

Ukázka příběhu dobré-špatné matky

Všude jsem nacházela poselství, jak být dobrou matkou, a kritéria, jak být špatnou matkou. Kathy Weingarten

Kontext konverzace

Měla jsem příležitost být terapeutkou na návštěvě u své kolegyně Sue Levinové a její klientky, které budu říkat Natalie.¹ To, co následuje, je část přepsané konverzace, kterou jsme vedly. Myslím si, že se zde zobrazuje podstata mého přístupu k terapii: proces, filozofický postoj a změna, která je přirozeným důsledkem celého procesu.

Nápad uskutečnit tuto návštěvu se zrodil z diskuze mezi mnou a Sue, která se odehrála pouze několik minut před schůzkou s Natalie. Když Natalie přišla, Sue se jí zeptala, zda bych se mohla zúčastnit sezení. Řekla jí, že bych chtěla náš rozhovor nahrávat a že věřím, že bychom všechny tři společně mohly přijít na nějaké nové nápady týkající se životní situace Natalie. Natalie souhlasila pod podmínkou, že bude mít možnost požádat o smazání nahrávky.

Nepřemýšlím o sobě jako o expertní konzultantce nebo terapeutce, která vystupuje z metapozice, má privilegované poznání nebo má lepší nápady. Vnímám sama sebe jako hosta, který se přijde podívat na neustále probíhající konverzaci. Podtrhuji, že se chci pouze připojit ke konverzaci, a ne ji přerušit nebo změnit její směr.

Před setkáním jsem nevěděla nic o Natalii ani o její společné práci se Sue, kromě toho, že se jmenuje Natalie a že se musí vrátit za hodinu do práce. Chtěla jsem se o ní dozvědět víc až v její přítomnosti a především od ní samotné. Pokud by mi chtěla Sue něco říct o Natalii ještě před setkáním, tak bych jí poslouchala. Až bych se potom s Natalií potkala, řekla bych jí, co jsem se o ní dozvěděla. V tomto případě mi Sue řekla, že by byla raději, abych mluvila s Natalií já a ona aby se mohla kdykoliv do rozhovoru zapojit.

Naše konverzace začala tím, že mi Sue představila Natalii. Natalie si spontánně přisedla a začala vyprávět svůj příběh. Ačkoliv budete Natalii poznávat společně se mnou, tak jak se bude příběh rozvíjet, udělám krátké shrnutí našeho rozhovoru. Natalie se potýkala s dopady rozvodu na svůj vztah s dcerou a s rozhodnutím dcery odstěhovat se do domu jejího otce. Natalie a Sue měly za sebou pět společných sezení. Natalie probírala se Sue svoji čtrnáctiletou dceru. Postavy příběhu byly následující: Natalie, její druhý manžel, jejich desetiletý syn, čtrnáctiletá dcera a patnáctiletý syn, který v té době žil u svého otce, Nataliina exmanžela. V rozhovoru je také zmíněna Nataliina matka, nevládní matka staršího syna, sestřenice a tety. Naše konverzace trvala sedmačtyřicet minut. Nabízím zde přepis z této konverzace (čtyři úryvky v chronologickém pořadí), jeden úryvek z pozdější konverzace mezi Natalií a Sue a následnou telefonickou konverzaci po šesti měsících.

i *Děkuji Master's Work Productions za pořízení záznamu z tohoto interview. Děkuji Brittě Lödgo a Gunille Ström za jejich užitečné reflexe tohoto rozhovoru.*

Zaznamenávám u každého úryvku i čas, abyste měli lepší představu o tempu našeho rozhovoru. Nejprve bych ale chtěla nechat po tu dobu, co budete číst tento přepis, viset ve vzduchu několik otázek: S jakými představami a myšlenkami a s jakými teoretickými perspektivami o terapii a o Natalii přistupujete k tomuto interview? Které z těchto myšlenek, pokud nějaké, by vám mohly uzavřít přístup k příběhu Natalie a vést vás k vyprávění příběhu, který chcete slyšet nebo který si myslíte, že by měla vyprávět?

Od začátku: Citlivé dilema

Sue, Natalie a já sedíme v půlkruhu, Natalie je uprostřed. Má na sobě vycházkové šaty, je velice atraktivní a má krásný úsměv. Sedí vzpřímeně na židli, má sevřené ruce, zkrřížené kotníky a lehce skloněnou hlavu. Zdá se, že je poměrně soustředěná, přesto však trochu úzkostlivá nebo nervózní. Poslouchá pozorně, má dobrý oční kontakt a mluví rychle, často reaguje tak, jako kdyby dopředu věděla, co se chystám říci. Občas gestikuluje rukama, nikoli však příliš živě. Někdy má slzy v očích, jindy se smějeme. Sue, poté, co mi připomene, kolik máme času, začíná.

SUE: Myslím, že jsme s Natalií hovořili o věcech, které zřejmě souvisely s jejími současnými potížemi s dcerou a obavami o dceru, o tom, jak se o ní starat a jak se o ní starat i nadále. Má dvě děti z předchozího manželství a jedno ze současného manželství, ty dvě mladší děti jsou s ní, a to prostřední dítě je právě ta dcera, o které [smích], je to složité, že? [smích], o které jsme mluvily.

HARLENE: Dobře. A ta se jmenuje...

NATALIE: Alicia.

HARLENE: Alicia, a kolik jí je?

NATALIE: Čtrnáct.

HARLENE: Čtrnáct.

NATALIE: Odmalička bydlela se mnou a já jsem se znovu vdala, když jí byly dva roky, a ona teď chce odejít a žít se svým otcem. Jenže to je... to, co mě rozčiluje, to je můj vztah s ní a to, jak se cítím. Mám pocit, jako kdyby byla nepřítel v mém domě, když se rozhodla, že to, co děláme, je špatně a že to není dobrý dům a že to není místo, kde by chtěla žít, a tak jde a říká o tom ostatním lidem v okolí. Já si myslím, že to, o co jde, to je, to je spíš moje ego... Vždy jsem byla vlídná k lidem a chtěla jsem před nimi vypadat dobře [smích] a teď se uvnitř cítím jako že „no, něco je určitě špatně, když chce mladá slečna odejít od své matky“.

HARLENE: Takže nejde jenom o to, že nabourává vaši pověst mezi lidmi v okolí, ale máte také opravdu velké obavy ve smyslu „Dělám něco špatně?“

NATALIE: No, celkem hodně se zabývám tím, jak vnímám sama sebe a jak vnímám ji, a to její chování je někdy, jako, říká mi hrozné věci, a přitom já jsem se vždycky snažila pro ni udělat to nejlepší, chápete. Když jsme se sem přestěhovali, nelíbilo se jí ve škole, tak jsem ji dala do soukromé. Chodím... Nemůže si pořád zvyknout, tak chodím a zkouším dát všechno do pořádku a fakt si připadám nedocenená [smích], ale teď jsme se rozhodli, že ona musí, ona prostě bude muset nejspíš jít. Chápete, ona bude muset najít svou vlastní cestu a...

HARLENE: Takže to je opravdu dost zlé.

NATALIE: [souhlasí, což potvrzuje, zde i jinde, souhlasným přikývnutím]

HARLENE: A když jste říkala, že chodí a říká, že „my to děláme špatně“, tak tím myslí vás a...?

NATALIE: ...mého manžela.

HARLENE: ...a vašeho manžela.

NATALIE: S mým manželem teď nemá dobrý vztah. A tak se... cítím... cítím se fakt naštvaná na něj právě i kvůli tomu a opravdu mám pocit jako třeba teď, že bych je nejradši všechny shodila ze skály [smích].

HARLENE: Takže jste opravdu naštvaná a rozzlobená na ně na všechny.

Komentář: Zde se nesnažím reflektovat, co právě řekla, nebo zvýraznit její vztek, ale pouze si překontrolovat a ujistit se, že rozumím správně.

NATALIE: Jsem, jsem naštvaná a rozzlobená, a jsem... Ono to rozbíjí mé normální fungování v životě a už mě nebaví si pořád říkat, že jsem prostě zlá, když rozumově vím, že nejsem. Ve skutečnosti je to **naopak**. Snažím se dělat všechno až moc správně.

