

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Nejc Krivec

Psihopatologija in neoliberalizem

Diplomsko delo

Ljubljana, 2015

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Nejc Krivec

Mentorica: doc. dr. Marjeta Mencin-Čeplak

Psihopatologija in neoliberalizem

Diplomsko delo

Ljubljana, 2015

## Psihopatologija in neoliberalizem

Danes se v družbi vse pogosteje pojavlja psihopatološka motnja anksioznosti. V diplomski nalogi sem predpostavil, da je problem anksioznosti treba obravnavati kot posledico sodobnih družbenih trendov in kot odgovor na pogoje življenja v sodobnih neoliberalnih družbah. Na začetku povzemam razširjene definicije in razlage anksioznosti s klinično-psihološkega vidika. V nadaljevanju predstavljam psihološke obravnave, ki družbenim dejavnikom pripisujejo pomembno vlogo pri razvoju anksioznosti. V osrednjem delu naloge se osredotočam na analizo specifičnih značilnosti (neo)liberalizma oz. kapitalizma, ki ustvarjajo pogoje življenja kateri poglobljajo posameznikovo negotovost in so tako tudi eden izmed glavnih vzrokov za nastanek neprijetnih čustvenih stanj oz. anksioznosti. V tem kontekstu predstavljam analize avtorjev, ki problematizirajo psihološke učinke sodobnih tveganj in negotovosti: foucaultovske analize terapevtskega etosa, ki posameznike in posameznice silijo v nenehen samonadzor in primerjanje z drugimi, vrednotenje svojih dosežkov in prizadevanje za čim večjo primerjalno prednost.

Ključne besede: anksioznost, neoliberalna družba, sodobni družbeni trendi.

## Psychopathology and neoliberalism

In today's society the psychopathologic disorder of anxiety occurs more and more often. In my thesis I presumed that the problem of anxiety should be dealt with as a result of contemporary social trends and in response to the conditions of life in the modern neoliberal societies. At the beginning extended definitions and explanations of anxiety are presented from the clinical-psychological point of view. I continue with the presentation of psychological treatments which ascribe social agents an important role in the development of anxiety. In the central part of the thesis I concentrate on the analysis of the specific characteristics of the (neo)liberalism or capitalism creating the conditions of life which accentuate a person's uncertainty and are also one of the main causes for the formation of unpleasant emotional states or anxiety. In this context I present the analyses of authors who problematize the psychological effects of modern risks and uncertainties: Foucault analysis of the therapeutic ethos which forces individuals to perform constant self-control and comparing with others, evaluation of personal achievements and efforts to maximize comparative advantage.

Key words: anxiety, neoliberal society, contemporary social trends.

## KAZALO

1 UVOD .....	5
2 KLINIČNO-PSIHOLOŠKE DEFINICIJE IN RAZLAGE KRONIČNE ANKSIOZNOSTI	6
2.1 ZGODNJE IZKUŠNJE IN POMANJKANJE NADZORA .....	6
2.2 KOGNITIVNA IZKRIVLJANJA .....	7
3 FREUDOVO RAZUMEVANJE ANKSIOZNOSTI V KULTURI.....	9
4 ANKSIOZNOST V NEOFREUDOVSKI IN HUMANISTIČNI PSIHOLOGIJI .....	10
4.1 IZKUŠNJA NEUSPEHA IN ANKSIOZNOST .....	10
4.2 OBČUTJE NESMISLA IN IZGUBA ORIENTACIJE .....	12
4.3 OPIRANJE NA SOCIOLOGIJO.....	13
5 (NEO)LIBERALIZEM IN ANKSIOZNOST .....	14
5.1 VLOGA DRŽAVE V (NEO)LIBERALIZMU .....	14
5.2 INDIVIDUALIZACIJA, IZBIRA IN ANKSIOZNOST .....	15
5.3 INDIVIDUUM KOT HOMO ECONOMICUS - PODJETNIK SAMEGA SEBE.....	18
6 BUDISTIČNA RAZLAGA ANKSIOZNOSTI .....	18
7 SKLEP .....	19
8 LITERATURA.....	21

## 1 UVOD

Ljudje so bili že od nekdaj zaskrbljeni glede prihodnosti, stres, povezan s tem, pa je elementarna značilnost človeškega življenja. Vendar številni raziskovalci poudarjajo, da je kronična anksioznost, ki velja za eno najbolj neprijetnih čustvenih stanj, specifična značilnost kapitalističnih družb. Georg Simmel pojasnjuje, da je za »sodobnega metropolitanskega človeka« značilen odnos, ki temelji na psihološkem obrambnem mehanizmu proti grožnji živčne izčrpanosti (Simmel 1997). Na splošni ravni analize je družbeno-kulturno dinamiko razumel kot obliko življenja, v kateri so posamezniki veliko bolj dovzetni za občutke nesmisla, razburkanih stanj negotovosti, duševne praznine in brezciljnosti (Simmel 1997), ki so povezani z duševnimi krizami. Zato je potrebno razmisliti o vlogi sodobnih družbenih procesov in kulture pri razvoju duševnih težav, kot je kronična anksioznost. Že Freud v svojem delu »Civilization and its Discontents« zaskrbljujoče ugotavlja, da morebiti celotno človeštvo postane nevrotično oz. patološko pod pritiskom civilizacijskih trendov (Freud 1985).

V diplomski nalogi najprej povzemam najbolj razširjene definicije in razlage anksioznosti, ki anksioznost obravnavajo kot individualno-psihološko motnjo, kulturne in družbene dejavnike pa obravnavajo kot nebistvene – to so psihiatrične in klinično-psihološke obravnave anksioznosti. V nadaljevanju predstavljam psihološke obravnave, ki družbenim dejavnikom pripisujejo pomembno vlogo v razvoju neprijetnih psihičnih stanj, vendar se praviloma omejujejo na medosebne odnose, se izogibajo kritični družbeni analizi in verjamejo. V osrednjem delu naloge se skladno s hipotezo, da je anksioznost odgovor na pogoje življenja, osredotočam na analizo specifičnih značilnosti (neo)liberalizma oz. kapitalizma, ki poglobljajo posameznikovo negotovost. V tem kontekstu predstavljam analize avtorjev, ki problematizirajo psihološke učinke sodobnih tveganja in negotovosti; foucaultovske analize terapevtskega etosa, ki od posameznikov in posameznic zahtevajo, da nenehno preiskujejo sami sebe, se primerjajo z drugimi, vrednotijo svoje dosežke, si prizadevajo, da bi dosegli, obdržali in povečali primerjalne prednosti, kar vpliva na stopnjevanje njihove ranljivosti. Nalogo zaključujem rekonstrukcijo koncepta jaza, kot ga razume budizem.

