

ANTONI J. NOWAK OFM

## OSOBOWOŚĆ SKRUPULATNA<sup>1</sup>

### I. ZAGADNIENIA WSTĘPNE

Osobowość o cechach skrupulatyizmu nie należy w ścisłym tego słowa znaczeniu do zakresu kierownictwa duchowego w ramach sakramentu pokuty. Chociaż tutaj najczęściej ujawnia się osobowość skrupulatna. Dlatego właśnie skrupulatyizm był bardzo poważnym problemem, którym zajmowała się teologia moralna. Czyniła to z konieczności, wiedząc doskonale, że nie sposób mówić w takich przypadkach o grzechu w ścisłym tego słowa znaczeniu.

W miarę rozwoju psychologii, szczególnie psychologii głębi oraz psychologii klinicznej, poczuła się teologia moralna, zresztą zupełnie słusznie, odciążona w problematyce skrupulatyizmu. Znalazła współnika w pracy nad bardzo skomplikowanym problemem, jakim są skrupuły. Objawy skrupulatyizmu zaliczamy do pogranicza normy psychicznej, to znaczy nerwic. Dlatego człowieka o osobowości skrupulatnej należy przekazać do psychoterapeuty, co nie znaczy, aby go całkowicie wykluczyć z kierownictwa duchowego. Istotnym wyrazem skrupułów jest lęk i niepokój. Niepokój wewnętrzny, z którym łączy się silnie poczucie winy oraz dopatrywanie się grzechu tam, gdzie go faktycznie nie ma, prowadzi do silnej postawy lękowej. Ponieważ stan psychiczny skrupulata dotyczy również sfery moralnej, wymaga on więc podwójnej opieki - psychologa, w szczególności psychoterapeuty oraz kierownika duchowego. Dopiero rozsądna i słuszna współpraca może rokować nadzieję wyleczenia. Niezmiernie ważną sprawą jest etiologia; odkryć w miarę obiektywne źródła, motywacje, doświadczenia zebrane w

---

<sup>1</sup> Termin "skrupulatyizm" został wycofany z języka psychiatrycznego. Spotykamy go jeszcze w *Praktisches Wörterbuch der Pastoralanthropologie* (Freiburg 1975). Natomiast *Praktisches Lexikon der Spiritualität* (Freiburg 1988) terminu "Skrupulosität" nie podaje. Najnowsze wydanie *Psychiatrie in Praxis und Klinik* (Stuttgart-New York 1988) używa terminu "zwanghafte Persönlichkeitsstörungen", por. G. E. Vaillant, J. Ch. Perry, *Persönlichkeitsstörungen*. W: tamże Bd. IV 151-152. Termin ten można by oddać opisowo jako zakłócenie osobowości na skutek wewnętrznego przymusu. Ze względów praktycznych będziemy używali terminu "osobowość skrupulatna", innymi słowy - "osobowość wewnętrznie zniewolona".

historii rozwoju osobniczego, które nawarstwione doprowadziły do ukształtowania się osobowości wewnętrznie zniewolonej, skrupulatnej.

## II. TEORIE SKRUPUŁÓW

Zanim przejdziemy do wykazania, że skrupulatyzm<sup>2</sup> wiąże się z błędną formacją sumienia, popatrzmy rzutowo na teorie, które były swego czasu aktualne.

a) Teoria intelektualistyczna. Była ona szczególnie modna w XIX wieku i dzisiaj już nie ma większego znaczenia. Źródła skrupulatnego zachowania się widziały przede wszystkim w warstwie intelektualno-poznawczej, w natręctwie myślowym, które z kolei wprowadzało nieład w sferze emocjonalno-dążeniowej. Wyrazem tego nieładu jest niepokój i lęk. W związku z czym teoria intelektualistyczna sądziła, że wystarczy sama perswazja, która uświadomi skrupulatowi absurdalność jego zachowania się, a tym samym uwolni go od męczących stanów lękowych oraz z permanentnego poczucia winy. Poczucie winy jawi się tutaj jako przebieg psychiczny, który powstał i nie potrafi, jak każdy normalny przebieg, przeminąć, zniknąć. Dzisiaj wiemy, że metoda perswazji w odniesieniu do osobowości skrupulatnej jest nieskuteczna.

