

KATEDRA PSYCHOLOGIE FAKULTY SOCIÁLNÍCH STUDIÍ MU BRNO

Předmět PSY142

PSY742

PSYCHOLOGIE SOUŽITÍ V MANŽELSTVÍ A RODINĚ

STUDIJNÍ TEXTY

OBSAH

čísla listů

1. *Láska.* (Atkinsonová, R.L., et al.: *Psychologie.* Praha 1995, str. 742-747) 1 – 4
2. *Konstruktivní hádka.* (Kratochvíl, S.: *Manželská terapie.* Praha 1999, str. 77-80) ... 5 – 7
3. *Očekávání žen a mužů v manželství.* (Kratochvíl, dtto, str. 96-105) 7 – 12
4. *Psychorozvod.* (Plaňava, I.: *Jak se /ne/ rozvádět.* Praha 1994, str. 64-71) 13 – 17
5. *Etapy soužití.* (Plaňava, I.: *Spolu každý sám.* Praha 1998, str. 104-143) 31 – 50
6. *Ženy a muži.* (Plaňava, dtto, str. 34-49) 18 – 26
7. *Rodinné a manželské mýty.* (Plaňava, dtto, str. 50-58) 26 – 30
8. *Manželská vyjednávání.* (Plaňava, dtto, str. 177-187) 51 – 56
9. *Láska milenecká, manželská a mrtvá.* (Plaňava, dtto, str. 200-203) 56 – 58
10. *Jak dál?* (Plzák, M.: *Jak dál...?* Praha 1999, str. 111-117) 59 – 62

PSYCHOLOGIE

Rita L. Atkinsonová

Richard C. Atkinson

Edward E. Smith

Daryl J. Bem

Susan Nolen-Hoeksema

1995



VICTORIA PUBLISHING
PRAHA

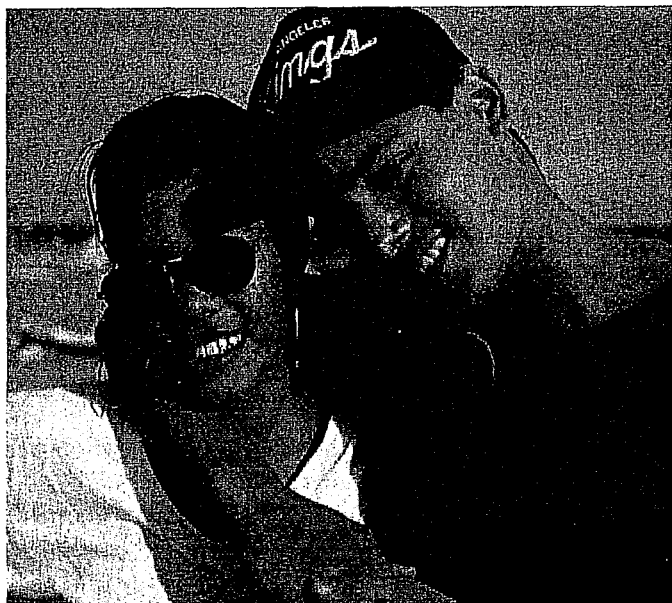
želo více na podobnosti než na komplementaritě (Meyer a Pepper, 1977). Pokusy určit páry komplementárních osobnostních rysů nebyly příliš úspěšné (Strong et al., 1988). Rozhodující je koneckonců podobnost.

Láska

NÁKLONNOST A LÁSKA Láska je víc než intenzivní náklonnost. Většina z nás zná lidi, které máme velmi rádi, ale které nemilujeme, a někteří z nás dokonce prožili vášnivou lásku k někomu, koho jsme neměli nijak zvlášť rádi. Výzkum tato každodenní pozorování potvrzuje. Jeden z prvních badatelů, kteří studovali romantickou lásku, shromáždil řadu výroků, které lidé pronesli, když se zamýšleli nad náklonností a láskou, a zkonstruoval škály k jejich měření (Rubin, 1973). Prostřednictvím položek na škále náklonnosti zjišťoval míru, ve které je druhá osoba považována za sympatickou, uznávanou, obdivovanou, zralou a inteligentní. Prostřednictvím položek na škále lásky zjišťoval tři proměnné: (pocit připoutání) („Bylo by pro mě těžké žít bez _____“), (pocit péče o druhou osobu) („Pro _____ bych udělal téměř všechno“) a (pocit důvěry) („Cítím, že mohu _____ důvěřovat skutečně ve všem“). Tyto dvě škály spolu korelovaly jen mírně: 0,56 u mužů a 0,36 u žen.

LÁSKA A MANŽELSTVÍ Pojem romantické lásky je pojem starý, ale přesvědčení, že má co dělat s manželstvím, je nedávného data a zdaleka není všeobecně rozšířeno. V některých jiných kulturách je manželství stále považováno za smluvní nebo finanční dohodu, která nemá nic společného s láskou. V naší kultuře se spojení mezi láskou a manželstvím stalo za posledních dvacet pět let pevnější. Badatelé se po léta vysokoškolských studentů ptali: „Kdyby muž (žena) měl(a) všechny ostatní žádoucí vlastnosti, vzal(a) byste si ho (ji), i kdybyste do něho (ní) nebyl(a) zamilován(a)?“ V roce 1967 přibližně 65 procent vysokoškoláků, ale pouze 24 procent vysokoškolaček odpovědělo, že by odmítli vzít si někoho, koho nemilují (většina žen byla nerozhodných, jen 4 procenta odpověděla, že ano (Kephart, 1967). Feministické hnutí začalo vyvíjet svoji činnost právě v této době a možná, že ženy

Vášeň romantické lásky v pozdějším životě ustupuje věrné lásce.



častěji než nyní považovaly manželství za nezbytnou podmínku své vlastní finanční jistoty. Když badatelé anketu v roce 1984 zopakovali, 85 procent mužů i žen odpovědělo, že by odmítli uzavřít sňatek, kdyby nebyli zamilovaní. Mnoho mladých mužů a žen se vlastně domnívá, že když se z manželského vztahu vytratí romantická láska, je to dostatečný důvod k rozvodu (Simpson, Campbell a Berscheid, 1986).

VÁŠNIVÁ A VĚRNÁ LÁSKA Několik badatelů se pokusilo odlišit různé druhy lásky. Jedno z nejpřijatelnějších rozdělení je rozdělení na *vášnivou a věrnou lásku* (Hatfield, 1988; Peele, 1988).

VÁŠNIVÁ LÁSKA je definována jako intenzivní emoční stav, ve kterém „se současně vyskytují v citovém zmatku pocity něhy a sexuálního vzrušení, euforie a bolesti, úzkosti a úlevy, altruismu a žárlivosti“ (Berscheid a Walster, 1978, s. 177). Badatelé předpokládají, že prožitek vášnivé lásky spojuje fyziologickou aktivaci s uvědoměním, že aktivace je vyvolána milovanou osobou (Berscheid a Walster, 1974) (viz Kritickou diskusí s názvem Jak probudit vašeň?).

VĚRNÁ LÁSKA je naproti tomu definována jako „láska, kterou cítíme k těm, s nimiž jsou naše životy hluboce propojeny“ (Berscheid a Walster, 1978, str. 177). Vlastnostmi věrné lásky jsou důvěra, péče, tolerance partnerových chyb a zvláštností a emoční vřelost a láska spíše než vypjatá emoční vašeň. Jeden badatel tvrdí, že s postupem času roste vzájemná závislost partnerů a potenciál pro silné emoce.

Mnoho mladých mužů a žen v průzkumu z roku 1984, popsaném výše, uvedlo, že jestliže se láska z manželství vytratí, je to dostatečný důvod pro rozvod. Tito mladí lidé, kteří ztotožňují lásku pouze s její vášnivou variantou, budou pravděpodobně zklamáni. Úspěšnější, dlouholetá manželství zdůrazňují ve svých vztazích prvky věrné lásky. Jeden badatel tvrdí, že ve vztahu postupem času roste vzájemná závislost a potenciál pro silné emoce roste. Je to patrné tehdy, když partneri, kteří spolu žijí dlouhou dobu, prožívají intenzivní pocity osamění a touhy při dočasném odloučení, nebo když někdo bolestně prožívá ztrátu životního partnera. Ale paradoxem je, že skutečná četnost silných emocí je obvykle poměrně nízká, protože věrné dvojice se vzájemně doplňují a koordinují svoji každodenní činnost (Berscheid, 1983).

Význam věrné lásky je doložen ve studii, jejíž autoři porovnávali dlouhotrvající manželství ve Spojených státech - kde dvojice tvrdí, že

	INTIMITA	VÁŠEŇ	ODDANOST
Lhostejnost	nízká	nízká	nízká
Náklonnost	vysoká	nízká	nízká
Zamilovanost	nízká	vysoká	nízká
Romantická láska	vysoká	vysoká	nízká
Planá láska	nízká	nízká	vysoká
Věrná láska	vysoká	nízká	vysoká
Pošetilá láska	nízká	vysoká	vysoká
Dokonalá láska	vysoká	vysoká	vysoká

Tab. 18-2 Triangulární teorie lásky
Kombinace tří dimenzí lásky vytváří osm různých typů milostných vztahů (Stern 1986).

KRITICKÁ DISKUSE

Jak probudit vášně?

V antické rukověti *Umění milovat* z prvního století Publius Ovidius Naso udílí mužům a ženám rady, jak získat srdce těch, po kterých touží. Mezi jeho překvapivými návrhy mužům byl ten, aby hledali ženu na gladiátorských hrách, které v nich mohou probudit vášnivou lásku k nějaké z přítomných žen. Avšak neřekl, proč by to tak mělo být. Teprve v roce 1887 bylo nabídnuto psychologické vysvětlení tohoto střípku moudrosti.

Láska může být vyvolána pouze silnou a živou emoci a je téměř lhotejně, zda jsou tyto emoce příjemné nebo nepříjemné. Cid se ucházel o pyšné srdce dony Jimeny, jejíhož otce zabil v souboji, tím, že postrlel její holuby jednoho po druhém (Adolf Horwitz, citoval Finck, 1887, s. 240).

Tyto romantické taktiky měly uhodit na citlivou strunu

Jak jsme uvedli v 11. kapitole a dříve v této kapitole ve výkladu o sebepercepci, často posuzujeme emoci, kterou prožíváme, v procesu kognitivního hodnocení. Ačkoliv fyziologická aktivace našeho autonomního nervového systému nám poskytne informaci, že prožíváme emoci, jemnější posouzení toho, jakou emoci prožíváme, často závisí na našem kognitivním hodnocení okolností. Jak jsme také uvedli v 11. kapitole, aktivace z jednoho zdroje (např. zápas gladiátorů) může zesílit aktivaci prozivanou z odlišného zdroje (např. milovaný člověk) (Zillmann a Bryant, 1974; Zillmann, 1978, 1984).

Ovidius a Horowitz naznačují, že osoba ve stavu fyziologické aktivace - navozené jakýmikoliv prostředky - by mohla toto vzrušení připisovat lásce nebo sexuální vášni - což je výhoda jakéhokoliv potenciálního milence, který je po ruce.

Pro tuto hypotézu nyní existuje experimentální důkaz. Ve studii, prováděné v přirozeném prostředí, navázala atraktivní experimentátorka kontakt s muži, kteří sami přecházeli vratky, pohybující se most, zavěšený přibližně 70 metrů nad ska-

lami a mělkými peřejemi. Experimentátorka předpokládala, že přechod mostu navodí stav vysoké fyziologické aktivace, způsobený strachem. Každého muže požádala, aby jí pomohl s psychologickou studií tím, že napíše smyšlený příběh k jednomu obrázku (viz výklad k Tematickému a percepčnímu testu (TAT) ve 14. kapitole). Po napsání příběhu mu žena nabídla telefonní číslo pro případ, že by se chtěl o studii dozvědět něco víc. V kontrolních podmínkách byl experimentátorem muž nebo experimentátorka navázala kontakt s muži, kteří přecházeli přes pevný, nízký most. Badatelé hodnotili v příbězích sexuální představy a zaznamenávali, kteří muži experimentátorce zatelefonovali. Zjistili, že muži, kteří se setkali s experimentátorkou na vysokém mostě, uváděli více sexuálních představ než muži v kontrolních podmínkách. Také jí častěji zatelefonovali (Dutton a Aron, 1974).

V této studii asi najdete nedostatky. Snad pouze bravurní muži přejdou vysoký most a pouze slabší přejdou přes nízký most, a to je ten rozdíl v populaci pokusných osob.

se berou z lásky - s manželstvími v Japonsku, která byla sjednána rodiči těchto dvojic. Podle očekávání americká manželství začínala s vyšší úrovní projevené lásky a sexuálního zájmu než japonská manželství. Ale míra projevené lásky u obou skupin klesala a po 10 letech nebyly mezi skupinami žádné rozdíly (Blood, 1967). Spisovatel šestnáctého století, Giraldi, napsal: „Historie milostného vztahu je v jistém smyslu drama jeho boje proti času.“

Ale pokles projevů lásky neznamena nutně rozpad manželství. Mnoho dvojic v této studii uvedlo, že mají docela spokojené manželství, které ze zamilovanosti přerostlo v hlubokou oddanou lásku, která se vyznačuje vzájemným dorozumíváním mezi partnery, rovnoměrným rozdělením práce a rovnocenností při rozhodování. Z toho plyne poučení, že vášnivá láska je úžasná pro začínající manželský pár, ale síly, podporující dobrý, dlouhotrvající vztah jsou méně vzrušující, nepochybně vyžadují více práce a více souvisí s rovností než s vášní. Je to možná zklamání pro romantiky, ale povzbudivá zpráva pro obhájce sexuální rovnosti.

kteřý způsobuje rozdíly. Nebo žena sama se chovala odlišně nebo vypadala atraktivněji na vysokém mostě než na mostě nízkém. Někteří badatelé rovněž tvrdí, že přítomnost ženy na mostě snižuje strach mužů a zvyšuje její přitažlivost (Kericka Cialdini, 1977; Riordan a Tedeschi, 1983).

Ke kontrole těchto a dalších proměnných bylo provedeno několik dalších studií. V jedné řadě studií byli muži uvedeni do stavu fyziologické aktivace jedním ze tří způsobů: během namístě sledováním filmové komedie, nebo hororu na videu. Potom sledovali film, ve kterém žena byla oblečena a upravena tak, aby vypadala přitažlivě nebo nepřitažlivě. Nakonec všechny pokusné osoby hodnotily ženu na několika škálách, včetně její celkové přitažlivosti a míry, ve které by si s ní chtěly domluvit schůzku a políbit ji.

Výsledky ukázaly, že bez ohledu na způsob dosažení aktivace se těmto pokusným osobám líbily atraktivní ženy více a neatraktivní ženy méně než kontrolním osobám, které nebyly ve stavu aktivace. Vysoký stupeň aktivace zesílil jak pozitivní, tak

negativní reakce na ženu (White, Fishbein a Rutstein, 1981).

Protože aktivace byla v této studii navozena různými způsoby, výsledky nelze vysvětlit pomocí hypotézy o snížení úzkosti, ale odpovídají hypotéze neadekvátní atribuce. Avšak další skupina badatelů nabídla jinou možnou interpretaci pomocí *facilitace reakce*, známého psychologického jevu. Když je organismus ve stavu aktivace, libovolná reakce, která se vyskytuje v určité situaci častěji – tzv. dominantní reakce – bude posílena nebo zesílena (facilitaci reakce probereme ve zcela odlišné souvislosti v 19. kapitole). Jestliže „dominantní“ reakcí pokusné osoby v těchto studiích je vzrušení atraktivní ženou, pak bude zesíleno další aktivaci. Také si všimnete, že pokud dominantní reakcí osoby v uvedené situaci *není* vzrušení atraktivní ženou, aktivace zesílí negativní reakci, přesně tak, jak to bylo zjištěno ve výše popsane studii (Allen, Kenrick, Linder a McCall, 1989).

Existuje empirický způsob, jak rozlišit tato dvě vysvětlení. Vysvětlení pomocí neadekvátní atribuce předpokládá, že efekt nastane pouze tehdy, když si

osoba neuvědomuje skutečný zdroj aktivace a svoji reakci nesprávně připíše jinému zdroji. Vysvětlení pomocí *facilitace reakce* však předpokládá, že efekt nastane bez ohledu na to, zda si osoba skutečný zdroj aktivace uvědomuje nebo neuvědomuje.

Proto v další studii byla aktivace u mužů navozena cvičením. Někteří muži si svoji aktivaci a její příčinu uvědomovali před sledováním videozáznamu atraktivní ženy, jiní neuvědomovali. Výsledky ukázaly, že osoby ve stavu aktivace byly více vzrušeny atraktivní ženou než osoby, které nebyly ve stavu aktivace, i když si aktivaci a její příčinu uvědomovali (Allen, Kenrick, Linder a McCall, 1989). Tyto nálezy podporují vysvětlení pomocí *facilitace reakce*. Rozsudek však není konečný. Autoři dřívější studie zjistili, že osoby ve stavu aktivace byly vzrušeny atraktivní ženou častěji, když byla jejich pozornost odváděna od skutečného zdroje jejich aktivace (White a King, 1984).

Čtenáři obou pohlaví by tato diskuse měla povzbudit k tomu, aby si zakoupili dva lístky na hokejový zápas

TRIANGULÁRNÍ TEORIE LÁSKY Podobná, ale diferencovanější klasifikace rozděluje lásku na tři složky: *intimitu*, *vášně* a *oddanost* (Sternberg, 1986). Intimita je emoční složka, v níž jde o blízkost a sdílení pocitů. *Vášně* je motivační složka, která zahrnuje sexuální přitažlivost a romantické pocity zamilovanosti. *Oddanost* je kognitivní složka, která odráží záměr člověka zůstat ve vztahu. Kombinací těchto složek získáme osm druhů vztahu, jak je vidět v tab. 18-2. Vášnivá láska je v tomto schématu rozdělena do dvou typů: *zamilovanost* a *romantická láska*. Obě jsou charakteristické velkou vášní a malou oddaností, ale zamilovanost je charakteristická malou intimitou, zatímco romantická láska velkou intimitou. Věrná láska je charakteristická vysokou blízkostí a oddaností, ale nízkou vášní.

Bylo by možné uvést ještě další klasifikace. Jedna je založena na pojmu dospělých *stylů připoutání*, analogických stylům připoutání v raném dětství (viz 3. a 13. kapitola) (Hazan a Shaver, 1987; Shaver, Hazan a Bradshaw, 1988). Autoři další klasifikace využívají analogie

intimita
vášně
oddanost
(ve) záměr
romantická láska

s barvami, navrhuje tři primární a tři sekundární „barvy“ lásky (Lee, 1973, 1977, 1988; Hendrick a Hendrick, 1986). Nedávné pokusy o integraci těchto několika klasifikačních systémů však přinesly nekonzistentní výsledky (Hendrick a Hendrick, 1989; Levy a Davis, 1988). V této chvíli je dělení na vášnivou a věrnou lásku pravděpodobně nejužitečnější (Brehm, 1992).

STRUČNÝ SOUHRN KAPITOLY

1. *Sociální psychologie* je věda o tom, jak lidé vnímají, cítí a přemýšlejí o svém sociálním světě a jak na sebe vzájemně působí a ovlivňují jeden druhého. Sociální psychologové vycházejí z předpokladu, že lidské chování je funkcí jak osoby, tak situace, a zdůrazňují *slu situačních vlivů* a význam *jedincovy interpretace situace* v determinaci sociálního chování.
2. Ve snaze porozumět druhým a sobě samým konstruujeme intuitivní teorie lidského chování tím, že provádíme stejné úkoly jako oficiální vědci: *sbíráme data, zjišťujeme kovariace a vyvozujeme kauzalitu*. Avšak naše teorie mohou utvářet naše vnímání dat, deformovat náš odhad kovariace a zkreslovat naše hodnocení příčiny a následku. Máme například tendenci spíše si vybavit informaci emočně působivou než nevýraznou, což ovlivňuje naše sociální úsudky.
3. *Schematické zpracovávání informací* je vnímání a interpretace vstupních dat z hlediska zjednodušených paměťových struktur, které se nazývají *schémata*. Schémata tvoří miniaturní teorie objektů a událostí každodenního života. Umožňují nám účinné zpracovávání sociálních informací. Nemusíme vnímat a pamatovat si detaily nových objektů a událostí, můžeme pouze zaznamenat, že se objekty a události podobají jednomu z našich schémat a zakódovat nebo zapamatovat si jen jejich jedinečné nebo nejvýraznější rysy.
4. Protože schémata jsou zjednodušením skutečnosti, schematické zpracovávání informací je zdrojem předsudků a omylů. Při vytváření dojmu z jiných lidí máme například sklon k *efektu pořadí*; první informace, kterou získáme, vyvolá schéma, které ovlivní náš dojem silněji než pozdější informace. Obecně řečeno, schematické zpracovávání informací vytváří dojmy, které jsou odolné vůči změně a relativně málo ovlivnitelné novými údaji.
5. Při zjišťování kovariací a korelací mezi proměnnými nejsme příliš přesní. Když nás naše schémata a teorie vedou k očekávání, že dvě věci budou kovariovat, přeceníme jejich skutečnou korelaci; když však žádnou teorii nemáme, korelaci podceníme.
6. Stereotypy, podobně jako ostatní schémata, jsou odolné vůči změně. Navíc mohou být sebezvěčňující a sebenaplňující, protože ovlivňují svoje nositele, aby se chovali způsobem, který ve skutečnosti vyvolává stereotypní chování.
7. *Atribuční (přisuzování)* je proces, kterým se snažíme interpretovat a vysvětlovat chování druhých lidí - tj. rozeznávat příčiny jejich jednání. Jedním z hlavních atribučních úkolů je rozhodnout, zda by něčí jednání mělo být přisouzeno *dispozičním* příčinám (charakteru, osobnosti nebo postojům) nebo *situačním* příčinám (sociální síly nebo vnější okolnosti). Máme sklon přičítat příliš velký význam dispozičním faktorům a příliš malý faktorům situačním. Tento předsudek se nazývá *základní atribuční chyba*.
8. *Teorie sebepercepce* předpokládá, že o sobě uvažujeme s použitím týchž deduktivních postupů - a dopouštíme se chyb stejného druhu - jako když uvažujeme o druhých lidech. Často se například

dopustíme základní atribuční chyby, když interpretujeme vlastní chování.

9. *Postoje* jsou pozitivní a negativní - příznivá a nepříznivá hodnocení a reakce na objekty, lidi, události nebo ideje. *Postoje* obsahují *kognitivní, afektivní a behaviorální* komponentu. Nejdůležitější otázkou výzkumu *postojů* je míra konzistence mezi *postoji* člověka. Přes důkazy konzistence *postojů* v laboratorních studiích se sociální psychologové liší ve svých názorech na míru, ve které občané zastávají koherentní mínění o sociálních a politických otázkách.
10. *Postoje* plní mnoho různých funkcí: *Postoje*, které zastáváme z praktických důvodů, plní *instrumentální* funkci; ty, které nám pomáhají vytvářet si názor na svět, plní *kognitivní* funkci; ty, které vyjadřují naše hodnoty nebo odrážejí naše sebepojetí, mají *hodnotovou* funkci; ty, které nás chrání před úzkostí či ohrožením naší sebeúcty, plní *ego-obrannou* funkci a ty, které nám pomáhají, abychom se cítili součástí sociálního společenství, mají *sociálně adjustační* funkci.
11. Autoři *teorie obětího beránka* se domnívají, že negativní *postoje* k menšinám mají občas *ego-obrannou* funkci, vedou jedince k tomu, aby *vytěsnil* svoje vlastní nežádoucí vlastnosti a *projíkoval* je na menšiny. *Autoritativní osobnost* je klasická sociálně psychologická studie, jejíž autoři testovali tuto teorii a popsali typ člověka, který má sklon k tomuto druhu předsudku. Negativní *postoje* ke zrušení rasové segregace a k černochům na americkém jihu v padesátých letech měly primárně sociálně adjustační funkci. Změnily se relativně snadno, protože se změnily sociální normy.
12. *Postoje* nejlépe predikují chování, když jsou (a) pevné a konzistentní, (b) založeny na přímé osobní zkušenosti a (3) vztahují se přesně k predikovanému chování. *Teorie kognitivní disonance* předpokládá, že když není jednání osoby konzistentní s jejími *postoji*, nepříjemné pocity, které tato *disonance* (nesouhlas) vyvolává, vedou osobu k tomu, aby uvedla tyto *postoje* do souladu se svým jednáním. *Teorie sebepercepce* a *teorie ovládnání dojmů* nabízejí alternativní vysvětlení téhož jevu. Všechny tři teorie mohou být za různých okolností částečně správné.
13. Naši *přitažlivost* pro ostatní ovlivňuje mnoho faktorů. Nejdůležitějšími faktory jsou *tělesná přitažlivost, blízkost, obeznamnost a podobnost*. Staré přísloví „protiklady se přitahují“ nebylo výzkumy potvrzeno.
14. Z historického hlediska je spojení lásky s manželstvím novodobým jevem, a ne jevem všeobecně rozšířeným. V naší společnosti se toto spojení stalo pevnějším během posledních 25 let a stále více mužů a žen odmítá uzavírat sňatek s někým, koho nemilují. Bylo učiněno několik pokusů o klasifikaci různých typů lásky. *Vášnivá láska* je charakterizovaná intenzivními a často protichůdnými emocemi, zatímco *věrná láska* důvěrou, péčí, tolerancí partnerových chyb, emoční vřelostí a náklonností. I když se vášnivá láska v dlouhodobých vztazích s věkem vytrácí, potenciál pro silné emoce vlastně vzrůstá. Ale protože věrné páry se v běžných denních činnostech tak doplňují, skutečná četnost silných emocí je dosti nízká.

Tři souhrnné učebnice sociální psychologie jsou Lippa, *Introduction to Social Psychology* (1990); Myers, *Social Psychology* (3. vyd., 1990) a Sears, Peplau a Taylor, *Social Psychology* (7. vyd., 1991).

Určeno pouze pro studijní účely

Manželská terapie

Stanislav Kratochvíl

Třetí, rozšířené vydání

příjemné. Tím ho nenaladíme tak, aby byl ochoten přijmout naše názory, i kdyby byly správné.

Žena navrhla manželovi, aby o víkendu vyrazili i s dětmi k rybníku. Manžel namítl „lítají tam komáři“. Žena kategoricky prohlásila „nelítají“. Muž tedy řekl „lítají“. A tak pokračovali dál v hádce. Taktická chyba byla již v prvním tvrzení opaku toho, co tvrdil partner, protože ten se pak cítil povinen trvat na svém. Hádce bylo snadné zabránit. Stačilo prostě nereagovat na tvrzení o komárech a uvést nějaké výhody výletu k rybníku nebo začít hovořit o něčem jiném a s opakováním návrhu počkat na vhodnější příležitost.

10. Usmívat se

Přátelský úsměv stojí na opačném pólu než konflikt. V přítomnosti člověka, který se příjemně usmívá, se druhému nechce vztekat a hádat, spíše se u něj indukují též příjemné city. Připomeňme, jak dovede usměvavý a vtipný průvodčí pozvednout náladu unavených cestujících. City se snadno přenášejí. Budeme-li se usmívat na partnera, zpravidla zjistíme, že i partner se na nás usmívá.

K indikaci manželské taktiky

Manželská taktika je použitelná tam, kde:

- a) hlavní problém v manželství je v negativní, kritické, vyčítavé, nevlídné či nezdvořilé komunikaci, která narušuje pozitivní atmosféru v rodině;
- b) sice existují závažné manželské problémy, ale ty není v dané situaci vhodné (pro typ problému, např. žárlivost, nevěru) nebo možné (pro nespolupráci partnera) ve dvojici ventilovat a důsledně řešit.

Je třeba uvážit, že požadavek „být nad konfliktem“ a ovládnout projevy negativních emocí, který s sebou užití taktiky nese, může znamenat pro některé osoby značnou zátěž, někdy až s nebezpečím vzniku neurotických symptomů; připomeňme tu známou metaforu z dynamicky orientované psychosomatické medicíny „kde nepláčou oči, pláčou vnitřní orgány“. V takových případech je doporučování taktiky problematické. Ne u každého však musí napětí po taktickém zvládnutí hrozícího konfliktu přetrvávat. Pocit uspokojení ze zvládnutí situace a radost „jak se nám to povedlo“ mnohdy úspěšně vystřídá předchozí lítost či zlost, takže tyto negativní afekty už není třeba násilím potlačovat. Pochopením druhého se ztratí původní důvod k agresivitě. Úsměvným vlídným chováním se stane vlídným i chování druhého a tenze se zlikviduje. Kdekoliv je to možné, dáváme ovšem přednost metodám umožňujícím před uhlazením komunikace napřed otevřené ventilování problému a jeho řešení.

2.13 Konstruktivní hádka

Jako konstruktivní hádku jsme označili takovou formu komunikace, při níž se v dohodnutém čase otevřeně ventilují negativní pocity, nespokojenost a kritika vůči partnerovi (přičemž se respektují určitá pravidla) a pak se přechází k sebekritice a pozitivnímu ocenění partnera, popřípadě ke kompromisnímu řešení sporného problému. To má umožnit jak odreagování negativních afektů, tak sblížení dvojice.