HARLENE: No, a jak jste o tom vy dvě vlastně spolu mluvily? Řekla jste, že tohle je aktuální téma, je to tedy to, kvůli čemu jste původně přišla, nebo...?

Komentář: Toto je příklad, jak používám to, čemu říkám kolektivní a kooperativní jazyk: obracím se na **obě dvě** (Natalie a Sue), na jejich **setkání** a zmiňuji **aktuální témata**.

NATALIE: Původně jsem přivedla Alicii, aby si promluvila se Sue.

HARLENE: Přivedla jste Alicii, aby si promluvila se Sue, aby...

NATALIE: A ona s ní **opravdu** několikrát mluvila, rozumíte, beze mne.

HARLENE [souhlasí]: Takže vy dvě se setkáváte jak dlouho? Setkáváte se v různém složení?

SUE: Ano, v různém složení.

NATALIE: Ano.

SUE: Dohromady to bude asi... šest měsíců?

NATALIE: Asi šest měsíců bych řekla. Nejdřív asi dva týdny Alicia a pak, nedávno, jsem začala chodit já. Někdy se potkáme i s Alicií dohromady, rozumíte. Ale její otec je nespolehlivý a on pak řekne... Třeba to, co chtěla udělat teď v létě, já jsem mu hned volala a dohodli jsme se, že jí vysvětlí, že nemůže být s ním, že musí být se mnou a ona... On mě měl podržet a přesvědčit ji, aby zůstala. Ale on jí pak začne říkat různé věci, rozumíte, ať se nebojí, že pro ni přijede, a to on udělá, ano, to on teď **udělá** a on... Mám pocit jako kdyby mi dělal věci za zády. Neudělal to, na čem jsme se domluvili, takže jsme jí oba tvrdili dvě různé věci.

HARLENE: A to je situace, která se děje pořád dokola? To je to, na co narážíte, nebo...?

NATALIE: Nedávno... no, on byl vždycky takový jako... Je pro mě hrozně těžké s ním nějak vyjít, no a myslím si, že Alicia má prostě hodně problémů a má to v hlavě všechno zpřeházené a je... Ale teď se opravdu zabývám hlavně **sama sebou** a tím, jak to zvládnou... chápete... Dřív jsem řešila, jak s ní ještě vydržím žít další čtyři roky, teď řeším to, co budu dělat, až bude pryč.

HARLENE: Jasně, jak to prostě zvládnete.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Takže, jenom k tomu dnešnímu rozhovoru, chcete mluvit více o sobě v tom smyslu, jako by už odešla? Zní to tak, že si opravdu myslíte, že **odchází**?

Komentář: Takto si u Natalie ověřuji, jestli jsem správně pochopila její cíle.

NATALIE: Ano.

HARLENE: Dobře.

NATALIE: Já nevím co je **normální**. Nevím, co je... Chápete, každý mluví o tom, že holky v pubertě jsou takové... možná, že... že jsem jenom moc citlivá. Nevím, jak bych se měla cítit, aby to bylo **normální**. Víím, že skáču přes palubu... a... jenže celý můj život je o tom, že jsem... že skáču přes palubu a že jsem... rozumíte, prostě všechno že je konec světa, vííte, co myslím, jenže ono mě to začíná ovlivňovat v tom, jak se k ní chovám a jak se chovám v rodině a... protože jsem tak **rozzlobená**.

HARLENE: Takže nevíte, jestli jste...

NATALIE: Mám prostě pocit, jako by byla nepřítel, vyčítám to svému muži, prostě... Nevím. Je to zmatek [smích].

HARLENE: No teda. Jí je čtrnáct a tomu staršímu...?

NATALIE: Synovi je patnáct.

HARLENE: Patnáct.

NATALIE: Bydlí se svým otcem. Odešel, když mu bylo asi dvanáct.

HARLENE: Když mu bylo asi dvanáct.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: A to nejmladší dítě...?

NATALIE: ...ten je můj a mého muže a je mu deset.

HARLENE: Je mu deset. Takže ona je jediná dívka, prostřední dítě. Dobře. Takže, myslíte si, že se bojíte o svou dceru více nebo že reagujete silněji, než jak by reagovala většina matek ve vaší situaci?

NATALIE: Nevím. Nevím, ale znám jiné děti v jejím věku, a když se přes ten věk přenesou, a nechovají se jako... Chci tím říct, že ona je prostě hodně **emocionální** a ona prostě, celkově... Oni doma nedělají binec a rachot celou dobu. Nemyslím si, že to tak musí být. Ale můj syn, kterému je deset, začíná teď mluvit také tak, rozumíte. Asi to ještě přijde. Takže...

HARLENE: To znamená, myslíte si, že se to od ní učí nebo je to jenom...?

NATALIE: Ano, to si myslím.

HARLENE: Dobře. Takže to není jenom v tom, že dneska jsou děti prostě takové.

NATALIE: A pak Alicia řekne, že se mlátíme a že s námi nemůže bydlet, protože se moc mlátíme. Ale ona je většinou ta, co... Když tam není, je tam klid a mír [smích].

HARLENE: No to je teda...

NATALIE: Takže to není, že bychom všichni... Víím, že to nedělá **všechno** jen ona, ale... prostě bych jenom ráda odplula někam [smích]...

HARLENE: ...být matkou a ženou na útěku, jak to tak vypadá.

NATALIE: ...vííte, jsem prostě hodně, hodně naštvaná. Prostě chci, aby odešla **hned teď**, pokud vůbec odejde, protože ona bude muset zůstat... tak, jak jsme se dohodli, do konce **roku**, taky kvůli škole. A já už nevím. Nesnáším zvedat telefony, když volá její otec.

SUE: A další komplikace je, aspoň si tedy myslím, podle toho, jak jsem vás teď poslouchala, že, jak už říkala Natalie, Alicia je opravdu hodně emocionální a Natalie vždycky dělala co mohla, aby porozuměla jejímu trápení, a mnoho z toho, co zkoušela, častokrát nemělo žádný smysl, protože z perspektivy Alicie, jak říkala Natalie, je ta rodina prostě **hrozná**, oni se pořád mlátí a nic nefunguje, a Natalie s tímhle opravdu tvrdě bojuje.

A mám pocit, že teď se tam objevilo ještě něco dalšího, že jste zjistila, že už nechcete pořád něco zkoušet a pořád chápat a být tak solidární, jak jste byla k Alicii v minulosti, a že je to náročné pro vás. Mám pocit, myslím, že jsem slyšela, že říkáte, že vás s ní čeká ještě pár měsíců, a podle mě by tedy otázka mohla znít: Jak s ní mohu nadále vycházet, anebo, víte co myslím, milovat ji a starat se o ni a být dobrou matkou v následujících několika měsících?

NATALIE: Jo, zdá se mi, že jsem trochu jako moje matka, taková hrozně kontrolující a taková ta: „nenechám tě odejít“, i když jsi dospělá... „Vždyť já jsem taková chudinka, podívej co mi to děláš,“ a takové věci. No, mám pocit, že něco takového dělám já jí. Rozumíte, něco jako: „Ty mě opouštíš.“

HARLENE: [souhlasí]

NATALIE: Jestli chce opravdu žít se svým otcem..., nikdy s ním nebydlela, rozumíte, ale jestli teď říká tohle, že tohle je ten důvod, ne že mě chce opustit, ale že prostě chce, chápete...

HARLENE: Takhle vám to teď říká?

NATALIE: Jo.

HARLENE: Dobře, a...?

NATALIE: No, potom... proč prostě neřeknu „dobře“? To je prostě jenom to, že nevím, jestli já... Je tam trochu to, že mi bude chybět, ale je tam taky to, že nechci vypadat jako zlá a...

HARLENE: Jasně. Nebo to cítit jako selhání? Že jste udělala chybu?

NATALIE: Jako selhání, ano.

HARLENE: Dobře, a potom jste taky říkala, že vám dost vadí mluvit s vaším bývalým mužem o tom, co se točí kolem...?

Komentář: Stále se snažím dozvědět více o tom, co ji trápí, co je pro ni teď důležité.