## **2 KLINIČNO-PSIHOLOŠKE DEFINICIJE IN RAZLAGE KRONIČNE ANKSIOZNOSTI**

Klinični psihologi in psihoterapevti se pri razlagi nastanka anksioznosti opirajo predvsem na probleme in šibkost posameznika ter zagovarjajo idejo, da je dovzetnost za anksioznost predvsem posledica razvojnih trendov posameznikove osebnosti in ne posledica kulturnih in družbenih okoliščin – za razvoj 'motnje' naj bi bili kulturni in družbeni dejavniki torej zanemarljivi.

Raziskovalci s področja psihologije zdravja in klinične psihologije anksioznosti običajno definirajo kot duševno motnjo: kot nevrozo, abnormalnost ali bolezen, ki se razvije zaradi posameznikove nezmožnosti prilagoditve in drugačnega »bolnega« načina dojemanja realnosti v primerjavi z zdravimi osebami (Edelmann 1992). Posameznika z anksiozno motnjo se obravnava kot bolnika, ki si napačno interpretira in napačno presoja situacijo, v kateri se je znašel (Beck 1985). V tem duševnem stanju posameznika vznemirja predvidevanje nevarnosti brez jasnega dogodka in občutek, da ga bo doletela neprijetna družbena izključitev; težave ima pri identifikaciji vzroka za neprijetno napetost in pri identifikaciji narave pričakovanega dogodka oz. nesreče. Ker ima človek z anksioznostjo ves čas občutek, da se bo v prihodnosti zgodilo nekaj strašnega, je vseskozi v stanju povečane budnosti, ki se kaže kot reakcija v sili (Rachman 1998). Anksioznost je v svoji najčistejši obliki difuzna, brezciljna, neprijetna in vztrajna. Za razliko od strahu je običajno nepredvidljiva in neobvladljiva. Dolgotrajna in intenzivna anksioznost onemogoča normalno življenje in je samodestruktivna (Brewin 1996).

### **2.1 ZGODNJE IZKUŠNJE IN POMANJKANJE NADZORA**

Po klinično psihološki razlagi je nastanek anksioznosti močno odvisen od posameznikove zaznavne sposobnosti obvladovanja potencialno stresnih dogodkov, ta pa naj bi bila odvisna od zgodnjih izkušenj (Barlow 2002). Izkušnje iz otroštva lahko močno vplivajo na občutek posameznikove zaznave nadzora nad okoliščinami in vplivajo na razvoj anksioznosti v poznejšem življenju. Če otrok v otroštvu pogosto doživlja pomanjkanje nadzora nad dogodki v svojem življenju, lahko v kasnejših starostnih obdobjih svet in življenje okoli sebe zaznava kot nepredvidljivega in nevarnega (Barlow 2000). Tak pogled na svet pa lahko vodi do občutkov nemoči, ki so vzrok za razvoj kronične nagnjenosti k pričakovanju negativnih rezultatov, ne glede na to kako jih ti posamezniki poskušajo preprečiti. Zaradi občutka, da ne more nadzorovati lastnega življenja, se posameznik vseskozi počuti ogroženega, kar je

ključna značilnost kronične anksioznosti - kot ugotavljajo raziskovalci, že sama prisotnost stresorjev lahko povzroči anksiozno motnjo (Barlow 2000).

Za razumevanje anksioznosti naj bi bilo zelo pomembno poznavanje posameznikove družinske dinamike oz. starševskega vzgojnega sloga. Preveč zaščitniška vzgoja otroku na nezaveden način sporoča, da je svet nevaren kraj, in mu onemogoča priložnost za razvoj lastnega pogleda na svet in veščin delovanja glede na okolje (Barlow 2000). Po drugi strani pa premalo zaščitniški slog otroka pušča v nestrukturiranem, kaotičnem svetu, polnem stresa (Barlow 2000). Avtorji navajajo tudi konkretne izkušnje, ki naj bi vplivale na percepcijo zmožnosti kontrole: izguba ali ločitev od primarnih skrbnikov (staršev) ter neprestane travme, kot so fizične, čustvene in spolne zlorabe v otroštvu. Tako klinična psihologija izhaja iz domneve, da so izkušnje iz otroštva ključen dejavnik za razvoj zaznave nadzora – na osnovi tega strokovnjaki ocenijo, kateri ljudje naj bi bili bolj dovzetni za razvoj anksioznosti.

## **2.2 KOGNITIVNA IZKRIVLJANJA**

Izraz »kognitivno vrednotenje« preprosto pomeni način, kako oceniti in presoditi poseben okoljski dogodek ali situacijo. V klinični psihologiji je koncept kognitivne ocene ključen dejavnik za razumevanje posameznikove dovzetnosti za stres in anksioznost. Po Lazaru in Folkmanu (1984) je koncept kognitivne ocene sestavljen iz dveh ločenih vrst prepričanj. Ta prepričanja sta opredelila kot »primarne« in »sekundarne« ocene. Primarna ocena se nanaša na posameznikovo subjektivno oceno situacije glede na njen pomen za njegovo blaginjo, sekundarna ocena pa se nanaša na posameznikovo vrednotenje njegovih sposobnosti za spopadanje s to situacijo. Primarna ocena se nadalje razdeli na tri ločene kategorije: »nepomembno«, »neškodljivo-pozitivno« in »stresno« (Lazarus in Folkman 1984).

Do sedaj sem razpravljal o dveh psiholoških spremenljivkah (zaznava nadzora in kognitivna ocena), ki po prepričanju klinične psihologije vplivajo na verjetnost, da bo človek reagiral anksiozno. Vendar sta ti dve spremenljivki odraz bolj splošnega prepričanja neke osebe o sebi in svetu okoli njih. Klinični psiholog Albert Ellis (Elis in drugi 1997) pravi, da specifični stresorji v okolju neposredno ne povzročijo čustvene reakcije ali problematičnega vedenja: »nezdrav« odziv na situacije je po Ellisu rezultat edinstvenih prepričanj neke osebe. Ta prepričanja pa ne vključujejo samo prepričanj o samem dogodku, ampak tudi posameznikova prepričanja o svoji sposobnosti prilagajanja in prenašanja negativnih dogodkov (Elis in drugi 1997). Ellis trdi, da je posameznikovo razumevanje določene situacije pogosto pod vplivom njegovih osnovnih stališč in jedrnih prepričanj (core beliefs) o sebi in svetu okoli njega.

Temeljna prepričanja se nanašajo na organizacijo načel, ki jih uporabljamo za razumevanje in interpretacije dogodkov v našem okolju. Po enem izmed glavnih ustanoviteljev kognitivne terapije Aaronu T. Becku (Beck in Emery 1985) se vsak od nas močno drži lastnih osrednjih, jedrnih prepričanj o sebi, drugih in sveta okoli nas. Čeprav ta jedrna prepričanja bistveno vplivajo na naše delovanje in kognitivne ocene dogodkov, se jih v veliki večini ne zavedamo, zato se tudi ne zavedamo njihovega vpliva na naše vsakdanje življenje. Tako nam lahko ta nezavedna prepričanja povzročajo nepotrebne čustvene stiske, saj jih obravnavamo kot absolutno resnico, v resnici pa so le naša subjektivna prepričanja (Beck in Emery 1985). Zato si kognitivna terapija prizadeva k ozaveščanju jedrnih prepričanj ter s tem bolniku, ki trpi zaradi »napačnih« lastnih prepričanj o sebi, pomaga racionalno pojasniti, da so njegova negativna čustva produkt njegovih nezavednih prepričanj (Beck in Emery 1985).