Konstruktivní hádka vychází z metody, kterou publikovali G. Bach a P. Wyden (1969) pod názvem „čestný boj“. Původní postup těchto autorů jsme pro naše účely značně zjednodušili a doplnili smiřující „koncovkou“ (Kra-tochvíl, 1973, 1988).

Konstruktivní hádka se s účastníky nacvičuje tak, že se napřed jejich běžná konfrontace o některé sporné otázky spolu s nimi oboduje podle skórovacího formuláře. Pak se jim vysvětlí pravidla a manželé mají předvést „hád-ku“ znovu podle pravidel, buď na totéž téma, nebo s nějakým jiným zvoleným sporným tématem ze svého manželství. Terapeut zde zasahuje korigováním a usměrňováním, např. povzbuzováním k otevřenějšímu a agresivnějšímu vy-jádření kritiky, upozorňuje na porušení pravidel, reguluje správné zakončení. Pokyny i skórovací formulář dostávají partneri vytištěné s sebou domů, aby podle nich dále cvičili a hodnotili své hádky.

a) Zásady konstruktivní hádky

1. Hádky se má konat jen po předběžné dohodě. Je třeba předem určit čas a vhodné místo. Nevhodné je hádat se před dětmi nebo před rodiči, v době, kdy se čeká návštěva nebo se má jít do divadla.
2. Hádky se má konat co nejdříve po kritické události.
3. Kdo začíná hádku, má si předem ujasnit, čeho chce dosáhnout.
4. Cílem není porazit druhého, ale společnými silami zvládnout problém.
5. Hádky má dodržovat pravidla čestné hry, fair play. Prohřešky proti čestné hře jsou rána „pod pás“ (argumenty nejdou k věci, ale mají zasáhnout partnera na jeho citlivém místě, jako např. řekne-li se výsměš-ně člověku, který trpí vadou řeči, „nezakoktej se“), „přitlačení ke zdi“, vytahování starých odbytých věcí (čím se kdo prohřešil vloni o dovo-lené), útok proti osobám nebo předmětům, které má partner rád (tvoje matka, tvoje knihy), zevšeobecňování (ty mně nikdy nepomůžeš) a ne-přiměřené prostředky (vyhrožování rozvodem kvůli rozbitému hrnku).

b) Etapy hádky

Pro některé lidi je problémem hádky začít a v hádce projevit své pocity, pro jiné je snadné hádky rozehrát, ale obtížné ji skončit. Rozdělili jsme hádky do tří etap a pro každou jsme stanovili několik základních pravidel.

A. Úvodní etapa	Oznam, že se chceš hádat.
B. Střední etapa	1. Říkej, co si myslíš. 2. Odreaguj se a kritizuj.
C. Koncová etapa	1. Uznej vlastní chyby. 2. Najdi na druhém něco pěkného.

Koncovou etapu hádky spojujeme s představou červeného světla silničního semaforu nebo červeného světla signalizujícího řečníkovi, že již vyčerpал svůj čas a má ještě několik minut k tomu, aby zdárně zakončil své vystoupení. Je třeba udělat krok zpět, nabídnout ruku ke smíru a dát druhému možnost čestného ústupu. Naše koncovka používá některých prvků carnegiovské taktiky. Partneri se mají zamyslet každý nad svou vlastní chybou, snažit se pochopit stanovisko druhého, uznat svou chybu a slíbit nápravu. Nakonec mají také – po kritických výtkách střední etapy – ocenit druhého, pochválit ho za něco, co zaslouží pochvalu.

c) Skórování a profil hádky

Na skórovacím formuláři (tab. 6) je uveden systém skórování stylu a výsledků hádky. Při skórování stylu provádějí oba účastníci hodnocení společně. Za každou položku lze získat -1 , 0 nebo $+1$ bod, takže celkové skóre se může pohybovat mezi -4 a $+4$. Ve formuláři se vyznačí příslušný profil. Při skórování výsledků hádky se provádí bodování pro každého účastníka zvlášť. Do profilu se vyznačí různobarevně obě křivky. Výsledné skóre vzniklé součtem může dosahovat hodnot od -8 do $+8$.

Aplikace techniky v manželství vyžaduje ochotu obou partnerů přistoupit na pravidla. Nacvičí-li ji jen jeden a druhý její pravidla odmítá, není moc platná. Nácvič je nutno provádět v sérii sezení přímo s motivovanou dvojicí. Indikovaná je zejména tam, kde se odreagování jednoho nebo obou partnerů jeví jako potřebné. Přejde-li však nakonec technika ve věcné „projednávání stížností“ bez afektivní komponenty, lze to rovněž považovat za kladný výsledek.

Technika, která se řadu let modelově nacvičovala s neurotickými pacienty na psychoterapeutickém oddělení v Kroměříži a byla vyzkoušena v některých manželských poradnách u nás a v Polsku, má také svá omezení a problémy. Rozpaky někdy vyvolává již samo spojení slov „konstruktivní“ a „hádky“. Při modelovém nácvičování v komunitě probíhá konfrontace spíše jako rozhovor s kritikou, vyložení odlišných stanovisek a snahou o řešení. Pro takový rozhovor by bylo vhodnější užít názvu „projednání stížností“ nebo „konstruktivní spor“. Dosáhnout na povel zapojení emocí a afektivního odreagování může být obtížné. Dojde-li naopak spontánně ke skutečné hádce s výrazným afektivním nábojem, bývá obtížné ji po určené době zabrzdit a přejít ke konstruktivnímu závěru, který některým pacientům připadá násilný. Snazší může být nechat vzbouřené emoce pomalu doznít než se nutit do nařízeného závěrečného sbližování, sebekritiky a pochvaly.

Určeno pouze pro studijní účely

Tab. 6 Skórování hádky

STYL HÁDKY		+	-
1. Konkrétnost	V hádce o něco jde, útok nebo obrana směřuje k určitému pozorovatelnému a konkrétnímu jednání v přítomnosti.		Zevšeobecňuje se, chování se nazývá „typickým“. Mluví se o událostech starých nebo nemajících s věcí co dělat.
2. Zapojení	Oba partneři se zapojují a jsou v konfrontaci aktivní, hodně se „rozdává i dostává“.		Jeden z účastníků se neangažuje a vyhýbá se hádce, uráží se, končí předčasně.
3. Komunikace	Jasně otevřené sdělování, každý mluví za sebe, myslí to, jak to říká, druhý mu rozumí a odpovídá.		Nadbytečné opakování svého, špatné poslouchání druhého, skryté náznaky a nejasnosti, skrývání se za výroky jiných.
4. Fair play	Nepoužívá se „úderů pod pás“ a bere se v úvahu, kolik každý z partnerů snese.		Argumenty nejdou k věci, ale mají partnera zasáhnout na citlivém místě.

Skóre:

Styl

VÝSLEDKY HÁDKY		+	-
1. Informace	Něco se dozvěděl nebo pochopil, naučil se něčemu novému.		Nedozvěděl se nic, co by neslyšel už dříve.
2. Odreagování	Uvolnilo se napětí, ventilovaly se stížnosti, vybouřily se emoce, snížila se zlost.		Nedošlo k uvolnění, napětí zůstává nebo se zvýšilo.
3. Sblížení	Hádka přispěla k vzájemnému porozumění a sblížení, partneři mají pocit, že k sobě patří a mají pro sebe hodnotu.		Partneři jsou si vzdálenější než předtím, mají pocit, že si spolu nerozumějí, nebo se cítí ukřivdění.
4. Náprava	Došlo k zvládnutí problému, vyřešení problémové situace, k omluvě, odpuštění, k rozhodnutí, jak postupovat v budoucnosti.		Nevyřešilo se nic, účastník se nesnaží o nápravu nebo odmítá takovou snahu u druhého, nechce odpustit ani u sebe nic změnit.

Výsledky:

muž

žena

celkem

Do volby partnera mohou ovšem zasahovat i různé patologické mechanismy. Zvláštní anomálií výběru, kterou důkladně popsala Norwoodová (1986), jsou partnerské volby a manželské vztahy žen, které „milují přespříliš“. Nutkavě volí duševně nevyrovnané a nemilující partnery nebo nedokáží ukončit vztah, který jim působí převážně utrpení. Přitahuje je role zachránce muže nevhodného pro manželství. Nabízejí nebo vnucují mu svou péči a pokoušejí se jeho životní problémy řešit za něj. Volí si muže buď lhostejné a citově chudé, nebo naopak kruté, asociální a závislé na alkoholu. Jsou takovým mužem zaujaté až posedlé. Podléhají iluzi, že když ho budou dostatečně milovat a pečovat o něj, on se kvůli nim změní tak, že jeho nevhodné vlastnosti a chování zmizí. Muži vstřícní, laskaví, stabilní a spolehliví je nepřitahují, jsou pro ně nudní a nezajímaví, zatímco muž nestabilní a nespolehlivý je pro ně vzrušující a podněcující.

První variantou je zaměření lásky na muže, který *lásku neoplácí láskou*. Žena mu často a dlouho telefonuje, zajišťuje za něj různé záležitosti, aktivně ho vyhledává a zve, připravuje mu dobrá jídla, pere a žehlí, nabízí sex. Pokud ho získá pro manželství, nadále mu vnucuje svoji péči, před kterou se muž snaží unikat, a očekává ocenění a lásku, kterou jí muž neprojevuje.

Druhou variantou je směřování oddané péče na muže, který je nějak *společensky nepřizpůsobený*, postižený morálně, duševně či tělesně, jako je tomu v pohádce Kráska a zvíře. Její taktikou, zpravidla převzatou z dětství, bývá zakrývání nevhodných rysů partnera a pak manžela, snaha ignorovat rozpory, předstírat, že se nic neděje a všechno je v pořádku. Patří sem i časté případy závislosti ženy na manželovi, který je závislý na alkoholu. Žena má pocit, že ji takový muž potřebuje a snaží se mu pomáhat a zachraňovat jej. Platí za něj dluhy, kryje jeho přestupky a absence v práci a trpělivě se ho snaží změnit. Většinou se to nedaří, žena je trvale nešťastná, ale nevzdává se. Paradoxem je, že v případech, kdy se stav muže skutečně zlepšil a muž se stane samostatným a stabilním (tj. přestane potřebovat obětavou péči ženy), to může vést nikoliv k upevnění, ale k rozpadu vztahu.

Uvedený způsob prožívání je podle poznatků autorky důsledkem problémů v dětství. Tyto ženy si nacházejí partnery, kteří jim pomáhají *zopakovat neuspokojivou situaci v primární rodině*. Například žena, která měla chladného, citově nedostupného otce, si opět nachází muže, o jehož lásku bude stále bojovat, aniž by ji mohla skutečně získat. Žena z rodiny, kde bylo mnoho agrese, si opět najde muže, který ji bije. Opakuje si prostě atmosféru dětství, která je jí známá, a používá stejných postupů, jichž používala doma. I když tyto postupy nikdy nebyly dostatečně účinné a prožitky byly převážně nepříjemné, přece jen znamenají něco důvěrně známého, v čem se žena umí pohybovat. Nevhodný partner tedy pro ženu znamená jakousi výzvu k opakování a zvládnutí známé situace. Namísto aby takového muže odmítla, cítí se k němu být přitahována a vnímá ho jako bezmocnou oběť, která potřebuje její lásku, porozumění a pomoc.

S hodnými muži nedovedou tyto ženy vytvořit silnější citový vztah. Takoví muži jim nedokážou poskytnout potřebné drama, bolest a napětí. Problematika je zvláště výrazná v eroticko-sexuální oblasti. Vzrušující intenzitu vášnivé lásky nemůže taková žena dosáhnout v pohodlí bezpečného stabilního vztahu. Když zmizí utrpení, vyhasíná i její vášeň.

3.2.2 Očekávání žen a mužů v manželství

Kromě specifických očekávání vyplývajících z anamnézy a rodinných modelů každého z partnerů, o nichž budeme podrobněji hovořit později, můžeme odhalit i určitá obecná, typická, většinou nesplněná očekávání žen a očekávání

mužů, která mají vztah k převládajícím postojům, způsobům prožívání a stereotypům chování žen a mužů v dané společnosti. Pokusili jsme se je schematicky a s trochou humorné nadsázky rozdělit do čtyř bodů pro ženy a čtyř bodů pro muže (Kratochvíl a Kratochvílová, 1990).

a) Očekávání žen

1. Posedět a popovídat (popo). Žena má potřebu sdílet své zážitky, projevit své pocity, mluvit o nich a získat k tomuto sdělování pozorného posluchače a jeho kladnou odezvu. Hlavní součástí tohoto očekávání bývá *uspokojení potřeby „vypovídat se“* ze svých zážitků, pocitů a starostí. Nezřídka se však očekává i určitá vzájemnost, tj. že i muž se podělí se svými zážitky, příhodami, úspěchy či starostmi a svými myšlenkami.

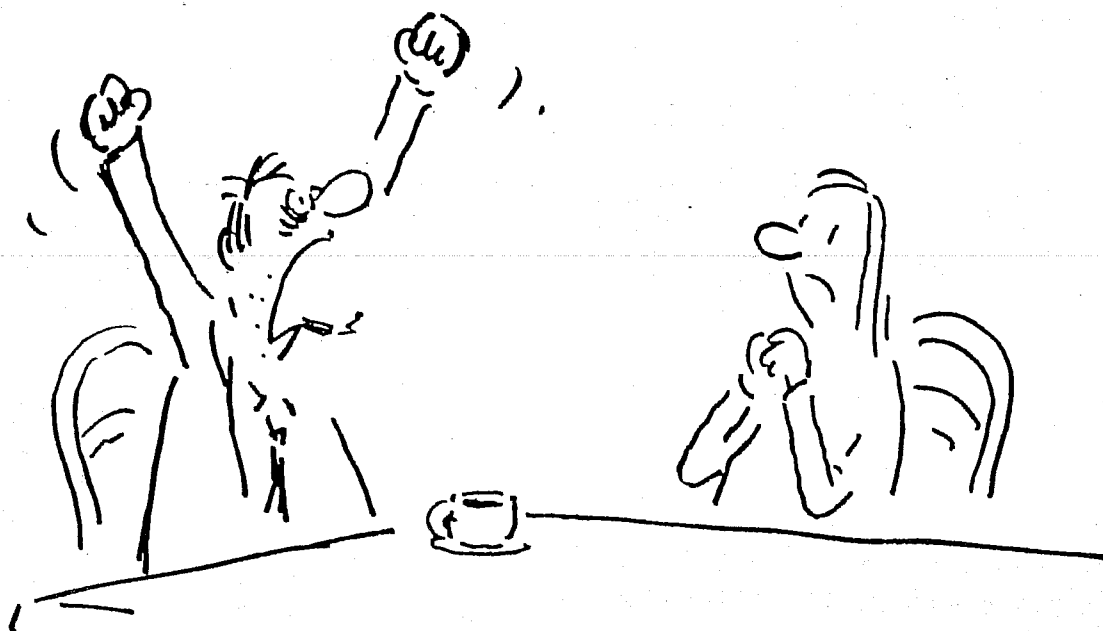
Žena sděluje starosti, potíže, radosti i křivdy. Zpravidla nepotřebuje, aby jí muž radil, ale potřebuje, aby ji vyslechl, vcítil se, pochopil a utěšil. Typické povrchní mužské komentáře a rady jako „na to se vykašli, to jsou všechno blbosti“, nejsou obvykle přijímány zvláště vděčně. Vděčněji se přijímá uznání významnosti a závažnosti sdělovaných starostí.

Očekávaný rozhovor ovšem nemusí být jen hovorem o ženiných starostech. Může být také *jednoduchou konverzací*, která je prostředkem k navozování pocitů vzájemné blízkosti, pocitů, že žena má vedle sebe někoho, kdo jí naslouchá a rozumí. Hovor může být i povrchní. Manželé si například vyměňují jen běžné denní dojmy (jaké je počasí), společně na něco nadávají (např. na růst cen), někoho pomlouvají (např. sousedy) nebo si něco pochvalují (např. jak jsou šikovné jejich děti).

Co se při „popo“ očekává od muže? Je to především empatické naslouchání a poskytování souhlasu či citové podpory. V některých případech je to však také sdělování mužových vlastních pocitů a myšlenek. Očekávání bývá vyjádřeno slovy: „Vyprávěj mi také něco.“ Manžel může reagovat vyprávěním o tom, co se událo zajímavého v práci, co zažil, četl, viděl nebo vymyslel. V manželství, kdy žena potřebuje „vzhlížet k partnerovi jako k osobě výše postavené, zkušené, sebejisté, světa znalé a imponující“, by měl muž reagovat vyprávěním o svých „hrdinských činech“.

Takové „hrdinské“ *historky* by měly být pokud možno stále čerstvé. Jistý problém pro muže je v tom, že mezi jednotlivými setkáními s manželkou má málokdy příležitost něco závažného vykonat. Může si tedy buď vymýšlet (příčemž odhalení, že jde o výmysly a nepravdivou sebechválu nepůsobí na ženu dobře), nebo se vracet k událostem, o kterých se již mluvilo. To muž obvykle dělá, když je s manželkou v nové společnosti, která jeho „hrdinské příhody“ ještě nezná. U manželky to však často vyvolává komentář nebo aspoň pomýšlení, že „už zase vykládá tu starou historii“.

UDĚLEJTE NĚCO PRO SVOJI ŽENU :



VYPRAVĚJTE JÍ VEČER O SVÉ PRÁCI !

Jde-li naopak o manželský vztah, v němž ženě vyhovuje role rádkyně, utěšitelky a pečovatelky, vítá žena spíše *sdělení, která odrážejí mužovu bezradnost, nejistotu, bezmoc, úzkost, závislost a potřebu opory*, jimiž si žena potvrzuje, že je pro muže potřebná a že by se muž bez ní nedokázal obejít. Ochotně reaguje radami, utěšováním či povzbuzováním.

Ve vyváženém vztahu se může jeden i druhý typ mužova sdělování střídat nebo se mohou prolínat. Žena ochotně ošetřuje „hrdinovi“ rány utržené v boji a ošetřený hrdina znovu odchází do boje, aby se vrátil s novými činy i novými ranami, potřebujícími citlivou ženskou ruku.

2. Duševní porozumění (*dupo*). Duševní porozumění znamená, že manželka může otevřeně a bez obav s manželem sdílet své prožívání, pocity, postoje, zážitky a názory. Muž je ochoten nejen naslouchat, ale rozumět tomu tak, jak ona to myslí a cítí. Nezlehčuje a neironizuje její sdělení ani jí její názory nevymlouvá a neargumentuje proti nim. Naopak: vcítuje se do významu jejích slov a pomáhá jí, aby si své pocity a názory ujasnila a vyslovila je. Přijímá to od ní jako její právo, jako projev samostatného svébytného člověka, jehož názory respektuje. Při duševním porozumění mají manželé na mnoho diskutovaných záležitostí shodný či podobný názor, ale počítají také s mož-

ností odlišného hodnocení. Taková odlišnost je nestaví do konfliktu, ale spíše podporuje jejich vzájemné obohacování a společný duchovní růst.

Duševní porozumění znamená, že žena se může manželovi *svěřit i se svými niternými problémy*. Může s ním, aspoň občas, zavést rozhovor, který H. Klímová označila jako „*bytočný rozhovor*“. Je to rozhovor, který se týká názorů na život, splněných i nesplněných přání, záležitostí, které jsou důvěrné, skryté, neříkají se každému. Vyžaduje to vcítění muže, podněcování k hlubšímu sebevyjádření. Podstatné je, aby muž bral takové sdělení vážně a aby se žena nemusela obávat, že ho někdy využije proti ní, např. v hádce.

Duševní porozumění také znamená, že žena se může manželovi svěřit, *když se dopustí chyby*, když má pocity viny. Muž ji nebude zahrnovat výčitkami a zdůrazňovat, že „věděl, jak to dopadne“, že ji na to „předem upozorňoval“, že „se to dalo čekat“. Projeví pochopení i pro její pocity selhání, zklamání, neúspěchu a provinilosti.

Duševní porozumění také znamená, že partneři spolu často *sdílejí pěkné zážitky*. Žena očekává, že když bude prožívat něco krásného, bude to moci manželovi sdělit a on bude její radost prožívat s ní. Radost se přenesení i na něj. Dá jí najevo, že ho to zajímá a těší.

Manželé si také budou umět projevovat něžnosti a vyjadřovat potěšení jeden z druhého.

Součástí duševního porozumění je i vzájemnost. *I muž se autenticky angažuje ve vztahu*, i muž chce se ženou sdílet své plány, představy, přání a city. Hovoří o sobě a nestydí se před ní. Je k ní upřímný, umí vyjádřit, co cítí. Počítá s ní. Součástí duševního porozumění je také *pocit jistoty a bezpečí*: žena cítí, že se na manžela může spolehnout a může mu věřit.

UDĚLEJTE NĚCO PRO SVOJI ŽENU !



VYVEĎTE JI OBČAS DO SPOLEČNOSTI !

3. Vycítit, co žena potřebuje (vypro). Vyšším stupněm duševního porozumění je takové porozumění, kdy žena nemusí nic říkat a muž vycítí, jak jí je. Žena nemusí nic žádat a muž spontánně reaguje tak, že vyhoví jejímu přání. Muž se umí vcítit do ženy, a když má žena nějaké problémy, je hned po ruce, aby jí je pomohl řešit. Povšimne si, když je manželka unavená nebo smutná, a spontánně nabídne pomoc. Sám se zajímá, zda je třeba vynést smetí, skočit do sklepa pro brambory, zajistit nákup, jít na vycházku s dítětem. Žena si nemusí „o každou hloupost říkat“, nemusí se prosit, dávat pokyny. Muž je s ní vyladěn na stejnou vlnu. Vycítí, co žena potřebuje, a je připraven přispět ku pomoci.

Muž také ví, že žena potřebuje *ocenění*, co vše pro něj a pro rodinu dělá. Muž to nebere jako samozřejmost a nešetří slovy uznání, když vycítí, že by je žena ráda slyšela. Také sám z *vlastní iniciativy* sleduje, kdy má žena narozeniny, svátek, kdy je výročí jejich sňatku, a přináší pozornosti, dárky, květiny. Důležité je, že to manželka nemusí připomínat, že si o takové pozornosti nemusí sama říkat. Muž také vycítí, kdy je vhodné přinést ženě květiny nebo projevit jinou milou pozornost jenom tak, bez výročí.

Žena očekává, že muž také dokáže vycítit, kdy se jí s ním chce milovat a kdy ne, kdy má náladu a jeho iniciativa v tomto směru jí přijde vhod a kdy náladu nemá a jeho *sexuální zájem* by ji obtěžoval, např. je-li unavená, rozladěná nebo bude-li v televizi její oblíbený pořad. Muž by také měl rozeznat, kdy žena očekává jeho plnou sexuální výkonnost a kdy zase potřebuje jenom pohlázení, přivinutí, políbení a povzbuzení „zadarmo“ – kdy by následné nahlázení na sex znehodnotilo účinek těchto jemných něžných podnětů.

Muž má poznat, kdy si žena přeje lehký úsměvný rozhovor s humorem a odpoutáním od starostí a kdy touží po tom, aby se muž naopak zabýval vážně jejími nebo jejich společnými starostmi.

4. Vyjadřovat lásku celým svým životem (vyce). Tento požadavek je vlastně rozprostřením předchozích požadavků do delšího času. Zahrnuje v sobě všechna předchozí očekávání a začleňuje je do širšího emočního rámce. Muž má mít ženu rád a ona to má vycítit z jeho projevů a chování. Nemá to být nárazové, např. v souvislosti s vyhocenou situací, s léčením či návštěvou v manželské poradně, ale má to být trvalé, stálé. Žena očekává opakované a spontánní důkazy mužovy lásky. Spočívají jak ve slovech lásky, obdivu a ocenění, tak v citlivém porozumění pro její potřeby, v pomoci, vedení i podřizování se, v zodpovědnosti a věrnosti. V kritických chvílích jí muž stojí po boku. V běžném životě dělá její život zajímavým a hodnotným. Poskytuje jí dostatečnou svobodu, ale zároveň dává najevo, že je jeho jediná a že by bez ní nemohl žít.

Uvedená očekávání jsou přirozená a dovede-li je muž splnit, přispívá taková souhra značně ke spokojenosti v manželství. V poradnách se však spíše setká-

váme s případy, kdy vyhrocené a nepružné požadavky tohoto druhu vážně narušují soulad.

Šestadvacetiletá dělnice uváděla nespokojenost v manželství s mužem o tři roky starším, rovněž dělníkem. Pokusili jsme se zjistit její konkrétní požadavky na změnu manželova chování, abychom mohli s oběma vypracovat oboustranně výhodnou manželskou dohodu. Žena se rozlobila, protože „nechce, aby manžel něco dělal na základě pokynů nebo dohody“. Očekává, že muž to bude dělat spontánně, z lásky. Požadovala, aby jí manžel především „měl rád“. A když jí ve společném rozhovoru odpověděl, že jí má rád, odmítla takové zjednodušování věcí slovy: „Nestačí, abys mi to řekl. To musíš dokazovat celým svým životem.“

A ještě jedna její formulace, kterou si poradce doslovně zapsal: „Já nechci, aby to dělal kvůli mně, že jsem mu to řekla. To by bylo naučené. Já chci, aby to dělal spontánně, sám od sebe.“

Opusťme nyní náš pokus o humorné shrnutí českých klinických a poradenských zkušeností a podívejme se, **jak se emoční potřeby a očekávání žen odrážejí ve studii S. Hiteové *Ženy a láska* (1987)**, která vychází z ankety, na niž odpovědělo 4500 amerických žen. Mnoho z nich uvedlo, že nejsou spokojeny ve svých citových vztazích s manželi.

Marně se snaží přimět muže k vážnému rozhovoru o vztahu, citech a problémech, k tomu, aby jim otevřeli své nitro. Muž se po stránce citové drží zpátky. Celkem 98 % žen si přálo větší otevřenost s mužem, kterého mají rády. Chtěli by, aby muž víc hovořil o svých osobních myšlenkách, citech, plánech a problémech a také se víc zajímal o city ženy. Muži však „bud' city nemají, nebo jsou zvyklí je potlačovat“. Ženy se je marně snaží vyprovokovat k hlubším rozhovorům. Muž mlčí, zatímco žena by chtěla „sdílet“. Žena často mluví podstatně víc nebo mluví jen sama. Muž se domnívá, že on má mluvit jen logicky a objektivně. Celkem 63 % žen se pokoušelo nutit muže mluvit o pocitech, 52 % pochybuje, že muž skutečně touží po intimním rozhovoru a 71 % žen z těch, které se zpočátku pokoušely manžela vtáhnout, to vzdává. Pro ženy však nicméně zůstávají rozhovory, naslouchání a sdílení myšlenek důležitou součástí jejich života.

Ženám dále chybí od mužů emoční podpora. Muži jejich vyprávění nenaslouchají, neslyší je („Dělá si legraci, když mu chci říct něco závažného.“ „Někdy během rozhovoru odejde do vedlejšího pokoje.“) Někdy ženu přerušují. Za několik dní nevědí, co jim vyprávěla. Muži nezáleží na tom, co se v ženě děje, zabývá se jen vlastními problémy. Žena by chtěla, aby manžel věděl, co se v ní děje, aby mu na ní záleželo. Pro 47 % žen je jedinou cestou, jak dosáhnout opravdové slovní komunikace, vyvolat hádku.

Žena se za takových okolností cítí i s mužem sama, cítí se v manželství opuštěná. Muž o tom nemá představu, protože je zaujat svými záležitostmi, např. svou prací. Emoční zdrženlivost muže je také součástí jeho představ o mužské převaze, moci a řízení manželství. Muž projevuje svoji nadřazenost i svým mlčením nebo způsobem konverzace se ženou. Chová se, jako by všechno věděl, „radí ženě pro její dobro“, zlehčuje to, co žena považuje za důležité. Používá i důvěrných informací od ní proti ní, chová se k ženě, jako by byla méněcenná, a ne rovnoprávná, vysmívá se jí.

Hádky a spory jsou pro mužovu neúčast neplodné a nic neříkající. Muž se často vyhýbá rozhovorům o společných problémech. Celkem 61 % žen uvádí, že ať dělají, co dělají, sporné záležitosti se nevyřeší.

Žena začne spor, ale muž dělá, jako by neslyšel. Pokud ho donutí k účasti, skončí to mužovým rozčilením a ženiným pláčem, ale nic se nevyřeší. Muž jde pryč a pak spolu zase začnou mluvit, jako by se nic nestalo.

Muž slyší jenom to, co chce slyšet. Sedí a myslí si svoje. Naznačuje: „Já jsem spokojen, proč si stěžuješ?“ „Nebud' hysterická!“ „Nedělej scény!“ S mužem není možno si upřímně popovídat. Ženám se často doporučuje, že si nemají brát hádky do postele. Ale jak má jít žena do postele bez myšlenek na problémy, které s ní muž odmítl řešit?

b) Očekávání mužů

Zatímco typická očekávání žen začínají citovými požadavky a citová náročnost se v dalších požadavcích postupně zvyšuje, typická očekávání mužů začínají požadavkem až banálně věcným a i další očekávání se týkají spíše projeveného vnějšího chování než nároků na vnitřní prožitky a city.