NATALIE: To je strašně těžké... Rozumíte, on prostě řekne jednou pusou dvě různé věci. On prostě, rozumíte, a nakonec jsem to já, kdo vypadá jako blbec [smích]. To je, prostě... to... a já nevím, chápete... To je celá dlouhá historie soudních bitev a takových věcí, rozumíte, a já bych se s ním o tom nejradši... my... ona chce jít do soukro[mé]... takhle, já bych se s ním o tom nejradši nebavila. On chce jít... Ona chce jít do soukromé školy a tak tam jde, a já jsem vždycky byla ta, co platila. Teď nikdo neplatí nikomu alimenty, protože on se stará o syna a já o dceru. No, a já budu platit, když tam půjde, ale rozhodla jsem se, že se budu držet dál od všech rozhodnutí a sporů a tak dál a prostě to udělám tak, že zaplatím určitou částku, a bude to jenom mezi ní a jejím otcem, to, na kterou školu půjde a co udělá s penězi, já už z toho budu venku.

HARLENE [souhlasí]: Takže tady máme dvě věci. Máme tady vaše obavy o to, co budete dělat a jak zvládnete těch pár měsíců, a potom co se stane a jak to s vámi bude, až ona odejde.

Komentář: Protože se snažím zjistit, co Natalie chce, abych věděla, a vyslechnout, co chce, abych slyšela, naslouchám s respektem, aktivně a vnímavě. Můj styl kladení otázek, komentování, vyjadřování myšlenek a upřesňujících tvrzení je prozatímní a nabízím své představované nápady, které často jen tak „visí ve vzduchu“ jako nedokončené. Často shrnuji, co bylo řečeno, je to pro mě způsob ujištění, že jsem vyslechla, nejlépe jak umím, co chtěla, abych slyšela. Například, je tohle to,

co ji trápí a o čem chce mluvit? Moje výroky nejsou hotové, nejsou to otázky, které vyžadují určitou odpověď, komentáře, které povedou Natalii určitým směrem, myšlenky, které mají být zasety, nebo shrnutí sdělující pravdu. Spíše jsou to nástroje, které používám, abych se dozvěděla něco víc o příběhu Natalie, abych jí dala možnost opravit jakékoliv moje neporozumění, vyjasnit nebo prohloubit to, co právě řekla. Mým cílem je facilitovat proces.

Pečlivě zkoumám to, co Natalie řekla, a často se k tomu vracím. Zkoumání mi pomáhá udržet všechny směry, cesty a možnosti otevřené. Snižuje se tak šance, že bych mohla ovládnout příběh, který bude vyprávěn, třeba tím, že bych prosazovala nějaký směr, jakým jít, a ten by potom uzavřel směr, který je důležitý pro Natalii. Myslím si, že pokud neúprosně prosazujeme jednu myšlenkovou linii, tak tím bezděčně, a někdy i úmyslně, dáváme klientovi najevo, že to je to důležité.

Vraťme se k mému poslednímu komentáři: „Takže tady máme dvě věci. Máme tady vaše obavy o to, co budete dělat a jak zvládnete těch pár měsíců, a potom co se stane a jak to s vámi bude, až ona odejde.“

NATALIE: Ano.

HARLENE: Teď tedy... řekla jste něco o konci školy. To je... Co znamenají ty dva měsíce, to znamená, že za dva měsíce odejde?

NATALIE: No, bude to do konce školy, do konce května, kdy bude ve škole, a potom půjde. SUE: To jsou tři měsíce.

HARLENE: Aha. Dobře, dobře. Takže konec tohoto pololetí a na léto a začátek školního roku už bude tam.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Dobře. Takže, bude vám chybět, budete si myslet, že se na vás lidé budou dívat špatně? Budete se také cítit jako špatná matka?

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Co z toho nebo i něco jiného, co byste ještě dodala, vám vadí nejvíc, jak o tom tak přemýšlíte, anebo co vám bude vadit nejvíc?

NATALIE: ...Já nevím. Mám v sobě tolik pocitů, že ani nevím co... [smích]

HARLENE: S čím začít?

NATALIE: Jo... Mám pocit, že potřebuji nějakou podporu, chápete, aby... Já ani nechci říkat lidem, se kterými pracuji, že moje dcera odešla. Prostě, nechci, aby to někdo věděl..., protože jsem jim vykládala, jak hledám školu, chápete, a oni, prostě...

HARLENE: Takže, ještě jednou, není to tedy jen o veřejném selhání, ale tak nějak i ve vašem srdci, uvnitř, vám něco říká, že jste v jejím případě opravdu selhala? Je to opravdu tohle, o čem mluvíme? Pocit, jako že jste selhala jako matka, nebo, dalo by se říct, jako člověk?

NATALIE: Ano, to je ta role podle vzoru méjí matky..., to bylo to jediné důležité. Prostě, když budeš dobrý rodič, tvoje děti budou dobře vychované, no a její vlastní děti byly všechny pasivní [smích], víte, co myslím, tím to prostě bylo a to je právě ta moje představa, co to znamená být užitečná.

HARLENE: A tak sama sebe hodně obviňujete a máte...

[Další příklad „visícího“ komentáře]

NATALIE: Ano, dokonce i v práci. Šla jsem znovu do školy, mám teď licenci jako certifikovaný účetní znalec, pracuji ve firmě, co dělá finanční plánování, je to hrozně zajímavé a pořád si říkám, „no, možná bych měla zůstat prostě doma,“ rozumíte, a to je ta jediná věc, která mi dává nějaký dobrý pocit.

HARLENE: Aha, jako že by to bylo všechno v pořádku...

NATALIE: Kdybych přestala **pracovat**.

HARLENE: ...a že by ona...

NATALIE: A to je to **jediné, co má nějakou hodnotu v mém životě** [smích]. Takže nevím, jak mě to vůbec může **napadnout**.

HARLENE [souhlasí]: Takže pořád hledáte, „co jsem udělala nebo možná neudělala takového, co způsobilo všechny tyto strašné problémy s mojí dcerou“? Co vám lidé na tohle říkali, jak to hodnotili, tu situaci, nebo co si myslí, že se děje? Co... Řekla vám třeba Sue něco o tom, co si myslí, že se děje s vaší dcerou, nebo myslí si, že děláte něco špatně...

SUE: Řekla jsem něco takového...?

HARLENE: ...nebo přátelé, rodina, nebo...?

NATALIE: Že jsem něco udělala špatně? Ne, to jste neřekla. Nevím. Nerozumím Alicii anebo, víte, ty reakce na ni... Mám **pocit**, že se chovám jak moje matka, „ach, ty mně tak ubližuješ“, chápete, místo toho, abych řekla prostě..., protože to jsem slyšela od různých lidí: „No tak, jestli chceš jít bydlet se svým otcem, jestli tak budeš šťastná, tak to prostě **udělej**.“ Tohle jsem od některých lidí slyšela. Proč mě to teda tak **ubíjí**?

HARLENE: Takže to je velká otázka...

NATALIE: **Selhání** je, když můj manžel, můj bývalý manžel, který **nebude** pracovat, **nebude** platit alimenty, bude od sebe děti **roztrhávat**..., někam je vezme a vykládá jim věci, které mi ona pak pořád předhazuje, až potom přišel soudní příkaz proti němu, že skoro nemohl děti navštěvovat, a pak jsme šli k soudu, měli jsme je předtím ve společné péči, a dostali jsme... Soudce je dal do péče **mně**, protože on byl prostě blázen.

HARLENE: Protože to došlo tak daleko.

NATALIE: Ano. A teď je **vítěz** on. Teď se tváří jako perfektní **domov**. Protože oni se **tam** nikdy nemlátí, a to je prostě perfektní domov. A teď se podívejte na to, co já všechno udělala. Rozumíte, krev, pot, slzy a on přijde a vypadá jako... Voní jako **růžička** [smích]. Asi tohle mi vadí.

HARLENE: To je teda pořádné sousto. Zmínila jste, dvakrát nebo třikrát, že jste jako vaše máma.

Komentář: Poukazuji na něco, co řekla dříve.

NATALIE: Jo.

HARLENE: Řekněte mi o tom více... anebo o tom, že si myslíte, že jste jako vaše máma nebo že se obáváte, že byste mohla být.