Številni kognitivisti verjamejo v možnost, da se človek lahko dokoplje do objektivne resnice, kar naj bi bila pot do psihičnega zdravja, in opozarjajo, da svojih prepričanj običajno ne vrednotimo v skladu z njihovo objektivno veljavnostjo. Že običajen izraz »vsak ima pravico do svojega prepričanja« odraža to sprejetje. Tako lahko nekatera subjektivna prepričanja vodijo do izkrivljenih misli zato, ker temeljijo na laži in ne na resnici. Te misli pa nas privedejo do zaskrbljujočih čustev in neprilagojenega vedenja. Po Becku in Emery (1985) so ljudje zaradi svojih prepričanj, ki jih interpretirajo kot objektivno resnico, nagnjeni k določenim vrstam kognitivnih »napak« pri vrednotenju različnih situacij v svojem življenju. To še posebej velja za ljudi z anksioznimi motnjami. Te miselne »napake« pogosto imenujejo kognitivne motnje. Klinična psihologija je do sedaj evidentirala veliko kognitivnih izkrivljanj, ki lahko vplivajo na anksioznost, za najpomembnejši pa veljata precenjevanje grožnje in podcenjevanje človekove sposobnosti za spopadanje z grožnjo (Beck in Emery 1985).

Precenjevanje grožnje se navadno nanaša na posameznikovo prepričanje o verjetnosti ali gotovosti nastanka nekega dogodka. Povezano s tem se kognitivno izkrivljanje nanaša na katastrofalne napovedi, ki sprožijo pretiran občutek zaznane škode. Tako obstaja velika verjetnost, da bo nekdo, ki precenjuje nevarnost situacije, hkrati podcenjeval svoje sposobnosti, ki bi mu pomagale pri spopadu z to situacijo. Kognitivno izkrivljanje precenjevanja grožnje pogosto vodi k drugem izkrivljanju podcenjevanja lastne sposobnosti za spopadanje z njo. Ellis (Ellis in drugi 1997) je prepričan, da bo ta kombinacija kognitivnih izkrivljanj najverjetneje povzročila nesorazmerno količino anksioznosti glede na dejanske okoliščine. Hkrati kognitivno izkrivljanje povečuje verjetnost slabo prilagojenega vedenja (izogibanje). Izogibanje izzivalnih in stresnih situacij pa onemogoča razvoj spretnosti in vrlin.



Tako si posameznik, ki se izogiba življenjskim izzivom, otežuje možnost, da zavrne popačeno prepričanje ter na drugi strani krepi prepričanja, ki so pogojena z kognitivnim izkrivljanjem (Ellis in drugi 1997).

### **3 FREUDOVO RAZUMEVANJE ANKSIOZNOSTI V KULTURI**

Za razliko od klinično-psihološke teorije pa Freud razume anksioznost kot posledico kulture. Kulturo označuje kot skupek dejavnosti in ustanov, kjer se je naše življenje oddaljilo od prednikov in služi dvojnemu namenu: ščiti človeka pred naravo in ureja medsebojne odnose med ljudmi. Bistvo kulture temelji na odpovedovanju nagonom in zahtevi po kulturno sprejemljivem načinu zadovoljevanja, kar obvladuje celotno področje človekovih socialnih odnosov. Prav družba, ki človeku nalaga preveliko mero odrekanja, sproži mehanizem nevroz. Vrednost kulture za človeško srečo postane vprašljiva, saj je restrikcija nagonov hkrati vir frustracij ob nenehni zahtevi odlaganja ugodja (Toplak 2007).

Po Freudu prav prepoved loči kulturo od nature, sredstvo, ki ga kultura uporablja, pa je obračanje lastne agresije proti svojemu Jazu – to delo opravlja Nadjaz, ki se postavi nasproti Jazu. Agresivno nagnjenje, ki bi ga Jaz rad usmeril na druge posameznike, kot vest usmerja proti Jazu samemu. Ta napetost med strogim Nadjazom in podrejenim Jazom predstavlja zavest o krivdi. Kultura tako nevarno ugodje posameznika obvladuje tako, da ga slabi, razoroži in ga pusti nadzoru Nadjaza (avtoritete) (Toplak 2007).

Freud govori o dveh izvorih občutka krivde. Prvi izvor je tesnoba pred zunanjo avtoriteto, drugi pa tesnoba pred ponotranjeno avtoriteto Nadjaza. Prvi izvor zahteva odrekanje zadovoljevanja nagonov, drugi pa priganja h kaznovanju. V primeru tesnobe pred Nadjazom se kljub uspešnemu odpovedovanju nagonom pojavlja občutek krivde. Freud to pojasnjuje, s tem, da so zaradi prepovedi gonske težnje želje še močnejše: krivdo občutimo ne samo zaradi izvršenih nedovoljenih dejanj, ampak tudi zato, ker si prepovedano želimo in mislimo nanj (Toplak 2007). To pojasni paradoks, da imajo najbolj neznosna občutja krivde ljudje, ki se najbolj odpovedujejo užitek. Tako vzdržnost ni več nagrajena - namesto tega človeku grozi nenehna notranja nesreča in zavest o krivdi. Tako se znajdemo pred paradoksnim načelom, da odpoved nagonom ustvari vest, ki zahteva nadaljnje odpovedovanje nagonom. Občutek krivde, ki se kaže kot nelagodje, je po Freudu najpomembnejši problem kulturnega razvoja (Toplak 2007).

## **4 ANKSIOZNOST V NEOFREUDOVSKI IN HUMANISTIČNI PSIHOLOGIJI**

Avtorji (Sullivan, May, Horney), ki sodijo v krog neofreudovske psihoanalize in humanistične psihologije, anksioznost povezujejo z izgubo smisla, negotovostjo in razvrednotenjem sebe kot posledico neizpolnjevanja družbenih norm. Anksioznosti za razliko od Freudove konceptualizacije in razumevanja tesnobe v simbolnem interakcionizmu ne obravnavajo kot neizbežne posledice življenja v kulturi, ampak kot stanje, ki je sicer družbeno pogojeno, ga pa je mogoče preseči z drugačnim pogledom nase in na svet (zdi se, da je še najmanj optimistična K. Horney).

V primerjavi s klinično-psihološkimi pristopi manj govorijo o fizičnih izkušnjah in vedenjskih komponentah anksioznosti, bolj pa poudarjajo subjektivno izkušnjo ogroženosti zaradi občutka nesmisla in nemoči. Izhajajo iz dejstva, da je ključna naloga v človeškem življenju vzpostavljanje in ohranjanje smiselnih odnosov: do drugih, do samih sebe in do našega fizičnega okolja.