1. Uvařeno, uklizeno (uu). Muž zpravidla především očekává, že mu manželství poskytne snadné uspokojování základních potřeb – pravidelné jídlo a domov. Přejde domů a bude mít uvařeno. Žena se ho bude ptát, co rád jí, a bude mu vařit jídlo, které mu chutná. To je tradiční postoj muže. V tomto očekávání dochází někdy ke zklamání už jenom tím, že „maminka vařila líp“, maminka chystala svačinky, pekla buchty a manželka tak dobře vařit neumí (případně neumí vařit vůbec) a navíc se snaží muže zatahnout do škrabání brambor nebo utírání nádobí. Zpočátku sice mohou být kuchařské neúspěchy mladé manželky, která zkouší vařit podle příručky, roztomilé, ale brzy na roztomilosti ztratí a více se uplatní lidová moudrost vyjádřená příslovím „láska prochází žaludkem“.

S očekáváním „dobrého najezení se doma“ souvisí i očekávání příjemné atmosféry domova, jeho útulnosti. Součástí toho je určitý stupeň uklizenosti – čistota, utřený prach, věci „na svém místě“. Muž očekává, že žena bude doma pečlivě uklízet a on se na to bude dívat se shovívavým zlehčováním této její činnosti. Kdyby neuklízela a nechala vše přirozeně chátrat, nesl by to muž nelibě. Na druhé straně však muž očekává, že jeho věci, ať už jsou to spisy nebo dílenské nářadí, nechá žena na pokoji a nebude se do nich snažit zavádět své představy o pořádku. Její věci a později i věci dětí by ovšem měly být uklizeny na vymezených místech. I když typický muž často říká „nech to“, „nedělej to“, „pořád uklízíš, jsou přece důležitější věci“ nebo „udělá se to potom“, přece jen nese nepořádek ženy značně nelibě. Má pouze nechuť sledovat „proces uklizení“. Výsledek očekává jako samozřejmost.

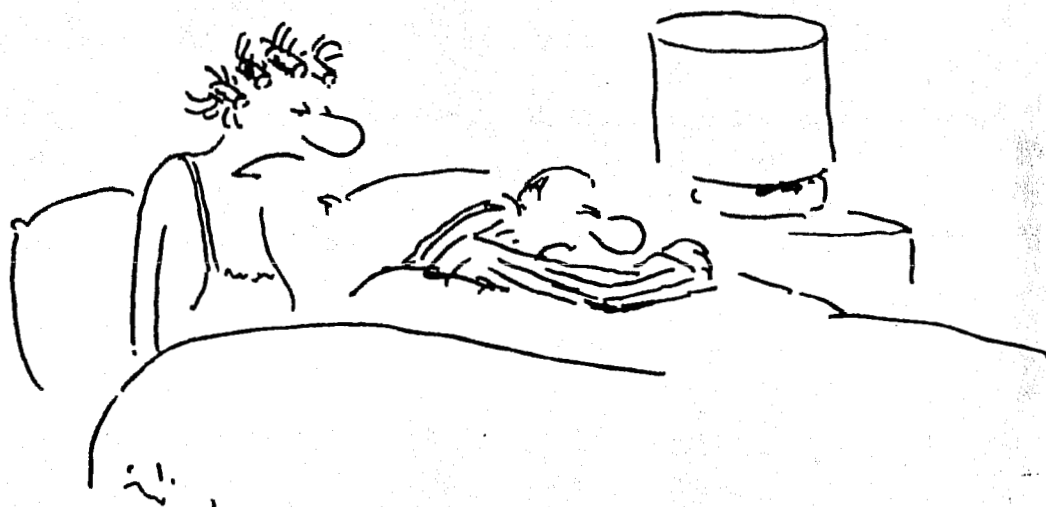
Do širšího pojmu „uklizeno“ zařazujeme i „vypráno“. Včas vyprané a přiměřeně vyžehlené košile a další prádlo, čisté ponožky a přišité knoflíky patří k samozřejmostem. V tom bývají muži zřídka soběstační a nelibě nesou, když musejí plnění těchto „povinností ženy“, považovaných za podstatnou součást její role v manželství, urgovat nebo se o ně dokonce prosit.

2. Sex, kdykoliv se mu zachce (seza). Druhým typickým mužským očekáváním od manželství je, že muž bude mít snadno dostupné uspokojování svých sexuálních potřeb. Nebude si už muset partnerku shánět, získávat její

sexuální ochotu pozornostmi, květinami či dárky, vodit ji do restaurací na drahé večeře a napájet ji vybranými nápoji. Tu, kterou si vybral k trvalému soužití, bude mít stále po ruce, snadno dostupnou, bez nutnosti dobývání, přístupnou jeho zálibám a sexuálním experimentům.

Nezformulovali jsme toto očekávání jako „častý sex“ nebo „pestrý sex“, ale „sex, kdykoliv se muži zachce“. Znamená to, že zachce-li se mu dvakrát nebo třikrát denně, bude mít sex dostupný vícekrát denně, zachce-li se mu jednou za měsíc, bude to jednou za měsíc. Kdykoliv se mu nebude chtít, dá mu žena pochopitelně pokoj a nebude se vnučovat.

PROBUĎ SE. A MĚJ MĚ RÁD.



Slovo „zachce“ se týká nejen frekvence, ale i formy, způsobu, *kvality*. Žena bude připravena vyhovět mužovým přáním. Může se sice zpočátku trochu zdráhat a stydět, aby vystupňovala jeho touhu, ale v podstatě ji bude těšit vše, co jí muž bude nabízet. Bude to dávat najevo, aktivně se do sexuální hry zapojí, bude vzdychat a bude vždy mít orgasmus. Bude také umět muže jako sexuálního partnera řádně ocenit a obdivovat.

3. Obdiv stále (*osta*). Muž očekává, že ho žena bude obdivovat. Žena bude vědět, jak je manžel inteligentní, schopný, pracovitý, šikovný, silný, významný, úspěšný, citlivý, mužný, prostě „jednička“, „hvězda“. A nejen vědět. Bude mu to často říkat, opakovat to. Bude to říkat jemu, když s ním bude sama, a bude to říkat o něm, když budou přítomni jiní. Bude ho chválit za

jeho hrdinské činy v práci i ve světě i za jeho pomoc v domácnosti a péči o rodinu, když je doma. Bude ho obdivovat, jaký je zdatný muž, výborný manžel, vzorný otec a později i dědeček, jaký je „fachman“ ve svém oboru a jaký je dobrý sportovec. Neopomene zdůraznit, co pro ni znamená a co pro ni v životě udělal.

UDĚLEJTE SVÉ ŽENĚ RADOST:



STAŇTE SE TARZANEM !

Je-li muž obézní, zdůrazní žena, jaký je silný a statný. Je-li hubený, bude ho obdivovat, jak se dokáže udržet štíhlý v porovnání se svými ztloustlými vrstevníky. Obleče-li se do svátečního obleku, zdůrazní, jak je elegantní. Vezme-li na sebe džíny a odřený svetr, bude se jí líbit, jak vypadá sportovně a lidově. Bude obdivovat jeho činnost i schopnost odpočívat, jeho ctnosti i nectnosti, jeho úsměv i zlost.

4. Nezatěžovat starostmi (nesta). Muž očekává uznání a obdiv, ale neočekává, že žena bude po něm požadovat, aby spravil kapající kohoutek od vodu nebo nefungující vypínač, zryl zahrádku, udělal nákup, zajistil jesle pro dítě, objednal uhlí či opraváře nebo sháněl lístky do divadla. Buď s takovými úkoly a starostmi prostě nepočítá, nebo očekává, že se o podobné záležitosti

postará žena sama anebo že se „samy nějak zařídí“. Jakmile na něj žena začne „tlačit starostmi“, přestává se muž cítit doma dobře. Začne snadno dávat přednost tomu, aby zůstal déle v práci, šel na „fušku“ nebo se stavil za maminkou či za kamarády, kam za ním žena se svými starostmi obvykle nemůže. Cítí se dobře tam, kde ho obdivují a přitom po něm nic nechtějí. Tam, kde může být „hrdinou“ a kde to nemusí dokazovat – nemusí dělat, co se mu právě nechce.

Jsou samozřejmě i muži domácí kutilové, kteří velmi rádi opravují nefungující zařízení nebo i budují nové rodinné domy a ve starých bourají a přestavují příčky, zařizují účinnější topení nebo vyměňují elektrickou instalaci. Takové činnosti však musejí vycházet z jejich vlastní chuti, ne z toho, že si to žena právě přeje, žádá, připomíná, upozorňuje, naléhá. Muž to také dělá svým tempem a ve vlastních termínech, jako záležitost vlastní seberealizace, a ne jako důsledek převzatých starostí. Snaha ženy přenést na muže její „zbytečné starosti“, chtít po něm, aby tyto „starosti sdílel“ a aby si také „dělal takové starosti“, je snahou budící odpor a vedoucí k úniku. Starosti související s domácností jsou pro typické muže starostmi ženy, se kterými ho žena nemá zatěžovat. On má dost svých „důležitějších“ starostí.

Uvádíme-li zde s humornou nadsázkou typická očekávání žen a mužů, naprosto tím *nechceme tvrdit, že by se měla stát nějakou společenskou normou pro vztahy v současných manželstvích*. Zejména u popsáných očekávání mužů by to bylo v rozporu s demokratickými principy prosazujícími plnou rovnoprávnost obou pohlaví (Hauserová, 1998). Něco jiného je žádoucí vývoj společnosti a něco jiného je spokojenost individuálního páru.

Povšimněme si i v této souvislosti, **co o požadavcích mužů vypověděly ženy** v anketě S. Hiteové (1987). Z citovaných sdělení je patrné, že převažující postoje amerických mužů, alespoň z pohledu jejich žen, se od typických očekávání našich mužů nijak neliší.

Žena nemá muže zatěžovat „svými problémy“, které nejsou tak významné jako jeho. Muž by si chtěl ženu „zapnout a vypnout“ jako televizor podle své okamžité nálady. Muž předpokládá, že bude ve vztahu „hvězdou“, chce být ve všem na prvním místě a všechno musí být po jeho. Žena mu má být „k dispozici“. Některé ženy se tomu přizpůsobí a dávají veřejně najevo, že mínění muže je důležitější než jejich. Takové ženy také říkají, že se cítí milovány, když je muž „potřebuje“. Muž chápe manželství jako pohodlnou a bezpečnou základnu, ze které si odchází, kam se mu zachce. Láska muže závisí od toho, jak se k němu žena chová, jak se on cítí dobře v její blízkosti. Muži zpravidla chybí skutečná oddanost. Jen 23 % žen má pocit vyjádřený slovy „muž o mne stojí, záleží mu na mně“.

Pro muže není v jeho hodnotách láska na prvním místě. Spíše je to jeho pracovní uplatnění nebo oblast, ve které může získat co nejvíc obdivu. Láska je v životě muže druhořadou záležitostí. Je pro něj projevem slabosti.

Že podobné postoje existují i na opačné straně zeměkoule, dokumentuje známá ruská píseň *Volga, Volga* o kozáckém hrdinovi Stěnkovi Razinovi, který se těší ze své lásky. V pozadí však od kozáků reptavý je slyšet hlas: „Chraň se žen a chraň se lásky, ta mění na báby nás.“ Řešení konfliktu hodnot je pro Stěnku jednoznačné, zdvihá pěst: „Bratři mí, však uvidíte, kdo kozákem byl a jest.“ A krásky tělo bílé padá do vln vířivých.

Určeno pouze pro studijní účely

Určeno pouze pro studijní účely

JAK SE

NE

ROZVÁDĚT

Ivo Plaňava

GRADA Publishing, 1994

přijímají. Těžší a dlouhodobější bývá poradenský a terapeutický proces tehdy, kdy každý je jinde, hodně jinde, to jest v jiné fázi reakce na rozpad manželství, což se stává častěji. A bývá zapotřebí s každým pracovat zvlášť, postupně připravovat půdu a atmosféru pro společné sezení. Jeho účelem není dávat manžele dohromady, neřku-li zabývat se tím, kdo víc a kdo méně přispěl k rozpadu manželství. Výsledkem společného sezení při rozvodovém poradenství je dopracovat se k takzvaným mimosoudním dohodám: co a jak bude teď i dál; nejdříve s dětmi a kolem nich a hned nato v dalších sporných oblastech.

V řadě zemí - v těch, s nimiž je na místě srovnávat - se od 70. let rozvíjí takzvaná rozvodová mediace, to jest zprostředkování, kdy odborník-poradce pomáhá rozvádějícím redukovat rozvodové ztráty, vyhnout se soudním tahanicím a především mírnit rozvodová strádání i ztráty, včetně finančních. Kvalifikovaná rozvodová mediace totiž přijde laciněji než náklady i osobní výdaje za soudní spory. Což platí i u nás. Vlastně ještě ne tak docela, neboť informovanost o existenci i náplni rozvodového poradenství je dosud malá.

Cíle i náplň odborné psychologické a psychoterapeutické pomoci při rozvodu a po něm lze shrnout pojmem psycho-sociální rozvod.

2.7 Psychorozvod

Dlouhodobý proces rozpadu manželství a celé rozvodové dění lze rozčlenit do několika etap, které na sebe navazují, prolínají se. První, přesněji nultou etapou je hluboká, nezvládaná manželská krize s narůstajícím rozvodovým potenciálem. Následuje bilancování a rozvodové rozhodování, ústící v rozvodové jednání, včetně soudních sporů. A poté, co se rozvod stal právní skuteč-

ností (což nekoresponduje s tím, kde právě jsou a co prožívají teď už ex-manželé), přichází dokončování manželské separace a utváření porozvodového životního stylu.

Po celý ten dlouhý čas - trvá nejméně dva, často i tři roky - se všichni zúčastnění vyrovnávají s řadou problémů a potíží, leccos musí překousnout, prožít i odžít. Jednoduše řečeno: mají zvládnout řadu úkolů, chtějí-li, aby rozvodová kalvárie proběhla s menšími ztrátami a s menším strádáním, než je nezbytně nutné; je zapotřebí rozejít a oddělit se nejen podle zákona a navenek, nýbrž i do hloubky duší.

Pro rozvod "duší i těl" zvolme označení psycho-sociální rozvod, zkráceně psychorozvod. Rozumíme jím sled procesů a úkolů, jejichž smyslem je vyrovnat se s rozpadem manželství tak, aby se minimalizovaly rozvodové ztráty i strádání a utvářely předpoklady k uspokojivému žití po rozvodu.

Lze rozlišit čtyři hlavní psychorozvodové úkoly, přičemž plnění a splnění jednoho každého je předpokladem splnění ostatních.

- Distancovat se od manželství a odpoutávat od partnera. Distance od manželské prohry znamená dokázat pohlédnout na selhání s určitým odstupem, umožňujícím pravdivě rozpoznat ty základní faktory, které se podílely na ztroskotání manželství. Odpoutání muže od ženy znamená do všech důsledků přijmout fakt, že jakožto manželé už nemáme od sebe co čekat, nic si nedlužíme, a tudíž nepotřebujeme nic řešit, vyřizovat, natož se mstít.
- Oddělit manželství od rodičovství, což lze vyjádřit i takto: když už jsme společné žití nezvládli jako manželé, nemusí to ještě znamenat, že budeme selhávat jako rodiče, byť musíme plnit rodičovské poslání za jiných okolností.
- Chránit děti, respektovat jejich potřeby, zájmy i prožívání při současném přijetí postoje, že rozpadem manželství rodičů děti vždy ztrácejí a strádají.

- Utvářet porozvodové perspektivy, pozměněný či nový životní styl a novou osobní identitu.

Aby k tomu všemu mohlo dojít, nezbyvá než prožít i odžít silné city. Psychorozvod však není jen záležitostí zraněných citů, nýbrž celé osobnosti - a vlastně i rodinného systému jako celku. Nemůže trvat krátce, nelze ho ošidit, v sázce je příliš mnoho: celý další život obou bývalých manželů a jejich dětí.

V průběhu psychorozvodu potřebuje každý z ex-manželů vytvořit předpoklady pro restrukturování osobní identity. Toto slovo napovídá, že se budeme chvíli pohybovat ve sférách poněkud abstraktnějších úvah, doufejme že užitečných. Tedy identita: každý ji potřebujeme, do té či oné míry máme, možná o ni usilujeme, utváříme ji. V určitých etapách života ji můžeme mít zpochybněnou, třeba i rozmetanou. Ale potřebujeme ji, ať si to uvědomujeme nebo ne. Je totiž naší odpovědí, je hledáním odpovědi na velice osobní otázky, které klademe sobě jakožto člověku žijícímu ve světě lidských vztahů. Kdo vlastně jsem? Kdo a jak ke mně patří? Za koho a v jaké míře jsem odpovědný? Co považuji za správné - a jak se to srovnává s tím, co právě činím? Na čem mohu oprávněně stavět vědomí své vlastní hodnoty a sebevědomí? Co jsem vlastně chtěl, co dokázal a co se vytratilo? Významným stavebním kamenem (nikoli jediným) lidské osobní identity je život manželský a rodinný. Jako manžel a otec mám zcela určité poslání, úkoly a též vědomí své hodnoty, neboť v roli otce i manžela jsem potřebný a užitečný. Malá rodinná skupina je jednak střelkou kompasu mého jednání a jednak kotvou zabezpečující pevnost, relativní stálost mého postavení ve světě. Platí to i pro matku-manželku, jen často ve větší míře, neboť pro ženu bývá rodinný život tím nejzákladnějším kamenem výstavby její identity. A nyní, v době rozpadu manželství, se tato identita otřásá, hroutí. Nepřestáváme být biologickými rodiči, ale své poslání musíme plnit jinak, v odlišné situaci. Střelka kompasu života se porouchala, kotva uvolnila. Tohle vše má své velice konkrétní důsledky. Dnem sňatku jsme

vytvořili novou jednotku dvou lidí. Postupně jsme utvářeli a stabilizovali náš životní styl, jehož součástí je každodennost i svátečno. A máme - sociologicky řečeno - statut rodiny i manželského páru; jakožto rodina i dvojice se prezentujeme navenek a okolí nás takto vnímá i přijímá. Vytvořili jsme si též - pokud jsme jako rodina fungovali - určitou společnou koncepci světa a žití v něm. Slovo "společná" neznamena úplně stejná: manželé jsou dvě různé lidské bytosti, mají-li však spolu sdílet život, musí být jejich základní hodnotové orientace (včetně vidění světa) slučitelné, nesmějí se tedy vzájemně potírat ani vylučovat. Nu a teď, kdy je tu rozpad manželství, je tohle vše v základech otřeseno. Oba "bývalí" musí hledat nové zakotvení i nový kompas - utvářet novou identitu.

Proces psychorozvodu se nekryje se soudním rozvodem, psychické rozvádění většinou začalo dávno před podáním návrhu, určitě tomu tak bylo alespoň u jednoho z manželů. A celý proces pokračuje i po soudním rozhodnutí. Jaká jsou jednotlivá stadia psychorozvodu? Začíná ve chvílích, kdy manželství je nenávratně ztraceno.

První fáze psychorozvodu směřuje k oboustrannému přiznání skutečnosti, že manželství ztroskotalo, nadále se nebude a nemůže konat, ať už si jeho konec přeje jeden více a druhý méně, případně vůbec ne. Nejde tu jen o to, podvolit se tlaku nebo dokonce nátlaku, jde o víc: v určité době (čím více se blíží skutečnému ztroskotání, tím lépe) musí OBA partneři vnitřně plně akceptovat přinejmenším to, že rozvod je pro všechny menším zlem než setrávat v manželství. Oba se tedy chtějí rozvést.

Pro **druhou** fázi jsou charakteristické emoce, citové bouře jako reakce na rozpad manželství, to jest na životní ztrátu. Nejprve převažuje směs zlosti, vzteku, pocitů hořkosti, ukřivdnosti i sebelítosti - o něco později truchlení a smutek. Nejdříve obviňováním a raněnými city zaplavují toho bídáka-partnera, pak se city soustředí spíše na mne samotného. Dopustím-li se té

chyby, že v období citových bouří začnu bilancovat minulost nebo se dívat do budoucnosti, vidím obojí zkresleně, falešně. Je tudíž lepší počkat, až city odezní. A je dobré prožít je, nechat odeznít. I smutek a truchlení patří k vyrovnání se s životními ztrátami.

Třetí fází bychom mohli nazvat obdobím zvedání svěšených hlav. Oba zúčastnění - a opět každý jindy - se začínají rozhlížet kolem sebe. Před nějakou dobou, obrazně řečeno, ležel člověk zdeptán na zemi, nyní zvedá hlavu, aby poklekl, vzpamatoval se, povstal a viděl o kus dál - nejprve směrem k minulosti. Neboť úkolem téhle fáze je co nejpravdivěji bilancovat: co jsem to vlastně ztratil a jaký byl můj vlastní podíl na ztroskotání manželství? Tedy inventura ztrát i zvážení vlastní odpovědnosti diktované nikoli vztekem na partnera ani sebelítostí - to už je přece pryč. Jinak řečeno: jde o zmapování a zreflektování ohrožené či rozpadlé identity, jež byla spojena s manželstvím. A vyplatí se provést tuto bilanci co nejpoctivěji.

Čtvrtá fáze psychorozvodu navazuje na zvedání hlavy, pohled se však neobrací zpět, nýbrž k přítomnosti a k blízké budoucnosti. Začíná rekonstrukce životního stylu. Nejde pouze o nezbytné zabezpečování běžného provozu, včetně péče o děti (což ostatně má fungovat i v nejhorších chvílích), jde opět o víc: o vytvoření porozvodové identity, která nebude odvozována od života v teď už bývalém manželství.

Pátá fáze je plně ve znamení otevřenosti směrem k budoucnosti. Pokud jsme zvládli všechny předcházející úkoly - a nevadí, že se nám možná proluly, nebo jsme se museli na chvíli vrátit kousek zpět - je už budoucnost oddělena od jakékoli nenávisti, zloby a pocitů ukřivdění. Teď už nemáme bolavá zranění, nýbrž šrámy a jizvy, které zpevnily tkáň. A jak jsme vlastně na tom?

2.8 Jste opravdu rozvedeni?

Soudní rozhodnutí možná už máte v rukou nebo je čekáte. Co se ve vás děje poté, co manželství skončilo? V jaké fázi psychorozvodu jste? Máte-li náladu a trochu času, dovoluji si vám nabídnout

Psychorozvodový test

Přečtěte si pozorně každou položku a označte čísla před tou z nabízených odpovědí, která se ve vašem případě nejvíce blíží pravdě.

1. Představte si na chvíli tvář svého ex-partnera. Máte to? A teď pozorujte sebe, své pocity. Nejlépe je zaměřit se na krajinu srdeční nebo žaludeční, možná i na oči, jestli se snad nezakalily.
 - 1.1. Vzpomínka na bývalého manželského partnera u mne vyvolala výrazné pocity - ať už jakéhokoli druhu.
 - 1.1. Tvář se mi příliš jasně nevybavila a vzpomínka na bývalého manželského partnera nevyvolala žádné výrazné pocity.
 - 1.2. Tvář se mi jasně vybavila - pocity matné.
2. Když mám možnost (event. kdyby byla možnost):
 - 2.1. Vyhledávám místa a prostředí, kde bych se mohl(a) setkat či vidět s ex-partnerem.
 - 2.1. Takovým místům se snažím vyhýbat, jak jen to jde.
 - 2.2. Platí pro mne něco jiného, nemohu zatrhnout ani jednu ze dvou odpovědí.
3. Připusťte, že byste měl(a) možnost mít pohlavní styk s ex-partnerem.
 - 3.1. Toto pomyšlení je mi mimořádně nepříjemné.
 - 3.1. Je mi docela příjemné, šlo by to.
 - 3.2. Platí něco jiného.

4. Zásadně vždy mluvím pravdu.
 - 4.1. Tato věta pro mne platí.
 - 4.2. Neplatí.
5. Jakožto rozvedená (rozvedený) jsem na tom celkově vzato:
 - 5.1. Moc zle.
 - 5.1. Výborně, mimořádně dobře.
 - 5.2. Platí jiná odpověď.
6. Když mluvím s vlastním dítětem (dětmi):
 - 6.1. Snažím se všemožně vyhýbat námětům, které by se mohly týkat druhého rodiče - mého ex-partnera.
 - 6.1. Naopak takové náměty vyhledávám.
 - 6.2. Platí něco jiného.
7. Nikdy bych si nenechal(a) žádné peníze, které by mi jednoznačně nepatřily.
 - 7.1. Tato věta pro mne platí.
 - 7.2. Neplatí.
8. Představte si, že by vás vyhledal(a) váš bývalý manžel (bývalá manželka) a navrhl(a) vám, abyste to spolu znovu zkusili. Jaká by asi byla vaše reakce?
 - 8.1. Takový návrh by mě šokoval, nemám vůbec tušení, jak bych zareagoval(a).
 - 8.1. Řekl(a) bych mu (jí), že se úplně zbláznil(a).
 - 8.1. Poslal(a) bych ho (ji) ke všem čertům.
 - 8.1. Takový návrh by mi udělal moc dobře, protože by pro mne znamenal, že on (ona) lituje - pozdě, ale přece. A pěkně od plic bych mu (jí) to pověděl a pak jednoznačně odmítl(a).
 - 8.2. Žádná z uvedených odpovědí nevystihuje mou nejpravděpodobnější reakci.
9. Kdybych se někde náhodou setkal(a) se svým ex-partnerem:
 - 9.1. Byl(a) bych asi dost nejistý(á), rozpačitý(á).
 - 9.1. Asi by mne zavalily jiné silné pocity.
 - 9.2. Nejspíše by mi to bylo celkem jedno.

10. Kdybych měl(a) jistotu, že se na to nepřijde:
 - 10.1. Rozhodně bych nejel(a) v hromadném dopravním prostředku "na černo".
 - 10.2. Asi bych jel(a) bez placení.
11. Velmi se zajímám o to, kde, s kým a jak ex-partner žije.
 - 11.1. Tato věta pro mne platí.
 - 11.1. O jeho (jejím) životě nechci vůbec nic vědět.
 - 11.2. Platí jiná odpověď.
12. Nikdy nikoho nepomlouvám, o nikom "neklepu".
 - 12.1. Tato věta pro mne platí.
 - 12.2. Neplatí.
13. Po zkušenostech ze svého rozvedeného manželství si myslím, že:
 - 13.1. Naprostá většina ženských (jste-li žena, dosad'te mužských) nestojí za nic.
 - 13.2. Myslím si něco jiného.
14. Když zpětně pohlédnu na své bývalé manželství, myslím, že:
 - 14.1. Na jeho rozpadu měl hlavní vinu můj ex-partner.
 - 14.1. Všechno jsem zavinil(a) především já.
 - 14.2. Bylo to nejspíš tak asi půl na půl.
15. Otázka pro ty, kteří mají ve své péči dítě (děti):
 - 15.1. Když je dítě (děti) s druhým rodičem (ex-partnerem), pociťuji určité obavy nebo úzkost.
 - 15.2. Není tomu tak.

Pro ty, kteří nemají dítě (děti) ve své péči:

 - 15.1. Často mívám dojem (případně to vím jistě), že můj bývalý manželský partner nestojí jako rodič vůbec za nic.
 - 15.2. Nemyslím si to.
16. Když tak uvažuji o tomto dotazníku:
 - 16.1. Považuji ho za pitomost či zbytečnost a štve mě to.
 - 16.2. Považuji jej za pitomost či zbytečnost a je mi to jedno.
 - 16.2. Nepovažuji jej za pitomost či zbytečnost - a celkem vzato jsem odpovídal(a) bez výraznějších pocitů.

Určeno pouze pro studijní účely

Ivo Plaňava

Spolu každý sám

V manželství a rodině



Nakladatelství Lidové noviny

ŽENY A MUŽI

Bohové vytvořili po zralé úvaze dvojici, které se říká muž a žena, aby oba měli ze svého společného života co největší prospěch. Oba musí dávat i přijímat, proto poskytni oběma stejnou měrou paměť i pozornost, stejnou měrou také učinili, že oba nemají přirozené vlohy k týmž věcem, potřebují tím spíše jeden druhého a jejich spojení se ukazuje ještě užitečnější: na co jeden nestačí, to dokáže druhý.

Xenofón (kolem r. 355 před n. l.)

Feministické postoje a názory mívají lidé, převážně ženského rodu, kteří věří tomu, že ženy jsou na tom hůře než muži; a že je třeba něco dělat, aby tomu tak nebylo. Maskulinisté zase vycházejí z přesvědčení, že dnes jsou na tom hůře muži a bylo by záhodno něco s tím udělat. Ti radikálnější z obou táborů tvrdívají, že o hodně hůře a ve všem; ti umírněnější, že v leccems. Dovolují si nabídnout názor, že obě skupiny mají každá kousek pravdy a též, že se obě mýlí, což vyjde zhruba nastejno. Co když lidé obou rodů jsou na tom dnes složitě, všelijak a hlavně leckdy nijak moc skvěle – a právě to je společné mužům i ženám?

