

# CISZEJ JEDZIESZ, DALEJ ZAJEDZIESZ

**J**akie są źródła obojętności i czemu może ona służyć,  
tłumaczy **Wojciech Eichelberger**.

## Skąd się bierze obojętność?

WOJCIECH EICHELBERGER: Można być obojętnym z bardzo wielu powodów i wszystkich nie da się omówić podczas jednej rozmowy. Ale najczęściej obojętność generują: lęk, cierpienie i lenistwo.

Wielu ludzi jest obojętnymi, ponieważ dużo się nacierpieli i musieli wyhodować sobie „grubą skórę”. Obojętność jest więc ich psychologiczną obroną służącą zaoszczędzeniu sobie bólów ich dorosłego życia, a także zapomnieniu o bólu przeszłości – najczęściej dzieciństwa lub dorastania. Ta postawa bywa dopełniona poczuciem wyższości i potrzebą zemsty na innych, których tacy ludzie postrzegają jako tchórzy niezdolnych do przyścia im z pomocą, gdy tego potrzebowali, i jako „frajerów” niezających prawdziwego życia ani prawdziwego bólu.

Drugą częstą przyczyną obojętności może być obawa przed zaangażowaniem się w cokolwiek, spowodowana wychowaniem w lęku przed światem i ludźmi. Polega to na uporczywym przekazywaniu dziecku przez dorosłe otoczenie takich pseudorad i pseudo-prawd, jak: „nie wtrącaj się w to, bo oberwiesz”, „daj sobie spokój”, „to nie dla ciebie”, „ludzie są źli i niebezpieczni”, „pokorne ciele dwie matki ssie” czy też wzięte z rosyjskiego „ciszej jedziesz, dalej zajedziesz”. Wszystko to razem jest zachętą do wycofania się z życia, a w konsekwencji do bierności i obojętności w imię obietnicy fałszywie rozumianego bezpieczeństwa.

Trzeci możliwy powód obojętności to hedonizm i moralne lenistwo pomieszane z naiwnością. Dla takiej osoby obojętność jest po prostu wygodna, bo pozwala nie zbliżać się do zła, niegodziwości i cierpienia, które mogłyby zniweczyć jej naiwny, landrynkowy obraz świata. To przeniesiona w dorosłe życie dziecięca postawa wynikająca z potrzeby doświadczania przyjemności, bezpieczeństwa i wygody.

## Czy człowiek może się rodzić z różnym poziomem obojętności?

Wrodzone mogą być tylko wrażliwość sensoryczna i reaktywność układu nerwowego, które nie decydują o tym, na ile taki ktoś stanie się obojętny. Na przykład

według słynnej antycznej typologii temperamentów człowiek rodzi się flegmatykiem, sangwinikiem, cholerykiem albo histerykiem – a jednak możemy spotkać choleryków i flegmatyków zarówno angażujących się, empatycznych, jak i obojętnych. Tak więc wrodzony temperament nie jest predyspozycją do obojętności. Obojętność to cecha nabyta, wyuczona w życiowym doświadczeniu danej osoby, jeden z atrybutów jej życiowej, obronnej strategii.

## Czym się różni obojętność od tolerancji?

Tolerowanie czegoś czy kogoś wymaga najpierw zmierzania się z jakimś rodzajem dyskomfortu. A obojętność jest postawą czy też cechą tak uogólnioną, że pozwala nam nawet nie odczuć dyskomfortu, który mielibyśmy ewentualnie tolerować.