### **4.1 IZKUŠNJA NEUSPEHA IN ANKSIOZNOST**

Psihologi, ki se zanimajo za preučevanje anksioznosti kot posledico družbenega vpliva na posameznika, analitično razlikujejo anksioznost in strah. Že Freud je poudaril neopredeljenost in odsotnost objekta pri anksioznosti - če je objekt znan, namreč govorimo o strahu (Freud 1985). Tudi Harry Stack Sullivan trdi, da ima anksioznost drugačen pomen kot strah. Strah je prilagojen odziv na nevarne razmere, njegova funkcija je mobilizacija našega telesa in priprava na beg ali borbo zaradi nevarnih razmer v okolju, ki neposredno ogrožajo naš obstoj (Sullivan 1953). Poleg tega strah ne vpliva na našo družbenost, saj je le trenuten odziv na grožnjo. Anksioznost pa je po Sullivanovih ugotovitvah »interpersonalne narave« in je neizbežno povezana s posameznikovo oceno oz. vrednotenjem lastnih dosežkov. Trdi, da se anksioznost sproži izključno v primeru izkušnje družbenega neodobravanja, ko se močno zavedamo svojega pričakovanega odziva na to izkušnjo (Sullivan 1953). Pričakovan odziv pa je posledica našega prepričanja, ki je pogojeno z družbenimi normami - zaradi prepričanja, da smo ravnali napačno in nismo zadostili kriterijem družbenih norm, sebe dojemamo kot nezadostno družbeno bitje in zato močno občutimo zadrego, sram, ponižanje, krivdo in razočaranje nad samim sabo (Wilkinson 2001). Pri anksioznosti ne gre toliko za to, da bi

posameznik poskušal ubežati svojemu okolju, temveč bolj za to, da skuša pobegniti od svoje identitete, ker se dojema kot nezadostno družbeno bitje in ga je strah, da bo s tako osebnostjo v prihodnosti spet ravnal napačno. Tako pri Sullivanovi definiciji anksioznost za razliko od strahu ni vezana na neposredni vzrok, ampak je posledica globoko zakoreninjenih izkušenj iz preteklosti, preko katerih je subjekt dojel samega sebe kot neuspešnega (Fischer 1970).

Podobno kot Sullivan tudi Rollo May ugotavlja, da je treba anksioznost razlagati kot posledico izkušenj, ki ogrožajo obstoj samega sebe kot osebnosti. V tem se razlikuje od strahu – strah nam sicer v specifičnem pogledu lahko škodi, vendar nima toliko moči, da bi podvomili v svojo vrednost (May 1977). Nasprotno pa pri anksioznosti subjekt svoje vrednote, ki pogojujejo njegov obstoj in so posledično glavni elementi varnosti njegove osebnosti, dojema kot nezadostne ter se zato počuti ogroženega. Zaradi tega prepričanja subjekt nezavedno zavrača svojo osebnost in jo smatra kot napačno za normalno delovanje v družbi. Posledično je prepričan, da je zaradi nezadostnih osebnih vrednot in sposobnosti ogrožena njegova eksistenca (May 1977).

May izpostavlja vlogo imperativa uspeha v razvoju anksioznosti: trdi, da obstaja razlog za domnevo, da je posameznikov konkurenčni uspeh prevladujoč dominantni cilj v naši družbi in s tem glavni vzrok za razvoj anksioznosti (May 1977). Razlaga, da družba izvaja pritisk na posameznika za uspeh na konkurenčnem trgu, ki se kaže v količini bogastva (kapitala) in ugleda ter s tem omogoča razvoj socialnih razmerij, v katerih se posamezniki med seboj srečujejo v medosebnih odnosih sovraštva. V skladu s tem je posameznikova anksioznost tesno povezana s socialno izkušnjo izolacije in agresivne težnje po uspehu, ki je družbeno definiran. Poleg tega večina ljudi, ki želijo ubežati občutku ničvrednosti in nemoči, ki sta glavna vzroka za razvoj izkušnje tesnobe, vidi rešitev v maksimiranju svojih naporov za dosego položaja konkurenčne prednosti (May 1977). To ne preseneča, saj se nenehno poudarja, da sta količina kapitala in ugled, ki jim prinašata konkurenčno prednost na trgu, glavna elementa za dosego družbenega priznanja kot uspešne osebe. Z družbenim priznanjem uspešnosti naj bi si pridobili občutek osebnega dostojanstva in moč, da usmerjajo potek svojega življenja. Tako je posameznik prepričan, da je smisel življenja uresničevanje družbene predstave o uspehu (čim večji dobiček in ugled), kar ga prisili v nenehen samonadzor in podreditev v boju za dosego uspeha (May 1977). May (1977) torej predpostavlja, da je glavni problem, ki pogojuje razvoj anksioznosti pri posamezniku, boj za uspeh, s čimer se posameznik zapleta v »začaran krog« vedno večje anksioznosti. Za ponazoritev teorije May navaja študijo primera pacienta »Toma«, ki je v času svoje

brezposelnosti razmišljal o samomoru. Pomen Tomovega življenja je bil močno odvisen od njegove sposobnosti, da izpolni svojo vlogo hranilca družine. Z izgubo službe Tom ni več izpolnjeval vloge vloga hranilca družine, Tom pa je izgubil svoj smisel in identiteto, saj je verjel, da je njegova osnovna naloga, da nahrani družino (May 1977).

May torej anksioznost obravnava kot posledico neizpolnjevanja družbenih pričakovanj, njena usodna posledica pa je rušenje temeljev osebnosti. Kljub temu, da anksioznost povezuje z družbenimi normami, jo – podobno kot Sullivan, – pojmuje kot izkušnjo brez realne osnove.

#### **4.2 OBČUTJE NESMISLA IN IZGUBA ORIENTACIJE**

Subjektivni pomen anksioznosti v kontekstu naših izkušenj družbenih konfliktov in protislovij sodobne družbe je mogoče najti tudi v delih Karen Horney. Horney analizira, v kolikšni meri izkušnja družbene sovražnosti, ki spodkopava naše dožemanje smisla in naš občutek identitete, vpliva na razvoj anksioznosti. Trdi, da je izkušnja anksioznosti neločljivo povezana z občutkom nesmisla in nemoči, ki peljeta k uničenju jedra naše osebnosti (Horney 1939). Vzroki za doživljanje nesmisla in nemoči pa ležijo v družbenih izkušnjah sodobnega časa, ki vzbujajo občutek majhnosti, nepomembnosti, zapuščenosti in ogroženosti zaradi zlorab, goljufij, fizičnih ali psihičnih napadov, ponižanja, izdaje in zavisti (Horney 1937). Kot prej omenjena avtorja poudarja, da se anksiozna osebnost vseskozi srečuje z globoko zakoreninjenim prepričanjem, da je subjekt neuspeha, sovražnosti in konflikta. To nezavedno prepričanje pa vodi v globok občutek izgube orientacije, ki se sprevrže v boj za varnost, pomen in lastne identitete.