A rozdíl mezi oběma rody? Zajisté existují, což nepochybně nikdo. Také zde lze rozlišit dvě „školy“: jedna tvrdí, že všechny významné rozdíly jsou především důsledkem vlivů společenských, to jest jsou dány výchovou, tradice-

mi. A že tedy v tom podstatném jsou muži a ženy stejní – stejně schopní nebo neschopní.⁴ Kdežto ta druhá „škola“ klade důraz na rozdíly v tom smyslu, že geneticky, anatomicko-fyziologicky i psychologicky jsou žena a muž každý z jiného těsta. Jde o „Dvojí svět“, neboť „Muži jsou z Marsu ženy z Venuše“, abych jmenoval názvy knížek, které má našinec k dispozici.⁵

Obě skupiny posilují svá tvrzení nejrůznějšími argumenty, často vycházejí z osobních životních zkušeností, někdy i frustrací a traumat. A též se rádi i rády opírají o výzkumy a statistická data, aby z nepřehledného množství informací vybral každý to, co posílí jeho původní postoj, případně předsudky.

Než se začneme v dalších třech podkapitolách věnovat shodám, podobnostem i rozdílům, neodpustím si zmínku o jedné, doufejme že pomalu vymírající, sortě postojů k žensko-mužské otázce. Mám na mysli militanty a extrémisty na obou stranách barikády. Rozdíly nepopírají, naopak zdůrazňují, a vyvozují z nich pochybné konsekvence, vyplývající z názoru či spíše ze zakořeněného předsudku: kdo je jiný (kdož jsou jiní) než já (než my), je horší, nebezpečný, a tudíž hoden opovržení, zavržení a nejlépe likvidace. K těmto agresorům řadím například muslimské fundamentalisty, staré i nové nacisty, oholené lebky, nenávislné bolševiky, etnické čističe na Balkáně – a rovněž tak řečené ženské šovinistky i mužské šoviny. Záměrně nepoužívám označení feministky nebo maskulinisti, bylo by to nespravedlivé i nesprávné.

Vůdcové a ideologové zmíněných militantů vytipují nějakou skupinu lidí, kteří se v něčem liší, obdaří ji označováním a zobecňujícím hodnocením, samozřejmě zcela negativním, aby je mohli považovat za nositele všeho zla na světě, obvinít třeba i z vlastních nedostatků a chyb či z vlastního strádání. A činí tak, jak řečeno, bojovně, vždy mají nějaký ten svůj „Mein Kampf“. V některých podobách i projevech mohou šoviny a militanti nejrůznějšího ražení působit komicky. Nenechejme se ukolébat. Ostatně i nacistické hnutí vzbuzovalo ve svých pivních norimberských začátcích smích; strach přišel později,

když se dostal k moci ten jejich zkrachovalý tapecír a sexuálně frustrovaný mazal.

Možná někomu připadá přemrštěné házet do jednoho pytle teroristy, nacisty a hololebkáče spolu s jistými dámmami tvrdícími, že všichni mužští jsou egoistická prasata, hodná vyhubení, v lepším případě kastrace s následnou internací v přísně střeženém prostoru; anebo s jistými pány přesvědčenými o tom, že všechny ženské jsou slepice mající neduživé mozky; že jsou to hysterky zmítané nebezpečnými emocemi, a je proto třeba držet je pořádně zkrátka, aby nevyskakovaly. Zajisté: míra nebezpečnosti různých extrémních hnutí je rozdílná, a tedy i způsoby obrany či razance protiútoky jsou hodny uvážení. Nicméně si pořád myslím, že opravdu patří když ne do jednoho pytle, tak do několika velice podobných pytlů. A raději pořádně zavázaných. Vyplatí se dávat si na ně obezřetně a včas pozor. Je možné i užitečné psychologicky i sociologicky je zkoumat, a tak lépe rozumět zdrojům i podobám jejich agresivity; už v zájmu účinné obrany proti zlu, které hlásají a šíří. Ovšem diskutovat s nimi nelze, debaty ani žádné argumenty jsou k ničemu. Oni totiž nejsou uzpůsobeni k dialogu, jsou monologičtí, slyší jen sami sebe a někdy ani to ne. A tak se raději o nich dále nebavme.

Mužské záležitosti

Jednou v létě jsem pobýval po deset dnů každé odpoledne ve skupině dvanácti zajímavých lidí: deset mužů ve věku od sedmnácti do sedmdesáti let a jediná žena někde mezi třiceti až padesáti. Převažovali černí i bílí pánové z USA, dva přijeli z Německa, jeden ze Švýcarska, jeden mladý Kanadán usazený v Anglii; ta dáma neurčitého věku je Švédka žijící střídavě v Mexiku, Irsku a Norsku – plus obstarožní, poněkud rezervovaný skeptik odkudsi z brněnské periferie, jemuž Američané kondolovali kvůli válce v Bosně. Dvanáctým byl šéf zvaný Bill, případněji je označení moderátor či trenér účastníků dílny, čili workshopu nazvaného *Man`s issues*, což by se dalo přeložit jako „mužské záležitosti“; hodil by se podti-

tulek „muži sobě a o sobě“. Seance se konaly v prostorách jedné univerzity ve střední Anglii u příležitosti každoročního setkání odborníků i laických zájemců o psychologii, psychoterapii, pedagogiku a poradenství, navazujících na myšlenky vídeňského psychiatra Alfreda Adlera.

A tak jsem se zblízka setkal s myšlením a chováním jedné varianty hnutí mužů, analogicky k feminismu by se mohlo mluvit o hnutí maskulinistickém. Zrodilo se začátkem devadesátých let, kde jinde než ve Spojených státech, pod zkratkou AMM, čili „American Man's Movement“. Prosím nezaměňovat s jiným hnutím téže provenience. AMM se štitivě distancuje od tak řečených „machos“. Jsou to pánové, kteří na víkendy odjíždějí z měst do lesů, kde chodí oděni do kožešin anebo jen tak, nahoře případně i dole bez. A hrají si na zatraceně ostré hochy-divochy. Přes den lítají po lese, večer sedí u ohně, opékají maso, plivají na zem a mluví velice drsně.

Rád bych teď čtenáři představil několik výchozích idejí hnutí AMM. Uvádím je proto, že i u nás v Evropě mají svou odezvu, včetně té, která může zaznívat v českých kuchyních, obývacích a možná nejvíc ložnicích.

V dnešním světě – v Americe, v Evropě, Austrálii nebo Japonsku – jsou na tom muži až příliš složitě, převážně špatně, mají to těžké: plnit všechna očekávání emancipujících se či už doemancipovaných žen, a přitom dostát přežívajícím tradičním nárokům – včetně těch, které muži kladou sami na sebe.

Už hned v pouhém sexu to my, muži, nemáme lehké, neboť schopnost spojení je jaksi viditelná i hmatatelná. Je tedy nasnadě naše nepřipravenost, což je dnes – v době adorace sexu, sexuálního osvobození, probuzení i náročnosti žen – zdrojem frustrací nemalého počtu pánů.

Také v rodinném soužití to mají muži, otcové i synové, komplikované. Muž v rodině buď vůbec chybí, nebo se vyskytuje sporadicky, případně potřebuje odpočívat u televize. A po rozvodu, povětšinou iniciovaném nespokojenými ženami, zůstávají děti s matkou a otcové i jejich synové strádají. Dcery prý tak ne, čemuž nevěřím. Ale raději pokračujme bez komentáře.

Je anachronismem nazývat ženy druhé poloviny 20. století slabším, něžným, více zranitelným nebo dokonce utiskovaným pohlavím. Statistiky dokládají, že ženy tvoří nadpoloviční většinu lidstva, neboť muži umírají dříve. Ženy jsou vitálně zdatnější – ne tělesně silnější – a též zdravější. Častěji než ženy se muži stávají oběťmi nejrůznějších závislostí – alkoholových, drogových, gamblerských i televizních.

Tak řečená civilizační psychosomatická onemocnění – jedním z jejich zdrojů či přímo příčinou jsou stresy, napětí a workoholický přístup k životu – jsou častěji strádáním mužů než žen. Mužský energetický potenciál, beztak dnes nic moc, je namáhán k prasknutí. A snad vůbec nejhorší je, že současní pánové své city potlačují, nedávají najevo, neboť se to pro muže nesluší. Jestliže trpí či něčím strádá žena, vypláče svou bolest, popovídá si – samozřejmě že se ženou – nechá se potěšit, utěšit, uleví se jí. Muži však považují za korektní a jsou výchovou naučeni slzy polykat, skrývat citová hnutí. Není pak divu, že potlačovaná energie si najde cestu přímo k srdci, až k infarktům, které klátí muže častěji než pracující ženského rodu.

A tím se už dostáváme přímo do „dílny mužských záležitostí“, neboť tam dominovaly právě city, jejich otevřené a ničím nepotlačované projevy. Co se dělo, o čem a jak se mluvilo?

Ještě než začnu, musíme se vypořádat s jednou zásadou práce ve skupině: nevynášet nic, co by umožnilo identifikovat konkrétní osobu, pokud by ona sama k tomu nedala souhlas. Když jsme se loučili a fotografovali, přišla na přetřes diskretnost. Všemi přijatý závěr zněl: každý dovoluje cokoli a kdekoli zveřejnit, pokud nebudou uvedena pravá jména anebo jiný identifikující údaj. V následujících úryvcích jsem proto pozměnil jména, jiné údaje všelijak pomíchal a překroutil.

Středoškolský student subtilní postavy a senzitivního chování, říkáme mu Hansi, vypráví s plachým úsměvem o bezcitném a krutém otci, který ho ponižuje, zesměšňuje a čas od času chladně zmlátí. Potomek neplní otcova očekávání – být drsným, mlčenlivým mužem s oploštělými city, který by pře-

vzal zavedený podnik a dál jej rozvíjel. A maminka? Má prý syna velmi ráda, bojí se však projevovat něžné city, aby se na ni Šéf nerozzlobil. Za necelý rok by měl Hansi jít na vysokou školu, otec z něj chce mít komerčního inženýra, chlapec chce úplně jinam. Jak o tom všem ve skupině vyprávěl? Za pozorné a vstřícné účasti nejprve klidně, pak vzrušeněji a vzrušeněji – až k zalykavému pláči. A tu k Hansimu přistoupil jeden muž, pak druhý, třetí. Objímali chlapce, hladili ho, nejednomu z mužů kanuly slzy.

Na další setkání jsme si měli připravit každý vlastní příběh na téma „Moje největší životní ztráta“. Jeden vyprávěl o úmrtí manželky, jiný o nepřekonaném smutku nad rozpadem svého manželství, další mluvil o invalidní dceři-vozičkáře A jeden robustní muž kolem padesátky vyprávěl o tom, jak mu před šesti lety uhynul jeho nejlepší přítel – pes. Žádné vyprávění neproběhlo bez emocí; ne skrývaných či ovládaných, nopak : atmosféra vyžadovala co nejbezprostředněji a zřetelně projevit smutek, dát najevo soucit, lítost, účastenství. Přiznávám, že mně to moc nešlo, zejména zpočátku. Říkali mi moji skupinovní bratři i ta sestra, že se těžko zbavuji okovů mužských stereotypů, že bych se měl uvolnit, dovolit si pláč a něžně hladit a objímat člověka, ať je žena nebo muž ...

Třeba měli pravdu. Moje škoda.

Ženský a mužský rod ...

Ctnosti se ovšem vzhledem k různé přirozenosti vyznačují určitými rozdíly, jakými si odstíny, a přejímají vždy něco z mravů, temperamentu, výživy a způsobu života toho, u něhož se vyskytují.

Plútarchos (1. stol. n. l.)

Kdyby měl bůh ten záměr nebo přírodní výběr potřebu, abychom byli stejní, pak bychom takovými byli. Odpadlo by dělení na rod mužský a ženský, zjednodušil by se nám pravopis a rozmnožovali bychom se každý sám dělením, třeba jako prvoci. Nestalo se tak, nezbyvá než zabývat se rozdíly, podobnostmi, shodami. Dnes už se

můžeme opřít o velkou, byť nekončící řadu pozorování a zkoumání. A ponechme teď stranou zajisté významnou otázku, zda a které rozdíly jsou dány především tím, že jeden člověk se zrodí jako muž a jiný jako žena – anebo tím, že rodové rozdíly jsou důsledkem vlivů prostředí, do něhož jsme se museli narodit, aniž se nás někdo zeptal.

Rozdíly tělesné jsou nabíledni. Už porodní váha chlapců je vyšší než děvčat. Také co do výkonů těla se od sebe lišíme, a to i tehdy, jsme-li podrobeni stejné drezúře. Důkazem jsou tabulky sportovních rekordů v atletice. V běžeckých disciplínách se rozdíly v posledních letech o něco zmenšují, nicméně stále jsou; větší u běhů na krátké vzdálenosti než na delší. Nebo hody diskem, koulí, či oštěpem: společně soutěžit na olympiádě by nebylo fér. A to – jak řečeno – i při srovnatelných tréninkových dávkách, metodách i dopingu. Kde je třeba vyvinout tělesné úsilí rychle a intenzívně, tam se daří lépe mužům. Avšak: kde je záhodno hospodařit se silami, kde se víc uplatní výdrž a méně síla, tam se rozdíly zmenšují až stírají.

V našich dvou nejpoužívanějších *smyslech*, to jest v ostrosti zraku a sluchu, jsou na tom oba rody vcelku stejně, menší rozdíl je pouze v tom, že pánové o něco dříve hluchnou. Zato práh citlivosti pro doteky je u žen nižší, jsou tedy v tomto směru vnímavější. Nejvýraznější rozdíly v citlivosti smyslů se týkají čichu: ženy toho více ucítí, lépe diferencují mezi jemnými vůněmi i nevůněmi. Možná proto, aby si méně citliví pánové všimli, dávají ženy vydělat voňavkářským firmám o hodně více než muži.

Také *vitalita*, včetně odolnosti vůči většině chorob, je – statisticky vzato – jednoznačně ve prospěch rozdílů. Ženy, jak známo, žijí déle, lépe snášejí bolest a jsou odolnější vůči radě onemocnění; nikoliv všem, dodal by gynekolog.

V *oblasti sexuální* najdeme rovněž rozdíly, a to z pohledu fyziologického i psychologického. Jemnými přístroji se zjistilo, že muži citlivěji reagují na příslušné zrakové podněty, kdežto ženám pohled na barevné fotografie

atraktivních mužských naháčů říká méně, čímž není řečeno, že vůbec nic. Pornografický průmysl tedy podporují především pánové.

U žen je důležitým smyslem, zprostředkujícím sexuální vzrušení, hmat – jemné doteky a hlazení. Vzrušivost a připravenost k sexuálnímu spojení u mužů přichází i odchází rychleji než u žen. Orgasmus nastupuje u žen pomaleji, má delší fázi vyvrcholení a též déle odeznívá. U muže je spojený s rychlým a prudkým vyprázdněním, tedy něco z něj odchází – u ženy s naplněním, přijetím. A u obou je dávání i přijímání provázeno slastnými pocity vzájemnosti, spojenými s uspokojením jedné z nejzákladnějších lidských potřeb.

Intelligence. Závěry velkého počtu měření mluví jednoznačně: není rozdíl v celkové výši inteligence mužů a žen. Žádný ze dvou lidských rodů nemá oprávnění tvrdit, že je chytřejší než druhý. Jsme však jinak chytrí: ženy prokazují vyšší výkony ve verbálních testech, což znamená, že myslí přesněji i rychleji, jestliže výsledky přemýšlení lze slovně vyjádřit. Kdežto muži lépe skórují v testech měřících prostorovou představivost, matematické schopnosti a zacházení se schématy i tvary.

Také v rozložení inteligence jsou pozoruhodné rozdíly: na obou krajních pólech najdeme více mužů než žen. Z čehož vyplývá, že na světě je více hodně hloupých mužů než velmi hloupých žen. Obdobně to platí o vysoce nadprůměrném intelektu.

Vlastnosti a chování. Každý rodič si zajisté brzy všimne – a má-li zájem, může tak učinit už před porodem – že jeho potomek přichází na svět vybavený buď jako budoucí muž, nebo žena. Anatomické nejistoty jsou výjimečné. Tím je do jisté míry, nechme teď stranou do jaké míry, předurčeno, co se od potomka očekává. Přinejmenším to, že je-li ženského rodu a bude-li vše, jak má být, odchová ve svém lůně a posléze porodí nového jedince, abychom nevymřeli.

Ale nejen to: velká řada slov označuje vlastnosti i chování, které jsou tradičně spojovány s mužským a jiné zase se ženským rodem.

Například:

muži bývají:

agresivní, impulzivní
 sebeprosazující
 dominantní
 méně tolerantní
 soutěživí
 ctizádostiví
 průbojní
 drsní
 racionální
 zaměřeni na celek
 rigidní
 méně dbající na zevnějšek
 zaměřeni na své blaho
 nepořádní
 necitliví

...

ženy bývají:

vstřícné
 přizpůsobivé
 submisivní
 tolerantnější
 pečující, pomáhající
 obětavé
 bážlivější
 jemné
 emotivní
 zaměřeny na detaily
 flexibilní
 více dbají na zevnějšek
 zaměřeny na blaho bližních
 pořádné
 senzitivní

...

Čtenáři patrně neuniklo, že vyjmenování těchto několika vlastností jsem uvedl slůvkem „tradičně“. Ale co když jde pouze o tradované předsudky, o šedivou teorii, neodpovídající zelenému stromu života v závěru druhého tisíciletí? Myslím, že se nezmýlíme, budeme-li tvrdit, že nejméně od začátku 20. století se rozdíly zmenšují: častěji než za časů našich prarodičů se dnes vyskytují ženy, které projevují větší míru vlastností i chování, připisovaných tradicí mužskému rodu: dovedou se prosadit, být drsné, dominovat, soutěžit, nedbat na pořádek a dbát o svá blaha.

Rovněž tak současní pánové, a nejen ve Francii, si mohou libovat v detailech, být senzitivní, přizpůsobí, submisivní. Je to dobře, nebo špatně? Nevím jak vy, ale já myslím, že někdy tak a jindy zase onak. Což ovšem nezní moc inteligentně.

Aniž bychom museli moc fantazírovat, lze si představit dvě varianty budoucnosti. Tu první můžeme nazvat feminně-maskulinní: rozdíly se nadále budou zmenšovat až zmizí úplně. Ženy si osvojí a plně rozvinou všechny ty

vlastnosti i vzorky chování, které tradice připisuje mužskému rodu. Budou tedy drsné, dominující, bojovné, aspirativní – jako mužští prý jsou, případně byli. A to by znamenalo, že tradiční mužský rod zvítězí, neboť nebude nic jiného. Opravdu je žádoucí, bude-li i ženským ideálem superman? Je-li pravda – a myslím, že ano – že současný svět je poněkud zdevastován tak řečeným mužským hodnotovým principem, a tedy mužskými vlastnostmi jako jsou zmocňování, agresivita, zápolení a menší až žádný ohled na bližní, pak se bude ještě hůře žít a možná i přežívat, jestliže vše bude postaveno jen na principech, které tenhle náš svět určitě neučinily tím nejlepším z možných.

Druhou variantu nazvěme maskulinně-feminní. Na jejím konci je opačný ideál: rozdíl mezi mužským a ženským chováním i vlastnostmi se setrou v tom smyslu, že zvítězí tradované charakteristiky ženského rodu, a všichni budou v tomto směru jednat a chovat se.

Nevím jak vám, ale mně se obě uvedené varianty nejeví příliš lákavě. Obě totiž předpokládají, ať v tom či onom směru, stejnost, to jest co nejúplnější setření rozdílů mezi muži a ženami.

Abychom mohli dále uvažovat o těchto otázkách, navrhuji zříct se teď jakéhokoliv hodnocení. Mám na mysli hodnocení zobecňující, zda tradiční mužské či ženské vlastnosti jsou samy o sobě dobré nebo špatné. A učinit tak i u těch, které k hodnocení přímo provokují. Třeba agresivita, drsnost, anebo zájem o blaho druhých, vstřícnost. Mám dbát na blaho bližního svého, jestliže jeho blahem je to, aby mě okradl? Mám být tolstojovsky vstřícný k tomu, kdo mně ničeho nic dá jednu do nosu, a ještě mu nastavit bradu? Je hodná odsouzení agresivita, se kterou žena praští mezi nohy devianta, který ji hodlá nejdřív znásilnit a pak uškrtnit?

Že jsou to extrémny? Opravdu natolik nepředstavitelné a výjimečné, že nemá smysl se jimi zabývat?

Navrhuji, abychom kladná anebo záporná hodnotící znaménka dávali jenom tehdy, je-li jasný kontext, tedy ve vztahu ke konkrétní situaci.

Uvažme ještě jinou variantu, méně jednoznačnou i komplikovanější, jak už to tak bývá, nechceme-li svět vnímat

černobíle. Tato varianta předpokládá už zmíněný nehodnotící postoj; dále vychází z toho, že tak řečeným ideálem není stejnost, nýbrž diferencovanost. A konečně třetí předpoklad najdeme u kořenů feministického hnutí. Mám na mysli myšlenku přímo jedné ze zakladatelek, paní Betty Friedanové: neodvozovat hodnotu jednoho pohlaví od druhého, umožnit každému člověku vlastní životní cestu bez předsudků a tlaků vycházejících z tradičních rolí.

Uvažuje se o tak řečené psychologické androgynii, což je zajímavá vize nedaleké budoucnosti. Tato představa znamená pro každého jedince svobodu i možnosti rozvíjet v sobě jak maskulinní, tak i feminní aspekty své osobnosti a chování – bez ohledu na to, co je tradičně považováno za mužské a ženské.

Dostali jsme se trochu oklikou k otázce, kterou jsme v úvodu této kapitoly odsunuli stranou: jaké to jsou „aspekty osobnosti“? A hlavně: co je v naší povaze, v našem chování, v našich projevech i v naší hodnotové orientaci dáno tím, že jsme rodu mužského nebo ženského? Nebo jsou rozdíly dány jen či především kulturou, to jest výchovou? A jsme znovu u dědičnosti a prostředí. Také zde, jak už to tak bývá, najdeme v historii – od starých Řeků dodnes – názory i doklady plédující pro tvrzení, že člověk se rodí jako nepopsaná deska, na kterou teprve žítí v lidské společnosti, to jest výchova a vlivy prostředí, napíší to podstatné a určující. A na druhé straně se neméně vehementně argumentuje pro předurčenost, ať už je řeč o platónských idejích nebo o kombinacích DŇA v našem genetickém vybavení.

Nerad bych se zapletl do subtilních a složitých zkoumání příčin rodových rozdílů a podobností, zájemce odkazují na literaturu.³ Snad zde postačí několik poznámek, mají povětšinou charakter zdůvodněných hypotéz než neměnných pravd pravdoucích.

Jak už byla řeč v kapitole o dědičnosti a prostředí: vrozeným dispozicím dnes přikládáme výrazně větší význam, než se jevílo i jeví zastáncům teorie nepopsané desky, behavioristům či ideologům a praktikům všemocné výchovy. Není to tak dávno, kdy se na příklad homosexuální orientace vysvětlovala výchovou v rodině. A tudíž: jestliže

vznikla výchovou, pak ji lze též vyléčit podmiňováním, nácvikem. Tento mylný předpoklad vedl nejen ke zbytečným, nýbrž i škodlivým a frustrujícím následkům. Lze považovat za prokázané, že základ sexuální orientace je determinován geneticky. A totéž se týká i jiných dispozic: čím jsou výraznější, tím vyšší podíl dědičnosti. Lze to vyjádřit i jinak: čím více se jedinec liší od průměru, čím je extrémnější – ať v žádoucím, nebo nežádoucím směru – tím větší podíl dědičnosti. Je-li tomu tak, pak máme v rozdílné míře zakotveny ve svém genetickém vybavení i dispozice k rozvoji mužského a/nebo ženského chování. Napsal jsem v rozdílné míře, abych zdůraznil, že ne u každého muže či ženy jsou ty které dispozice stejné; mají-li se rozvinout do zcela určitých schopností, vlastností a chování, záleží na prostředí, na výchovných vlivech. A navíc ke dvojici dědičnost – výchova lze přiřadit další proměnnou, uplatňující se od období dospívání až do stáří: naše volní jednání a rozhodování. Nejsme jen tím, co z nás udělala dědičnost s výchovou, nýbrž i tím, co jsme z toho dokázali dotvořit sami.

Tedy: na svět si přinášíme jisté genetické vybavení včetně individuálně odlišných dispozic k mužskému a ženskému chování. Zda a do jaké míry se tyto dispozice rozvinou nebo nerozvinou, záleží na prostředí, do něhož jsme se zrodili. A máme též nikoli neohraňčenou, nicméně nezanebatelnou míru svobody, jak s dvojicí dědičnost-prostředí naložíme; včetně toho, jak naložíme se svým rodovým vybavením. Čím je společnost humánnější, tím mají občané větší prostor k rozvoji toho, co v nich je, nebo co chtějí, aby bylo. Se známým omezením: individuální svoboda končí tam, kde ohrožuje svobodu druhých.

... a jejich řeči

Směj se dívko, jsi-li chytrá.

M. V. Martialis (1. st. před n. l.)

Už novorozeňata ženského rodu se usmívají častěji než čerstvě zrození chlapci. Oči mají zavřené, jde o reflexní výraz tváře, který prý není žádným poselstvím. Myslím si však, že poselstvím být může, pokud je okolí

jako poselství přijme. Každopádně brzy, po několika málo měsících se objevuje opravdový úsměv jako jasný signál záměrné komunikace malého člověka s člověkem. Děvčátka tak činí o něco dříve než chlapci – a nadále jako dívky, jako mladé i zralé ženy se usmívají na svět a hlavně na lidi častěji než mladí i nemladí pánové. A máme tu první rozdíl mezi ženskou a mužskou komunikací, patrný v nejrůznějších kulturách.

Americká socioložka Pamela Fishmanová zkoumala dialogy mezi páry, které samy sebe označily za oprostěné od tradičních rodových stereotypů a předsudků. Zjistila, že ženy při komunikaci pracují tvrději než muži, ve větší míře se snaží udržet konverzaci tím, že vnášejí nové náměty; a pokud nějaký námět napadne muže, ženy jej přijímají a rozvíjejí. Což muži činí v menší míře: jednak, jak řečeno, vnášejí méně námětů; a když ženy nějaký námět navrhnou, muži jich přijmou kolem 36 procent. Kdežto ženy akceptují téměř všechny náměty (96 procent), s nimiž přišli jejich partneři.

Běžně se soudí, že ženy toho napovídají víc než muži. V této formulaci jde opět o jeden z řady pouhopouhých předsudků. Je pravda, že ženy bývají při komunikaci obratnější, iniciativnější a přizpůsobivější. Když se však zkoumalo množství času, který v malé skupině okupovali muži a ženy, nezjistily se buď žádné významné rozdíly, nebo jen rozdíly mírné, a to ve prospěch mužů: pánové toho namluvili buď stejně, nebo o něco více než ženy.

Také rozdíly v neverbální komunikaci neušly pozornosti srovnávacích zkoumání. Například přímý oční kontakt vyhledávají ženy častěji než muži. A naopak dotekový kontakt zase o něco více iniciují muži, ženy mají doteky raději. Rovněž gestikulace je u mužů výraznější a zdůrazňující to, co právě pánové sdělují.⁶

Nápadné jsou rozdíly v intonaci řeči, to jest v tak řečených vokálních charakteristikách mluveného slova. Ženy častěji používají tázacích vět. I leckterá oznamovací věta končí tázavě, což ještě zdůrazní krouživé pohyby očí. Jestliže stojí muž s ženou u Karlova mostu, mužská věta zní: „Tak tohle je ten Karlův most.“ Ženské sdělení téhož

obsahu je jiné : „A není tohle náhodou tenhle ten Karlův most?“

Jsou slova a úsloví, která lze přiřadit k maskulinním a jiná k feminním. Z ženských úst častěji zaznívají adjektiva jako: krásný, božský, šílený, nádherný, úchvatný. Častěji než pánové uvádějí dámy svá sdělení subjektivně: já myslím, že...; možná, že...; zdá se mi, že... . Zatímco muži mají sklon tvrdit, že něco je objektivně tak – a ne jinak!

Pokusil jsem se sestavit seznam několika slov a úsloví, o nichž se dá předpokládat, že některá budou spíše maskulinní a jiná feminní. Dal jsem je posoudit dvěma skupinám osob obého rodu. První skupinu tvořili lidé střední až starší generace, druhou vysokoškolští studenti a studentky. Došlo k zajímavému úkazu: první skupina poměrně rychle, snadno a ve vzájemné shodě rozdělila slova i úsloví na ženská a mužská, kdežto studentstvu to dělalo větší potíže. Čím vysvětlit tyto generační rozdíly? V diskusi jsme se shodli na tom, že pro střední a starší generaci jsou rodové rozdíly výraznější nejen v oblékání, účesech či náušnicích, nýbrž i v komunikaci; a že u mladší generace se také komunikační rozdíly mezi mužským a ženským rodem zmenšují. Ve skupině studentů jsme se však nemohli shodnout na tom, jak to bude vypadat později – až budou patřit do střední generace. Polovina předpokládala, že na tom budou zhruba stejně, jako jsou dnes ti starší; že tedy poté, co založí vlastní rodiny se rozdíl mezi ženskou a mužskou mluvou zvětší. Jiní zase soudili, že už to tak zůstane.

