

POCZUCIE KRZYWDY

Na poczucie krzywdy składają się ból fizyczny i ból psychiczny (intensywne uczucia, na przykład lęk, wstyd, wstręt, żal, złość). Towarzyszy im utrata mocy i sprawności (bezradność, bezsilność) oraz poczucie zaburzenia porządku osobistego i społecznego.

Bolesne doznania niesprawiedliwie wyrządzonego zła mogą skutkować poczuciem krzywdy o różnym nasileniu, w zależności od obiektywnej wielkości straty, jak również od subiektywnych predyspozycji do radzenia sobie z traumą. Wielkość krzywdy związana jest z ciężarem gatunkowym czynu: inną wagę ma drobna kradzież, a inną – zniszczenie całego mienia. Inna jest ranga krzywdy związanej z zabranieniem dziesięciu złotych przedszkolakowi, a inna w przypadku oszustwa w rocznym rozliczeniu podatkowym dokonanego na tę samą kwotę.

W subiektywnej ocenie krzywdy znaczącą rolę odgrywa bliskość relacji z krzywdzicielem. Obelga: „Jesteś beznadziejny”, usłyszana od przypadkowego klienta w sklepie mniej boli niż te same słowa wypowiedziane przez ojca czy brata. Brak pochwały i uznania ze strony sąsiada nie jest tak przykry jak brak uznania ze strony męża czy żony. Ci, których najsilniej kochamy, najbardziej nas ranią.

Bardzo dotkliwa jest też krzywda doznana ze strony środowisk, instytucji i systemów stojących na straży bezpieczeństwa i sprawiedliwości. Niesłuszne wyroki sądowe, lekceważenie ze strony instytucji religijnych czy opiekuńczych są przyczyną głębokiego poczucia skrzywdzenia.

W sytuacji, gdy krzywdziciel jest nieznany, występuje silna tendencja do poszukiwania sprawcy krzywdy i motywu jego działania. W przypadku katastrof żywiołowych doświadczane nieszczęście traktowane bywa jako kara za osobiste lub społeczne grzechy albo zemsta losu, Boga czy świata. Znalezienie sprawcy raniącego czynu przynosi czasem ulgę w doznawanym cierpieniu, ale niekiedy je nasila (gdy okaże się, że sprawcą jest ktoś, kogo darzyliśmy życzliwością, zaufaniem i wdzięcznością).

Doznana krzywda staje się zazwyczaj źródłem kryzysu, charakteryzującego się zachwianiem dotychczasowej równowagi, przewagą emocji i uczuć dysforycznych. Upośledzeniu ulega zdolność spostrzegania, obiektywizm myślenia, trafność decyzji i skuteczność działań, zakwestionowana bywa hie-

rarchia wartości, zaburzone zostają relacje interpersonalne. Stany te mogą stanowić konsekwencję zarówno zadawnionych krzywd (z dzieciństwa), jak i aktualnych zranień.

Warto podkreślić, że poczucie krzywdy może zostać spowodowane przez krzywdę realną lub urojoną. W tym drugim przypadku osoba, która czuje się skrzywdzona, niesłusznie traktuje siebie jako ofiarę i szuka winnego. Urojona krzywda może być objawem, ale i przyczyną poważnych zaburzeń w relacjach interpersonalnych. Często służy ona radzeniu sobie z osobistą odpowiedzialnością za zło, które stało się udziałem człowieka wskutek jego błędnych lub złych decyzji i działań.