Podobno kot May tudi Karen Horney opozarja na dejstvo, da gospodarstva sodobnih družb temeljijo na ideološkem načelu konkurenčnega individualizma, ki je odgovoren za vedno večjo sovražnost med ljudmi. K. Horney (1937) razume posameznike kot udeležence v družbeno-kulturni izkušnji, ki jih naredi močno ranljive za globok občutek negotovosti in za grozno napetost, ki izhaja iz strahu pred neuspehom. Opozarja, da smo zaradi obstoječih družbenih odnosov, ki so povezani z nenehnim bojem za pridobitev premoči, ugleda in ekonomske varnosti, podvrženi čustveni izgorelosti ali drugim duševnim motnjam, ki jih psihologi obravnavajo kot bolezenska stanja, katerih izvor naj bi bilo posameznikovo subjektivno dožemanje in ne problem širšega družbenega delovanja (Horney 1937). V svojih študijah K. Horney izpostavlja številna družbeno-kulturna protislovja, ki jih glede na njihovo pogostost in intenzivnost pojmuje kot glavne vzroke za razvoj anksioznosti, ki posameznika pripravijo, da sprejeme in ponotranji »nevrotične« vzorce vedenja in mišljenja (Horney 1937).

Poleg osnovnega protislovja med konkurenčnim iskanjem uspeha in etike »bratske ljubezni in skromnosti«, ugotavlja, da je sodobni posameznik kljub svojim brezkončnim materialnim ambicijam podvržen neskladnosti med svojimi potrošniškimi željami in možnostjo, da te potrebe zadovolji (Horney 1937). Prav tako vidi protislovje med idealom svobode posameznika, ki lahko na podlagi svojih lastnih virov in trdega dela doseže karkoli se mu zahoče, in omejitvami v okviru socialnega položaja, konkurenčne veljavnosti drugih ter dejstvom, da živimo v svetu omejenih virov in omejenih možnosti. K. Horney je na podlagi rezultatov svojih študij ugotovila, da so prav ta družbeno-kulturna protislovja glavni vir anksioznosti in da je razvoj »nevrotičnih značajskih potez« pri sodobnem (neoliberalnem) posamezniku zgolj odziv na njegove napetosti, ki so posledica družbeno-kulturnih pogojev (Horney 1937).

### **4.3 OPIRANJE NA SOCIOLOGIJO**

Tako May kot Horney pripisujeta sociologiji pomembno vlogo pri študiji anksioznosti. K. Horney poziva psihologe in psihoanalitike, da svoje delo povežejo s sociologijo na način, da začnejo gledati na anksioznost z vidika povezave strukture nevroz z strukturo družbenih procesov. Anksioznost razlaga kot enega od indikatorjev, ki kažejo, da je nekaj hudo narobe z družbenimi pogoji, zato se distancira od psihološkega koncepta anksioznosti, ki obravnava anksioznost kot »lastnost« osebnosti ali kot izkušnjo, ki jo je mogoče razložiti izključno s sklicevanjem na šibke točke in slabosti izoliranih posameznikov (Horney 1937). Podobno trdi tudi May, namreč, da je vsak poskus, da bi razumeli anksioznost kot posledico izkušenj iz otroštva ali psihosomatskih motenj nepopoln, če ni usklajen s prizadevanjem za povezovanje problemov psihologije z konceptom zgodovinskega razvoja družbeno-kulturnih izkušenj v svetu (May 1977). Poleg tega vidi sociološko analizo spreminjanja struktur sodobnih družb kot zanesljivo sredstvo za identifikacijo dogodkov in pogojev v družbenem okolju, ki pogojujejo razvoj anksioznosti.

Sicer pa se v sociologiji anksioznost pojasnjuje kot posledico družbene organizacije, politične ekonomije in sprememb družbeno-kulturnih vrednot. Za razliko od individualno-psihološke obravnave, ki poskuša pojasniti anksioznost z vedenjskimi, fiziološkimi in kognitivnimi mehanizmi, preko katerih posamezniki pridobivajo različne čustvene izkušnje, sociologija obravnava misli in čustva kot produkt družbenih struktur in družbeno-kulturnih pogojev (Thoits 1995). Izkušnje oz. dojemanje sveta in samega sebe sociologija povezuje z družbeno pozicijo posameznikov in poskuša identificirati tiste skupine in posameznike, ki so zaradi

svojega socialno-ekonomskega statusa, kakovosti njihovih družbenih odnosov in ravni predanosti dominantnim družbenim vrednotam sodobnega časa najbolj ranljivi in dovzetni za anksioznost (Thoits 1995).

V nadaljevanju predstavljam tista obravnavanja anksioznosti v sodobnih družbah, ki poskušajo povezati konkretno družbeno analizo z analizo razvoja anksioznosti.

## **5 (NEO)LIBERALIZEM IN ANKSIOZNOST**

### **5.1 VLOGA DRŽAVE V (NEO)LIBERALIZMU**

Eno ključnih vprašanj vladanja, ki se postavi v kapitalizmu, je vprašanje razmerja med trgom in državo.

Analitiki liberalizma (Foucault 1977) razumejo upravljanje države kot način izvajanja moči nad posamezniki - Foucault liberalizem obravnava kot racionalno pragmatičen način državnega upravljanja (Rose 1993). Osnovni problem zgodnjega liberalizma razume v konfliktu med svobodnim trgom in državno suverenostjo (neodvisnosti). Neoliberalizem dojema kot problematičen, ker zmanjšuje državno vlogo in omejuje njeno delovanje. Za razliko od Foucaulta angleško-škotska šola liberalizma (Rose 1993) zagovarja »laissez faire« kot osnovno načelo, saj naj bi ob manjši vlogi države ob upoštevanju svobodnega trga ta (država) postala bogatejša in močnejša. Tudi pri modernih oblikah liberalizma, ki ga poimenujemo kot neoliberalizem, ekonomski liberalizem ali ekonomski racionalizem, ostaja osnovno vprašanje omejitve države v odnosu s svobodnim trgom (Rose 1993).

Nemška šola Ordo-liberalen, ki je nastala med in po drugi svetovni vojni, poudarja pomen obstoja države kot posledico ekonomske svobode, ki bo državi omogočila legitimnost in hkrati samoomejitev. Tako razlagajo, da nacizem ni bil slučajen zgodovinski proces temveč neizogibna posledica neliberalnega upravljanja (nacionalni protekcijonizem, socialna država Bismarkovega tipa, vojno ekonomsko načrtovanje in Keynesijanski intervencionizem) (Barry in drugi 1996). Čikaška šola ekonomskega liberalizma, ki je ohranila stike z Ordo-liberalno šolo, je prav tako kritična do posledic 'pretiranega' državnega upravljanja. Osrednja vloga svobodnega trga je po njihovem zagotovljena le pod določenimi političnimi pravnimi in institucionalnimi pogoji, ki jih mora država aktivno izpeljati (Barry in drugi 1996).