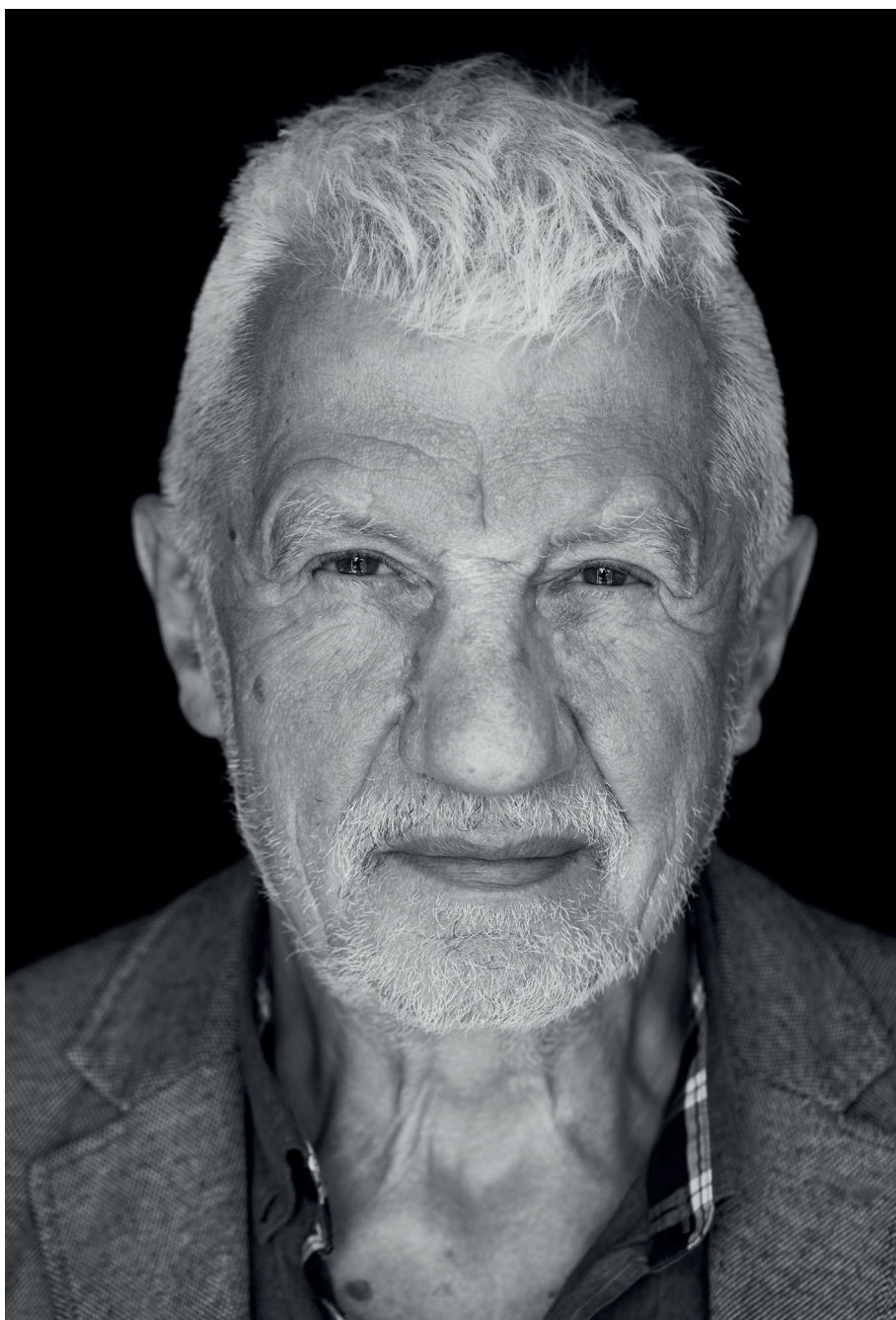
## A jaka jest relacja między obojętnością i apatią?

Apatia i depresja mogą nas czynić obojętnymi. Ale ani nie są to cechy wrodzone, ani nie jest to nabyta, wyuczona strategia życiowa. Obie są spowodowane jakimś somatycznym lub psychicznym stanem chorobowym. Apatia wiąże się z brakiem energii i sił życiowych, co może być spowodowane zaburzeniami hormonalnymi, anemią, chroniczną, wyczerpującą chorobą albo wypaleniem energetycznym czy depresją. Ale może też być wynikiem jakiegoś traumatycznego doświadczenia lub obecnych trudnych czy tragicznych okoliczności życiowych.

Osoby apatyczne mogą chcieć zareagować na jakąś sytuację, ale nie mają dość energii, by emocjonalnie i czynnie reagować na coś, co wymagałoby emocjonalnego i fizycznego zaangażowania.

## Czy obojętność może być strategią nadwrażliwców? Ich sposobem na to, żeby chronić się przed światem, gdy czują więcej, niż można znieść?

Może być. Ale postawy obojętności nie da się przyjąć jako chwilowej, sytuacyjnej strategii. Choć oczywiście możemy chwilowo udawać obojętność, powstrzymując swoją współczującą lub gniewną ekspresję. Jednak



## Wojciech Eichelberger

Jest psychologiem i psychoterapeutą. Twórcą i dyrektorem Instytutu Psycho-Immunologii IPSI, którego misją jest humanizowanie biznesu. Jego książki i warsztaty samorozwoju cieszą się od lat wielką popularnością.

[wojciech.eichelberger@ipsi.pl](mailto:wojciech.eichelberger@ipsi.pl)

prawdziwa obojętność, ta odcinającą nas od uczuć, tworzy się w nas na skutek długotrwałego formatowania psychicznego przez nasze otoczenie społeczne lub zbyt trudne okoliczności życia. Z kolei w wyniku długotrwałej pracy w zawodach, które kontaktują nas z cierpieniem i ze śmiercią innych istot, tworzy się specyficzna forma obojętności, którą raczej należałoby nazwać znieczuleniem – niejednokrotnie pokrywającym wielką wrażliwość. Takie znieczulenie często towarzyszy np. długo pracującym lekarzom i personelowi placówek leczących choroby terminalne, chirurgom, pracownikom hospicjów czy domów seniorów, personelowi domów dziecka, ratownikom,

żołnierzom frontowym, śledczym specjalizującym się w zabójstwach – a także pracownikom przemysłowych hodowli zwierząt, nie mówiąc już o ubojniach. Znieczulenie jest tutaj często niezbędną, na ogół aktywującą się tylko w środowisku pracy, strategią sytuacyjną, bo nie sposób przecież miesiącami i latami empatycznie uczestniczyć w cierpieniu i umieraniu innych istot. Gdyby nie to znieczulenie, to koszty psychiczne byłyby zbyt wielkie, co czyniłoby niemożliwym wykonywanie przez tych ludzi ich często bardzo odpowiedzialnej i potrzebnej pracy.

ROZMAWIAŁA DR JUSTYNA ORŁOWSKA