b) Teoria psychasteniczna. Termin "psychastenia" wprowadził do psychiatrii P. Janet (1889). Sądził, że charakterystyczne zjawiska niepokoju są uwarunkowane konstytucjonalnie. Psychastenię zalicza się do nerwicy natręctw<sup>3</sup>, w szczególności w sferze intelektualnej. Osoba taka ustawicznie wraca myślą do tych samych spraw, problemów w obawie, czy aby dobrze zrozumiała polecenie<sup>4</sup>. Psychastenia była w ujęciu P. Janeta skutkiem zmniejszenia energii psychicznej. Ten właśnie brak energii był przyczyną braku kontroli nad przebiegami psychicznymi. Również w histerii występuje rzekomo ubytek energii psychicznej. Na tej podstawie utworzono pojęcie dysocjacji. Znaczy to, że pewne układy świadomości podejmują jakby "niezależną egzystencję"<sup>5</sup>. Do tego stopnia automatyzują się, że wpływają na sposób zachowania się, przy czym człowiek zatracą kontrolę nad własnym sposobem zachowania się. Również A. Gamelli OFM podzielał opinię P. Janeta, twierdząc, że naczelnym objawem skrupułów jest właśnie obniżenie działani-

<sup>2</sup> Termin "skrupulatyzm", "skrupulat" pochodzi z jęz. łacińskiego, "scrupulus" - ostrze kamyczka, szorstki. W terminologii psychologicznej oznacza stany niepokoju, lęklności, rodzaj nerwicy, która charakteryzuje się stanami wewnętrznego napięcia, chorobliwa dokładność oraz potrzeba ustawicznego powtarzania już na przykład odmówionych modlitw. Por. E. S t e n g e r. *Skrupulosität*. LThK IX 827-829.

<sup>3</sup> T. Bilikiewicz. *Psychiatria Kliniczna*. Warszawa 1960 s. 487.

<sup>4</sup> M. Jarosz, S. Cwynar. *Podstawy psychiatrii*. Warszawa 1978 s. 207.

<sup>5</sup> Por. A. P. Noyes, L. C. Kolb. *Nowoczesna psychiatria*. Warszawa 1969 s. 16.

ności psychicznej<sup>6</sup>. Wydaje się, że dla Janeta terminy "skrupulat" oraz "psychastenik" były synonimami<sup>7</sup>. Psychastenika cechuje ogromna trudność dostosowania się do normalnych wymogów życia społecznego. Przyczyna leży w jego perfekcjonizmie, w skrupulatnym charakterze, po prostu traci kontakt z rzeczywistością, żyje jakby w polu ustawicznego napięcia psychicznego<sup>8</sup>. Są to przebiegi psychiczne, które wymykają się spod kontroli woli oraz zdrowego rozsądku. Człowiek na skutek natłoku myśli czuje się nimi zniewolony, męczy go poczucie bezsilności, nieporadności.

Teoria psychasteniczna dzisiaj również nie znajduje zbyt wielu zwolenników. Reakcje skrupulata, jego zachowanie się nie wypływa z braku wiedzy. Wiedza może być nawet u niego bardzo wysoka, dokładna. Zachowanie się skrupulata wypływa raczej z obawy, czy będzie umiał należycie spożytkować całą swoją wiedzę, by określony problem wprost perfekcjonistycznie rozwiązać. Zresztą nie brak w literaturze opinii, że sam termin "psychastenika" zanika w słownictwie psychiatrycznym<sup>9</sup>.