Bistvena zahteva zgodnjega liberalizma je, da država ne sme zatreti svobodne iniciative državljanov, saj bi s tem uničila osnovo učinkovite proizvodnje in menjave. Po drugi strani pa za neoliberalizem velja, da omejitev države ni prepuščena spontanosti, pač pa je strogo določena v sistemu upravljanja. Pri obeh oblikah liberalizma princip države zahteva od državljanov svobodno racionalno iniciativo, le da je ta pri zgodnjem liberalizmu »naravna vrednota« (Smith 1776), po Hayeku (1979) pa oblika civilizacijskega artefakta, saj mora posameznik v sedanji družbi potlačiti vse osnovne instinkte in hotenja, izhajajoča iz primitivnih skupnosti v pradavnini. Osebna svoboda postaja po takšnem razumevanju sedaj tehnični pojem racionalnega vladanja, ne pa utopična vrednota.

Neoliberalizem ustvarja legalne, institucionalne in kulturne pogoje, ki omogočajo tekmovalno igro udeležencev na najbolj ekonomsko-racionalen učinkovit način. V skladu s tem neoliberalci kritizirajo obstoječo družbo kot posledico preobsežnih vladnih intervencij v smeri gradnje socialne države. Po njihovem postaja državni aparat ekonomsko in socialno največja ovira učinkovitega gospodarstva in povzroča nekontrolirano rast države (Barry in drugi 1996). Na podlagi tega lahko sklenemo, da je neoliberalizem naravnan tako proti državi kot proti družbi. Temelj neoliberalizma je promoviranje podjetniške kulture, ki zajema tudi delovanje šol, bolnišnic, splošnega zdravstva, trga nepremičnin, zaporov... in globoko spreminja tradicionalne oblike obstoječih sistemov (Barry in drugi 1996). V sodobni obliki neoliberalizem ustvarja nove odnose med državo in posamezniki, pri katerih poudarja njihovo lastno odgovornost, samostojnost in svobodo. Tako se izvajanje svobode udejanja kot tehnika sebstva posameznika, s tem pa pride do novih etičnih norm, ki odpirajo negotove in tudi nestabilne odnose med politiko in etiko ter med državo in posamezniki (Barry in drugi 1996).

## **5.2 INDIVIDUALIZACIJA, IZBIRA IN ANKSIOZNOST**

Kot enega izmed najbolj razpoznavnih značilnosti sodobnega družbenega življenja družbeni teoretiki izpostavljajo proces individualizacije. Danes živimo v obliki družbene organizacije, ki nas tako rekoč sili k uresničitvi svoje individualnosti na način, ki je skladen z imperativi rasti, konkurenčnosti in tekmovalnosti. Zygmund Bauman trdi, da sodobni razvoj moške in ženske prisili, da delujejo na način stanja posameznika, v katerem so njihova življenja razdrobljena in razdeljena v skupek ohlapno povezanih ciljev in nalog (Bauman 1993).

Erich Fromm (sicer novofreudovec, ga pa zaradi njegove natančnejše analize značilnosti pogojev življenja v kapitalizmu uvrščam v to poglavje) npr. trdi, da ima razvoj sodobnih procesov individualizacije dialektičen značaj. Na eni strani smo z njim pridobili tehnološko

obvladovanje narave, večjo moč razuma in »osebno moč« (»self strength«), s katero določamo potek naše lastne usode. Toda po drugi strani smo s tovrstnim delovanjem postali bolj občutljivi na rastoči občutek osamljenosti (izolacije), ki ga spremljata obup in opustošenje, ki ustvarjata intenziven občutek anksioznosti (tesnobe) in negotovosti (Fromm 1942). Istočasno ko posamezniki pridobijo večjo svobodo o odločanju in smeri poteka njihovih življenj, lahko hkrati glede na gospodarske in kulturne razmere, v katerih se znajdejo, naletijo na »neznosna čustvena bremena«, ki vzbujajo občutke osebne nepomembnosti in nemoči (Fromm 1942).

Fromm (1995) v svojih delih razlaga in dokazuje, kako so ljudje v industrijskih kapitalističnih družbah veliko bolj podvrženi »karakterni strukturi« oz. razvoju lastnega karakterja (identitete), ki jih naredi toliko bolj ranljive za anksioznost in druge psihične težave. Prevladujočo izkušnjo individualnosti označuje kot tisto, ki nas vseskozi na nek način terorizira s svobodno odločitvijo o tem, kako razmišljati in delovati zase (Fromm 1995). Se pravi, da sami sebe nenehno presojava in se trudimo delovati v skladu z lastno identiteto ter lastnimi pravili in normami, ki smo si jih preko svobodne odločitve izbrali in jih ponotranjili z namenom doseganja in krepitev te identitete v prihodnosti (Fromm 1995).

S sklicevanjem na Marxovo teorijo alienacije Fromm trdi, da je trdo in pusto (rutinsko) delo pod pogoji industrijskega kapitalizma glavni vzrok za nizko samospoštovanje in nizko samozavest posameznikov v liberalni kapitalistični družbi (Fromm 1942). Poleg tega razume konkurenčni individualizem, ki služi gospodarski dinamiki v kapitalističnih družbah zgolj kot sredstvo za uveljavitev »duha brezbrčnosti« in kvaliteto preračunljive instrumentalnosti znotraj naših družbenih odnosov pri ob kateri se počutimo izolirane z vtisom, da smo vrednoteni le kot tržni predmet (objekt) (Fromm 1942).

Tudi Anthony Giddens (1990, 1991, 1994) in Ulrich Beck (1992, 1994) trdita, da je pospešeni proces individualizacije družbo pripeljal do točke, pri kateri postaja vse več in več ljudi dovzetnih za anksioznost. V zgodnjih fazah industrializacije, ki so prinašale nove izkušnje in uresničevanje individualnosti, so zaradi rigidne razredne strukture, fiksnih (patriarhalnih) odnosov med spoloma ter tudi možnosti stalne zaposlitve, ljudje še vedno uspeli ohraniti relativno skladno podobo o sebi, o svojem načinu življenja in delu. Nasprotno pa v sodobnem času, kjer se srečujemo z »fleksibilizacijo« zaposlitve, z vse večjim vplivom feminizma, s propadanjem nuklearnega tipa družine, s širitvijo izobraževanja, povečevanjem vpliva množičnih medijev, narašča občutek izgube orientacije spričo dejstva, da ni nič več



nespremenljivo ter da ni več trajnih povezav in večnih resnic. Tako se bolj kot kdaj koli prej zdi prihodnost negotova, saj v sedanjosti skorajda ni več fiksnih oprijemljivih struktur (Giddens, 1991).

V primerjavi z ljudmi, ki živijo v tako imenovanih tradicionalnih družbah, naj bi imeli posamezniki v individualiziranih družbah večjo svobodo, vendar zaradi nje doživljajo toliko večji družbeni pritisk: nenehno morajo izbirati med številnimi možnostmi, posledice izbir pa so negotove. Po besedah Anthonyja Giddensa »nimajo druge izbire kot, da se odločijo, kdo so in kaj počnejo,« torej naj bi sami določali svojo identiteto (Giddens 1994). Takšna »svoboda« izbire je povezana z idejo racionalnosti, z demokratizacijo politike in poudarjanjem posameznikovih pravic, hkrati pa predstavlja stalen vir negotovosti pri dojetju smisla in pomena lastnega življenja (Macintyre 1985; Taylor 1989).