NATALIE: Jo. Nechci být taková jako ona, kontrolující, taková jako: „Co mi to **děláš**.“ Víte co myslím, chci se starat **o sebe**. Ale proč bych neměla dát Alicii najevo, že mi bude **chybět**..., že nechci, aby odcházela? Prostě, já nevím. Já... Rozumíte, ale já jsem jí řekla, bylo by to dobré, protože minule jsem **musela** ustoupit bokem a to mě ubíjelo **také**, a byla jsem asi dva roky v depresích.

HARLENE: Fajn, teď mi to nějak nejde dohromady. Takže vy říkáte: „Proč bych neměla být schopná jí říct, že mi chybí?“ A to je... Myslíte si, že byste to **neměla** udělat nebo...?

NATALIE: Mám pocit, že možná jo, třeba když mě viděla plakat, víte, tenkrát v noci, nedávno, prostě... Já nevím. Nechci, aby cítila nějakou vinu. Prostě **nevím**. Já fakt prostě nemám... Někdy mám pocit, že ji nenávidím.

Komentář: Když Natalie hledá slova pro své pocity, jsou vidět slzy. Je to jako to latinské slovo, **alexthymi** – nemít slova pro pocity nebo nemít spojení mezi pocity a myslí.

HARLENE: [souhlasí]

NATALIE: ...že je můj nepřítel. Prostě, chci, aby byla ode mě pryč.

HARLENE: Takže vám přijde, že se pořád točíte dokola. Sakra.

NATALIE [souhlasí]: A mám to sama se sebou opravdu těžké, žít tam s tím vším, rozumíte, pořád dát.

HARLENE: A co váš manžel? Jak jeho se tohle všechno dotýká?

NATALIE [smích]: No...

HARLENE: Jaká je jeho teorie o tom všem, o vaší dceři, o vás a o vás dvou?

Komentář: Natalie se zmínila o svém manželovi (nevlastním otci Alicie) na začátku rozhovoru. Teď se k němu ze zvědavosti vracím. Někteří čtenáři by se možná o jejich vztahu chtěli dozvědět víc, už když se o něm zmínila poprvé. Já jsem neviděla důvod zabývat se vztahem s jejím mužem dříve; namísto toho jsem se rozhodla nechat si tuto zmínku v záloze a vrátit se k ní při případné pozdější příležitosti. Bylo to rozhodnutí, které jsem učinila v souvislosti s tím, co jsem si vybavovala jako důvody našeho rozhovoru, přičemž toto se zdálo být pouze epizoda toho všeho, o čem jsme mluvily. Možná jsem se ale tehdy mohla zeptat, jestli o něčem takovém hovořily se Sue. Natalie nám sděluje, že její manžel, který je v Aliciině životě už od jejich jedenácti měsíců, dává vinu otci Alicie. Poté, co krátce hovoří o Aliciině otci, svěřuje se nám potom s teorií, že Alicia byla vždycky oblíbenkyní jejího manžela. A má dojem, že způsob, jakým on ukazuje svoji náklonnost, je možná jednou částí celého problému. Když se potom odmlčí, poznamenávám: „To je další velký otazník.“

NATALIE: No, víte, on mému bývalému muži vyčítá, že říká..., rozumíte, že jí říká, že může přijít, a to on dělal **vždycky**... Můj bývalý muž jim vždycky říkal, že... rozumíte, snažil se rozdmýčovat konflikty. Ale on [Aliciin nevlastní otec] si nebude brát na zodpovědnost něco... On je dobrý otcím, rozumíte, uměl je zabezpečit a trávil s nimi spoustu času, chodil s nimi všude a bral je s sebou, chápete, jako kdyby byly jeho vlastní děti, jedno i druhé. Chodil na všechny akce od školy, bral je na míčové hry, rozumíte, prostě dělal všechno jako normální otec. Má akorát tenhle problém s Alicií, že si vždycky vybíral ji, vždycky ji popíchoval a škádlil a zlobil.

HARLENE: Myslíte teď vašeho muže?

NATALIE: Ano.

Komentář: Ve stručnosti shrnu, co mi Natalie říká. Je rozzlobená na svého muže, Aliciina nevlastního otce, protože hodně „škádlí“ a „dobírá si“ Alicii a ani jí, ani Alicii se to nelíbí. Natalie doslova říká, že jí to hrozně rozčítuje. Mluvili o tom v terapii, ale „zdá se, že to nepomohlo.“ Dozvídám se, že škádlí Alicii kvůli tomu, že je jeho oblíbenkyně a v jeho rodině to byl způsob, jak „dát najevo, že někoho máte ráda“. Zajímá mě, proč nevlastní otec „nechápe“ co se mu ona a Alicia snaží říct. Natalie neví; poznamenávám: „To je další velký otazník.“ Nyní se vracíme k přepisu ve chvíli, kdy Natalie zrovna hovoří o tom, jak je zmatená z toho, kolik problémů tady je. (Toto je osmnáctá minuta konverzace.)

Od „Něčeho špatně“ k Otazníkům

NATALIE: Jo, něco jako, víte... no, já nevím. Jsem prostě fakt zmatená.

HARLENE: Jo, zní to tak. Nebo takhle, chtěla jsem říct, že to zní, jako že to je tolik...

NATALIE: Tolik problémů.

HARLENE: Tolik problémů a tolik kousíčků. A teď jde o to, který... jak se člověk vůbec může zabývat jedním z nich, když jsou všechny tak propojené. Rozvedme trochu tu teorii, že jste skutečně udělala něco špatně. Co jste udělala špatně? Řekněme, že jste to všechno způsobila vy. Čím jste to udělala? Co jste způsobila?

Komentář: V další části se Natalie vrací ke svým myšlenkám, že udělala něco špatně a to potom způsobilo problém s dcerou. Můj návrh zněl: „Rozvedme trochu tu teorii, že jste skutečně udělala něco špatně.“ Tento komentář není zamýšlen jako paradoxní nebo provokativní, ale navazuje na Nataliiny obavy z toho, že něco udělala špatně.

NATALIE: No, první věc, na kterou si hned vzpomenu, tak je to, že jsem se rozvedla.

HARLENE: Dobře, rozvedla jste se s jejím otcem.

NATALIE: Řekla jsem jí, že jsem neměla na výběr, ale ve skutečnosti jsem měla. Zнала jsem ho, když jsem si ho brala. Řekla bych, že to je můj největší hřích.

HARLENE: Tak dobře, takže si myslíte...

NATALIE: [smích]

HARLENE [souhlasí]: ... že to, že jste se rozvedla s jejím otcem, že to je právě jedna z těch věcí.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Dobře, co ještě?

NATALIE: No, to je to, co... to, co dlouho... Mám velice formální, nábožensky založenou rodinu a Alicia to převzala. Mluvily jsme o tom spolu, že je fakt spíš jako dcera mojí matky než moje.

HARLENE: Aha, ona má tedy více její...

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: ...její víry, nebo něčeho takového, než vaší...

NATALIE: Než můj bratr. Oni jsou všichni v církevním sboru a tak, a to je to, co se jí líbí. Prostě hrozný svatoušek. A pak přijde domů a řekne mi, běž k čertu [smích], rozumíte, ale přitom zpívá v kostele [smích], rozumíte, to je jak... ale... takže...

HARLENE: Dobře. Takže jedna z věcí, kterou jste udělala špatně, je, že jste se s ním rozvedla, ale to je něco, za čím si stojíte, čemu vy věříte? Nebo říkáte, že to je něco víc, než čemu věří vaše rodina?

NATALIE: No, takhle, já nevím, jestli... čemu věřím uvnitř. Jenom čistě rozumově vím, že jsem neměla na výběr a že to byla chyba a lidé dělají chyby, když se berou.

HARLENE: Dobře.

NATALIE: Ale mám pocit, že ona se mě snaží potrestat, protože... To je to, kvůli čemu se vzteká.

HARLENE: Vzteká se kvůli rozvodu?

NATALIE: Přesně. Protože ona má na svém stole stojánek s mojí fotkou, když mi bylo něco přes dvacet a na druhé straně je její otec. A přesně k tomu se to všechno vrací. Víte, jak to myslím, „když ty mi prostě nerozumíš“ a „prostě ses neměla rozvádět“.