c) Teoria niedojrzałości emocjonalnej. M. Niewiadomski zajął się w sposób szczególny badaniem cech osobowości skrupulatów, posługując się metodą kwestionariusza osobowości R. B. Cattella, korzystając równocześnie z pomocy wytrawnych spowiedników. M. Niewiadomski w świetle swoich badań przyjmuje termin "niedojrzałość emocjonalna". Jego zdaniem termin ten szerzej ujmuje stronę popędową, a więc czynnik konstytucjonalny, który obok uwarunkowań emocjonalnych odgrywa poważną rolę w kształtowaniu się skrupulatyizmu<sup>10</sup>. Niedojrzałość emocjonalna charakteryzuje się między innymi tym, że *super-ego* jest zbyt słabe. Powszechnie wiadomo, co Z. Freud rozumiał pod terminem *super-ego*, dlatego zbyteczne jest analizowanie tego terminu<sup>11</sup>. Trzeba jednak podkreślić, że *super-ego* w cattellowskim systemie dalekie jest od tego, co teologia moralna rozumie pod terminem "sumienie", w szczególności "sumienie osobowe", nie mówiąc już o formacji sumienia w paschalnym misterium. "Silne *super-ego* jest z reguły

<sup>6</sup> *Scrupulosità e Psicostenia*. Regensburg 1915 s. 135.

<sup>7</sup> Por. *Les obsessions et la psychasténie*. Paris 1919 s. 450; zob. również w *Manuel alphabétique de Psychiatrie*. Ed. A. Porot. Paris 1960 s. 441.

<sup>8</sup> Antytezą psychastenii będzie astenia. Astenik robi wrażenie człowieka słabego, ustawicznie zmęczonego, nie widać u niego psychicznego napięcia. Por. P. C. K u i p e r. *Die seelische Krankheiten des Menschen*. Stuttgart 1968 s. 221.

<sup>9</sup> Por. *Praktisches Wörterbuch der Pastoralanthropologie* kol. 860.

<sup>10</sup> Por. *Cechy osobowości skrupulatów*. RF 15:1967 z. 4 s. 71-94.

<sup>11</sup> W jednym ze swych przemówień A. Hitler powiedział: "Das Gewissen ist eine Erfindung der Juden" - "sumienie jest wynalazkiem Żydów", miał na myśli Z. Freuda. 3 VI 1938 roku Freud emigruje z Wiednia do Londynu, gdzie 23 IX 1939 roku umiera. Nie interesował się polityką, uważał siebie w tej materii za laika. Por. G. M a r k u s. *Sigmund Freud und das Geheimnis der Seele*. München 1989 s. 297. Faszyzm hitlerowski oficjalnie spalił dzieła Z. Freuda pod zarzutem, że zniszczył on życie duszy, a przoakcentował siłę popędów (por. tamże s. 305). Natomiast A. Adler, socjalista, cieszył się w latach trzydziestych wielkim wzięciem i uznaniem w oczach faszystów (por. tamże s. 307).

czymś pozytywnym i bardzo pożądanym"<sup>12</sup>. Nie wchodząc w meritum sprawy badań, które skądinąd wspaniale wykazały, że poczucie winy, agresja do własnego "ja" są szczególnie znamienne u skrupulatów, trzeba zaznaczyć, że psychologia personalistyczna patrzy na *super-ego* jako na "zło konieczne", które kształtuje każdy wychowawca. Dziecko bowiem nie jest w stanie uchwycić abstrakcyjnej normy moralnej. Potrzebuje ono przykładów, nakazów, zakazów. *Super-ego* jest moralnością przejściową, symbolem sumienia. W rozwoju sumienia od fazy dualunion aż po sumienie osobowe w normalnym zdrowym rozwoju *super-ego* spełnia tylko rolę fazy przejściowej. Nieprzezwyciężone, zafiksowane staje się neurotyzujące, blokuje proces progresywnej personalizacji<sup>13</sup>.