V tem kontekstu Anthony Giddens zagovarja tezo, da takrat, ko naletijo na »zunanje okolje, polno sprememb,« posamezniki najverjetneje postanejo »obsedeno zaskrbljeni z bojaznijo pred morebitnimi tveganji, ki grozijo njihovem obstoju, ter tako postanejo nesposobni za praktična delovanja« (Giddens 1991). Posledica tega je, da so zaskrbljeni nad lastno identiteto, ker jim ne nudi orodja, s katerim bi si lahko pomagali pri morebitni grožnji v prihodnosti; zaskrbljeni so nad lastno nesposobnostjo, da ohranijo nadzor nad svojimi prednostnimi možnostmi (Giddens 1991). Podobno Ulrich Beck trdi, da življenje v dobi »refleksivne modernizacije« izgublja svojo »samoumevno kakovost«, delo in intimni odnosi pa postajajo rutinski, zato ljudje postajajo vse bolj negotovi glede samih sebe, glede tega, »kdo so in kaj hočejo«, kar je vir eksistencialne tesnobe (Beck; Beck-Gernsheim 1996).

To je le nekaj primerov analiz, ki individualizacijo in hitre družbene spremembe obravnavajo kot glavni vzrok za anksiozne in druge duševne stiske v sodobnih družbah – hitrejše kot so družbene spremembe, manj kot so jasne smernice, verjetneje je, da bomo obremenjeni z občutkom ogrožene osebne identitete (Giddens 1991).

### **5.3 INDIVIDUUM KOT HOMO ECONOMICUS - PODJETNIK SAMEGA SEBE**

Homo economicus je koncept, ki se nanaša na imaginarno človeško bitje v določenih ekonomskih modelih, kjer ekonomisti izpostavljajo neskončno sposobnost racionalnih odločitev. Nasprotno pa ekonomisti, kot je J.M. Keynes in predstavniki avstrijske šole, poudarjajo človeško negotovost in omejeno racionalnost pri ekonomskih odločitvah. Dokazujejo, da popolna racionalnost ne obstaja, kar pomeni, da je vsaka ekonomska dejavnost povezana s tveganjem (Read 2009).

Foucault pojmuje koncept homo economicus kot osnovno vez med klasičnim liberalizmom in neoliberalizmom. Posameznik se kot ekonomski subjekt menjave v klasičnem liberalizmu spremeni v subjekt tekmovanja, kar ima daljnosežne učinke. Ekonomska menjava je v antropološkem smislu naravna, medtem ko je tekmovanje povsem novo razmerje, ki po pojmovanju neoliberalcev brani trg pred monopoli in državnimi intervencijami. Tako homo economicus postane podjetnik samega sebe in vse aktivnosti postanejo investicija v človeški kapital (Read 2009).

Po drugi strani pa Lazzarato poudarja v svojem razumevanju neoliberalizma pomen dolga. Dolg in ne razmerje menjave smatra kot osnovo vsakega družbenega razmerja. Zaradi spremembe državne suverenosti, ki ni več odgovorna državljanom, pač pa finančnim institucijam, postane posameznik ujet v večjo zadolženost. Zaradi te mu je prihodnost zaprta, v sedanosti pa se izčrpava v delu, namenjenemu odplačilu časa, ki mu je bil »prodan« v preteklosti v obliki kreditov (Lazzarato 2012).

### **6 BUDISTIČNA RAZLAGA ANKSIOZNOSTI**

Sama anksioznost in občutek ogroženosti izhaja že iz same sociološke definicije jaza, ki temelji na odvisnosti razmerja jaz-drugi. Jaz je razumljen kot nestanoviten objekt in je rezultat stalnih interakcij v družbi (Callero 2003). Takšen dualistični koncept stalno ogroženega jaza, ki niha med sprejemom in zavrnitvijo v okolju, ustvarja občutek stalne napetosti in ogroženosti. Ob številnih kritikah takšnega pojmovanja jaza in ob razumevanju vzrokov socialne ogroženosti se upravičeno pojavljajo potrebe o drugačnem pojmovanju jaza (Immergut, Kaufman 2014). Avtorja Immergut in Kaufman predlagata rekonstrukcijo koncepta jaza in sicer tako, kot ga razume budizem, ki po njuni interpretaciji v svoji osnovi zajema prav sociološko tematiko.(Immergut, Kaufman 2014).

V budistični filozofiji pomeni osnovno vodilo univerzalna soodvisnost (enost), medtem ko je jaz razumljen kot iluzija. Razumeti sebe pomeni pozabiti svoj jaz (psiho-sociološki konstrukt), pozabiti sebe pomeni zbuditi se in dojeti intimno povezanost vseh živih bitij (Loy 2003). Vsaka identifikacija z mislimi, občutki, razpoloženjem, vedenjem, čustvovanjem, predstavlja trpljenje. Ko dojamemo univerzalno soodvisnost kot resnično, potem ni ne jaza in tudi ne ogroženosti, ki bi iz njega izhajala. S tem postaja dualizem jaz-drugi za budizem psiho-socialni konstrukt in je kot takšen potreben dekonstrukcije. Za budiste je jaz prazen in kot tak ne predstavlja absolutno neodvisne entitete. Skozi razumevanjene jaza ponuja budizem nove možnosti za ustvarjanje pravičnejše, enakopravnejše in miroljubnejše družbe (Immergut in Kaufman 2014).

## **7 SKLEP**

V uvodu svoje diplomske naloge sem predpostavil, da je problem anksioznosti treba obravnavati kot posledico sodobnih družbenih trendov in kot odgovor na pogoje življenja v neoliberalnih sodobnih družbah. Ugotovil sem, da nas neoliberalizem sili k uresničitvi svoje individualnosti na način, ki je značilen za razvoj kapitalističnih delovnih razmerij, demografskih premikov in vzpon nacionalnih demokratičnih držav: podvrženi smo zahtevi po nenehnem razvoju lastne identitete in veščin, ki naj bi bile skladu s sodobnimi neoliberalnimi družbenimi trendi: to pa je predvsem konkurenčnost, ki naj bi ljudem zagotovila izpolnjevanje dominantnega imperativa: individualni uspeh. Na podlagi tega spoznanja sem prišel do nadaljnje ugotovitve, da družba izvaja pritisk na posameznika za uspeh na konkurenčnem trgu, ki se kaže v količini bogastva (kapitala) in ugleda ter s tem omogoča rast institucijam, v katerih se posamezniki med seboj srečujejo v medsebojnih odnosih sovraštva. Tako se ustvarja prepričanje, da je smisel življenja uresničevanje družbene predstave o uspehu (čim večji dobiček in ugled), kar ljudi prisili v nenehen samonadzor in podreitev v boju za dosego uspeha. Na ta način posamezniki postanejo udeleženci družbeno-kulturne izkušnje, ki jih naredi močno ranljive za globok občutek negotovosti in napetosti, ki izhaja iz strahu pred morebitnim neuspehom. Razvoj anksioznosti in drugih psihopatoloških motenj je dokazano neizbežno povezan z posameznikovo spoznavo o družbenih dosežkih in predstavo samega sebe kot zadostnega in primernega družbenega posameznika. Anksioznost se sproži izključno v primeru izkušnje družbenega neodobravanja, pri kateri se močno zavedamo našega pričakovanega odziva na to izkušnjo. Zaradi prepričanja, da smo ravnali napačno in da nismo