HARLENE: Dobře. Takže ona vám to vyčítá.

NATALIE: Ano.

HARLENE: Dobře.

NATALIE: A přesně tam všechny ty problémy začínají. Nemůže pokračovat dál ve svém životě, protože „měla prostě strašný život, protože se jí rozvedli rodiče“.

HARLENE: Dobře, tak když se na to podíváme, zatím jste udělala dvě věci špatně. Vzala jste si jejího otce a...

NATALIE: Rozvedla se s ním.

HARLENE: Rozvedla se s ním. Dobře, co ještě? Co jste ještě udělala špatně, že vznikla tahle noční můra?

NATALIE: Pak jsem si vzala jejího nevlastního otce [smích].

HARLENE: Vzala jste si jejího nevlastního otce, dobře, dobře. Co dál?

NATALIE: Pak jsem měla další dítě, které... Tohle je důležité..., jeho... matka mého muže žije v Houstonu, tady, s námi. Chci říct, nebydlí s námi, ale v tomhle..., a to je poprvé, kdy s ní žijeme ve stejném městě.

HARLENE: Dobře.

NATALIE: A to je její vnuk, můj syn. No, ona má opravdu velkou roli v... Rozumíte, navenek se chová, jako by s Alicií zacházela tak, že je také součástí rodiny, ale ona, prostě, vezme Alicii nakupovat... a koupí jí čokoládu nebo něco. Alicii koupí čokoládu a Joeymu šest nebo sedm věcí. Rozumíte, dělá v tom..., to prostě vidíte.

HARLENE: Takže i když se snaží nikomu nestránit, myslíte si, že je jasné...

NATALIE: No, já... myslím si, že ví přesně, co dělá, ona taková prostě je.

HARLENE: Aha. Dobře. Tak dobře, takže jasně straní svému vlastnímu...

NATALIE: Právě, a Alicie se to hrozně dotýká...

HARLENE: ...biologickému vnukovi a to se dotýká Alicie.

NATALIE: Jo, to ona říká. „Já se necítím jako součást téhle rodiny,“ to je jedna z těch věcí, o kterých mluvím.

HARLENE: Dobře.

NATALIE: A to není, že by chtěla nějaké věci, jenom je to prostě tak očividné.

HARLENE: [souhlasí]

NATALIE: No a tak to je jedna chyba. A další...

HARLENE: Takže to je další chyba. Pořádila jste si dítě...

NATALIE: [smích]

HARLENE: ...a tak jste možná, řekla bych...

NATALIE: On je zvýhodňovaný... On je braný jako součást rodiny, a ona ne.

HARLENE: Dobře, a taky jste se přestěhovala zpátky do Houstonu, kde je ona, takže jich už máme šest. Co ještě [smích]?

SUE: Jasně, přestěhovat se do Houstonu se možná nemusí zdát jako nic špatného, ale v porovnání třeba s přestěhováním do Baton Rouge...

NATALIE: No ano, to by bylo...

SUE: ...to by asi mohla být velká chyba, volba, kam se přestěhujete. Hm, aha.

NATALIE: Místo do Baton Rouge jsme se přestěhovali do Houstonu.

HARLENE: Aha, takže myslíte, že bychom to měli přidat na seznam.

NATALIE: Ano, to říká ona: „Kdybyste se aspoň přestěhovali do Baton Rouge..., protože rozumíte, já teď budu žít s vámi, ale tam bych mohla vidět svého tátu, kdykoliv bych chtěla.“ Ale my jsme museli odejít, protože to bylo prostě... S jejím otcem to bylo strašné.

HARLENE: Co jste ještě udělala špatně?

NATALIE: No, počkejte. Začala jsem chodit do práce [smích].

HARLENE: Dobře.

NATALIE: Nechala jsem děti doma a šla do práce. Začala jsem pracovat teprve před třemi nebo čtyřmi lety.

HARLENE: To jí bylo asi jedenáct nebo tak, fajn.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Dobře. Co ještě jste udělala špatně?

NATALIE: Někdy říkám věci, které jsou pro ni hrozné, když se dostanu do, rozumíte...

Komentář: V další části se začíná Nataliino vyprávění přesouvat od toho, co udělala špatně a jak jako matka zklamala, k pochybením ve vztahu s dcerou. Něco nejde podle jejích představ. Vzpomínáte si na samotný začátek rozhovoru, když Natalie řekla: „Rozčiluje mě můj vztah s ní a to, jak se cítím“? Ze začátku se zaměřila na to, že problém **způsobila**; tady teď mluví o stejných událostech. Události se nezměnily, ale začíná jim rozumět jinak a přiřkládat jim jiný význam. Je to přesun od něčeho, co mohlo být považováno za neřešitelný problém, k problému řešitelnému. To znamená, že existuje více možností vytvořit a mít takový vztah s dcerou, jaký by si přála, než možností opravovat vlastní chyby z minulosti, které jako matka udělala. Tento přesun nebyl mým záměrem. Zrodil se z dialogu.

HARLENE: Zní to tak, že si občas rвете vlasy a jste otrávená, když se věci nedaří a hlavně tehdy, mám pocit, když se velice tvrdě snažíte...

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: ... aby se dařily...

NATALIE: Jasně.

HARLENE: A když jste na sebe tvrdá při posuzování sama sebe jako matky.

NATALIE: Ano.

HARLENE: Takže někdy říkáte věci, které byste potom ráda vzala zpátky.

NATALIE: Jo, víte, říkám si: „Proč ji prostě nenechám říkat si, co chce, a potom prostě neřeknu... hele, klidně mluv dál a... Ona je dítě, já jsem dospělá a proč bych se v tom měla šfourot, je to její věc, ne?“ Proč teda potom neřeknu: „Ále, děti jsou prostě takové, se mnou to nic nedělá,“ rozumíte, „prostě to nebudu poslouchat.“ Jenže já to **poslouchám**.

HARLENE [souhlasí]: A berete to velice vážně, protože, jak už jsem říkala, podle mě jste hodně citlivá k tomu, jak... sama jste o tom mluvila, k tomu, jaká jste jako matka, a nehodnotíte sama sebe jenom vy, ale cítíte že vás také ostatní lidé hodnotí... Navíc máte obavy o dceru, kristepane, to teda **máte!**

NATALIE: Vypadá to, že mě zrovna teď nepotřebuje, ale mám pocit, že... Chápete, je pro mě těžké si představit, že někdy... že když odejde a zůstane tam čtyři roky, že nepřijde chvíle, kdy mě bude zrovna potřebovat a já tam nebudu.

HARLENE: Takže to nejsou jenom věci, které jste už udělala, ale také už máte obavy z věcí, které možná neuděláte...

Komentář: Natalie má obavy z dřívějších i budoucích selhání.

NATALIE: Jo, a další věc je ta, že žárlím na její nevlastní matku a mou sestřenicí, která tam bydlí a kterou ona prostě zbožňuje, která **všechno** dělá perfektně a která má

perfektní život a která bude tou pravou matkou. Moje sestřenice bude víc matkou než...

HARLENE: Než nevlastní matka. Aha.

NATALIE: Než nevlastní matka. Ale oni budou těmi opravdovými matkami. Tím chci říct, že já tam **nebudu**; **ony dvě** budou matky. No a já nechci, aby někdo obsazoval moje místo...

HARLENE: Tak co si o tom myslíš, Sue? Vypadá to, že možná chceš...

Komentář: Ačkoliv chtěla Sue původně hlavně poslouchat, považuji ji za aktivního člena naší konverzace. Když Natalie a já hovoříme, letmo se dívám také na Sue, protože chci, aby se cítila zahrnutá. Sue, jako kterýkoliv posluchač, má svůj vnitřní dialog a já jsem na něj zvědavá. (Teď jsme v pětadvacáté minutě naší konverzace.)