I když studenti hodnotili feminitu a maskulinitu slov méně jednoznačně než jejich matky a otcové, přece jen jsme u některých slov a úsloví došli buď k úplné shodě, nebo alespoň k většinovému souhlasu. Dovoľuji si předložit čtenáři k posouzení ta slova a úsloví, která se v našem pokusu ukázala buď jako více maskulinní, nebo feminní, a to jak pro mladou, tak pro starší generaci.

SLOVA A ÚSLOVÍ
častější v ústech

náměty	mužů	žen
výměny informací o času, směru a místě	Kolik je hodin? Je 11, 08, 26 Hned (zítra) 1. 4. 1998 První vlevo a pak druhá doprava doleva. U sochy Leoše Janáčka.	Není už moc hodin? Bude poledne. Teď někdy. Na jaře. Tudv tam. (A rá?)
hodnocení lidí a světa	Vole! Je to: kůň, křehad hajzl ma ^f ~	cek, ... nás. ... zvláštní. ... krásný svetr. Pěkně zpívá. Báječné, nádherné, milé, příšerné, děsné, hloupé. Je to ošklivé.
pokyny	Nepovídej! Nelži MNĚ Zavři klapačku!	Povídej! x) Nevymýšlej si! Neříkej.

rozdílné názory i představy - a přitom vůbec není třeba nic vyjednávat, nic rozhodnout, jen konverzovat nebo polemizovat. Třeba o tom, že jeden preferuje toho politika, druhý jiného; že někomu se líbí ta, jinému jiná kniha; ten či onen člověk; a jsou-li či nejsou někde ve vesmíru superlidské věci; za hovno!

KAM M-F

Nedělej ze mě blbce!	Nedělej ze sebe blbečka!
Neječ!	Neřvi na mě!
Jdi do prdele!	Jdi do prčic (prkvančic)!
Na to zapomeň!	Na to nezapomeň!
Neboj se.	Dávej na sebe pozor.
Otevři okno (dveře)!	Zavři okno (dveře)! ^{x)}
Já sám.	Spolu.
Musím ti to vyložit.	Musíme si promluvit. ^{x)}
Určitě, ano /ne/.	Snad, možná.
JÁ!	MY.
UŽ!	UŽ?
Budeme spát.	Nespi ještě.

Říkám, co si myslím.	Myslím, co říkám.
Kolik to stálo?	Ani se neptej.
/Mlčení/	Ani se nezeptáš kolik to stálo ?
Tohle zapomenu	To si budu pamatovat.
Neodpustím	Odpustím.
Předně: za první, za druhé a za třetí.	Kolik že toho bylo?
Jako že mám pět prstů na každé ruce!	Ty ale máš prstů!
Imm, hm	Jéjej! ^{xx)}

slov zvítězilo ve skupině studentů rozlišení
šinou.

enáře napadnou další maskulinní či feminní
ví, nechť je doplní, případně konzultuje
(-rkou/. A kdyby se vám náhodou chtělo
napište. Nechám prozkoumat, transgene-
a dám vědět. Děkuji.

RODINNÉ A MANŽELSKÉ MÝTY

*A když pokrokem vzdělanosti bádáno
i o zásadách mravnosti, vznikla báje
etická, jako např. že bohyně moudrosti
Athena zrodila se z hlavy otce Dia, když
byl dříve pohltit zosobněnou moudrost –
Metidu. Všelike vlastnosti lidské,
duševní, mravní i společenské, se
zosobňovaly, a tak nacházíme bohy lásky,
válečné síly a jiné představitele vlastností
a zaměstnání lidských.*

Fr. Ruth v knize *Bájesloví řecké a římské*, Praha 1898

Pojem „mýtus“ je starořeckého původu a znamená jazyk, slovo, pohádku či legendu. V současném jazykovém povědomí má několik významů: první je literárně-historický (mytologické příběhy z dávné minulosti); druhý, historický, chápe mýtus jako určitý názor založený na předvědeckém poznání; slovo mýtus bývá též spojováno s něčím klamným, zkreslujícím či přímo bludným. A konečně můžeme vyjít z francouzského slovníku *Petit Larousse*, kde je mýtus chápán též jako „určité přesvědčení, nacházející se pod povrchem zjevných interakcí a podmiňující nebo ovlivňující soužití v rodině a manželství“. A právě v tomto smyslu budeme zde o mýtech uvažovat, přičemž neopomene možné souvislosti s příběhy dávné minulosti.

Ve dvanáctém až třináctém století byl ve Francii zpracován námět dávné keltské balady – příběh o Tristanovi a Isoldě. Tristan se vrací z Irska, odkud veze svému strýci králi Markovi nevěstu Isoldu. Mají s sebou kouzelný nápoj lásky, určený pro budoucí královské manžele. Nápoj omylem vypijí Tristan s Isoldou a zamilují se do sebe. Po sňatku krále a Isoldy nastane strastiplné mimomanželské dění, kdy milenci, bezmocní vůči čarovné vášni, podvádějí ušlechtilého a velkorysého manžela, porušují zásady mravnosti, slušnosti, přátelství i spojenectví – a to až do své tragické smrti, která je symbolicky spojí tím, že nad Tristanovým hrobem přes noc vyrostе keř a vrostе do sousedního hrobu Isoldina.

Na tomto příběhu lze demonstrovat některé základní charakteristiky mýtů: vlastnosti hrdinů i vztahy mezi nimi jsou extrémní a jednoznačné; jednání protagonistů je osudově předurčené, je zřetězením činů, jejich jednoznačných příčin a přímých, tragických důsledků.

Syrský bůh Attis byl milencem bohyně Tybely, byl jí nevěrný a za trest byl vykastrován. Staroegyptský mýtus o Usírovi je příběhem o ideálně dobrém králi, kterého zavraždil zkažený, zlý a ošklivý bratr. A věrná královská vdova vychovala syna ke kruté pomstě.

V dávných mýtech o lidech i lidských bozích je svět zobrazován v černobílém kontrastu dramatických vztahů a vášní; v oddanosti cílům, které musí hrdina osudově naplnit. Samotné mytologické příběhy obvykle neobsahují jednoznačné etické poselství. Příběh o Tristanovi a Isoldě můžeme pojmout nejméně dvojím způsobem: jako apoteózu velké lásky, která nejen vše vysvětlí, nýbrž i ospravedlní; anebo jako varující poselství, kam až vede slepá zamilovanost.

V řadě mytologických příběhů nalezneme extrémní, schematizované situace, zabývající se rodinnými i manželsko-mileneckými vztahy a osudy. Avšak: jak se mohou mytologické příběhy a jejich poselství dostat do povědomí současné rodiny? Nelze předpokládat, že by znalost

starověké i středověké mytologie byla tak rozšířená, že rozšířené jsou i rodinné mýty.

Před lety jsme se zabývali výzkumem malých diváků: divadla pro děti a v této souvislosti též pohádkami. Téměř každé dítě se setkává se světem pohádkových příběhů, a to ve vývojovém období, kdy vnímá i přijímá světy pohádkových příběhů ne jako artefakt, nýbrž jako skutečnost. A tak se dítě setkává i přijímá schematizovaný svět dobra a zla, rychlý sled viny a trestu, poselství o velké štěstí či neštěstí. A jsou mu též názorně prezentovány prototypy mužské a ženské role: mužský hrdina je dobyvatel, cestovatel, vykonavatel činů – kdežto princezny či popelky bývají začarovány, trápeny, jsou věrné a oddané čekají na svého prince; nebo též, v nových schematizujících pohádkách, na nějakého supermana.

Jak a čím se poselství pohádkových příběhů a legend stává rodinným či manželským mýtem, ovlivňujícím soužití? Především tím, že určitému příběhu se přidělí jednoznačně hodnotící a normativní znaménko.

Například příběhy o vině a trestu se transformují v normativní tvrzení: je správné a žádoucí, aby byl vždy nalezen a označen viník každého nedobrého činu, každého selhání či nepříjemnosti – a aby byl vždy přísně a co nejdříve potrestán.

Nebo příběh starého mládence krále Pygmaliona, který nebyl schopen ani ochoten zamilovat se do žádné ženy ze svého okolí. A tak si raději vytvořil sochu – ideál ženy a zamiloval se do ní. Tento příběh lze transformovat do rodinného či manželského mýtu: mám zcela jasnou představu o ideálním partnerovi, případně o ideálním potomkovi; a mohu mít rád jen toho, kdo plně opovídá této představě.

Rovněž řada příběhů o tom, jak synové, někdy i dcery, plnili poslání, které se nevydařilo rodičům, se transformuje v častý mýtus, žádající či spíše tlačící děti k tomu, aby šly ve šlépějích svých rodičů.

Základní charakteristiku rodinného a manželského mýtu můžeme tedy formulovat takto: jde o hodnotící a normativní přesvědčení vyjadřované slovy, že něco je nutné, jedině správné, nejlepší; a něco jiného, zpravidla opačného, zavrženíhodné, nemožné, zlé.

Tím jsme se přiblížili k další otázce: Jaká je oprávněnost a funkce mýtů? Jsou pro soužití žádoucí, anebo škodí?

Domnívám se, že nejužitečnější je vyjít z neutrálního pojetí konceptu rodinných a manželských mýtů; to jest, že se jedná o přesvědčení, které samo o sobě není ani žádoucí, ani škodlivé. A že ovšem mohou – v souvislosti s kontextem soužití v určité rodině či manželství – získat a sehrát jak pozitivní, tak i negativní roli; a že dokonce jeden a tentýž mýtus sehrává v jedné etapě vývoje soužití pozitivní a v jiné negativní roli.

Můžeme tudíž rozlišit *hestickou a dyshestickou* funkci určitého mýtu, a to v souvislosti se zcela určitou situací v rodině či manželství. Podle starořecké mytologie pečovala bohyně Hestia o oheň v domácím krbu, byla ochránkyní rodinného a manželského soužití. Proto jsem si její jméno vypůjčil k tomu, aby bylo možné i slovně rozlišit, zda určitý normativní požadavek a přesvědčení (mýtus) přispívá k soudržnosti a plnění úkolů soužití, nebo naopak vede k potížím, poruchám, případně až ke troskotání.

Jestliže například v rodině s několika malými dětmi může plnit hestickou funkci pedocentrický mýtus, požadující plně se zaměřit na děti a leccos jim obětovat, pak totéž přesvědčení může mít a zpravidla mívá dyshestickou funkci v období, kdy děti dorůstají a vylétají z rodného hnízda, neřku-li poté, co „děti“ už jsou zcela dospělé.

Nebo: přesvědčení o tom, že v rodině mezi sebou nemáme mít žádné tajemství a vše si vždy máme otevřeně a pravdivě vyříkat, může jak posílit soudržnost, tak vést k nemalým potížím až ke konfliktům; například tehdy, když otec vyžaduje intimní deník dospívající dcery a činí tak ve jménu přesvědčení, že přece v rodině před sebou nemáme mít žádné tajnosti.

A do třetice všeho zlého. Tristanovsko-isoldský příběh o lásce všemocné čarodějce, vůči jejímž kouzlům je člověk zcela bezmocný, může dyshesticky sloužit k ospravedlnování tatínka tří dětí, který se tak zamiloval do jisté osmnáctileté Isoldy, že mu nezbyvá nic jiného, než rychle se rozvést a jít za hlasem svého infarktózního srdce. Neboť přece: láska je čarodějka a proti jejím kouzlům člověk nic nezmůže.

Koncept rodinného mýtu je spojen se jménem amerického psychiatra A. J. Ferreiry. Od šedesátých let uveřejňuje studie, v nichž zastává názor, že téměř každá rodina má svůj mýtus a že trocha rodinné mytologie je nezbytná pro hladký průběh žití i v těch nejzdravějších rodinách. Rodinné mýty, soudí Ferreira, „mají svou ekonomickou hodnotu, neboť vytvářejí rituály, umožňují poklidnou atmosféru všeobecného souhlasu a dávají vzory pro činnosti, které pak nevyžadují příliš vlastního myšlení a iniciativy“. I když prezentované pojetí mýtů se plně nekryje s Ferreirovým, lze akceptovat, že rodinný mýtus může mít stabilizující roli, umožňující zachovávat „status quo“ pozic a rolí v soužití. Nicméně dodávám, že zachování současného stavu nemusí vždy potěšit bohyni Hestii.

Ještě než uvedeme několik nejčastějších rodinných a manželských mýtů, chtěl bych vzpomenout jedno jméno – Albert Ellis, významný newyorský psycholog a psychoterapeut. Koncem padesátých let vypracoval a dosud rozpracovává teoretickou koncepci i velmi praktický psychoterapeutický přístup k člověku neurotickému a potažmo i k neurotickému manželství. Vzpomínám zde A. Ellise proto, že jeho pojetí se blíží a v lecčems i prolíná s rodinnými a zejména manželskými mýty.

A. Ellis, jeho spolupracovníci i četní žáci, nepoužívají označení mýtus, mluví o *iracionálních přesvědčeních*. Neurotika považují za člověka trpícího pocity viny, úzkostí, depresivními stavy především proto, že si v minulosti – nejvíce v dětství – osvojil jeden nebo i více nesprávných, iracionálních přesvědčení, které pak v průběhu svého života vědomě či nevědomě posiluje, sám sebe jimi indoktrinuje a pod jejich diktátem jedná. Jelikož to bývají přesvědčení nesprávná, nesmyslná a zobecňující, vedou ke zklamání, neúspěchům, strádání. Má-li se člověk zbavit potíží, potřebuje změnit škodlivá přesvědčení a postoje, nahradit nereálná očekávání reálnými, a tak se člověk nerozumný může přerodit v *homo sapiens*.

Jak zní častější rodinné i manželské mýty a iracionální přesvědčení? O některých už byla zmínka, teď je shrňme a doplňme. Formulují je v první osobě proto, aby čtenář

mohl lépe posoudit, zda to které přesvědčení přijímá či nepřijímá, zda je či není jeho. A ještě předesílám, že uvádím především ta přesvědčení či jejich podoby, která většinou, byť nemusí vždy a za všech okolností, patří k dystickým.

Přesvědčení o lásce čarodějce, která hory přenáší.

„Ty, můj partnere, právě proto, že jsi mým mužem /mou ženou/ mě musíš milovat a ctít – bez ohledu na to, jak se chovám, co dělám či nedělám. Jestliže tak nečiníš, není a nikdy v našem manželství nebyla ta velká, opravdová a hluboká láska.“

Jiná varianta: „Láska hory přenáší. Čím více se milujeme, tím méně máme potíží a starostí. A jestliže nějaké máme, pak v našem manželství už není a ani nikdy nebyla ta opravdu velká, hluboká ...“. Toto přesvědčení předpokládá, že láska, úcta i akceptace jsou něco statického, jednou provždy daného; a že tedy jakékoliv počínání je nemůže a ani nesmí zeslabit, změnit, neřku-li pohřbít. A také se počítá s tím, že hlavním, ne-li jediným smyslem žití *toho druhého* je být bezpodmínečně oddaným a milujícím druhem či družkou. Představme si, že by oba manželé měli v sobě pevně zabudován tenhle mýtus. Pak bude jeden od druhého zcela automaticky očekávat onu bezpodmínečnou lásku a úctu, aniž by sám byl ochoten cokoliv učinit, jakkoliv se snažit nebo něco dávat. Neumím se představit, že by takové soužití mohlo fungovat a být pro oba příjemné o něco málo déle, než odezní období slepé zamilovanosti.

A ještě něco: bezpodmínečná láska, sycená výlučně tím, že ten druhý pouhou svou existencí je hoden lásky – takovou lásku označujeme jako láskou mateřskou, byť ji nepostrádají i leckterí otcové. Dítě opravdu potřebuje být milováno a akceptováno bezpodmínečně, ale stejně tak je pro jeho vývoj ke zralosti a samostatnosti zapotřebí lásky podmíněné, která nejen vyžaduje, nýbrž i dává. Zůstane-li u dospělého člověka jen dominující potřeba být milován a přijímán bezpodmínečně, lze mluvit o zbrzděném či zablokovaném vývoji – o infantilismu, kdy věkem dospělý člověk je v zajetí dětských potřeb.

A teď ke druhé variantě mýtu o lásce mocné čarodějce, natolik mocné, že máme-li se doopravdy rádi, pak se našemu manželství nemohou přihodit žádné problémy, potíže, starosti, neřku-li konflikty. Nabízím čtenáři názor, že toto přesvědčení, a s ním spojená očekávání, je vždy dysthická. Čímž ovšem netvrdím, že láska – nikoliv zamilovanost – spojená se vzájemnou úctou a ohleduplným jednáním neusnadní zvládávání potíží, problémů i manželských krizí. Jistě usnadní, nicméně je nemůže vyloučit, neboť k soužití jednoznačně patří.

Přesvědčení *krále Pygmaliona*.

„Mám zcela jasnou představu o tom, jak má vypadat můj muž /moje žena/, naše dítě. A jen toho, kdo odpovídá této představě – ideálu mohu mít opravdu a cele rád(a). A pokud neodpovídá, buď ho /ji/ přetvořím, nebo zavrhnu.“ A tudíž: „Je mou povinností neustále tě zlepšovat, převychovávat.“

Ruku v ruce s tímto mýtem chodívá přesvědčení, že nejúčinnější cestou k nápravě druhého jsou kritika, výtky, tresty. Dva mylné předpoklady bývají součástí tohoto mýtu. (a) Můj partner /naše dítě/ se musí změnit k obrazu mému, idylické časy nastanou, až budeme oba a ještě lépe všichni stejní; tak stejní, jak si já přeji. (b) Kritika, výtky a potrestání jsou těmi nejúčinnějšími metodami k nápravě a ve výchově.

Přesvědčení o *supermanech, superženách a superdětech*.

„Člověk – já, ty i naše děti musíme být ve všech směrech dokonalí, úspěšní, výkonní, bezchybní. A je nehodnotnou až bezcennou bytostí ten, kdo takový není.“ Muž si vyčítá, že málo vydělá, že nezvládl opravu pračky, že není vždy perfektní a sexuálně výkonný, že není všemi oblíbený, oceňovaný. Žena se trápí tím, že není dokonalou hospodyní, má příliš silné /slabé/ nohy, že nemá po každé sérii orgasmů. Ale nejen sobě, nýbrž i muž ženě a ona jemu mají za zlé kdejakou slabost, nedokonalost.

Takové představy mívají kořeny v dětství, když velmi ambiciózní, nepřilíš vyrovnaný nebo přímo zakomplexovaný rodič imputoval nešťastnému potomkovi, že musí

být, má-li získat rodičovskou pozornost či dokonce lásku, všestranně perfektním a úspěšným dítětem – hvězdou.

Přesvědčení *revanšistické*.

„Jak ty mně, tak já tobě. Oko za oko.“ Žena si říká: Můj muž nazval mou oblíbenou tetu starou škatulí, mám tedy plné právo seznámit ho s tím, že jeho sestra je obyčejná poběhlice. Muž si říká : Hodila po mně talířem, musím ji tedy dát facku. A oba si řeknou: Byl/a/ mně nevěrný /podvedla mě/, musím oplatit stejným.

Revanšistický mýtus, zakoření-li u obou partnerů, bývá obzvláště dyshestický. Jednání obou manželů se stává začarovaným kolotočem vzájemných trestů, odplat, a stále krutějších. Cesta z bludného kruhu je jediná: bez jakýchkoliv podmínek tuto destruktivní hru přerušit, tedy přestat oplácet.

Je možné představit si úplně jinou podobu revanšistického mýtu, velice hestickou: reagovat jen na to, co je v chování druhého milé, dobré, příjemné – a oplácet či spíše odměňovat stejným, slovy vstřícnými a chováním laskavým.

Přesvědčení *o obětním beránkovi*.

„Jestliže se něco nedaří či vážne; jestliže je mně /nám/ nedobře, je třeba rychle odhalit viníka. A hned ho ztrestat.“ Toto přesvědčení bývá spojeno s jedním předpokladem; klamným tehdy, přiřkneme-li mu obecnou platnost: že totiž každé napětí i krize jsou výlučně individuální záležitostí, navíc schválností.

Přesvědčení *o tom, přes co nejede vlak*.

„Některé zásady jsou naprosto jasné a svaté, nepopíratelné, neoddiskutovatelné. A nejede přes ně vlak.“ A tedy něco je jasně a jednoznačně nenormální, nelze tolerovat. „Jen padouch /padouška/ může dělat něco tak podlého, jako ty.“

Předem se vylučuje možnost uvažovat o alternativách. Než tedy člověk zaujme pozici morálního fundamentalisty, mohl by být na místě třeba tento vnitřní monolog: „Ano, je to špatné, nemorální, připadá mi to tak. Ale

proč? Možná proto, že mě tak vychovali, čili osvojil jsem si tenhle přístup jako nezkušené dítě. A vůbec: nejsem tak zásadový jen proto, že si mi to právě hodí? Nebo že si sám sebou nejsem moc jistý? Nepotřebuji jen získat nad druhým převahu? Nebo dokonce zdeptat, ponížit? ...“

Přesvědčení o dětech na trůně.

„Děti nade vše. Je třeba obětovat se jim. A náš život manželský musíme podřídit jejich blahu.“

Jde tu o již zmíněný mýtus o dominující pedocentrické orientaci soužití. Zní ušlechtilé, jak už to mýtů bývá. A tak jen připomínám: záleží na kontextu, na věku dětí i na dalších okolnostech, zda uvažované přesvědčení získá hestickou, nebo dyshestickou hodnotu. Tu druhou třeba tehdy, jestliže dítě, anebo jeden rodič začne prostřednictvím dítěte rodinou mávat, terorizovat své nejbližší.

Přesvědčení co na srdci, to na jazyku.

„Kde jinde než v rodině bychom měli být k sobě naprosto upřímní, spontánní! A vyřikat si hned vše – na rovinu.“

Ve jménu takového přesvědčení mohou bytem poletovat hrubé nadávky a zraňující slova, zcela upřímně a spontánně vypouštěná z úst. Anebo také jinde či jindy zase slova laskavá, vstřícná. Nemohlo by poselství znít raději takto: upřímnost a spontánnost tehdy, když chci vyjádřit něco potěšitelného, povzbuzující. A obezřetnost, potlačení spontaneity tehdy, tlačí-li se na jazyk slova diktovaná zápornými city, rozladami či vztekem.

ETAPA PRVNÍ: OD SVATBY K PORODU

Svatba je rozvod se svobodou.

Z. Rieger, *1947, český psychoterapeut

V porovnání se všemi dalšími má první etapa dvě zvláštnosti: na obou stranách je přesně ohraničitelná, začíná dnem svatebním a končí narozením prvního potomka; druhou pozoruhodností je, že až příliš často trvá jen kratičce.

Ovšem dnes už přesnost ohraničení začátku vždy nebývá tak zřetelná. Rozšiřuje se, zejména mezi vysokoškolskou omladinou, soužití–nesoužití; nenapadá mě jiné slovo, než nelibozvučné polosoužití.

Mladý muž z menšího města studuje na technice ve velkém městě, kde bydlí na kolejích. Začne chodit s dívkou z pedagogické fakulty. Dívka bydlí se svými rodiči v rodinném domku na předměstí onoho velkého města. A po čase, někdy to jde rychle, se mladý pán stále častěji vyskytuje v pokojíčku své dívky a posléze tam začne nocovat, vlastně přebývat. A jednou za měsíc společně odjíždějí na víkend do rodiny pana skoro-inženýra.

Tenhle styl polo-soužití současná rodičovská sdružení většinou buď tolerují, ono jim ani nic jiného nezbývá, nebo i docela vítají. Což za našich mladých let, to jest tak jednu až dvě generace nazpět, mohlo být nanejvýš bílou vránou, a zatracovaně vzácnou.

Abychom si poněkud zjednodušili život a lépe se nám jej popisovalo, považujeme polo-soužití za variantu vážné známosti, něco jako bylo dříve snoubenectví, a tudíž patří do nulté etapy. Zde se tedy věnujme období, kdy soužití začalo naplno sňatkem a je dosud bezdětné.

Jak řečeno, bývává to doba krátká. Víme, že tak polovina nevěst přichází poprvé k oltáři či do svatební síně s obtížkem. Například: v roce 1992 se u nás narodilo 109 060 dětí a z nich do jednoho roku manželství 54 392. Tedy: 49,97 procent dětí bylo počato předem. Ještě před pár lety, před rokem 1989 a dříve, to bylo až 60 procent nevěst. Necht' vážený čtenář i vážená čtenářka laskavě sami odhadnou, kolik asi z té poloviny dětí, narozených nedávno, bylo počato v důsledku neopatrnosti, antikoncepční neinformovanosti, či dokonce pod vlivem alkoholizované, případně marihuanizované touhy.

Naštěstí v současnosti počet těhotných nevěst o něco klesá a po dalším rozšíření antikoncepce nějaké to procento ještě ubude. A tudíž se zvýší počet dvojic, které prožijí nejméně jeden, raději však dva roky společného bydlení, aniž by mladá paní hned po svatbě začala chodit do cvičení pro těhotné. Ovšem je třeba poznamenat, že doba bezdětnosti manželství se prodlužuje, naneštěstí, také tím, že narůstá počet dvojic, perfektně připravených k rodičovství, jimž se však otěhotnění dlouho nedaří přes všechnu snahu.

Jaké jsou hlavní úkoly a charakteristiky první etapy? Obecně řečeno: ze dvou jedinců utvořit novou, životaschopnou jednotku a připravit sebe i prostředí, uvnitř domova i směrem navenek, k reprodukci lidského rodu.

Méně obecně :

- * nově utvářet a naplňovat intimitu i osobní autonomii;
- * dokončit separaci od rodičovských rodin;
- * vytvořit relativně samostatnou ekonomicko provozní jednotku;
- * dovršit (pokud se tak nestalo dříve) přerod milenecké erotiky v lásku manželskou;
- * utvořit základy společného životního stylu, včetně prostředí k jeho realizaci (to jest utvářet domov, sladit ži-

votní hodnotové orientace, kontakty s přáteli a širší rodinou a vyrovnat se s omezením svobody);

* učit se zacházet s vlastními rozladami a též s mrzutým vyladěním partnera /partnerky/;

* v nové situaci rozvíjet komunikační dovednosti párového dialogu, jmenovitě umění vyjednávat;

* v závěru etapy nabývá na významu jeden veliký úkol, tady se hodí slovo poslání: ve zdraví, pohodě a vzájemné péči otěhotnět a připravit se na brzký vstup do následné etapy.

Je toho dost, a to jsem určitě opomněl něco, co třeba pro určitou dvojici může být důležitější než cokoliv z uvedeného.

Svatba

Jestliže bychom chtěli stanovit pořadí nejvýznamnějších dnů lidského života, určitě by byl na předních místech den narození, den poslední a též den, kdy dva lidé zpečetí své rozhodnutí žít společně a mít dítě či děti. Ode dnů narození a úmrtí se svatební den liší tím, že záleží na rozhodnutí těch, jichž se bezprostředně týká. Společně mají všechny tyto Dny to, že jsou odedávna provázeny rituály i ceremoniály.

Jestliže něco trvá odedávna, ještě to automaticky neznamená, že má být i nadále. Ale též: má-li něco dlouhou tradici, stojí za úvahu, zda je či není užitečné dělat vše úplně jinak, případně nijak. Jaký smysl má svatební obřad i svatební veselí? A má dnes vůbec nějaký smysl? Nečiní lépe ti, kdož rozhodnutí společně žít utrousí jen tak mezi dveřmi před rodiči, žádné cavyky?

Svatbou se dává blízkému i vzdálenějšímu okolí na vědomost vznik něčeho nového, nového lidského společenství – manželství. Tím se inzeruje, že manželé se budou k lidem ve svém okolí chovat poněkud jinak než dosud a že též očekávají poněkud jiné chování vůči sobě. Také sami sobě novomanželé deklarují významnou změnu poměrů: skončilo období namlouvání a volné milostné soutěže. Bývalí, možná i současní nápadníci či

nápadnice toho mohou litovat nebo se zaradovat, což jim umožní svatební oznámení, které jim snoubenci obvykle rádi posílají.

Svatebním dnem též slavnostně i s příměsí melancholie sdělujeme rodičům obou stran, že opravdu už patříme k jinému /k jiné/ a že nově vzniklý svazek je významnější a přednější než všechny dřívější vztahy, včetně toho k rodičům. Vyrovnat se s tím do všech důsledků nebývá lehké – a svatební rituály i zvyky mohou oběma stranám pomoci prožít uvedenou změnu a třeba si přitom i pěkně poplakat. Svůj symbolický význam tu má, když otec přivádí dceru a matka syna k oltáři, kde ji /ho/ opustí a ustoupí do pozadí, aby se mohli vedle sebe postavit nevěsta s ženichem. Svatebním obřadem se jeden druhému slavnostně a před svědky zavazujeme k odpovědnosti i stálosti. A též se obřadně i bujaře loučíme se svobodou. Hned od začátku soužití manželé dobrovolně a obvykle bez mučení berou na sebe různá omezení. Tím nechci říct, že za zvuku árie „Věrné milování“ vcházejí do zamřížované cely. Ani se nestávají vlastnictvím toho druhého. Chci jen zdůraznit, že životní styl, způsoby jednání i rozhodování budou od začátku ovlivněny tím druhým, později třetím, možná čtvrtým.