M. Niewiadomski stwierdza, że skrupulatów cechuje osobowość niedojrzała, infantylna. Reakcje osobowe są głębokie, a przy tym ukrywane. Dużą rolę odgrywa w ich życiu nastrój, zmienność uczuciowa. Łatwo przechodzą, jak dziecko, od płaczu do śmiechu, głęboko przeżywają frustrację; są skłonni do sentymentalizmu; odczuwają dużą potrzebę kontaktu i zrozumienia; szukają w drugim człowieku oparcia, porady; są submisyjni, ale przy tym bardzo uparci i lubią swoją wolę narzucać. Ten mechanizm narzucania woli szczególnie odczuwają psychoterapeuci i kierownicy duchowi. Jeżeli chodzi o dominację *super-ego*, to M. Niewiadomski odróżnia dwa odmienne typy skrupulatów, mianowicie o niskim oraz wysokim niepokoju. Wysoki niepokój jest uwarunkowany silnym konfliktem pomiędzy *super-ego* a sferą popędową, stąd silne poczucie winy, poczucie małowartościowości, poczucie nieprzystosowania. Natomiast typ o niskim niepokoju cechuje pedanteria, radykalny perfekcjonizm. Skrupulaci tego typu stawiają sobie wysokie wymagania i czynią wszystko, by swoje cele osiągnąć. Mają poczucie słabej woli, ale nie rezygnują z pracy nad sobą, jest to - jak mówi autor za R. B. Cattellem - "niepokój zobowiązujący". Oba typy cechuje "sumienie neurotyczne"<sup>14</sup>.

d) Teoria błędnej formacji sumienia. Zdrowa psychologia<sup>15</sup>, która zabiega o całościowe rozumienie człowieka, nie zapominając o wyjątkowej pozycji bytu ludzkiego w świecie przyrody, rozumie sumienie jako schemat specyficznie ludzki nie spotykany w świecie zwierząt, analogicznie jak zdolność mówienia. Dla C. G. Junga np. sumienie jest bezpośrednim wyrazem "Selbst", a więc ma ono swoje "korzenie" w samym centrum osoby ludzkiej.

<sup>12</sup> Niewiadomski. *Cechy osobowości* s. 75-76.

<sup>13</sup> Por. A. J. Nowak. *Gewissen und Gewissensbildung heute in tiefenpsychologischer und theologischer Sicht*. 2. Aufl. Wien, Herder 1981 s. 64-68, 78.

<sup>14</sup> Por. Niewiadomski, *Jw.* s. 82-91.

<sup>15</sup> Sobór Watykański II dobitnie podkreśla wartość nauk psychologicznych, psychologii jako nauk (por. DA 32; KDK 62); badań psychologicznych (por. KDK 52,54). Gdy chodzi jednak o formację chrześcijańską, o zasady chrześcijańskiego wychowania, tedy podkreśla, by kierować się wynikami badań zdrowej psychologii (por. DFK 3,11).

C. G. Jung odróżnia sumienie etyczne, jako wrodzoną specyficznie ludzką funkcję, od sumienia moralnego, które utożsamia z freudowskim *super-ego*. Sumienie moralne byłoby zatem nabytym modelem funkcyjnym<sup>16</sup>. Psychologia egzystencjalna w wydaniu V. E. Frankla powie nam, że nie byłoby w immanencji człowieka głosu sumienia, gdyby nie było Ty transcendentnego<sup>17</sup>. Sumienie jest tutaj również rozumiane jako żywa dyspozycja psychiczna, która uzdalnia człowieka do korespondencji z Absolutem<sup>18</sup>.

Na formację sumienia wpływa cała siatka uwarunkowań nie tylko o charakterze egzogenetycznym ale również uwarunkowania endogenetyczne. Zanim obudzi się świadomość moralna, dziecko ma ogromną ilość doświadczeń. Są to najpierw doświadczenia nieświadome, ale mają one swój wpływ na formację osobowości, a więc i sumienia. Wszystkie zakłócenia w procesie progresywnej personalizacji są równocześnie zakłóceniami rozwoju sumienia. Możemy tutaj posłużyć się analogią. Otóż sumienie jest funkcją specyficznie ludzką, podobnie jak zdolność mówienia. Zarówno sumienie, jak i zdolność mówienia nie istnieją w świecie zwierząt. Zdolność mówienia jest schematem specyficznie ludzkim, to jednak na przykład język polski jest nabytym modelem funkcyjnym, jest owocem presji środowiska, kultury, w której człowiek się wychowuje. Nabyty model nie ma charakteru uniwersalnego. Analogicznie dzieje się z sumieniem. Wszelka presja jest tylko tam możliwa, gdzie istnieje po temu wrodzona dyspozycja psychiczna. Sumienie jako funkcja specyficznie ludzka uzdalnia człowieka, aby się uczyć odróżniania dobra od zła. W toku rozwoju osobniczego dyspozycja ta otrzymuje określony model, w świetle którego odróżnia ona dobro od zła. Jest to model nabyty. Można ze spokojnym sumieniem zabić człowieka, będąc nawet przekonanym, że Bogu wyświadcza się przysługę (por. J 16,1). Jeżeli matka mówi do dziecka na przykład dialektem, to i dziecko będzie tak mówiło, co więcej – gardłowa zgłoska "r" matki będzie również czytelna w wymowie dziecka. Mowa zdradza człowieka (por. Mt 26,73).

