że ten zabieg prania mózgu hitlerowcy stosowali w wielu formach. Poczucie niepewności co do najbliższej przyszłości stwarzano przede wszystkim przez częste zmiany rozporządzeń: zmieniano granice getta, zmieniano warunki, na jakich można było pozostać w getcie, zmieniano liczbę osób podlegających wysiedleniu itd. Zmiany te zmierzały do coraz większych ograniczeń, lecz następowały stopniowo, a od czasu do czasu dawano Żydom jakieś przywileje lub obietnice – by nie doprowadzić do buntów i rozruchów<sup>37</sup>.

Przyzywanie ciągłych lęków „wypłukuje” człowieka z energii – powoduje zanik krytycznego myślenia i stwarza podatny grunt dla wprowadzania kolejnych etapów brainwashing.

### Degradacja obrazu siebie

Obraz siebie, czyli nasze mniemanie o sobie, jest niejako centralnym elementem struktury osobowości. Od tego, jaki mamy obraz siebie (pozytywny czy negatywny), będzie zależało nasze działanie. Dlatego manipulatorzy stosujący brainwashing przykładają dużą wagę do niszczenia obrazu siebie, degradowania dobrego mniemania o sobie.

<sup>37</sup> Por. Grochowska A.: *Elementy...*, s. 145–156.

Wcześniej opisywane zbiegi bicia, torturowania, głodzenia, wyczerpywania fizycznego, wyniszczania chorobami, dostarczają ujemnych bodźców płynących z ciała. Działają to niszcząco na obraz siebie. Takie opisywane wyżej przeżycia strachu, trwóg, lęków, zmniejszonego poczucia bezpieczeństwa, poczucia stałego zagrożenia, bezsilności, przyczynia się do pogarszania obrazu siebie. Do zabiegów mających na celu degradację obrazu siebie zalicza się także narażanie na ujemne „etykietki”: wyzwiska, przekleństwa, upokarzające słowa i traktowanie, porównywanie siebie z innymi, będącymi w lepszej sytuacji<sup>38</sup>.

W pamiętnikach opisywanych jest wiele sposobów zmierzających do degradacji obrazu siebie; do najczęściej stosowanych można zaliczyć: upokarzające traktowanie, szykanowanie, narażanie na ujemne „etykietki”, upokarzające „oznakowanie”, stwarzanie upokarzających warunków życia i umierania, pozbawianie dobytku, doprowadzanie do niekorzystnego dla siebie porównywania z innymi ludźmi, będącymi w lepszej sytuacji, zmuszanie do działania przeciwko swoim rodakom.

Bardzo często Żydzi byli narażeni na ujemne „etykietki” (wyzwiska, przekleństwa, upokarzające słowa), upokarzające traktowanie, szykanowanie ich pochodzenia. Na przykład wydawano im rozkazy rozbierania się, pokazywania obrzezania, obcinano lub wrywano brody. Wprowadzano nakaz kłaniania się Niemcom na ulicy. Inteligencja żydowska zmuszana była do upokarzającej, fizycznej pracy. Jedną z form upokorzenia, wpływającą na degradację obrazu siebie, było oznakowanie niemal wszystkiego co żydowskie. Żydzi musieli nosić opaski z Gwiazdą Dawida. Nie tylko ludzie, ale i sklepy, przedsiębiorstwa i środki komunikacji musiały być oznakowane. upokarzające były także opisywane wcześniej złe warunki życia: „zagęszczenie” w mieszkaniach lub nakazy opuszczania mieszkań – wyrzucanie na ulicę, konieczność przebywania w schronach i kryjówkach, nakaz przebywania tylko w granicach murów getta, wywieszanie napisów, że getto jest siedliskiem chorób zakaźnych. Niemcy pozbawiali Żydów wszelkiego dobytku. Przy przymusowych przeprowadzkach przeprowadzający się tracili nie tylko mieszkania, ale i większość dobytku, jaki się w nich znajdował. Niemcy stosowali wiele innych sposobów grabieży mienia żydowskiego: odbierali oszczędności bankowe, biżuterię, futra itp. konfiskowali sklepy, warsztaty rzemieślnicze, maszyny, pozbawiali możliwości wykonywania zawodu. Takie „ogłołocenie” ze wszystkiego, co się dotychczas posiadało, wpływało niszcząco na obraz siebie.