Svatebním ceremoniálem se též stvrzuje a uzákoňuje spoluzití před autoritou občanskou nebo přímo božskou a jejich institucemi – ať v kostele, nebo na radnici. Nově vzniklá jednotka – manželský svazek a posléze rodina – se též sama stává právní institucí, a tedy ne pouze čistě soukromou, osobní záležitostí. Má tudíž ze zákona svá práva na ochranu; a stává se také institucí, která na sebe bere před společností nebo před samotným bohem závazek: zodpovědně spolu žít v dobrém, zlém i všelijakém; a to v souladu s ideály i normami té autority, která jim požehnala.

Svatební obřad lze pojmut i jako ústně smluvně stvržený a nadosobní autoritou posvěcený vznik nové životní situace, zavazující zúčastněné strany k určitému jednání. Z dřívějších dob známe nejen ústní dohody, nýbrž i písemné smlouvy, kde šlo o věno a majetek. U nás zákonodárci vážně uvažují o tom, že by ještě před svatbou mě-

lo být právně v písemném dokumentu zakotveno, co je koho i od koho; a zejména, co koho bude, skončí-li manželství rozvodem. Nezní jistě lahodně, má-li se hned před svatbou pomýšlet na rozvod, život však určitě není nic pořád jen lahodného, a tak bych se připojil k těm, kdož chtějí, aby takové smlouvy byly ze zákona povinné.

Navíc si dovoluji předložit návrh uzavřít smlouvu o komunikaci v manželství, ne však už povinně, nýbrž fakultativně. Její text, který lze dle dohody zúčastněných stran doplnit, je vůbec poprvé uveřejněný ve čtvrté části této knížky pod názvem DOKOPR. Předností navrhované dohody je i to, že je možné uzavřít ji kdykoliv, nejen v den svatební. A vsadil bych láhev pravé skotské, že uzavře-li a hlavně dodrží-li manželská dvojice v Evropě a okolí všechny body navrhované dohody, výrazně klesne počet klientů v manželských poradnách i zatíženost rozvodových soudů. Prohrát nemohu, ale bohužel ani vyhrát, výsledek totiž nelze prokázat. Proto raději spějme k závěru o svatbách.

Nabízím čtenáři k úvaze názor, že svatební obřady – včetně společného posezení a veselí – mají i dnes svůj význam, smysl a hodnotu. Nemám vůbec na mysli „svatbu jako řemen“, při níž zasténají spořitelní knížky či konta rodičů. Pokud někdo uspořádá velkolepou svatební taškařici jen proto, aby okolí žaslo a závistí pukalo, je to nedůstojná okázalost i trapnost, a dobře mu tak. Ostatně: mám leckdy dojem, že velkosvatby nepředznamenávají příliš často trvalé ani vydařené spolužití.

Novomanželé a rodiče

Svatbou se propojily tři rodiny: novomanželé s rodinami nevěsty i ženicha a také jejich původní rodiny mezi sebou. Uvážíme-li, že každý z novomanželů může mít jednoho až dva sourozence, je to dohromady osm až devět lidí – a to nepočítám partnery sourozenců, prarodiče, tety ani strýce – kteří se dostanou do nových vztahů, přičemž každý vnáší do Velké rodiny svá očekávání, představy, předsudky, ústřely i povahové zvláštnosti. Vzniká opravdová síť vzájemných vazeb, koalice dvojic

i trojic, objevují se výhrady nebo naopak narůstají sympatie. Někdy se sympatie řídí tak zvaným čtvercovým pravidlem: láska k příbuzenstvu narůstá se čtvercem vzdálenosti.

Do manželství každý přináší i svou minulost – to co jsme z ní dokázali utvořit. A zajisté k naší minulosti patří, jsou v nás, naši rodiče. Úkolem uvažovaného období je vytvořit mezi rodiči a novomanželi takové vztahy, které lze přirovnat ke vztahům mezi dvěma suverénními a sprátelenými státy: vztahy vzájemné úcty a respektu, nevměšování do vnitřních záležitostí a též oboustranně výhodná spolupráce. A k lidským vztahům navíc patří vzájemný soucit a účinná pomoc v nesnázích. Aby takové vztahy mohly vzniknout, je nezbytné jasné vědomí všech zúčastněných osob, rodičů i novomanželů, že dnem svatby opravdu vznikly dvě nové, svébytné jednotky. Mladý muž se nepřiznal do manželčiny rodiny, ani mladá paní se neprovdala do rodiny svého chotě, nýbrž oba spolu vytvořili nový celek, který je něčím jiným než rodiny, z nichž manželé vzešli. A dále: vztahy mezi novomanželi jsou nejdůležitější, mají mít prioritu před vztahy k lidem vně manželství, včetně rodičů. Jinak řečeno: pro každého z novomanželů je (měl by být) jeho partner tou nejvýznamnější osobou ze všech lidí. Přeneseno do roviny každodenního soužití: řešíme-li v manželství jakoukoliv otázku, má přednost stanovisko partnera před stanoviskem rodičů.

Respekt jedné dospělé generace ke druhé je i respektem k rozdílnosti a někdy i respektem v nesouhlasu. Čili: rodiče nemusejí vždy souhlasit s tím, jak a čím žijí v manželství jejich dospělé děti; a ty rovněž mohou mít výhrady k žití svých rodičů. Což nedává jedné ani druhé straně právo zasahovat, cokoliv měnit či dokonce intrikovat. Může dojít i k tak velké disproporci mezi životními hodnotami dvou sousedních generací, že bývá vhodné či přímo nezbytné zredukovat kontakty na zdvořilé minimum; a třeba někdy na určitý čas i na nulu.

Aby však nedošlo k nedorozumění, musím připomenout jednu zásadu, poměrně často o ní vedu řeč se svými

klienty, kteří jsou ve sporu o tom, zda a jak se stýkat či nestýkat s rodiči. Zásada zní: žádný z manželů nemá právo bránit svému partnerovi stýkat se s jeho /jejími/ rodiči; a rovněž žádný nemá právo svého druha či družku ke kontaktům nutit.

Zásada *nevměšování* vyplývá z respektu, neboť respektuji-li někoho, dávám mu právo jednat svobodně, včetně práva na omyly i chyby. Nevměšování neznamena lhostejnost, neřku-li absenci účasti či soucitu; znamená jen a jen nevměšování. Například: není radno zahrnovat jakkoliv rodiče do konfliktů a sporů v manželství jejich dětí. Je opakovanou zkušeností ze života i z manželských poraden, že jakákoli přímá intervence rodičů, zajisté vedená v dobré víře a ušlechtilé snaze, situaci v lepším případě nepomůže, v tom horším ji zhorší. Pro manželství svých dětí jsme udělali vše, co jsme mohli a uměli, už v době, kdy jsme všichni žili pohromadě.

Když jsem tyto řádky četl své dospělé dceři, řekla: „A to když budu mít v manželství trable, tak nesmím přijít a popovídat si? A to seš psycholog, který se zabývá starostmi cizích lidí a vlastní dceru by vyhodil?!“ Těžko se mi odpovídalo: „Ne, asi tě nevyhodím, vyslechnu a jak dokážu budu s tebou soucítit. Ale nic neporadím, nebudu nic hodnotit, žádná manželská psychoterapie mezi námi v rodině nebude.“

A co *případná pomoc*? Mimořádně ošemetná i trpkosti budící otázka, chvílku o ní uvažujme. Vztah rodičů a dospělých potomků v sobě zahrnuje *možnost* vzájemně si vypomáhat, nikoliv povinnost tak činit. Rodiče přece nejsou povinni hlídat vnoučata, natož o ně pečovat, či financovat mladým nový nábytek, neřku-li auto nebo chatu. A jestliže to chápou rodiče jako povinnost, jednají nemoudře; a jestliže to jejich synové či dcery vyžadují, jsou nezralí, nedospělí. Obě strany vlastně nezvládly onen významný úkol, o němž byla řeč v kapitole o nulté etapě – to jest separaci.

Něco jiného než vyžadovat a mít za povinnost je výpomoc nabídnout nebo o ni požádat. A obě strany mají vždy

právo vyhovět i odmítnout. V případě vyhovění žádosti o finanční pomoc je pro budoucnost velmi užitečné, je-li od začátku jasno, zda jde o dar, nebo o půjčku. Nu, a jestliže rodiče dají novomanželům dar, je to dar – a ne závazek, aby dívka dále plnila rodičovské pokyny.

Jen pro úplnost: pokud rodiče zestárnou či onemocní, nebo se něco zlého přihodí jejich dospělému dítěti, je zajiště lidskou povinností nejen soucítit, nýbrž i účinně se postarat.

Těhotnění a porod

Ve třicátých letech 20. století se věřilo, a bylo prý vědecky doloženo, že vnímá-li těhotná žena často a soustředěně ušlechtilou hudbu a výtvarně krásno, narodí se jí Mozart, případně Leonardo. Vyprávívala mně matka pisatele těchto řádků, jak v době, kdy ho nosila pod srdcem chodívala na koncerty i do opery, přes den si prozpěvovala árie, prohlížela reprodukce slavných mistrů i originály méně slavných. A pro jistotu totéž činil nastávající tatínek. Jejich společná touha povít umělce se však nenaplnila. Potomek měl už na obecné škole potíže v kreslení, namalovat kolečko se mu dodnes nedaří. Ani Mozart se nekonal, hudební sluch nic moc.

Navzdory neúspěšnému experimentu z předválečných let nás pováleční odborníci přesvědčují a myslím přesvědčili o tom, že i v nitroděložním žití, zejména v jeho druhé polovině, lidský tvor už leccos vnímá i přejímá, zejména matčinu pohodu i nepohodu, její citová vyladění. A doufejme, že nějací pisálci v 21. století se nebudou tomuto poznání zase pošklebovat. Existuje přece už dnes odvětví vývojové psychologie – nazývá se prenatální psychologie – zabývající se psychikou nenarozeného dítěte a vzájemnou interakcí mezi matkou a nenarozeným dítětem.

Jednoho dne ženu napadne, že s velkou pravděpodobností se oplodněné vajíčko uhnízdilo, a tedy to další se už na každoměsíční pouť nevydalo; zakrátko je to jisté. Co na to žena? Je smutné, když první její reakcí je zděšení.

Ale my teď neuvažujeme náhodná, nechtěná početí, jejichž důsledkem je buď umělý potrat, nebo – jak divné to adjektivum! – nechtěné dítě. Uvažujeme jen početí vpravdě lidská, jsoucí důsledkem vědomého rozhodnutí, chtění i dohody dvou lidí. Tedy: co na to ženy?

Při jednom průzkumu jsme nutili mladé maminky, aby popsaly, co a jak se tehdy v jejich duších dělo. Nejčastěji své vzpomínky charakterizovaly slovy: radost – někdy radost k slzám u těch, které na otěhotnění dlouho čekaly – hrdost až pýcha, pocity štěstí. A skoro všechny hned dodaly, že v patách za těmito pocity vyskočila myšlenka – že uhodnete jaká a na koho? Nikoliv na nedávno počatého člověka a jeho blaho, to přijde až později, nýbrž na manžela: musím mu to hned říct, to jsem zvědavá, co na to poví ten můj drahoušek; případně chlapec, František, prdólka, ta moje chudinka.

Brzy následuje unikátní setkání, kdy budoucí tatínkové: ztratí řeč, výjimečně i vědomí, jemně obejmou svou ženu; někteří se pyšně nadechnou a přihloupě usmějí, jiní opatrně pohladí dosud zcela ploché břicho, někdy i to svoje. A hned se hrnou otevřít láhev. Když je žena upozorní, že alkohol teď přece ne, zaváhají, kdo že to vlastně ne. A co se děje v duších mladých pánů, dovědí-li se tu velkou novinu? Nabízím hypotézu, že to bývají stejné nebo velice podobné city, jako u žen: radost, hrdost až pýcha, štěstí.

Teď ale poznamenám něco, čím možná pozlobím některé radikální feministky: těhotná žena potřebuje zvýšenou péči, ochranu, vlídnost, ohleduplnost – včetně vědomí, že tím nejpřirozenějším ochráncem i pečovatelem je její druh – manžel. A dodám něco, co zase namíchne jejich protějšky z radikálně maskulinistického tábora – a vlastně naštvu obě strany téže mince: že mateřství, a to už od začátku těhotenství, je vskutku jistým mystériem, že je něčím, co neztratilo – navzdory všemu z vědy a výzkumů – pel hlubokého tajemství; a tudíž vyžaduje úctu řekl bych přímo posvátnou. A že k prožití tohoto mystéria jsou ženy uzpůsobeny přírodou nejen anatomicko-fyziologickými, nýbrž i psychickými dispozicemi. A že otcové se otci nerodí, nýbrž postupně a namáhavě stávají, nema-

jí to v krvi ani v genech; mají to těžší, je tudíž vhodná péče o muže v těhotenství. Je totiž těhotný rovněž, a to směsicí obav, nejistot i naděje: obav, zda vše probíhá a nadále proběhne tak, jak by mělo; obav o tu, kterou má rád, a také o dítě, které rád bude mít; nejistot z toho, co a jak on sám může či nemůže dělat pro optimální chod událostí; a nejistot z odpovědnosti za matku i dítě, kterou každý pořádný muž hluboce cítí; nu a radostná naděje, neboť i jeho přičiněním – byť zase ne tak namáhavým – se začalo naplňovat poslání lidské existence: rozmnožit život.

Jak řečeno, muž to má těžší. Na rozdíl od budoucí matky mu v adaptaci na jiný stav ne těla, nýbrž duše nijak nepomáhá hormonální přeladění organismu ani genetické vybavení. Musí se tedy přeladovat sám, svou vlastní vůlí, vlastním přičiněním. A kdo mu v tom všem má být po ruce, být k němu ohleduplný, vlídný, ochraňovat ho? Přece nepůjde za svou rodnou matkou, když už je konečně dospělý.

Také odborná příprava na porod je pro muže důležitou součástí předporodní péče. Zejména dnes, kdy si leckteré mladé ženy přejí, aby až budou rodit byl u toho manžel. A tak je třeba budoucí tatínky pečlivě v předporodních kurzech vyškolit, jinak hrozí, že při porodu bude nutné křísit je, a ne novorozeně.

ETAPA DRUHÁ: RODINA S MALÝMI DĚTMI

Začátek je dán jednoznačnou událostí – narozením prvního potomka. Doba ukončení záleží na počtu dětí a věkovém rozdílu mezi nimi; a též na délce doby, pro kterou se u nás vžilo nešťastné označení – mateřská dovolená.

Jestliže dítě zůstane jedináčkem, probíhá přechod do následné etapy něco před šestým rokem věku dítěte, tedy tak za sedm let od začátku manželství rodičů. Při dvou dětech s věkovým rozdílem dvou až tří let se zvýší trvání této etapy i doba soužití. Může dojít i k tomu, že druhá etapa skončí, prvorozenec nastoupí do školy a narodí se dítě druhé; máme tedy rodinu s novorozěnkem i školákem. Je také výjimečná varianta se čtyřmi i více dětmi, nejstarší pomýšlí na námluvy, nejmladší se chystá do první třídy.

Navzdory složitostem s trváním a ukončením, se mi nejeví zbytečné uvažovat o zvláštnostech, zajímavostech i potížích, které začínají od chvíle, kdy ze soužití dvou se stane trojlístek – rodina. Vznikne nový celek, který lze, na rozdíl od situace v páru – nazvat malou lidskou skupinou; rodinní terapeuti mluví o trianglu. Dochází k nemalým změnám, které titíž odborníci označují jako strukturální.

Předně se mění zaměření obou partnerů. V posvátební době si byli navzájem v popředí oba manželé, utvářeli společný životní styl a plnili všechny ty úkoly, o nichž byla řeč v předchozí kapitole. Teď však jediný, asi půlmetrový tvor vnesl do jejich žití něco jiného: už

nemohou být v popředí všeho dění v domácnosti muž a žena, nýbrž jejich rodičovství. Do centra dění, nejvýrazněji v období novorozeneckém, se dostává biologicky podmíněný vztah matka-dítě a poněkud do pozadí ustupuje novopečený tatínek, přičemž ale právě on se stává člověkem, na kterém bývá maminka-manželka v jistém smyslu závislejší než byla dříve. Je to paradoxní situace – nazývám ji otcovským paradoxem.

Uvažme: vše se děje v době, kdy žena nechodí do zaměstnání, z čehož plyne že nejen nevydělává peníze, nýbrž také to, že se zredukovaly její kontakty s lidmi i jiné možnosti. A jelikož zejména v poporodně-kojenecké době – případná babička vše nestihne, chodí přece do práce – je matka v leccems závislá až přímo odkázaná na mužův zájem, postarání se, a též na komunikaci s ním. A současně muž se musí doma – kde byl dosud jedničkou – v leccems uskrovnit, podržít potřebám symbiotické dvojice matka-dítě; to jest respektovat přání i pokyny své paní; která zase musí jednat, a tedy též se podřizovat biologickým rytmům novorozeněte: krmení, vyměšování, spánek. Je to vskutku podivný řetěz, či spíše zamotané kroužení. Určitě tušíte, že není lehké, zejména pro muže-otce, zvládnout všechny ty složitosti. A to ještě musíme přidat potíže s novopečenými prarodiči, bývají čtyři, kteří beztak komplikovanou situaci mohou ještě víc zkomplikovat; už jen tím, že s jejich pomocí bývá leccos snazší než bez ní.

Jak se rodí otcové

Už byla řeč o potížích s budoucími otci v době těhotenství, tím ovšem starosti nekončí.

Jsou mi sympatičtí manželé prvorodiček, kteří jsou v přítomnosti rodičky a novorozeněte poněkud vyšinutí. Nevědí dost dobře, co udělat, kam se postavit ani jak se tvářit. Všechna předsevzetí a zajisté bohaté vědomosti se jaksi zatemnily pod silou úžasu nad zrozením nového člověka i nad tím, jak malá je mužská zásluha na tak velkém zázraku. Ten nejdelší mužský pohled při prvním setkání s novou dvojicí hned po porodu míří na ženu-mat-

ku. Nevím jak ostatní pánové, ale já měl tehdy pocit mužské méněcennosti, či co to bylo.

Kolem narůžovělého novorozeněte chodívají nedodělaní otcové opatrným obloukem, jehož poloměr se postupně zmenšuje. Muži, snažící se vplout do otcovských vod, pozorně poslouchají pokyny své šestinedělky; tu něco podají, nachystají, zaskočí, vyřídí. Občas svou ženu jemně pohladí a přitom pošilhávají, co tomu říká potomek. Neříká nic, protože spí. Na něžnosti mezi tatínkem a maminkou začne reagovat až později, tak kolem tří let, to jest ve fázi prvních žárlivostí i zápolení o to, kdo je s kým, pro koho i proti komu.

Jsou asi tak čtyři odrůdy mladých otců, s nimiž bývají potíže. Popišme je.

K prvnímu typu patří pánové, kteří to měli v předcházejících fázích svého vývoje těžké a dosud se jim nepodařilo těžkosti zvládnout. Třeba pan Hubert.

Vyrostl jako jediné dítě maminky-pečovatelky, která od Bertíkových pěti let žila bez muže. A svému milovanému synkovi se plně obětovala, ochraňovala ho, hýčkala, a to i v době jeho dospívání. A Bertíček jaksi pozapomněl dozrát v muže, který dokáže nejen přijímat, nýbrž také dávat.

Ve své manželce Vilmě hledal především maminku. A našel. Jeho ženuška ho v první etapě společného soužití mateřsky opečovávala, zahrnovala bezvýhradnou pozorností, což on přijímal jako jediný možný způsob své existence.

Za nějaký čas po návratu paní Vilmy z porodnice se začalo Bertíkovi leccos nezamlouvat. Nešlo ani tak o to, že by žena vše neudělala, nepřipravila. Bertíkovi začalo vadit, že manželka už není tak zcela a bezvýhradně jeho a on její. Pociťoval něco jako rozmrzelost či nevoli, kdykoliv se jeho žena zabývala dítětem, věnovala mu úsměv, polaskání. Cítil se šizený o to, co dříve patřilo jen a jen jemu.

A paní Vilma jeho nedozrálou ještě posilovala zejména tím, že se stala Matkou s hodně velkým „M“. Ke svému muži se chovala jako k nezletilci: vše zařizovala, vyřizovala, řídila – až držela ve svých unavených rukou nejen všechnu péči o dítě, nýbrž veškerý provoz domácnosti.

Za nějakou dobu si Bertík uvědomil, že je nějak mimo, že ho

nikdo nebere vážně a ani nemá rád; neboť za jediný, pro něj srozumitelný projev lásky se naučil považovat to, že ten druhý se plně věnuje pouze jemu a nikomu jinému. A tak začal častěji navštěvovat maminku a v pracovní době se poohlížel po nějaké nové Vilmičce, pro kterou by opět mohl být vším na světě. Našel a už u ní bydlí, jak mi s pláčem vyprávěla nešťastná paní Vilma.

Druhý typ otců chodívá kolem nové dvojice matka-dítě tak velkým obloukem, že není vidět ani znát, že by nějaký tatínek existoval. Na svého potomka nežárlí, nevadí mu péče ani city adresované dítěti, neboť on si toho vůbec nevšimne.

Mohou to být i otcové, kteří si někde přečetli či slyšeli, že pro malé dítě je rozhodující osobou matka a vyvodili z toho falešný závěr – ostatně jim vyhovoval – že otec se nemusí vyskytovat. Ti horší z nich jedou vesele a plně ve všech svých zálibách a koníčcích, jako za svoboda. Za nepřipustný zásah do své svobody považují zcela legitimní požadavek své ženy, někdy matky už dětí dvou, aby své potomky jednou dvakrát týdně pohlídali a žena mohla jít někam pryč z domu. Ti lepší se nevěnují vlastním libůstkám, bývají zcela pohlceni svým povoláním, vyděláváním peněz, podnikáním. V obou případech to vyjde nastejno: otcové a postupně i manželé se nekonají, nefungují.

Třetí typ otce-potížisty je z jiného těsta. Je to otec Velký Teoretik, který přesně ví, jak a kdy je třeba dítě kojit, jak je zdravě krmit; zná nejnovější technologii převinování, je přesně informován o sortimentu plen na trhu a je mu též zcela jasné, kolik a jakých emočních podnětů potřebuje dítě šestiměsíční na rozdíl od sedmiměsíčního. Moudré partnerky těchto teoretiků vše pozorně vyslechnou, pokývají hlavou a jednají podle svého.

Z poradenské praxe znám jednu odrůdu Otců Teoretiků, která je nebezpečná tím, že důsledně hlídá realizaci vlastních pokynů a směrnic. Naštěstí i tito otcové musí chodit do zaměstnání, kde bývají stejně pečliví a všestranně informovaní, jako jsou doma. Doma se však vy-

skytují poměrně často. A zlobí se, když zjistí sebemenší odchylku od svých představ. Zapláče-li v noci dítě, začínají manželku vyslyšet, co přesně dělala či nedělala v době jejich nepřítomnosti na domácím pracovišti. Jestliže jde o takto vyhraněnou a důslednou odrůdu, musí matka-manželka zabojovat. Osvědčit se může obrátně může zmanipulovat k návštěvě manželské a rodinné poradny, kam někteří rádi zajdou podiskutovat si s druhým odborníkem, tím prvním jsou přece oni. Nu a dovedný psycholog si s nimi opravdu odborně povykládá v zájmu účelného rozdělení kompetencí a rolí v rodině.

Pokud však nejde o vyhraněnou variantu, což je naštěstí většinou, postačí naznačená taktika: nechat se poučit, je možné i uvážit některé z přednesených teorií – a jednat jako správná matka, to jest po svém. Může se také osvědčit, pověří-li žena svého Teoretika zásadním řešením nějakého významného a neaktuálního problému, třeba studiem odborné literatury o hygieně v období dospívání.

Se čtvrtou odrůdou otců mohou být rovněž potíže, bývají však poměrně snadno zvládnutelné, proto je do skupiny problémových řadím s výhradou. Jsou to Otcové s velkým O, kteří se vehementně tlačí do role matky, někdy jim chybí jen příslušný kostým. Ještě úplně čerstvé dítě dokáže Otec zcela sám vykoupat, přebalit, přikrmit, málem i nakojí. Ale nerad bych jen ironizoval, tenhle typ otců se opravdu začíná vyskytovat, je to cenný exemplář, může být i užitečný. Zejména tehdy, kdy mladá maminka pevně drží velení ve svých rukou a je rozhodující osobou v péči o malé dítě; a Otec zůstává výkonným pomocníkem, který dokáže šéfa zastoupit.

Prarodičovství

Prarodičovství se také zkomplikovalo. Narostl počet mladých pracujících babiček a čínorodých dědečků, neboť svěžest zralého věku trvá dnes déle, než tomu bylo v předchozích generacích, kdy padesátníkům prý říkali „ctihodný kmete“. Dnes by takové oslovení považoval

duševně vyrovnaný abrahám za povedený žert, nevyrovnaný za neodpustitelnou urážku.

Potíže nastávají například tehdy, když prarodiče považují za možné zkorigovat svůj život – jmenovitě své skutečné či domnělé výchovné neúspěchy – prostřednictvím vnoučat a stylizují se do rodičovské role. A nejhorší, posilují-li je v tom skuteční rodiče, kteří na prarodiče přesouvají ty své povinnosti, které sami nezvládají anebo zvládat nechtějí.

Řekněme tedy apelativně a s jasností až banální: rodiče jsou a mají být rodiči, prarodiče prarodiči; pozice a role obou neradno směšovat. Jen za zcela výjimečných okolností, například při dlouhodobém vážném onemocnění či ztrátě rodičů, bývá na místě změna rolí i pozic, a tedy i odpovědnosti.

Hned po narození dítěte se u žen objeví zvláštní solidarita posílená vědomím rodové významnosti a nezastupitelnosti. Porodivší dcera má ráda kolem sebe a dítěte svou matku, kroky či dopravní prostředek babičky rády směřují ke kolébce. Jen nemoudří tatínci a zpohodlnělí či nerudní dědečci mají proti tomu námitky. Či norodý, životem poučený a přitom nezdevastovaný děd pohlédne zvědavým zrakem na vrnící vnouče, z paměti se mu vynoří jakési matné obrázky. S dcerou vlídně zažertuje a věnuje pozornost nejistému a poněkud vyděšenému zeti. A pak oba, po nezbytném potlachu při láhvi špičkového vína nebo té nejlepší slivovice, se buď rozejdou každý po svém, nebo společně něco zařídí či vyrobí. A ženy s novorozenětem ponechají jejich mystériu.

Někdy se u kolébky sejdou ženy tři: rodička, její matka a tchyně. Se solidaritou to bývá složitější, mohou se do ní přimístit kapičky ženské žárlivosti a soupeření. Ale my tu máme tchyni chytrou, která velice dobře ví, jak nejlépe pečovat o novorozeně i rodičku, ale mlčí, protože je moudrá. A když už opravdu nemůže snášet, jak ty dvě nemožně s dítětem zacházejí, vlídně se rozloučí a vzdálí – nikdy ne za svým synem, aby mu žalovala, nýbrž za svou nejlepší přítelkyní. Nebo může požádat jednoho z mužů o velkého panáka.

A ještě poznámka adresovaná mladým rodičům, jejichž dítě se právě vybatolilo z plen. Babičky a dědečky prosím, aby následující odstavec nečetli.

Připadá-li vám, že prarodiče vaše dítě nějak moc rozmazlují, že jsou málo přísní a nároční, uvažte: vnoučata a prarodiče jsou sobě navzájem především k potěše a radosti. Mezi sousedícími generacemi je toho o hodně více – povinnost pečovat, starat se, zabývat se výsledky ve škole, vychovávat, mít odpovědnost. Mezi rodiči a jejich potomky je tedy situace komplikovaná a není prosta napětí ani konfliktů. K roli prarodičů patří být tak trochu s vnoučaty spiklenci, mají totiž k sobě blíže než generace sousední. Ne spiklenci proti rodičům, nýbrž proti nepříjemnostem, záludům i strádáním života; přítomného i budoucího. A tak rozpustilý a hravý dědeček i převládá babička patří k dětem a děti k nim. A nechť rozmazlují.

Sourozenectví

V době, kdy prvorozenec ještě nechodí do školy dostanou někteří rodiče – jejich počet bohužel o něco poklesl – zprávu o tom, na cestě je druhé dítě. Ještě než se má narodit, je užitečné připravovat na novou situaci dítě číslo jedna. Určitě nebude prožívat jen radost a potěšení, neboť se bude muset dělit o pozornost i péči rodičů, jmenovitě matky; a naučit se přijmout toho či tu, kdo je připraví o výsostné postavení jedináčka. Na řadě je opět úkol spíše pro tatínky než maminky.