Przenieśmy wyżej opisane doświadczenie na problematykę formacji sumienia. Doświadczenie mówi nam, że najważniejszą potrzebą dziecka jest miłość. Ona uprzedza doświadczenie świadomości oraz sumienia. Sumienie budzi się dopiero wtedy, gdy na horyzoncie jawi się miłość<sup>19</sup>. Podobnie jak osoba wyraża się w osobowości, ta zaś (osobowość) może być infantylna, zafiksowana, znerwicowana itp.; jak zdolność mówienia aktualizuje się w

<sup>16</sup> Por. C. G. Jung. *Das Gewissen in psychologischer Sicht*. W: *Das Gewissen als Problem*. Hrsg. N. Petrlowitsch. Darmstadt 1966 s. 38; zob. W. B i t t e r. *Gut und Böse in der Psychotherapie*. Stuttgart 1959 s. 60; J. J a c o b i. *Der Weg zur Individuation*. Zürich 1965 s. 131.

<sup>17</sup> *Der unbewusste Gott*. München 1974 s. 52.

<sup>18</sup> Por. I. A. C a r u s o. *Psychoanalyse und Synthese der Existenz*. Freiburg 1952 s. 229-230.

<sup>19</sup> Por. L. B i n s w a n g e r. *Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins*. München-Basel 1962 s. 93.

konkretnym modelu, strukturze języka, struktura ta może być niewyraźna, zahamowana, błędna; podobnie i sumienie jako dyspozycja specyficznie ludzka (*synteresis*) otrzymuje określony model, w świetle którego ocenia dobro i zło (*syneidesis*). Model ten może być również, wcale nie z winy człowieka, na skutek negatywnych doświadczeń, znerwicowany, zniewolony, lękliwy itp. W interpretacji zakłóceń o charakterze zniewolenia wewnętrznego (skrupulatyzm) przeważa obecnie opinia E. H. Erkisona. Chodzi tu mianowicie o szukanie przyczyn w drugiej fazie rozwojowej (drugi rok życia), w której zamiast poczucia autonomii zrodziło się poczucie zawstydzenia i zwątpienia<sup>20</sup>. Istnieje dziś ogólne przekonanie, że przyczyn skrupulatnego zachowania się należy szukać we wczesnych fazach rozwojowych<sup>21</sup>.

Sumienie otrzymuje swój właściwy model, gdy rozwija się *in ordine amoris*. Sobór Watykański II stanowczo podkreśla: "Chrześcijanie zaś w kształtowaniu swego sumienia powinni pilnie baczyć na świętą i pewną naukę Kościoła" (DWR 14). Miłość uprzedza sumienie. Miłość rodzi sumienie. Innymi słowy - zanim dojdzie do głosu sumienie, dziecko musi uprzednio doświadczyć autentycznej miłości. Sumienie stoi na straży miłości. Ono czuwa, by relacja miłości nie została zakłócona. Bardzo wcześnie, bo już u niemowląt zauważamy reakcje "zatroskania", by nie utracić miłości matki. Można by zapytać, czy u podstaw skrupulatyizmu nie znajduje się zahamowanie spowodowane brakiem miłości. Dopiero miłość otwiera oczy i uszy, pozwala radośnie zaakceptować własną egzystencję. Nie przezwyciężone *super-ego* (symbol sumienia) staje się czynnikiem zniewolenia wewnętrznego.