Rodí se možnosti, jak zachránit vztah

Začínám se dozvídat, o čem přemýšlí Sue. Dozvídám se, že Natalie byla dříve dva roky v terapii kvůli pocitům „bezcennosti“ a kvůli „depresi“ a šest měsíců brala antidepresiva. Natalie k tomu poznamenala: „Byla jsem jakoby oddělená od svých vnitřních pocitů.“ Navíc se zúčastnila bezpočtu workshopů „o přijetí sama sebe“. Přes to všechno Natalie podotkla: „Cítím se hrozně.“ Aniž by Sue byla s Natalií v rozporu v tom, že tyto její dřívější zkušenosti jí nepomohly s jejím problémem se sebevědomím, poznamenává, že jí možná pomohly zachovat si otevřenost k sobě samé při zkoumání vlastních pocitů a myšlenek. Sue zmínila, že podle ní je Natalie sama k sobě velmi upřímná. Hovoříme o tom, jak by to mohlo být mnohem jednodušší, kdyby nebyla tak upřímná a nemusela si stále uvědomovat či analyzovat věci, které udělala nebo neudělala. Natalie mi řekla, že největší strach má z toho, že s Alicií bude všechno v pořádku a že Alicia už potom nikdy nezavolá, nikdy ji už nebude potřebovat a potvrdí se tak její obava, že byla špatná matka. Sue poznamenala, že si zkoušela představit, že Alicia tuto konverzaci slyší. V dalším průběhu rozhovoru se dozvídám, že stejně tak velkou obavu má Natalie z toho, že by začala být zase tak depresivní a zoufalá jako kdysi. Jak uvidíme dále, Natalie začíná mluvit více o sobě a méně o svém vztahu s dcerou.

HARLENE: To tedy **opravdu** zní hodně bezútesně.

NATALIE: To jo, a teď už vím, co to bylo... moje vlastní cena. To se prostě cítím, jako bych neměla žádnou cenu, a když jsme... předtím než jsme se sem nastěhovali, tak jsem opravdu **měla** deprese, to bylo daleko horší než teď. Já jsem opravdu měla deprese [smích], že jsem se skoro ani nemohla hýbat. No a tak to bylo nějakou dobu a pak jsem si uvědomila, že tady je něco asi opravdu špatně a nakonec jsem šla... říkala jsem si, že bych měla jít k lékaři. Byla jsem na tom fakt špatně. No a nakonec jsem šla k psychologovi a pak jsem šla za psychiatrem a asi šest měsíců jsem brala prášky, ale za psychologem jsem chodila každý týden... a **měla** jsem deprese... To bylo potom, co jsem ležela... To bylo prostě všechno dohromady, rozumíte, potom co mi odešel syn a cítila jsem se prostě... A tehdy jsem začala mít pocit, že „jsem bezcenná“ a trochu se tak cítím i teď. Ale už to není tak hrozné jako předtím.

HARLENE: Už ne tak moc bezcenná, ale přece jenom...

NATALIE: Ale bojím se. Už na tom nechci **být** tak jak předtím.

HARLENE: Co vám řekl ten psycholog? Anebo, v čem si myslel, že je problém?

NATALIE: On podle mě nešel moc do hloubky. Myslím, že to bylo takové jakoby

opravování... Tam bylo víc věcí, můj manžel dojížděl do práce a měli jsme problémy s penězi a pak, rozumíte, já si myslím... Já nevím, fakt nevím. S manželem jsme oba pracovali a já jsem tu a tam nějaký ten problém vyřešila, ale myslím, že to spíš všechno pomohl zahojit čas a já... já nevím.

HARLENE: To bylo před jakou dobou?

NATALIE: Několik let.

HARLENE: Takže jednou z vašich velkých obav je, že byste na tom mohla být znovu tak špatně, v takové depresi, v tak zoufalém stavu.

NATALIE [souhlasí]: Přesně, a pak mám taky pocit, jakože bych měla trochu bojovat, prostě něco jako „všechny je vyhodím a bude klid“. Chápete, když máte... pořád ještě mám trochu, rozumíte, odhodlání...

HARLENE: Odhodlání, jasně.

NATALIE: ...k tomu, abych byla v pořádku, místo toho, abych jenom ležela a říkala, „fajn, mám depresi“, víte, co myslím.

HARLENE: A takže si myslíte, že kdybyste je jako vyhodila...

NATALIE [smích]: Shodit je ze skály a prostě...

HARLENE: ...všechny ven z vašeho života nebo z vašeho domu, a takhle jakoby ochrání sama sebe a udržet se nad vodou?

NATALIE: ...a prostě ji nechat, ať si jde a potom se prostě zabrat do práce a do věcí, které mě baví a, rozumíte, to fakt není zase tak špatné řešení, protože ona mi působí tolik bolesti, takže to není zase tak špatné řešení. Já... v domě by bylo o tolik stresu méně.

Měla bych víc času na věci, které chci dělat [smích]..., to fakt není špatné řešení [smích].

Když se na to dívám takhle.

HARLENE: Ale zní to, že nemůžete.

NATALIE: Někdy nemůžu, ne.

HARLENE: Takže když jste poprvé řekla, že současná situace ve vás vyvolává trochu obavy o to, jak se s tím vy sama vypořádáte, až odejde..., tak jste ve skutečnosti mluvila o tomto.

NATALIE: [souhlasí]

HARLENE: Že byste začala mít opravdu velké deprese a skoro byste nemohla fungovat, tak jste to popsal.

NATALIE: [souhlasí] [dlouhá pauza]

SUE: Nebo na druhou stranu, když byste zjistila: „Páni, teď mám tolik času a o tolik méně stresu,“ a mám pocit, nebo zní to tak, jako kdyby vás napadly obě varianty, ale více zájmu na sebe evidentně poutá deprese. Hm, hmm [souhlasí].

NATALIE: Takže se zdá, že budeme prostě muset počkat a pak uvidíme, co se bude dít.

HARLENE: Ale co se bude dít teď, pokud jde o pocity deprese a zoufalství? Chci tím říct, že jste...

NATALIE: No, v noci hodně brečím...

HARLENE: [souhlasí]

NATALIE: ...a ona byla několik posledních dnů mnohem hodnější jako, ano, z toho jsem také smutná [smích]. Včera nešla do školy, kvůli tomu mrazu, a všichni ostatní šli a my jsme... Zůstala doma a šla ven..., ta námraza úplně ohnula větve stromů a ona šla, napustila si horkou vodu a šplíchala to na ty větve, aby byly stromy v pořádku. A v domě taky nešla vůbec elektrika. Ona přišla, namočila si ruce do horké vody a uklízela, a udělala toho spoustu, a potom později večer jsme si povídaly, opravdu pěkně, víte, prostě jsme měly takový pěkný rozhovor, a z toho mi bylo také smutno. Já... rozumíte...

nemohu... protože, co budu... Seděla jsem prostě v posteli a říkala si: „Co budu dělat... [začíná plakat] ...až odejde?“ [dlouhá pauza]

Komentář: Natalie plakala. Od začátku rozhovoru byla místnost přeplněná pocity a emocemi. Je to rozhodně součástí tohoto způsobu práce. Ať už jde o napětí ve vzduchu, smutek, bolest, pocit zoufalství, humor a smutek, nevyhledávám je, ani je nezdůrazňuji. Prostě tam jsou. Přicházejí. Jsou přirozenou součástí konverzace.

Následuje přesun v rozhovoru zpátky ke vztahu s dcerou.

HARLENE: Takže mám dojem, že potom jste si začala připadat ještě hůř, když v takové chvíli...

NATALIE: Já nevím. Je to, je to nenormální nebo něco, abych se snažila udržet něco...

Nevím, jestli to chci tak moc udržet, protože chci být s ní nebo, nebo co.

HARLENE: Máme ještě...?

SUE: Jo.

HARLENE: A asi není, nebo nikdy nebyla žádná šance promluvit si s dcerou o těchto věcech, obavách, starostech, problémech, aby prostě... Aspoň takhle mi to zní.

NATALIE: Potom to končí tak, že žadoním, aby zůstala a tak, a to nás potom má v hrsti, rozumíte, to je jako: „Dobře, jestli neuděláš to, co říkám, půjdu k tátovi.“ Chápete, to je prostě...

HARLENE: Takže to je pořád takové přetahování...

NATALIE: Jo.

HARLENE: ...nebo něco jako...

NATALIE: „Prostě půjdu k tátovi“, když se jí nelíbí to, co říkáme, a to ji potom ale nemůžete vychovávat.