zadostili kriterijem družbenih pričakovanj (norm), sebe dojemamo kot nezadostno družbeno bitje (družbeni neuspeh) in zato močno občutimo občutke kot so sram, strah, krivda, ponižanje in razočaranje nad samim sabo pred drugimi. Posameznik, ki sebe ocenjuje kot družbeno neuspešnega, skuša pobegniti od svoje identitete, saj ga je strah, da bo v prihodnosti spet ravnal napačno oz. ne bo izpolnil svojih pričakovanj, ki jih ima do sebe. Tovrstna oblika strahu pred prihodnostjo pa je glavni povod za razvoj kronične tesnobe ali anksioznosti, ki jo v psiho-klinična psihologija obravnava kot psihopatološko motnjo (bolezensko stanje) posameznika in ne kot problem pogojev življenja v sodobnih družbah. Tako sem skozi svojo diplomsko nalogo potrdil svojo hipotezo, saj sem ugotovil, da so ravno pogoji življenja v sodobnih družbah in sodobni družbeni trendi tisti ključni dejavniki, ki so najbolj odgovorni za posameznikovo psihološko ranljivost, ki se posledično kaže v njegovi predstavi ter je glavni potencial za razvoj psihopatološke anksiozne motnje. Na koncu sem predstavil budistični koncept ne-jaza in njegov potencial zmanjševanja družbene patologije in psihopatologije.

## 8 LITERATURA

1. Barlow, David H. 2000. *Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory*. New York: American Psychologist.
2. --- 2002. *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2nd ed.)*. New York: Guilford Press.
3. Barry, Andrew, Nikolas Rose in Thomas Osborne. 1996. *Foucault and Political reason: Political Reason Liberalism, Neo-Liberalism, and Rationalities of Government*. Chicago: The University of Chicago Press.
4. Bauman, Zygmund. 1993. *Postmodern Ethics*. Oxford: Blackwell.
5. Beck, Aaron in Garry Emery. 1985. *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
6. Beck, Ulrich. 1992. *Risk Society: Towards a New Modernity*. London: Sage Publications.
7. --- 1994. *The Reinvention of Politics: Towards a Theory of Reflexive Modernization*. Cambridge: Polity Press.
8. Beck, Ulrich in Elisabeth Beck-Gernsheim. 1996. *Individualization and Precarious Freedoms: Perspectives and Controversies of a Subject-orientated Sociology*. Oxford: Blackwell.
9. Brewin, Chris. 1996. Theoretical Foundations of Cognitive-behaviour Therapy for Anxiety and Depression. *Annual Review of Psychology* 6 (13): 45–55.
10. Callero, Peter. 2003. »*The sociology of the self*.« *Annual Review of Sociology*.
11. Edelmann, Robert. 1992. *Anxiety: Theory Research and Intervention in Clinical and Health Psychology*. Chichester: John Wiley & Sons.
12. Ellis Albert, Jack Gordon, Michael Neenan, in Stephen Palmer. 1997. *Stress counseling: A rational emotive behavior approach*. New York: Springer Publishing Company.
13. Freud, Sigmund. 1985. »*Civilization and its Discontents*«. London: Penguin Books.
14. Fromm, Erich. 1942. *The Fear of Freedom*. London: Routledge.
15. --- 1956. *The Sane Society*. London: Routledge & Kegan Paul.
16. --- 1995. *The Art of Loving*. London: Thorsons.
17. Fischer, William. 1970. *Theories of Anxiety*. New York: Harper and Row.
18. Foucault, Michael. 1977. *Discipline and punish: the birth of the prison*. London: Penguin.
19. Giddens, Anthony. 1990. *The Consequences of Modernity*. Cambridge: Polity Press.

20. --- 1991. *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge: Polity Press.
21. --- 1994. *Living in a Post-Traditional Society*. Cambridge: Polity Press.
22. Horney, Karen. 1937. *The Neurotic Personality of Our Time*. London: Routledge & Kegan Paul.
23. --- 1939. *New Ways in Psychoanalysis*. New York: W. W. Norton.
24. Hayek, Friedrich. 1979. *Law, legislation and liberty, vol. III*. London: Roudedge & Kegan Paul.
25. Immergut, Matthew in Peter Kaufman. 2014. *A Sociology of No-Self: Applying Buddhist Social Theory to Symbolic Interaction, Symbolic Interaction*. Dostopno prek: <https://faculty.newpaltz.edu/peterkaufman/files/Immergut-Kaufman-Soc-No-Self-Online-Early-View.pdf> (13.avgust.2015).
26. Lazzarato, Maurizio. 2012. *Proizvajanje zadolženega človeka*. Ljubljana, MASKA.
27. Lazarus, Richard, Susan Folkman. 1984. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
28. Loy, David. 2003. *The Great Awakening: A Buddhist Social Theory*. Somerville, MA: Wisdom Publications
29. MacIntyre, Alasdair. 1985. *After Virtue: A Study in Moral Theory*, London: Duckworth.
30. May, Rollo. 1977. *The Meaning of Anxiety*. New York: W. W. Norton.
31. Rachman, Stanley. 1998. *Anxiety*. Hove: Psychology Press.
32. Read, Jason. 2009. *A Genealogy of Homo-Economicus: Neoliberalism and the Production of Subjectivity*. Foucault Studies.
33. Rose, Nikolas. 1993. *Towards a critical sociology of freedom*. London: Goldsmiths College.
34. Simmel, Georg. 1997. *Culture and Crisis*. London: Sage Publications.
35. Smith, Adam. 1776. *An inquiry into the nature and causes of the wealth of nations*, Oxford: Oxford University Press.
36. Sullivan, Harry. 1953. *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: W. W. Norton.
37. Taylor, Charles. 1989. *Sources of the Self: The Making of the Modern Identity*. Cambridge: Cambridge University Press.
38. Thoits, Peggy. 1995. Social Psychology: The Interplay between Sociology and Psychology. *Social Forces* 3 (7): 103–112
39. Toplak, Polona. 2007. *Filozofija, vzgoja in nelagodje v kulturi*, diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.

40. Wilkinson, Ian. 2001. *Anxiety in a risk society, Health, risk and society*. London: Taylor and Francis group.