S prvorozenecem, už od věku kolem tří let, může otec navázat úzké účelové spojenectví: My teď, milá dce-ro, milý synu, musíme více držet spolu. Mamince, a vlastně tobě i mně, se brzy narodí děťátko, už se těšíme, že ano. Ale maminka bude mít hodně práce a starostí, proto jí musíme my dva víc pomáhat a dávat na ni pozor. A musíme být na maminku hodní, protože nás moc potřebuje.

Nenapsal jsem proslov, který otec přednese dítěti, pokusil jsem se vyjádřit určitý postoj, který se projeví v chování otce: v jeho ohleduplnosti k těhotné ženě, aby mohl potomek, chlapec i děvče, tatínka napodobovat.

Avšak ani slovní informace nebývá na škodu. Od tří let věku dítě zcela přirozeně přijme sdělení, že maminka má teď větší břicho, roste v ní děťátko, a to je tvůj bratr, nebo sestra, to se ještě neví. A až doroste, odjede maminka na chvílku do nemocnice, tam se jí děťátko narodí a přivezeme si je domů.

Až se tak stane, je dobré od začátku počítat s prvorozenцем jako s významným členem rodinného společenství. Malinkého sourozence mu ukážeme, představíme a mějme pochopení i pro případné zklamání, nebude-li se nějak zvlášť zamlouvat.

Ke vztahům mezi sourozenci, začínají se utvářet už před narozením toho mladšího, patří nejen přijetí a sourozenecká láska, nýbrž také rivalita, soutěživost, ba i zápolení. Čím menší je věkový rozdíl mezi nimi, tím více předchozí věta platí; a tím větší bývá riziko, že zdravá rivalita může přerůst ve vzájemnou nevraživost, někdy i zášť, byť nemusí vyústit v kain-ábelské konce.

Vedle rivality, přesněji řečeno spolu s ní, se utvářejí vztahy kooperace. Sourozenci si poskytují zážitky blízkého kontaktu při hrách, osvojují si zárodky velkého umění – pohádat se a rychle zase usmířit.

Sourozenci si už od malička osvojují chování v symetrických, jednogeneračních vztazích – na rozdíl od asymetrických vztahů mezi rodiči a dětmi, a později mezi školákem a učitelkou. Pro budoucí vztahy v dospívání a také pro soužití v širším společenství, kde je třeba umět nejen spolupracovat, nýbrž i soutěžit, o něco usilovat, ba i zabojovat; tedy pro život mezi lidmi i spolu s nimi je mimořádně významné to, co sourozenci v rodině zažili, jak spolupracovali i soutěžili.

Zrozením druhého dítěte též začíná jeden dlouhodobý proces, který můžeme nazvat *rodinnou spravedlností*. Má poněkud jiné znaky než právní spravedlnost, kde všichni občané – bez ohledu na majetek, postavení či vzdělání – mají být za stejný přečin stejně souzeni. Rodinná spravedlnost je z jiného soudku. Za stejné jednání nemohou být dvě děti různého věku stejně hodnoceny – a přece mají mít v konečné bilanci zážitek spravedlnosti. Což znamená především to, že všechny děti jsou rodiči akceptovány,

přijímány a současně je respektována jejich individualita, čili zvláštnosti dané věkem, rozdílností povah, temperamentu i nadání. Někteří rodiče se snaží úzkostlivě a v dobré víře měřit stejným metrem. Zbytečná snaha. Nezapomínejme, že rozdíl dvou tří let je v dětském věku rozdílem obrovským. Dítě čtyř až pětileté se liší od batolete asi tak, jako zralý třicátník od pubescenta, a možná víc, alespoň pokud jde o některé třicátníky. Takže opravdu nejde měřit stejným metrem, nelze stejně trestat či chválit, nemá smysl kupovat stejnou hračku dvakrát; nelze se k oběma stejně chovat, neboť to by znamenalo nediferencovat chování k dětem různého věku i mentality. Právě takové, to jest nerozlišující rodičovské jednání, vyvolává pocity nespravedlnosti, zejména u staršího dítěte.

Je však ještě další složitost: v dobře fungujících rodinách pozorujeme tak řečená flexibilní spojení – čili pružné, měnící se aliance mezi jedním či druhým rodičem na jedné straně a jedním či druhým dítětem na straně druhé. V určité etapě mívá jedno dítě o něco blíže k jednomu z rodičů a druhé k tomu druhému; nebo obě děti k jednomu rodiči. Takovou aliancí je například popsáno spojení otce s prvorozcem v době kolem příchodu druhého dítěte.

Také později jsou období – kratší nebo delší – kdy jedno dítě se více přiblíží k jednomu rodiči a oddálí od druhého. Vyrovnaný a zralý rodič, je-li manželství pevné, nezačne oddalující se dítě ještě víc odhánět, ale ani přitahovat; nezačne žárlit či vyčítat, nýbrž bere takovou skutečnost jako přirozený stav. Neboť součástí rodinné spravedlnosti je i to, že dítě má možnost hledat i nacházet různá spojení, aniž by se muselo uchýlovat ke zlobení. A aniž by mu rodiče vysílali poselství, že přiblíží-li se k jednomu z nich, ztrácí lásku druhého.

Takže: rodinná spravedlnost (stejně jako ta společenská) je garantem pocitů bezpečí, vyvěrá z prožitku, že celá rodina je na jedné lodi; natolik pevné, že snese zaky-mácení i bouři; natolik stabilní, že nevadí přemísťování posádky z jednoho místa na druhé. A posádka lodi ví, že každý má své jistoty i možnosti; a plavčíci, později kadeti, si ověřili i ověřují, že rodiče kurz plavby pevně řídí. Jak

se přitom podělí a mezi sebou srovnávají – po tom plavčích ani kadetům nic není.

Rodinná loď není na cestě jen proto, aby někam doplu-la, nýbrž i sama plavba má v každé etapě svůj půvab i hodnotu. A putování je zajímavější, je-li nás na palubě víc; a též máme-li pořádné, poctivé a udržované plavidlo – a ne vratkou kocábku nebo nablýskanou jachtu značky „hogo-fogo“.

Rychle se blíží čas, kdy nejmladší dítě poprvé vylétne z rodného hnízda, začne chodit do školky a za chvíli do školy. Končí údobí, v němž žena ve jménu mateřství odsunula do pozadí své zaměstnání i leccos jiného příjemného. Také tatínkovi se konečně podařilo vklouznout do rodičovských bot.

A též se blíží doba nebezpečná, ohrožující – první velká manželská krize. Dokumentují to nejen zkušenosti manželských a rodinných psychologů, nýbrž i rozvodové statistiky.¹⁰

Jestliže uvážíme počet rozvodů v jednom roce, pak téměř 60 procent činí manželství, která se rozpadla v prvním desetiletí svého trvání; v dalších letech počet rozvodů klesá. S jistou nadsázkou se dá předpokládat, že vydrží-li dva spolu první dekádu, zvyšuje se naděje vydržet až do konce. A ještě jedna nadsázka, já si ale v koutku duše myslím, že nadsázkou není, výjimky přece mohou pravidlo potvrzovat: čím jsou spolu manželé déle, tím je jejich soužití vydařenější.

ETAPA TŘETÍ: RODINA SE ŠKOLÁKY

Začátek lze určit dnem, kdy se dítě se chystá vkročit do první třídy, což je zajiště významná událost pro celou rodinu, proto bývá ozvláštněná a slavená. Jestliže má prvňáček mladšího sourozence, prolíná se tato etapa s předcházející. Z pohledu rodičů bychom mohli považovat za začátek třetí etapy období, kdy končí pobyt ženy doma a začíná jí plná pracovní doba v zaměstnání. Což se často děje v době, kdy dítě ještě chodí do mateřské školy, v takových případech většinou i „po-o“, jak říkávají děti po celé České republice.

Musíme se spokojit s vágním ohraničením, že třetí etapa začíná situací, kdy škola, včetně učitelstva, se stává významnou součástí života rodiny, což vyžaduje řadu změn ve vzájemném chování všech členů.

Ukončení třetí etapy není rovněž jednoznačné. Také zde se přidržíme toho, že vezmeme v úvahu situaci, kdy je opět potřeba leccos v žití rodiny měnit, neboť prvorozenec vstupuje do dramatického období svého vývoje – puberty. Bývá tomu dnes o jeden až dva roky dříve než v předchozích generacích – u děvčat kolem jedenácti dvanácti let, u chlapců o něco později. Při jednom dítěti trvá třetí etapa pět až sedm let, při dvou dětech přibližně o tolik více, kolik činí rozdíl věku mezi sourozenci.

Tedy: na prahu třetí etapy – i po jeho překročení – musí rodina, každý její člen sám a všichni společně, skloubit nároky školy i zaměstnání s chodem domácnosti. Navíc: rodiče nejsou jen rodiči, nýbrž i manželským párem. A víme už, že právě v této etapě, někdy už v závěru předcho-

zí, se manželství zakymácí pod nápořem první velké manželské krize. A nejen zakymácí.

Ve škole

Pro dítě je škola prvním velkým setkáváním s mimordinným světem povinností, nároků a požadavků, za jejichž /ne/plnění je hodnoceno – odměňováno i všelijak trestáno. A děje se tak v každodenní konfrontaci s vrstevníky – spolužáky, mezi nimiž dítě získává určité postavení, formované a podmiňované jak povědomím vrstevnické solidarity, tak i rivalitou. Bylo by zajisté iluzorní předpokládat, že pobývání ve škole je poklidnou procházkou rajskou zahradou splněných přání, stálých úspěchů a trvalé blaženosti. Může a má to tam být zajímavé, poučné, stimulující – přitom však stavy příjemných a nepříjemných pocitů i zážitků bývají v příznivých případech zhruba vyvážené.

V kontaktech s učiteli i spolužáky zažívají obě zúčastněné strany též negativní či ambivalentní emoce i konfliktní situace. Od začátku se školák učí nejen číst, psát, počítat, nýbrž i reagovat jak na úspěch, tak na vlastní pochybení nebo selhání. Je nucený sedět na jednom místě a zabývat se určitou činností i tehdy, kdy se mu chce dělat něco úplně jiného. Navíc se učí vyrovnávat – neříkám že smířovat – s nejrůznějšími nedobrotami a nespravedlnostmi. Školáček totiž brzy zjistí, že jednou bez povšimnutí odezní to, za co je jindy trestaný; že spolužák ho pokoušel – a oba byli stejně potrestáni, někdy oběť více než provokatér; že paní učitelka je jednou v lepší, jindy v horší kondici. A též si začíná uvědomovat nejrůznější nerovnosti: v majetku a postavení rodičů, v diferencovaných postojích učitelů k jednotlivým žákům i rodičům. Začne si též všimnout nerovností mezi sebou a spolužáky: jednomu jde psaní, počítání, čtení či tělocvik snadno a rychle, zatímco druhému se nedaří, a to třeba i tehdy, když se o hodně víc snažil než jeho nadanější spolužák. I tohle vše je nejen přípravou na život v budoucnosti, nýbrž je to už život sám.

A také zde bývá důležitý začátek, to jest nástup do první třídy. Aby dítě zvládlo bez příliš velkých starostí a frustrací či dokonce selhání nároky školy, potřebuje být k tomu jistým způsobem připraveno už z předchozí, to jest předškolní etapy. Pro tuto připravenost se vžilo označení školní zralost.

Výchozí předpoklad je prostý: děti jsou různé a stejný chronologický věk ještě neznamená, že každé šestileté dítě je na tom tak, aby mohlo či mělo jít do první třídy v zákonem stanovené době. A tak každým rokem v jarních i letních měsících navštěvuje psychology několik tisíc předškoláků a jejich rodičů. Přicházejí na základě dobrozdání mateřské školy, někdy z podnětu školy při zápisu do první třídy, jindy na doporučení dětského lékaře; a je potěšitelné, že stále častěji to bývá na přání osvícených rodičů, kteří chtějí informace a poradit se, aby mohli správně rozhodnout. Je totiž dostatek ověřených poznatků o tom, že potíže a selhávání dítěte v první či ve druhé třídě mimořádně a zbytečně zkomplikují dítěti i rodině život nejen v prvních letech školy, nýbrž i později. Ne že by dobrý začátek nutně znamenal hladký průběh a úspěšný závěr, dává však lepší šance.

Po zevrubném vyšetření šestiletého Jirky dospěl psycholog k názoru, že je na místě doporučit odklad školní docházky o jeden rok. Ten rok by Jirka velmi potřeboval k tomu, aby se spravila výslovnost, rozšířila slovní zásoba, zkvalitnil výkon volní pozornosti a též, aby neposedný Jiřík o něco lépe zvládal sám sebe.

Než psycholog nabídne svůj názor rodičům, zajímá se o to, jak své dítě vnímají a co si přejí. Napovrch vycházejí rozdíly: otec soudí, že Jirka „je přece zcela normální kluk a měl by jít do školy stejně, jako všichni“. Maminka však už dříve měla pochybnosti, ostatně byla to ona, kdo navrhl návštěvu poradny. Psycholog dospěl k hypotéze – slovo přesvědčení bych zde nepoužil – že spor o nástup Jirky do školy nepatří k tak řečeným zástupným problémům, kdy se manželé dohadují o něčem, a přitom jde úplně o něco jiného; nejčastěji o manželský boj o dominanci, tedy kdo bude mít navrch. A je tedy možné

probrat výsledky vyšetření a rozhovor směřovat k tomu, aby se rodiče dohodli na tom, co bude pro Jirku, a tudíž i pro rodinu nejlepší.

Školní zralost a hlavně nezralost není jen otázkou rozvoje psychiky dítěte, nýbrž i rodičů. Jejich nepřipravenost se projevuje na příklad v tom, že:

* Z nejrůznějších příčin chtějí prodloužit spolužití s malým dítětem, a tudíž se k němu chovají, jako by bylo menší, než je; infantilizují dítě a brání mu dozrávat, aby je měli jen pro sebe a pouze u sebe, a co nejdéle.

* Prostřednictvím dítěte rodiče potřebují něco mezi sebou řešit. Například: tatínek (může být i maminka) se občas kdesi zatoulává a znejistěný partner „háže laso“, aby toho druhého k sobě přitáhl. Tím lasem je dítě, které přece nějaké zvláštnosti či potíže má – a nemá-li, je třeba zveličít, přehánět – aby ten toulající byl více připoutáván ne k rodinnému krbu, nýbrž k partnerovi. A školní „nezralost“ dítěte tomu může posloužit.

* Manželé bojují o dominanci; o to, kdo na kom bude závislejší. A jako předmět zápolení jim slouží dítě – rozhodování o tom, zda má či nemá jít do školy. Stejně jako v předchozím případě, vůbec nejde o dítě, nýbrž o to, kdo z manželů tohle kolo vyhraje.

* Rodiče nezvládli některé úkoly předcházející etapy, dostatečně nepřipravili podmínky k tomu, aby rodina fungovala i v etapě třetí. Potřebují tedy, aby dítě do školy ještě nešlo, aby se v chodu domácnosti nic neměnilo. Potřebují zachovat „status quo“, nejsou tedy zralí pro školu.

Manželé

Na začátku třetí etapy spolu bývají šest až sedm let, ke konci deset až jedenáct. S. Kratochvíl a M. Plzák – dva naši významní odborníci v manželské terapii i teorii – soudí, že právě toto období, zejména na začátku, probíhá ve znamení první vývojové manželské krize; druhá krize, většinou méně dramatická, se objeví kolem sedmnácti až dvaceti let soužití, kdy děti vylétají z rodného hnízda.

Nepochybný důkaz o tom, že prvních deset let je nejrizikovějších, podávají rozvodové statistiky, o nichž byla zmínka v závěru kapitoly o druhé etapě.

Znovu se dotknu statistických dat, tentokrát z archívů manželských a rodinných poraden. Nejčastějším nabízeným problémem, se kterým se chodí k manželskému psychologovi, je – hádáte správně – nevěra jednoho či druhého. V odborné terminologii se používá označení extramatrimoniální vztah či kontakt, zkráceně jen EM. Bylo by unáhlené tvrdit, že hlavní příčinou rozpadu mladých manželství je EM jednoho či druhého, případně obou. To bychom napřed museli prokázat, že v manželstvích, která vydržela se žádný EM nekonal, což je obtížné dokazovat. Dokonce se dnes zasvěceně, na základě empirie i výzkumů, dá předpokládat, že v naprosté většině manželství (kvalifikované odhady se pohybují v rozmezí 75 až 90 procent) se nejméně jednou, většinou však vícekrát EM udál. Za připomenutí stojí, že v rámci emancipace se sblíží počet nevěrných žen s počtem nevěrných mužů. Také naše porovnávání manželství vydařených s nevydařenými ukazují, že obě zkoumané skupiny se neliší v tom, zda byl či nebyl EM, nýbrž v tom, co manželský pár s nevěrou udělal; zda a jak ji zvládli.

Bylo by též nedovoleným zjednodušením tvrdit, že nevěrník či nevěrnice si našli jiného (jinou) v důsledku toho, že v jejich manželství něco důležitého postrádali. I taková motivace nevěr zajisté bývá, je však méně častá, než nevěrní uvádějí a leckdy tomu i věří.

V souladu s uvedenými autoritami připustíme, že jde o krizi zákonitou, vyskytuje se pravidelně v té či oné podobě a s menší nebo větší naléhavostí. Její zdroje nenajdeme v nějaké vnější události nebo okolnosti, ty mohou krizi posílit, případně být spouštěcím mechanismem; zdroje bývají v rozporech a vnitřních pnutích manželství.

V uvažované etapě, jmenovitě v její druhé polovině, pozorujeme u některých dvojic plíživý proces manželského vyhasínání. V sezeních s manželským poradcem mluví jeden či oba partneři o odcizení, o poklesu frekvence i kvality sexuálních kontaktů a též o tom, že si už nemají o čem povídat. Je téměř pravidlem, že vyhasínání

nezačne znepokojoval oba současně, většinou to bývá jeden z manželů, častěji žena, kdo začne strádat a obávat se o další osud soužití.

Rozbor toho, jak a čím v uplynulých posledních letech žili, ukáže nenápadný, avšak stále zřetelnější nárůst osobní autonomie a centrifugální orientace: manželé jedou každý po svém, málokdy či vůbec spolu někam jdou, každý má pouze vlastní zájmy, známé a přátelé. Jinou variantou je zahlcenost obstaráváním a tak řečenými instrumentálními oblastmi soužití, neboli životním shonem. A nezbyvá čas a posléze ani chuť investovat do posilování intimity. Domov se stává obydlím – místem, kde oba hledají jen oddech: chtějí odpočívat a „nabíjet akumulátor“ k nejrůznějším aktivitám mimo rodinu. Jeden očekává od druhého, častěji muž od ženy, že všechny rodinné starosti a zařizování, včetně péče o děti, bude mít na svých bedrech ten druhý.

Varianta symetrická, kdy oba totéž očekávají od druhého, je typická pro tak řečené dvoukariérové rodiny. Muž i žena jsou plně profesně angažovaní, čas pracovní jim splynul s volným, nicméně si stihli pořídit jedno či dvě děti. A teď oba očekávají, že ten druhý bude utvářet rodinné zázemí; nebo to bude alespoň půl na půl. Zdrojem napětí i sporů bývá, v čem spočívá ona půlka.

Častěji však dnes slýchávám o asymetrické variantě, nazývám ji pro sebe podnikatelskou.

Elegantní žena kolem třicítky, matka předškoláka a školáčky, vypráví o tom, jak její manžel, úspěšný podnikatel, přichází domů kolem osmé, dvakrát až třikrát týdně i později. Každý druhý víkend je pracovně kdesi pryč, nejčastěji ve společnosti jakési své asistentky. Když je muž náhodou doma, chvílku se pobaví s dětmi, pokud už nespí; a hlavně odpočívá u televize, nebo telefonuje, nebo leží naložený ve vaně, občas na ženu pískne, aby mu vydrhla záda. A pak si jde lehnout, usíná okamžitě. „A jak asi dlouho to takhle u vás chodí?“ ptám se. „No, začalo to před pěti lety, když začal podnikat. A to pořád říkal, že teď to musíme nějakou dobu vydržet, začátky jsou těžké a že mně i dětem všechno vynahradí, až podnik pobežší. ...

A teď, když jsem mu dala najevo, že se mně nelíbí, jak žijeme, podíval se na mě udiveně a řekl něco jako, že teď, když firmu rozšiřují, musí se přece věnovat práci. A co že mě pořád chybí, když máme, na co si jen vzpomenu. Nedávno přišel s tím, že zaplatil pobyt na Kanárských ostrovech“

Přerušil jsem ji: „No vidíte, to bude fajn, když spolu všichni pojedete do tepla, ne?“ „Jak všichni?“ opáčila. „On ten zájezd koupil pro mě a pro děti, že prý by taky rád jel, ale teď nemůže, až někdy příště. Já už toho jeho ‚příště‘ mám po krk a vlastně nad hlavu.“

Pozval jsem si manžela, velmi dlouho jsme se telefonem domlouvali, aby vyšetřil čas na něco tak okrajového a málo produktivního, jako je návštěva psychologa. Když jsme se konečně setkali tváří v tvář, trvalo rovněž dlouho, než vypnul mobilní telefon a mohli jsme spolu nejen sedět, nýbrž i naslouchat si.

Ukázalo se, že už před časem, a s nepříjemným pocitem, zaregistroval nespokojenost manželky, její rozlady i naštvanost, ale rychle svůj pocit zahnal pryč. Opatrně a oklikou jsem se vyptával na jeho podnikání, jmenovitě na tu asistentku. Přesvědčil mě, že jde opravdu pouze o pracovní a ne o žádné jiné kontakty.

Následovalo několik dialogů, než pan továrník připustil, že soužití u nich doma je v ohrožení a že by bylo záhodno něco s tím dělat. Nejvíce slyšel argumenty o tom, jak do každého lidského díla, má-li se dařit – a tedy i do manželství a rodiny – je nutné investovat nejen peníze, nýbrž i čas a energii; a že i jemu se vyplatí – nejen hned, nýbrž i později zúročí, dokáže-li posílit intimitu.

Jestliže se podaří zvládnout manželskou krizi, dokáželi v rodině nově naplnit a sladit osobní autonomii s intimitou, bývají poslední léta třetí etapy ve znamení pohody a spokojenosti. Přispívá k tomu i to, že děti se nacházejí v období, kterému se říká objektivní věk. Pokud jim rodiče nezkomplikují život rozvodem, bývají děti kolem deseti let obráceny navenek, zvědavě zkoumají svět, přijímají spoustu informací, rozvíjejí zájmy i abstraktní myšlení; žádné velké pochybnosti, nejistoty ani osobní krize. To vše teprve přijde, a ne za dlouho.

Také rodiče se mohou v závěru třetí etapy těšit nejen z dětí, nýbrž i z toho, že se už jakž takž stabilizovali v profesi, chod domácnosti uspokojivě běží, kompetence jsou rozděleny ke spokojenosti všech. Rodinná loď pluje v poměrně klidných vodách, nějaké to vlnění neohrozí, počasí je mírné, občas zaprší, většinou bývá slunečno. Jen aby to vydrželo co nejdéle, říkávají si rodiče. Nevydrží.

8-10 M

ETAPA ČTVRTÁ: VYLÉTÁNÍ Z HNÍZDA

Mohli bychom se shodnout, že čtvrtá etapa začíná u děvčat první menstruací, u chlapců první polucí. Takové vymezení zní možná přesně, nezdá se však nějak zvlášť přínosné pro charakterizování této etapy, jejích otazníků i vývojových úkolů. Nehledě na to, že psychické změny, vyvolané akcelarací tělesného vývoje a hormonálními bouřemi, nastávají o něco dříve, než se objeví první zřetelný signál fyziologické připravenosti množit se.

S ukončením je to snazší: čtvrtá etapa končí separací „dítěte“, v případě více potomků odpoutám nejmladšího z rodičovské rodiny. Nemusí se hned vdát či oženit, může třeba i žít dále ve společné domácnosti s rodiči, jde však o soužití už dospělých lidí. Čtvrté období trvá tak osm až deset let, na jeho začátku je dětem kolem dvanácti, na konci okolo dvaceti let. A to je v tomto věku rozdíl veliký a významný, odrazí se i v tom, jak a čím žije rodina na začátku a jak i čím ke konci. Je proto na místě rozlišit první část této etapy, kdy se rodina vypořádává se vpádem puberty, a část druhou, kdy potomci jsou na rozhraní dospívání a rané dospělosti. Zde budeme věnovat pozornost hlavně první části. Můžeme si to dovolit proto, že o druhé byla řeč v kapitole o nulté etapě.

Kruh či spíše spirála se pomalu uzavírá: před svým sňatkem se současní rodiče dospívajících vyrovnávali s úkoly a posláním nultého období, teď do stejné fáze vstupují jejich děti. A navzdory tomu, že obě generace prožívají známou etapu, byť každá v jiných dobových kostýmech a kulisách, často si nerozumějí, dostávají se do

sporů, tu méně, jinde více dramatických. Nabízím čtenáři názor, že jistá míra pnutí i mezigeneračních konfliktů je nejen pravidlem, nýbrž bývá ku prospěchu oběma stranám. Jde „pouze“ o to, aby to nebyly konflikty traumatizující, destruktivní, přetrvávající.

S popisem i komentováním událostí a situací, podníce-
ných vpádem puberty do rodiny, začněme u rodičů.

Zatímco ve druhé etapě se učili být rodiči, ve třetí se tomu konečně jakž tak naučili a mají teď začít plnit rodičovské poslání v mnoha směrech odlišně, musí ustoupit z některých pozic, jednat s dospívajícím jinak; a též leccos mezi sebou pozměnit. A vše se děje v ovzduší napětí, občas i prudkých střetnutí.

Připomeňme: v průběhu předchozí etapy – pokud vše probíhalo, jak nejlépe mohlo i mělo – se styl žití rodiny ustálil, vytvořil se určitý řád, rozdělily kompetence, výchovná atmosféra i pravidla umožňovaly jak dohled a kontrolu dětí, tak rozvoj jejich osobnosti. Připomeňme též, že v předchozí etapě se dívka nacházela v poměrné vyrovnanosti a zvědavé zaměřenosti na vnější svět, pokud jim to nepokazil rozvrat manželství rodičů; my zde ale uvažujeme ty situace, kdy se žádné drama neudálo.

Jaké jsou hlavní úkoly či spíše poslání uvažované etapy, mohli bychom jí též říkat „rodina s pubertou“? Obecně řečeno:

- * přehodnotit práva, povinnosti a mocenské poměry v rodině;
- * vyrovnávat se s generačními rozdíly, rozpory i konflikty;
- * zvolit profesní či studijní orientaci dospívajících;
- * a konečně, jako v každé etapě, připravit se na následující etapu, na soužití ve dvou.

O autoritě, právech a kontrole

V první fázi této etapy je matkám i otcům necelých čtyřicet roků, stále ještě jsou k světu. A je příjemné slyšet, že maminka s dcerou vypadají, jako by byly sestry. I tátkovi dělá dobře, když se ho kamarádi závistivě vyptávají, kdo že byla ta půvabná slečna po jeho boku a on

nonšalantně řekne: „Přece dcera, pánové, moje vlastní, to koukáte.“ Jenže tohle jsou pouhé konverzační lichotky – a neznamenaají, že by se měly stírat generační hranice. Také v časech vylétání z hnízda jsou a mají být role jasně rozděleny a nezdá se mi správné navazovat mezi sousedícími generacemi vztahy kamarádství. K tomu mají dospívající jiné lidi než rodiče – svoje vrstevníky. Až později, po přechodu z dospívání do rané dospělosti, mohou vzniknout i rozvíjet se vztahy symetrického přátelství blízkých lidí různého věku.

K rodičovské pozici patří autorita. A s tou teď bývají velké starosti. Neboť k dozrávání patří, jak řečeno, mezi-generační konflikty, a tedy i střety s autoritou. Hranice mezi zdravými a vývoj stimuluujícími konflikty – a mezi spory zbytečnými, plodícími jen trpkost a extrémní chování, je jemná a snadno průchozí. Na území destrukce přejde rodina tehdy, jedná-li rodiče s „dětmi“, jako by stále ještě byly dětmi bez uvozovek; uplatňují tedy stejnou autoritu a týmiž prostředky jako dříve.

Nemalé potíže hrozí i z opačné strany, jestliže rodiče – často z bezradnosti nebo někdy z podvědomého přání nepřiznat si, že svou adolescenci mají dávno za sebou – zvolí taktiku kamarádkého jednání, čímž se staví s dospívajícími do jedné, vrstevnické roviny. Jednají s nimi, jako by byli jejich spolužáky. A pak se diví, že synáček či slečna odmouhvají, ťukají si rukama na čelo, v ničem neposlechnou. Proč by měli poslouchat své kamarády a kamarádky?