SUE: Já si myslím, že byla nějaká doba, kdy jste spolu mohly mluvit, pokud jsem dobře slyšela otázku, nebo nevím.

HARLENE: Mám prostě jenom pocit, že to zní, jako kdyby se potýkaly se spoustou věcí, a slyším hodně úzkosti, hodně napětí, hodně... vydírání, snahy někoho ponižít.

NATALIE: Jo.

HARLENE: Jenom by mě zajímalo, bylo tam někdy nějaké období nebo nějaký způsob, jak mluvit o něčem z toho produktivně, nebo to prostě šlo pořád z kopce?

NATALIE: Nevím... chtěla bych... no, možná, kdybychom udělali společné sezení nebo něco, jo, tak bych jí to byla schopná říct. Myslím si, že máme, a co je hodně zvláštní, ona mi vždycky říkala, že mě nikdy neopustí, že když..., rozumíte: „Nikdy od tebe neodejdu, i když půjdu na vysokou, tak chci zůstat...“, rozumíte, takovéhle věci a já jsem jí to jednou večer řekla, a ona na to: „No, ano, na to si pamatuji“ [smích].

Komentář: Pokračuji tím, že sděluji svoji myšlenku a nahlas uvažuji.

HARLENE: Myslím si, anebo to je aspoň to, co mě napadá právě teď, že tady nejde ani tak o otázku „Bude s vámi, nebo se svým otcem?“ Ačkoli je to pro mě důležitá otázka, důležité téma, zdá se, že nejpálčivějším tématem je „Existuje nějaký způsob, nějaká naděje, nějaká šance, že byste vy dvě mohly zachránit něco ve vašem vztahu a mít spíše takový vztah, který byste si přály asi obě dvě?“ Tím chci říct, že ona tam ještě je, nikam neodešla, neodešla žít se svým otcem, aspoň ne v tuto chvíli a tak nějak tam je ještě také

tohle všechno, tohle všechno nevyrovnané, nepředpověditelné chování... Jsou chvíle, jako včera v noci, kdy máte pocit, že jste si blízké, a pak jsou další chvíle, kdy ona, kdy máte pocit, že ona, jak jste řekla, vás má v hrsti. Takže bych řekla, že to, co mě napadá, je, že...

NATALIE: To je ještě větší otázka, než kde bude bydlet...

HARLENE: No, to by mě právě zajímalo...

NATALIE: Možná to je to, co... jo...

HARLENE: ...jestli to je to, co doopravdy, nebo tak mi to zní, že byste opravdu moc chtěla mít vztah se svou dcerou, chtěla byste, aby to šlo lehčeji, a pochopitelně do toho přinášíte úvahy o „dobré matce/špatné matce“, a to je něco, co si myslím, že většina matek asi dělá, takže si nemyslím, že jde o něco neobvyklého. Takže to je to, co mě zajímá, dalo by se říct, co si myslíte, že by to vyžadovalo od vás a od dcery, abyste byly schopné o něčem takovém mluvit anebo se pokusit...

NATALIE: No, to, co chci..., já ne...

HARLENE: ...najít v tom něco, čeho by se šlo chytout nebo co by šlo spravit.

NATALIE: No, k tomu mě napadá, že to, co by to **znesložilo**, by bylo, kdybych jí poslala pryč **naštvaně**, rozumíte, něco jako „No tak prostě dělej, běž pryč a už mi nevolej“ a takové věci, rozumíte, no to by bylo asi **sprosté**, to si myslím, že...

HARLENE: No, je to také vaše největší obava, že **odejde** a všechno půjde jako po másle a potom se ty **dveře** skutečně zavřou, a možná, až jí bude pětatřicet, tak se vrátí, ale já nevím, zní to ale tak, že jste... že to je to, k čemu se snažíte dojít.

NATALIE: Že s ní budu mít normální vztah, ano.

HARLENE: Možná se úplně pletu, ale...

NATALIE: Jo, to je možná...

HARLENE: No, já nevím. Co ty si myslíš? Ty znáš její dceru. Myslíš, že by Alicia mohla být také nešťastná z toho, že se svou matkou nemá takový vztah, jaký by možná chtěla?

SUE: Jo, přemýšlím o tom tvém rozdělení na dobrou a špatnou matku... Také jsem přemýšlela o tom, že se tam rysuje rozdělení, že pokud bude vztah dobrý, bude bydlet se mnou, prostě že to, jestli bude bydlet se mnou, ukáže, jestli jsem dobrá nebo špatná matka.

NATALIE: Ano.

SUE: Že to je, je to s tím nějak spojené, i když vím, že jste řekla, „Fajn,“ víte, co myslím, „tohle vypadá jako větší téma než to, kde bude bydlet,“ takže...

HARLENE: No, myslím si, že tohle je tak nějak vsazené do celého příběhu. Tím chci říct, že tam je tolik, tolik složitých kousků a že tam je tolik kousků, na které by se člověk mohl podívat a říct: „No tak, když tady máme ten seznam věcí, které jste **podle vás** udělala špatně, tak to potom **není možné**, abyste s vaší dcerou měla nějaký vztah, nemůžete prostě najednou udělat obrat o stoosmdesát stupňů a stát se dobrou matkou,“ a tak si jenom říkám, „Mluvíme opravdu o tomhle?“ Je to, jako by tohle **všechno** byly nějaké útoky proti něčemu. Jistě, rozvod může být pro děti určitě složitý. Spousta z těchto věcí, soudní tahanice, může být pro děti velmi náročné. Jak jste to říkala, stranit jednomu dítěti před druhým, všechny tyhle věci mohou být strašně těžké a strašně **namáhavé**, ale co kdyby se to vůbec nestalo, já nevím, možná... A další věci, na kterou asi narážím, je ta zmínka o vaší matce a o vašem vztahu, já nemám představu, jak moc jste o tom mluvily a co to má společného s tím vším, ale pokud jde o to, že se to snažíte neopakovat nebo že byste to ráda měla se svou matkou jinak, tak ne...

Komentář: Stručně řečeno, konverzace se nakonec přesunula k synovi Natalie, který se přestěhoval ke svému otci už dříve. Zeptala jsem se: „Jaký je vztah s vaším synem, jak se liší nebo podobá vztahu s vaší dcerou?“ Díky svojí zvědavosti jsem zjistila, že se jí podařilo vztah s ním „zachránit“. Také jsem se dozvěděla něco víc o těch ženách, ze kterých má Natalie strach, že by se mohly stát matkami, tedy „těmi dobrými“ matkami a z ní by udělaly „tu špatnou“. Dozvěděla jsem se, že Sue se setkávala s matkou a dcerou jak zvlášť, tak i společně. A také jsem se dozvěděla, že úřad, který kontroloval nařízenou zdravotní péči, se pokoušel zasahovat do výběru lidí, které Sue zvala na sezení.

Natalie začala být viditelněji uvolněná a smála se. Protože jsem si byla vědoma nedostatku času a svého slibu Natalii, že skončíme před polednem, aby se mohla vrátit do práce, ještě naposled jsem se podělila o svoje vnitřní myšlenky.

HARLENE: Kdybych teď měla říct jenom jednu myšlenku za celou tu dobu..., tak by to asi bylo, že by mě velice zajímalo setkání vás obou a rozhovor o těch věcech mezi matkou a dcerou, a možná také o tom, jestli... měla třeba nějaké sny, které se jí nevyplnily, anebo... co vlastně chce? Co potřebuje? Kdyby byla matkou čtrnáctileté dcery, jak by...

NATALIE: To jsem přesně zkoušela..., protože ona mi řekla, že si to asi ani neumím představit, a já jsem jí řekla, „To máš pravdu,“ ale zkouším si to představit, protože to je to, o co jí jde... „Chci mít dítě a chci,“ rozumíte, „mít rodinu a tohle všechno,“...to je její sen. „Tak si představ, že bys měla dceru a bylo jí čtrnáct,“ a ona si to zkoušela představit, ale nešlo jí to. Ona je tam někde v oblacích...

SUE: Určitě se nebude rozvádět.

NATALIE: No jóó, to je pravda... **nikdy**.

HARLENE: Jasně.