<sup>38</sup> Por. S i e k S.: *Pranie mózgu...*, s. 25–30.

Kolejnym zabiegiem prowadzącym do pogarszania obrazu siebie było doprowadzenie do porównywania siebie z innymi ludźmi, nie – Żydami, będącymi w lepszej sytuacji. Dotkliwie były kontrasty między Żydami a „wszechmocnymi” Niemcami – sytymi, mocnymi, dobrze ubranymi – okazującymi swoją władzę i wyższość. Doprowadzano też do różnic między Polakami a Żydami. Polacy nie nosili opasek, nie byli zamknięci w murach getta, nie byli szykanowani za wygląd, mieli większe racje żywnościowe, byli lepiej ubrani, po „aryjskiej” stronie krócej trwała godzina policyjna, nie było szeregu ograniczeń, jakie panowały w getcie. To wszystko wpływało na poczucie, że być Żydem, to znaczy być kimś gorszym. Stosowano także zabiegi doprowadzające do różnicowania między samymi Żydami. Zatrudnienie urzędników Judenratu i utworzenie policji żydowskiej stwarzało kategorię „lepszych”, to znaczy takich, którzy mogli czuć się bezpieczniej, nie głodowali, otrzymywali wynagrodzenie za pracę. Inną kategorię „lepszych” stanowili szmuglerzy – bogaci, syści, dobrze ubrani, zabawiający się w kawiarniach. A obok nich panowała nędza, głód, choroby. Takie kontrasty przyczyniały się do powstawania negatywnego obrazu siebie u ubogiej większości społeczności żydowskiej<sup>39</sup>.

Wszystkie opisane wyżej zabiegi sprawiają, że człowiek staje się niezadowolony z siebie, obniża się jego poczucie własnej wartości i godności, nabiera wstrętu do siebie, następuje samoodtrącenie. Człowiek taki staje się podatny na namowy, sugestie, propozycje manipulatorów<sup>40</sup>.

#### Wyzwalanie poczucia winy

Niektóre zabiegi prania mózgu mające na celu degradację obrazu siebie, wyzwalają jednocześnie poczucie winy. Zabiegi brainwashing zmierzające do wyzwalania silnego poczucia winy mogą przybierać postać: ośmieszania, obrzydzania, pomniejszania dotychczasowego życia, wytwarzania poczucia winy za czyny i myśli, które takich uczuć nie budziły, wywoływania wściekłości na siebie – skierowanie agresywności do wewnątrz doprowadzania do potępiania siebie i niezadowolenia z siebie, wyobcowania człowieka z kręgu wartości, które dotychczas cenil<sup>41</sup>.

Zabiegi stosowane w celu wyzwolenia silnego poczucia winy zajmują we wspomnieniach nieco mniej miejsca niż inne wcześniej opisywane elementy brainwashing. Z analizowanych pamiętników

<sup>39</sup> Por. Grochowska A: *Elementy...*, s. 156–167.

<sup>40</sup> Por. Siek S.: *Pranie mózgu...*, s. 27.

<sup>41</sup> Por. tamże, s. 31–37.

wynika, że wobec społeczności żydowskiej stosowano najczęściej: ośmieszanie, obrzydzanie i pomniejszanie wartości dotychczasowego sposobu życia i myślenia, przypisywanie Żydom cech niższej rasy, przypisywanie roznoszenia chorób, zepsucia moralnego, niechlujstwa, brudu i stwarzanie warunków sprzyjających ich powstawaniu, dawanie przywilejów jednym kosztem innych, wyzwalania poczucia winy za czyny i myśli, które dotychczas takich odczuć nie budziły, za czyny nie popełnione, doprowadzanie do przeżywania wstrętu, że jest się Żydem, stwarzanie konieczności postępowania zgodnie z narzuconymi zasadami a nie według własnego systemu wartości.