\*

Sumienie skrupulata nie jest sumieniem delikatnym. Delikatne sumienie potrafi ocenić sprawy wielkie i odróżnić je od spraw małych. Sumienie skrupulata na skutek braku otwartej postawy miłości zatracą normalną zdolność oceny. Odczuwa natrętną potrzebę ustawicznego powtarzania tych samych czynności, np. w sakramencie pokuty wyznaje grzechy już dawno wypowiedane, a nawet próbuje je opisywać w detalach. To fałszywe pojmowanie spraw słusznych i mało ważnych prowadzi do stałych konfliktów wewnętrznych i zewnętrznych. Osobowość skrupulata jest bardziej ukierunkowana na psychoterapię niż na kierownictwo duchowe. Skrupulat jest natomiast często odmiennego zdania. Oczywiście najlepiej, jeżeli psychoterapeuta oraz kierownik duchowy współpracują, by cierpiącego człowieka uwolnić od wewnętrznego zniewolenia. Cierpień ludzkich nie wolno

<sup>20</sup> Por. Vaillant, Perry. *Persönlichkeitsstörungen* kol. 151-152. Syntezę erkisonowskiej koncepcji psychologii oraz jego psychospołecznej teorii rozwojowej podaje E. C. Adams. *Das Werk von Erik H. Erikson*. W: *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*. Bd. 3. Zürich 1977 s. 301-347.

<sup>21</sup> Również badania M. Niewiadomskiego (Iw. s. 90-92) udowodniły tę tezę.

lekceważyć, nawet gdyby one dla obserwatora wydawały się nieuzasadnione. Pomyślnie rezultaty uwolnienia od skrupulatyzmu są zawsze tam, gdzie istnieją możliwości rozwojowe określonej osobowości.

W błędnej formacji sumienia spotykamy się ze zjawiskiem utożsamiania poczucia winy z grzechem. A przecież nie każde poczucie winy jest grzechem, ale również grzech nie zawsze budzi poczucie winy. Z poczuciem winy łączy się lęk, natomiast świadomość grzechu szuka Miłości miłosiernej<sup>22</sup>. W formacji sumienia ważne jest ukierunkowanie człowieka (od wczesnych faz rozwojowych) na Chrystusa. Już w okresie głębokiej nieświadomości dziecko może poprzez matkę doświadczyć Chrystusa, oczywiście, o ile matka żyje Chrystusem (sakramentalnie). W miłości takiej właśnie matki dziecko doświadcza, że "Miłość jest większa niż grzech". Nie życie Ewangelią neurotyzuje człowieka, ale właśnie osobowość, skrupulatne sumienie wykrzywia życie Ewangelią. "Prawdziwie święty tym się charakteryzuje, że nie jest znerwicowany"<sup>23</sup>.

## DIE SKRUPULOSE PERSÖNLICHKEIT

### Z u s a m m e n f a s s u n g

Der Verfasser des Artikels weist in der Einführung darauf hin wie die Zusammenarbeit der Psychotherapie und der geistlichen Führung notwendig ist um dem leidenden Menschen zu helfen. Dann schildert der Verfasser die drei wichtigsten Theorien die auf der Suche nach der Etiologie der Skrupulosität sind, und zwar: die intellektualistische Theorie; die psychastenische; der Unreife der Emotionalität; und die eigene d.h. der falschen Bildung des Gewissens, die schon in der Phase Dualunion ihre Ursache hat. Die Schlussfolgerungen schliessen den Artikel.

<sup>22</sup> Por. A. J. Nowak. *Pastoralpsychologische Auffassung des Bussakramentes*. "Archiv für Religionspsychologie" 15: 1982 s. 27.

<sup>23</sup> Jacobi, cyt. za: Johannes B. Torello. *Neurose und Spiritualität*. "Arzt und Christ" 34:1988 nr 1 s. 32.