NATALIE: Mně je jedno, **jak** to nakonec bude. Samozřejmě se nic takového nestane, pokud si vybere pravého manžela. Její život pak bude, rozumíte, v...

HARLENE: To ona říká, jo? Takže ona má **spoustu** pevných názorů a spoustu silných pocitů...

NATALIE: Moc, moc, moc.

HARLENE: ...o rozvodu a a o tom, že...

NATALIE: Někteří lidé si myslí, že to je **ideální** dítě. Třeba matky jejich kamarádek... Ona jde k nějaké kamarádce na návštěvu a pak mi volá její máma a říká: „Tys tu svou dceru tak,“...to se stalo zrovna tento týden, „tys tu svou dceru tak skvěle vychovala, ona je tak sebejistá, ona ví, co chce říct...“

HARLENE: A to ona jenom předstírá, když je mezi lidmi? Abyste vypadala dobře nebo co?

NATALIE: Ona je sebejistá. Ona **opravdu** ví, co si myslí...

HARLENE: Opravdu? Hm...

NATALIE: ...a ona také... Nevím už přesně, o čem mluvila, ale jak... je tak bystrá a prostě ví přesně, co dělá, a dělá to tak dobře, díky **moc** [smích].

HARLENE: No, to jsem si říkala, že to vás muselo hodně potěšit, ale také jste asi byla smutná, obojí najednou... [smích]

NATALIE: A ona píše i **dopisy** některým... několika... rodinám, kteří jsou naši přátelé, se kterými jsme byli přátelé dlouhou dobu: „Vy jste prostě tak, já vás mám tak ráda, jste prostě jako součást naší rodiny,“ a to píše... celé rodině, mé matce a otci a...

HARLENE: Takže kdybyste byla tak špatná matka, tak...

NATALIE: ...proč je tak hodná? Jo.

HARLENE: ...kde to, odkud se to všechno bere? Ano, možná další otázka, kterou necháme viset ve vzduchu.

NATALIE [smích]: Už je čas jít?

Komentář: Krátce jsme ještě mluvily o čase a potom jsem Natalii vyjádřila svoje díky za to, že nás nechala rozhovor nahrávat.

HARLENE: Máte ještě nějaké otázky, něco, na co byste se chtěla zeptat mě?

NATALIE: Co teď budete dělat s tou nahrávkou?

Komentář: Odpověděla jsem na tuto otázku a pak jsem jí poděkovala. Vždycky děkuji lidem za to, že mě pozvou na okamžik do svého života, a za to, že se mi svěří. A tak jim dávám najevo, že si od nich něco odnáším.

To byl konec našeho rozhovoru. Otázky zůstaly viset ve vzduchu. Konverzace není nikdy ukončená. Každá konverzace, a tak tomu bylo i s touto, je odrazovým můstkem pro další.

Jedna konverzace vede k další a ke znovuobnovení pocitu vlastní síly jednat

Často se mě lidé ptají na to, jak se dá konverzace, jako byla tato, mimo terapeutickou místnost, přenést do klientova běžného života a v tomto případě také do společné práce Sue a Natalie. Přesně tak, jako si bereme naše známá vyprávění do terapeutické místnosti, odnášíme si s sebou také vyprávění nově vzniklá. Každá terapeutická konverzace se stává přímým pozváním, odrazovým můstkem ke konverzacím dalším. Každá se stává součástí nepřetržitých dialogů mimo terapeutickou místnost a ty si zase zpětně bereme do další terapeutické konverzace. Každá konverzace je součástí jiných konverzací, je jimi ovlivněna a sama je ovlivňuje. Naše nová vyprávění získávají nový význam prostřednictvím odlišného vztahu k širšímu narativnímu kontextu. Když přizpůsobíme nové verze zkušeností těm starým, můžeme potom ustanovit novou jednotu, nový význam a nové porozumění, a to je osvobozující zážitek nového pocitu vlastní síly jednat.

Co bylo dál?

V následujících dvou měsících se uskutečnila tři sezení. Nejprve se setkaly Sue, Natalie a Alicia a mluvily o tom, jaké vztahy by chtěly mít a jak by toho mohly dosáhnout. Mezitím začala Natalie více mluvit s otcem Alicie a to vyústilo v jejich společné setkání se Sue, na kterém si promluvily o výchově Alicie a naplánovali stěhování. Po tomto sezení se matka a otec potkali s Alicií, aby udělali další plány a vybrali školu.

Sue se potom setkala s Natalií a požádala ji, aby se podívala na videonahrávku a řekla, zda nám dá svolení k jejímu použití. V tomto sezení byla Natalie mnohem uvolněnější a sebejistější, když se dívala nazpět, na to, co se událo za poslední dva měsíce. Tady je krátká ukázka ze začátku sezení: Natalie řekla, že byla poprvé schopná mluvit s přáteli na školním večírku o tom, že její dcera začne chodit do školy v Baton Rouge a že bude bydlet se svým otcem. Řekla, že jí to tentokrát nevadilo tolik jako dřív. Sue ji požádala, aby řekla něco víc o tom, proč jí to nevadilo, a také něco víc o těch dvou měsících od rozhovoru se mnou.

Natalie důrazně odpověděla, že udělala rozhodnutí: „Takhle už doma žít nemůžeme, to jsou pořád jenom konflikty, je to jako teror.“

Sue ji požádala, aby řekla něco víc o tom, „jak to přišlo, ten pocit, že jste to zvládla. Co si myslíte, že se změnilo z hlediska té kontroly, kterou jste cítila?“

NATALIE: Něco je teď jinak, hlavně s ní, ale také se mnou. Už se tolik nebojím chodit domů.

SUE: Co by se dalo říct ještě dalšího o tom stavu, ve kterém jste teď?

NATALIE: Mám víc sebedůvěry, chuť udělat něco se svým životem, také ostatní mě posuzují jinak.

Komentář: Natalie hovořila o tom, jak se snažila udělat něco se svou přecitlivělostí na reakce ostatních. Sdělila několik myšlenek o tom, jaká je v práci, a pak řekla, že se rozhodla: „Musím jim ukázat, co ve mně je.“

Když nám Natalie dala svolení k použití této videonahrávky, řekla jí Sue: „Udělala jste velký krok, ukážete teď svůj život i jiným lidem.“ Na to Natalie odpověděla, s poukazem na svojí vlastní sebekritičnost: „Musím se něčeho chytlat.“ Sue se zeptala: „No a jak byste to mohla udělat, abyste se něčeho chytla?“ Tím se tato konverzace posunula jinam a potom dále pokračovala. Tímto sezením se ukončila celá terapie. Natalie už nepotřebovala, aby Sue byla součástí jejich dalších konverzací.

Problém se rozpouští

V následném telefonickém rozhovoru po šesti měsících řekla Natalie Sue, že se Alicia začátkem léta přestěhovala ke svému otci. Přestěhování mělo však už jiný význam. Po dvou měsících se zeptala, zda by se mohla vrátit domů. Matka, dcera a otcím se domluvili na nových pravidlech a o několik měsíců později se matce i dceři stále daří dobře.

Tento odlišný způsob vztahu, tento způsob mluvení, který rozpouští nejen to, o čem mluvíte, ale i způsob, jakým o tom mluvíte, je podstatou mého spolupracujícího přístupu. Švédské terapeutky Britta Lödgo a Gunilla Ström po zhlédnutí této videonahrávky řekly: „Když vytáhneš skřítky na světlo, tak zmizí.“

Podstatu této konverzace je obtížné zachytit. Co jsem popsala a opoznámkovala, to je založeno na mé zkušenosti, na mé pozici v konverzací a také to už bylo ovlivněno konverzacemi o této konverzací s dalšími lidmi. Celá konverzace se dala popsat a vysvětlit jinak a mohla mít spoustu podob. Toto je pouze jedna z nich. A také je to pouze jedna z mnoha možných konverzací, které jsme my tři mohly mít.

Ve třetí části představuji dva „plovoucí ostrovy“: postmoderní koncepty poznání a jazyka, a self. Ukázaly se totiž historicky natolik významné a leží natolik v centru mého myšlení o terapeutických konverzacích a vztazích, že chci věnovat dostatečnou pozornost objasnění tomu, jak jim rozumím.