Najczęściej autorzy wzmieniają sytuacje związane z ośmieszaniem, obrzydzaniem i pomniejszaniem wartości dotychczasowego życia i sposobu myślenia. Pomniejszano i niszczone to, co było dla Żydów ważne, co stanowiło korzenie ich kultury, religii – największa synagoga znalazła się poza granicami getta – urządzono w niej magazyn, a ostatecznie zrównano z ziemią w 1943 roku. Przypisywano Żydom cechy niższej rasy, przepisywano roznoszenie chorób i zepsucia moralnego i wszelkiego zła, przypisywano niechlujstwo, brud i stwarzano warunki sprzyjające ich powstawaniu. Innym sposobem wyzwalania poczucia winy było celowe dopuszczanie do powstawania różnic w położeniu między Żadami – dawano przywileje jednym kosztem innych. Na przykład wydawano „numerki życia” tylko określonej liczbie mieszkańców getta, a pozostałych skazywano na zagładę; zapewniano przywileje (tzn. szansę na przeżycie) tylko wybranym – Żydowskiej Służbie Porządkowej, członkom Judenratu, kazać im żyć obok współbraci przeznaczonych do Treblinki; nawet w więzieniu były cele dla „lepszyc” Żydów – neofitów i dla pozostałych. Kolejnym zabiegiem wyzwalania poczucia winy było doprowadzanie do przeżywania wstrętu, że jest się Żydem. Często powtarzającym się w pamiętnikach motywem jest tzw. „dobry wygląd”. Antyżydowska propaganda doprowadziła do tego, że semickie rysy twarzy stały się źródłem strachu i poczucia winy<sup>42</sup>.

Jednym z celów wyzwalania silnego poczucia winy jest pogębenie degradacji obrazu siebie, obniżenie szacunku dla siebie i przez to uczynienie człowieka bardziej podatnym na sugestie i perswazje, by był on skłonny myśleć i działać zgodnie z intencją manipulatorów. Zmiany te ułatwia działanie mechanizmu regresji<sup>43</sup>.

<sup>42</sup> Por. Grochowska A.: *Elementy...*, s. 167–175.

<sup>43</sup> Por. Siek. S.: *Pranie mózgu...*, s. 35.

### Doprowadzenie osobowości do stanu regresji

Regresja jest jednym z ważniejszych mechanizmów obronnych osobowości. Mechanizm obronny to nieświadomie podejmowane działania, mające na celu zmniejszenie lęku, poczucia bezradności, poczucia winy, utrzymanie dobrego obrazu siebie. Mechanizm obronny regresji polega na nawracaniu w zachowaniu człowieka do reakcji z wcześniejszych etapów rozwoju, odczuwanych subiektywnie jako przyjemne. Zmiany osobowości zaczynają się od stanów regresji – od odsłonięcia warstw z wcześniejszych etapów rozwoju – toteż manipulatorzy stosujący procesy prania mózgu dążą do wywoływania takich stanów.

Zabiegi doprowadzające osobowość do stanu regresji najczęściej występujące w procesach prania mózgu to: doprowadzenie do poczucia bezradności, szukania opieki i oparcia, doprowadzanie do zaniku krytycznego myślenia i powstanie myślenia życzeniowego, doprowadzanie do prymitywizacji uczuć, do ujawniania prymitywnych form zachowania, doprowadzanie do zaniku uczuć wyższych<sup>44</sup>.

Analizowane wcześniej zabiegi prania mózgu (rozstrajanie organizmu, zmniejszanie poczucia bezpieczeństwa, degradacja obrazu siebie, wyzwalanie poczucia winy) doprowadzały do zachowań regresyjnych. W pamiętnikach spotyka się najczęściej takie objawy regresji jak: zanik krytycznego myślenia i powstanie myślenia życzeniowego, poczucie bezradności, szukanie opieki i oparcia, wyzwalanie się prymitywnych uczuć i zachowań, zanik uczuć wyższych.

Jednym z objawów stanu regresji jest zanik krytycznego myślenia i wzrost myślenia życzeniowego. Mimo bestialskich działań Niemców, mimo docierających informacji o wysiedleniach, ludzie wierzyli, że wkrótce przyjdzie oswobodzenie i życie wróci do dawnego porządku. Szukanie opieki i oparcia, poczucie bezradności to także symptomy regresji. W pamiętnikach opisywane są jako płacz, uzalanie się nad własnym losem, poszukiwanie wsparcia i pocieszenia. Innym przejawem regresji było wyzwalanie się prymitywnych uczuć i zachowań. Najwięcej tzw. prymitywnych reakcji związanych było ze skutkami głodu. Najgłodniejsi wyrwali na ulicy jedzenie innym lub byli skłonni zjadać nie nadające się już resztki. Innym sposobem doprowadzania osobowości do stanu regresji było rozbudzanie regresyjnych form reagowania emocjonalnego, a szczególnie zanik uczuć wyższych – zanik poczucia odpowiedzialności, międzyludzkiej solidarności, szacunku dla innych, zanik uczuć macierzyńskich<sup>45</sup>.

<sup>44</sup> Por. tamże, s. 37–51.

<sup>45</sup> Por. Grochowska A.: *Elementy...*, s. 175–180.



## 6. Wnioski

Ujmując Holocaust od strony historycznej można wyodrębnić poszczególne etapy prowadzące do eksterminacji, czy też porównać z podobnymi wydarzeniami, które miały miejsce na przestrzeni dziejów. Analiza administracyjno – prawnych posunięć Niemców pozwala dostrzec ważną rolę maszyny biurokratycznej w procesie eksterminacji. Opisuując Zagładę Żydów jako wyniszczenie gospodarcze, należy zwrócić uwagę na kilka aspektów eksploatacji społeczności żydowskiej i jej mienia.

Wydaje się jednak, że ujęcie Holocaustu od strony psychologicznej, jako procesu prania mózgu, pozwala przynajmniej częściowo zrozumieć, dlaczego to mogło się wydarzyć. Elementy prania mózgu stosowane przez Niemców ułatwiały proces Zagłady Żydów. Rozstrajanie organizmu i zmniejszanie poczucia bezpieczeństwa osłabiało ich energię psychiczną i fizyczną. Degradowanie obrazu siebie sprawiało, że postacie Niemców wydawały się jeszcze bardziej wszechmocne. Wyzwalanie poczucia winy powodowało, że agresywność Żydów kierowana była do wewnątrz, dzięki czemu znosili upokarzające i zbrodnicze traktowanie bez buntów. Doprowadzenie do stanu regresji powodowało, że Żydzi wierzyli w uspokajające pogłoski szerzone przez Niemców. Nie wystąpił natomiast prawie wcale ostatni element brainwashing, "ofiarowywanie nowego życia": Niemcy nie obiecywali Żydom żadnej przyszłości, zmięli tylko do przetrącenia „psychicznego kręgosłupa”, załamania woli życia Żydów.

Takie podejście do zjawiska Holocaustu tłumaczy specyficzne zachowania Żydów, a szczególnie ich bezwolność, bezbronność oraz podawanie się eksterminacji bez wyraźniejszych prób buntu.

### THE HOLOCAUST – BETWEEN HISTORY AND PSYCHOLOGY

#### Summary

The Holocaust is being regarded from different points of view – historical, economical, administrative, juridical as well as psychological ones. Historians divide the Holocaust into periods leading to extermination and compare it to other historical events. Lawyers pay attention to a great weight of bureaucracy in Genocide. There are also some economical aspects of the Holocaust: excluding Jews from economical life and confiscations of their possessions. In this article psychological aspects of the Holocaust are presented. The author of this paper proves that elements of brainwashing were practised in the process of extermination. Psychological analysis of memoirs from the Warsaw ghetto allowed to find such elements of brainwashing as: exhausting the organism, arousing fear and anxiety, degradation of self – concept, awoking strong feelings of guilt, leading to regression of personality. Such an approach to the Holocaust explains specific behaviour of Jews, especially their helplessness, passivity and acceptance of extermination without any revolt.