Od té dřívější se autorita v této etapě liší například v tom, že už není tak řečenou generalizovanou autoritou. Pro dospívajícího přestává být rodič autoritou všeobecnou, v těch příznivých případech se autorita diferencuje. Syn začne kriticky pohlížet na svého otce, nezřídka až hyperkriticky přehodnocuje to, co dříve považoval za dané a samozřejmé. Pro dospívajícího syna může otec nadále zůstat autoritou například v nějaké rukodělné činnosti, přestane jí však být v oblasti oblékání nebo hudebních zálib. Obdobně maminka pro dceru. A moudrý rodič si tohle vše nejen uvědomuje, nýbrž se sám dokáže vzdát části své autority, tedy přímého ovlivňování z mocenské pozice.

Za klíč ke zvládnutí i prevenci většiny nežádoucích a zbytečných konfliktů, které jen nervují celou rodinu, považují *přehodnocení* práv, povinností a odpovědnosti. Je to klíč spolehlivý a univerzální, odemyká též dveře do další etapy.

„Dítka“ teď navštěvuje střední školu nebo je v učebním poměru, období povinné školní docházky končí. Ve věku školou povinném do školy musí a rodiče i ze zákona dbají, aby tam řádně chodilo. Autorita je jasná, jednoznačná a dítě se jí musí podvolit, rádo nerado. Rodiče přímo kontrolují a dohlížejí, aby se dívka řádně do školy vypravila a učila se. Ve věku mladistvém jsou odpovědnost i povinnosti poněkud jiné. Ze zákona dítě už do školy nemusí, může jít někam pracovat. V období středoškolském i učebním je tedy maturita či výuční list především záležitostí motivace „dětí“, a ne už pouze rodičů.

Než začnete, vážení rodiče dospívajících, polemizovat, slyšte, prosím, ještě chvíli dál. Napsal jsem „především“ a „ne už pouze“, což neznamená, že jde pouze a výhradně o záležitost, do které rodiče nemají co mluvit. Jistě mají, ale *jinak* než dříve. Od „dětí“ teď lze vyžadovat jedno: aby předkládaly spíše celkové než dílčí výsledky, aby dokončily školu, vyučily se. Avšak prostředky ponecháme stále více jejich kompetenci i iniciativě. Nemůžeme a ani nemáme pořád je hlídat jako malé děcko; nemůžeme a nemáme jejich aktovky denně kontrolovat, stále nabádat, aby se usadily na své nepokojné zadečky a učily se. Nemůžeme tedy přímo a ve všem řídit jejich každodenní jednání. Bývá užitečné, dáme-li jim hned po ukončení deváté třídy jasně a zřetelně na srozuměnou (což neznamená pořád dokola opakovat), že je především jejich záležitostí, zda a jak učební či školní povinnosti zvládnou. Jestliže je budeme nadále přímo řídit a reglementovat, začnou se bouřit nebo nás klamat.

Dovolím si teď jeden apel: chovejme se k dospívajícím tak, jako by byli o něco dospělejší, než se nám zdají. Tím jim totiž nejučinněji pomáháme k tomu, aby se takovými stali.

Vedle povinností a odpovědnosti směrem navenek, je zapotřebí – i v rodině zmítané pubertou – leccos doma

dělat. Když „dítka“ protestuje – a namítat má zajisté právo – že se doma moc nadře, bývá na místě jasné sdělení: „Doma, náš milý hochu, milá dívko, musíme a budeme muset každý něco dělat, tedy i ty.“ A teď změna proti dřívější etapě: „A pověz sám /sama/, čím přispěješ ty, když se ti nelíbí, co a jak doma děláš, jak to u nás chodí.“ Je věcí pružnosti rodičů, aby dokázali s dcerou či synem vyjednat jeho /její/ výpomoc, která by měla jiné podoby než dříve. Dospívající může převzít do své kompetence nějakou povinnost i odpovědnost za ni, například: pravidelně v určitý den připravit pro celou rodinu nějaké jídlo, něco nakupovat, vyluxovat a podobně. Změna je tedy v tom, že ve větší míře než dříve počítáme s jejich samostatností, schopnostmi i odpovědností. A to, prosím, i tehdy, když si tím nejsme tak zcela jistí.

A co volný čas, kdy člověk, a tedy i dospívající může dělat, co chce a co ho baví? Je rodičovským úkolem uvažované etapy vyrovnat se s tím, že „děti“ už nemůžeme a ani nemáme tak kontrolovat a řídit, jako dosud. Rodiče se musí vyrovnat i s tím, že žití jejich synů a dokonce i dcer se už neděje ve světě, který je rodiči beze zbytku přehlédnutelný a ovládnutelný; dospívající tedy mají plné právo na část svého žití, o kterém rodičovské sdružení nemusí všechno vědět. Jestliže od „dětí“ chceme vždy slyšet přesný výčet míst a doby jejich pobytů mimo domov a též detailní popis všech jejich aktivit, můžeme se brzy dočkat neupřímnosti, v lepším případě mlčení. Na jednom však nechť i ti nejchápavější rodiče trvají: aby náctiletí jasně oznamovali doby návratu do rodného hnízda. „Jdeš na diskotéku, dobrá, co se dá dělat. A kdy se vrátíš?“ Odpoví-li synek, že to neví tak jistě, třeba ještě někoho doprovodí a tak, namítne rodič hlasem rozhodným: „Tak to ne! Ne že bys nemohl někoho doprovodit a tak, ale trvám na tom, abys řekl hodinu, kdy přijdeš domů.“ Nejlépe se na tomhle požadavku důsledně trvá, mají-li i rodiče mezi sebou jako samozřejmost zavedeno oznamování hodiny mimořádných příchodů. Což je něco zcela jiného než pravidelná zповěď, kde, kdo a proč byl nebo nebyl.

Jací jsou, co chtějí? Z pěti až sedmi let dospívání uvažujeme teď druhou fázi, kdy tělo už je jakž tak v pořádku a teď – tak od šestnácti do osmnácti let – pobolívá a není v pořádku duše. I když tělo – jak eufemisticky nazývám sexuální funkce organismu – stále pokoj nedá.

Co tedy potřebuje dospívající zvládnout? Nic menšího než něco velice lidského: najít a dotvářet – alespoň prozatím – sebe, svou osobnost; ověřovat sám sebe v konfrontaci s jinými lidmi včetně těch, kdož patří k jiné generace a též k opačnému rodu, dříve se říkalo pohlaví. Dospívající se snaží „porozumět svému bytí“, píše Jiří Mrkvička v moudré knížce *Hovory s tebou* (Praha 1974). A za jakých vnitřních podmínek to naši následovníci činí?

* Protože dosud nenašli směr, nevědí co dělat a jak nejlépe jednat, předstírají (i sobě), že zcela přesně a jednoznačně znají, vědí, umějí.

* Jelikož nemají stabilizované sebevědomí a nevědí, oč je opřít, vžívají se do toho, že je mají. Okolnímu světu (někdy i sobě) své sebevědomé nesebevědomí hlučně demonstrovují. Neboť vskutku sebevědomý člověk (nezaměňovat, prosím, s ješitným sebeuskojením) nemá zapotřebí stále se předvádět ani s každým konfrontovat.

* Protože mají v nepořádku city (rozkolísané, prudké, zranitelné), předstírají (opět i sobě), že jsou bezcitní, cyničtí; a dokonce někdy i takovými jsou, neboť si svou bezcitnost vsugerují.

* Protože dobře znají chvíle, kdy odmítají sami sebe a někdy se přímo nenávidí, mají též chvíle, kdy odmítají lidi a nemají je rádi. Neboť jen ten, kdo dokáže mít rád a vážit si sebe (opět prosím nezaměňovat s egocentrismem a velikášstvím), umí mít rád druhé a vážit si jich.

* Protože postrádají a pro své dozrávání potřebují pevný bod, jehož by se drželi; a protože chtějí, aby to byl bod jejich, jimi nalezený a zvnitřněný, odmítají body, to jest hodnoty rodičovské generace. Negují leccos z toho, co je pro nás důležité i cenné. A činí tak tím ostřeji a nesmiřitelněji, čím větší trhliny spatří jejich kriticky nekritický zrak mezi našimi činy a proklamacemi.

A co potřebují rodiče v tom krátce dlouhém období dospívání svých ratolestí?

Nejspíš pevné nervy a trochu vnitřní vyrovnanosti, aby bez přílišného kolísání krevního tlaku přežili všechny zátky, které vpadly do rodinného soužití spolu s pubertou. Dále potřebují otevřenost vůči změnám, což znamená hlídat si svou schopnost i dovednost včas přijmout nezbytné proměny životního stylu v rodině, včetně jednání s dospívajícími. Potřebují též vzít na vědomí, že nenávratně odchází doba přímého výchovného vedení dětí; a že se naplňuje hlavní cíl výchovy – aby přestala mít smysl, neboť už není zapotřebí. A pokud je snad napadne, že při výchově svých potomků něco opomněli, popletli či zanedbali, je na místě přiznat si a přijmout, že v období vylétání z hnízda už nejde nic dohnat ani napravovat. Pokazit ano.

Rodiče také velmi potřebují nezapomínat na sebe. Nežijí – zejména teď, kdy děti už jsou jednou nohou ven z rodičovského domova – pouze kvůli svým dětem ani svými dětmi. Spolu s tím, jak „dítka“ získávají stále větší prostor k samostatnému žití vně rodného hnízda, hlídají si rodiče svůj vlastní prostor, vlastní životní hodnoty. A tedy už teď, na sklonku třetí etapy utvářejí svůj životní styl a vztahy pod zorným úhlem následující etapy, kdy budou dlouhá léta sami dva.

ETAPA PÁTÁ: SAMI DVA

Závěrečné dějství, trvající od vylétnutí nejmladšího potomka z hnízda až do smrti jednoho z manželů, má jednu možná překvapující pozoruhodnost, kterou se odlišuje od všech předchozích etap: trvá nejdéle – třicet i více let. Připočítáme-li jeden až dva roky, které mohou uplynout od sňatku po narození prvního dítěte, vychází nám, že nejdelší část společného žití jsou manželé spolu sami dva, bez dětí.

Na začátku páté etapy bývá manželům něco přes čtyřicet, při jednom dítěti o pár let méně – a na konci kolem sedmdesáti, ať už mají potomků sebevíc. V této dlouhé etapě rozlišme dobu před-důchodovou a po-důchodovou, styl žití bývá odlišný. V první pod-etapě muži ani ženy dnes nijak nápadně nestárnou, jen někdy jednají pošetile. V té druhé muži také nestárnou, pouze chátrají. A dámy? Zajisté rovněž nestárnou a na těle i na duchu chátrají o poznání méně než slabší polovička lidstva.

O tom, co se děje v rodinách v před-důchodovém období rodičů byla řeč v kapitole o nulté etapě. Nebudeme se opakovat ani vracet, nanejvýš jen trochu; víc se zaměříme na období, kdy ratolesti už mají své ratolesti a rodiče jsou prarodiči.

A ještě se musím omluvit. Nemůžeme se zevrubněji zabývat individuálním stárnutím a stářím, ani mentálně hygienickými apely, jak tento nezadržitelný proces zpomalit, případně zjemnit či zpříjemnit; to by vyžadovalo prodloužit tuto kapitolu do rozsahu samostatné knížky. Ostatně věkově zainteresovaný a zvědavý čtenář má

možnosti: třeba si přečíst celých 46 stránek v už vzpomenuté knize Pavla Říčana *Cesta životem*⁸; nebo v práci Josefa Švancary i jinde.¹¹ Anebo si počíst v půvabné knížce Jiřiny Šiklové *Deník staré paní*, kde autorka nabízí řadu užitečných rad, jak si počínat, když paměť začíná vynechávat, a nejen dámám.¹²

Kdysi, už je to hodně dávno, bylo pro dnešní šedesátníky a šedesátnice uměním života vytvářet něco svého z toho, co si do manželství přinesli z rodičovských rodin. V prvních etapách nezřídka prožívali přítomnost z hlediska a možná pod tlakem budoucnosti, aby dokázali naplnovat rodičovské poslání. Teď už toto poslání splnili a není nutné ani zapotřebí investovat do budoucnosti – a tudíž se dá víc žít přítomností; v přítomnosti měřené na měsíce, týdny i dny.

Minulost je za námi i v nás – se všemi omyly a chybami, se všemi tužbami, které se naplnily i nesplnily. Minulost je uzavřená, nic nejde opravit, nic změnit. Je možné posunout hodnotící pohled na uplynulá léta – a dáváme si pozor, aby to nebyly posuny viděné růžovými brýlemi sebeklamů. Vždy je to pouze posun zorného úhlu, nikoli změna toho, nač pohlížíme. Bohužel, nikdy se neuskuteční známý povzdech: Kdybych tak měl svá mladá léta a ty zkušenosti, co dnes.

V popisu každé předcházející etapy jsem se pokoušel nějak zformulovat úkoly, jejichž plnění umožní přejít bez zbytečného strádání a potíží do etapy následné. Ale co teď, kdy žádná další etapa nenásleduje? Neznám jinou odpověď než pokoušet se žít, a to lépe než to jde. Což též obsahuje umět přijímat to, že síl, zdraví i energie ubývá; a dávat pozor na sebe – myslím tím každý na sebe i na druhého – abychom nechátrali zbytečně a příliš na těle, na duchu i ve vzájemných vztazích. Pokud to někomu náhodou zní příliš skromně či rezignovaně, dovoluji si nesouhlasit. Vím už moc dobře, jak to jde ztěžka.

Chvála manželského zvyku

Některé romantické duše revoltují proti stereotypu manželského života – a činí tak ve jménu adorace až

zbožštění změn, novostí, nevypočitatelností. Setkávám se pracovně i nepracovně s těmito věčnými mladíky i mladicemi středního i pokročilejšího věku. A bývá nápadné, jak v zápalu boje proti manželskému stereotypu opakují pořád totéž, byť s jiným partnerem; jen je za nimi vždy o něco více trosek. Mám na mysli všechny ty vnitřně nejisté hledače i hledačky stálého štěstí a vzrušení, kteří nedokáží žádný lidský vztah udržet déle než pomine šálivý opar novosti. Naváží vztah – je to něco obrovského, tentokrát určitě ten pravý, ta pravá. A pak se cosi zlomí, nastane nikoli přerod milenecké lásky v lásku manželskou, nýbrž očistec: obviňování a výčitky, případně totální nezáměr – a rychlé lovení nového partnera, chci říci další oběti, tentokrát určitě té pravé.

Jestliže se někdo jednou rozvede, je možné i spravedlivé připustit, že se mohl zmýlit, vzít si rizikového partnera anebo oba mohli nesplnit některý z významných vývojových úkolů té které etapy. Když ale selže druhý či třetí vztah, bude zřejmě porucha v opakující se tendenci volit si stále stejný typ partnera; nebo v opakování stejných chyb; anebo problém tkví v doživotní nezralosti. Případně v tom všem dohromady – a ne ve stereotypu života manželského.

Zralé manželství totiž dokáže těžít z toho, že partneři mají společnou minulost. Vědí už dobře, co ten druhý rád a co ho zneklidní či podráždí. Znají své zvyky a vědí též, jak druhého potěšit, jak se vyrovnat se svou i s jeho rozladou. Umějí spolu zacházet i vycházet, dovedou předcházet zbytečností a nejrůznějších stereotypů využívají k tomu, aby zbytečně nemarnili čas a energii.

A docela stereotypně už každý z partnerů ví, že ho ten druhý jen tak neopustí, kdykoliv se citům něco nového přihodí.

Jak jdou léta, stále častěji se usmíváme tomu, že nás napadají podobné myšlenky, stejná přání, shodné vzpomínky. Jsou to úsměvy shovívavé, okořeněné špetkou sebeironie. Jen musíme dávat pozor na některé záludnosti hodně zralého věku.

Jen mezi námi

Když tak člověk kolem sebe, na sebe i do sebe pohlédne, napadá mě někdy, zda stárnutí do moudrosti, tolerance a vyrovnanosti není spíše přání či sebeklam než realita života. Mívám totiž dojem, že někdy – nebo snad leckdy? – stárneme do pošetilostí.

A tedy dovolte – jen mezi námi, neboť tato kapitolka je mladistvým do padesáti nepřístupná – chvilku se u stárnutí zastavit. Prosím za prominutí, že se nebudeme hla-
dit, je to přece jen mezi námi.

Každý zajisté má v mladších letech některé sporné až nedobré povahové rysy a vlastnosti. A stává se, že tyto charakteristiky zub času spíše prohloubí a zvýrazní, než aby je obrousil. Je-li muž či žena středního věku poněkud šetrnější, je nebezpečí, že v pozdějších letech se mu /jí/ svět začne otáčet kolem každé koruny. Pokud je mladý muž temperamentní a vznětlivější, hrozí mu, že v kmet-ském věku z něho bude vzteklý a popudlivý stařík. Když má žena středních let poněkud vyhraněnější smysl pro pořádek, musí dávat pozor, aby z ní později nebyla tak pořádkumilovná fúrie, že s ní nebude možné bydlet. Máme-li v mužném věku sklon mluvit o vlastních úspěších, může se z toho vyvinout zvyk nepřetržitě vyprávět zívajícím společníkům o své velikosti a chrabré minulosti. Jsme-li jako zralí muži poněkud roztržití a přezíraví k zájmům druhých lidí, lze se dožít toho, že se staneme nesnesitelnými egocentriky, kteří mají na mysli i na jazyku výlučně sebe a své zájmy. Anebo jsme-li poněkud plaší a nejistí, musíme dávat pozor, aby se z nás nestali podezíraví samotáři. Někdy v dřívějších letech jsme v sobě objevili pedagogicko-manažerský talent, dělalo nám dobře ovlivňovat i řídit druhé lidi. Za pár let se však můžeme dočkat toho, že se nám druzí začnou vyhýbat, aby nemuseli snášet naši panovačnou agresivitu. A zajímají-li nás lidské osudy, strádání a klopytání, je dobré dávat si pozor, abychom ve stáří nestrkali všetečný nos tam, kde ho nikdo nechce mít...

Raději ale už skončím, aby se nestalo, že v mladších letech poněkud upovídaný pán teď neví, kdy přestat.

Říká se zajisté právem, že každý věk má své půvaby, přednosti i nepříjemnosti. Nejobávanějším problémem poslední třetiny či čtvrtiny našeho žití je – alepoň si to myslím – nedokázat přijmout prostou skutečnost: že totiž už jsme v závěrečné etapě.

Lze s úctou smeknout před člověkem přes padesát, který tvoří dílo, projektuje či staví domy, mosty ... pro budoucí pokolení. Budí však rozpaky muž téže věkové i váhové kategorie, který svůj život projektuje, jako by zde měl být věčně: plánuje, koho všeho ještě vyřídí či předběhne na dálnici života, co vše ještě zařídí i prožije. A budí ve mně údiv, když si vezme čínorodý šedesátník rozvedenou třicátnici a počne s ní dítě, aby mu byl kratičce podivným otcem a dlouho, dožije-li se, ještě podivnějším dědečkem.

MANŽELSKÉ VYJEDNÁVÁNÍ

*Když něco chci a radím se s manželkou,
tak ona chce opak. Dobrá, dám to do
mlejna psychoanalýzy, a abych docílil
chtěného, říkám a chci jakoby to, co
nechci. Ale manželka mne přečte
a najednou se mnou souhlasí, a tak docílí
toho, co chtěla ona a já jsem nechtěl...
Tak společnost pomalu ale jistě jde
k matriarchátu a čtyři měšťanky jsou více
než klasický vzdělání.*

B. Hrabal (1914–1997)

Vyjednávání – tato žádoucí a náročná komunikační dovednost – nepatří jen do jednacích místností politiků a manažerů, nýbrž i do našich obývacích a kuchyní, do ložnic raději ne.

Kdy není zapotřebí nic vyjednávat? Tehdy, kdy jeden totálně vládne a vše rozhoduje: jak hospodařit s penězi, co vařit a co ne, co zakoupit teď a co později, jak se bude jmenovat novorozeně, jak potomky přebalovat, trestat i odměňovat, co s volným časem, kam a kdy na dovolenou, s kým se stýkat a s kým ne ... V lepším případě si může pan či paní vedoucí nechat poradit od svého partnera, případněji označení je podřízeného; rozhodne však opět sám/sama/, neboť je rodinným krkem i hlavou. Totalitní zřízení nevede k dobrému a lidsky důstojnému fungování nejen ve společnosti, nýbrž i doma.

Vyjednává se tehdy, jestliže zúčastněné strany mají každá rozdílné zájmy, představy a zejména chtění, přičemž jedno vylučuje druhé, nějak rozhodnout je *nezbytné* a hlasovat nelze, neboť jsou dva. Zdůraznil jsem slůvko „nezbytné“, je totiž řada oblastí, kde partneři mohou mít rozdílné názory i představy – a přitom vůbec není třeba nic vyjednat, nic rozhodnout, jen konverzovat nebo i polemizovat třeba o tom, že jeden preferuje toho politika, druhý jiného, že někomu se líbila ta či jiná kniha, ten či onen člověk; zda někde ve vesmíru jsou či nejsou superlidské bytosti; nebo že jeden má raději modrou a druhý zelenou barvu a že jeden dává přednost zprávám na Nově, druhý na veřejnoprávním okruhu.

Ovšem v těch posledních dvou případech bude vyjednávání *nezbytné*, jestliže se má vymalovat obývací nebo je-li v domácnosti jeden televizor.

Vyjednat si lze *kompetence*, aby se šetřil čas i energie a nebylo nutné o každé záležitosti dlouze debatovat. Tohle je pro manželské soužití i pro tak řečené fungování rodiny významná záležitost: kdo a ve které oblasti života rodiny bude pověřeným a uznávaným šéfem, přičemž ten druhý bude jeho rozhodnutí akceptovat. A pokud ne, pak je třeba buď přerozdělit kompetence, nebo uvažovaný problém zařadit k těm, o nichž se musí vyjednávat.

Řekněme, že finanční hospodaření má ve své kompetenci žena, má k dispozici určitou, vyjednanou sumu na měsíc. Větší nákupy investičního charakteru (pračka, lednička, auto, větší opravy či úpravy bytu a pod.) jsou věci vyjednávání obou. Nebo jsou-li rozděleny kompetence v oblasti péče o děti (včetně kontroly školních záležitostí) a jednomu či druhému se zdá, že něco v téhle oblasti vážne, pak je třeba znovu vyjednat a přerozdělit kompetence – a dohodnuté pochopitelně respektovat.

Možná tohle vše připadá někomu jaksi odcizené hřeživosti lidských vztahů; a slova jako kompetence, fungování, investice i projednávání zní příliš technokraticky, dnes bychom řekli manažersky. Možná. Nicméně bych si dovolil dát k úvaze: soužití v manželství i v rodině má své operativně – instrumentální oblasti, v jistém slova smyslu jde též o podnik, byť nejen o něj. A fungujeme-li doma ra-

cionálně, bez zbytečných rozlad či dokonce hádek, uvolníme si více prostoru a budeme mít více času i lepší vyladění právě k oné hřejivosti a vzájemnosti.

Vyjednat tedy leccos či spíše mnohé potřebujeme a musíme – nežijeme-li v nesvobodě manželské totality. JAK tedy vyjednávat?

Od šedesátých let se sociální psychologové zabývají analýzami vyjednávacích taktik a strategií v oblasti politiky a obchodu. Dovolil jsem si některé poznatky převzít a upravit pro potřeby manželské.

Rozlišme vyjednávání z pozice měkké, tvrdé a alternativní. Tyto pozice je možné držet po celou dobu vyjednávání, někdy k výsledku dojdeme, jindy ne. V tabulce najdete hlavní charakteristiky jednotlivých pozic.

PŘÍSTUPY K VYJEDNÁVÁNÍ¹⁷

měkký	tvrdý	alternativní
	účastníci jsou:	
partneři	protivníci	řešitelé problému
cílem je: shoda, soulad hned teď	vítězství, prosadit svůj názor hned teď	výsledek dosažený efektivně a přátelsky (event. odložit rozhodnutí, jde-li to)
v zájmu dobrých vztahů ustupovat	požadovat ústupky	oddělit vztahy od problému
důvěra k druhému	nedůvěra	jednat nezávisle na důvěře – nedůvěře
výchozí stanovisko měnit snadno a rychle	trvat na původním názoru	zaměřit se na zájmy, ne stanoviska

nabízet ústupky	vyhrožovat (vydírat)	vyjadřovat zájmy (oboustranně)
hranice, za které nechci jít, rychle odkrýt	klamat o nich	nemluvit o hrani- cích
přijímat vlastní jednostranné ztráty	požadovat jednostranné zisky	vymýšlet nové možnosti, z nichž obě strany mo- hou profitovat
hledat jednodu- ché řešení příja- telné pro druhou stranu	přijatelné jen pro mě	hledat více řeše- ní, aby bylo z čeho vybírat
vyhýbat se střet- nutí dvou chtění, názorů	usilovat o vítěz- ství vlastní vůle	usilovat o takové výsledky, které by byly nezávislé na subjekt. chtění
ustupovat tlaku	vyvíjet nátlak	uvádět rozumné důvody a být jim přístupný; ustupovat, jde-li o princip, neustu- povat nátlaku

Vyjednávání „tvrdé“ připomíná zápolení nebo též jednání z pozice síly, kde jeden vyhraje, a druhý tedy musí prohrát. Vyjednávání „měkké“ vypadá na první pohled slibně. Ano, řekne si leckdo, takhle nějak by to mělo probíhat v manželství: vlídně, s důvěrou, netrvat na svém, vzájemně si ustupovat, vyhýbat se střetům. Když si ale představíte, že oba se opravdu důsledně budou držet této vyjednávací pozice, nemusí to vždy vést k užitečným závěrům.

Řekněme, že mladí manželé očekávají narození potomka a je třeba rozhodnout o jeho křestním pojmenování.

Daly by se vybrat i jiné situace, volím tento příklad proto, že na něm lze demonstrovat několik vyjednávacích charakteristik i potíží; a rozhodnout se nějak musí, rozhodnutí má význam a děje se v těhotenství, kdy bývají ve hře nemalé emoce. V následujícím příkladu pouze ty něžné, ušlechtilé.

Je večerní atmosféra přítulnosti, oba sedí těsně u sebe na gauči, občas se chytanou za ruce a něžně pohladí.

Žena: Ty, koloušku, jak bys tak asi chtěl, aby se naše dítětko jmenovalo?

Muž: Ani ti nevím, holubičko. Jak třeba ty myslíš?

Holubička: Já dám na tebe, co ty povíš, víš?

Koloušek: Nó, třeba po tobě, holubičko. A kdyby to byl chlapeček tak třeba po mně, nebo raději taky po tobě. Líbilo by se ti to?

Holubička: Ale to víš, že když se to bude líbit tobě, že se to bude líbit i tvé holubičce, víš?

Koloušek: To jsi hodná, ale já neříkám, že se mi to líbí nebo nelíbí. Já jenom chci, aby se to líbilo tobě. Chápeš mě?

Holubička: Já ti rozumím, seš hodnej. Ale já bych ráda věděla, jak myslíš ty, víš to jméno pro našeho malého kolouška...

Koloušek: ...a pro naši malou holubičku. Co by se ti tak líbilo?

Holubička: Já ti nevím. A co ty myslíš?

/.../

Jen ještě chvílku by tato přeslazená komunikace mohla ve stejném duchu pokračovat. Budou-li se oba důsledně držet svého – tedy nezaujmout žádný postoj, nevyslovit jakékoli přání – zajde dialog na úbytě, nic se nevyřeší, k ničemu nedospěje. Bývá tomu tak tehdy, když každý souhlasí s každým bez ohledu na vlastní přání, bez vyjádření vlastního postoje. Což je k umrtvení, proto se taková komunikace nazývá letální. A všimněte si, že každý vstup je pouze nasazením k otázce, každá replika jen novou otázkou. Takže: i pro manželská vyjednávání bývá nejúčinnější *alternativní* styl, vhodně kombinovaný či doplňovaný pozicí „změkčující“.

Fáze vyjednávání

1. *Utvoření atmosféry.* Tímhle kulatým slůvkem mějme na mysli několik jasně hranatých skutečností v duši, vztahově a též prostorově. Obě strany se shodnou na tom, že budou mluvit o zcela určitém námětu, který potřebují vyřešit, dohodnout. Jde tu o vyladění na vyjednávací komunikační styl. Oba si řeknou, o čem bude řeč a ubezpečí se, že mluví-li o něčem, mají na mysli totéž. A oba v duši své vědí, že nepůjde o nic jiného než o to, o čem se povede řeč; a že řeč se povede pouze o jednom tématu, to jest bez odbíhání a zabíhání. Citové vyladění každé zúčastněné strany nechť je neutrální až mírně, jen velice mírně pozitivní. Příliš mnoho citů, i těch vřelých a ušlechtilých, vyjednávání neposlouží.

Ale co když jeden je vyladěný vyjednávat, kdežto ten druhý vůbec ne – ať už proto, že se mu nechce, že je rozmrzelý, nebo je naladěný k něčemu zcela jinému? A když na rychlé přeladění není naděje? Pak nezbyvá než vyjednávání odložit na jindy, třeba slovy z úst toho, kdo navrhl vyjednávat: „Dobrá, můžeme to odložit. Moc bych ale prosil/a/ ne nadlouho, ano?“

Atmosféru zajisté spoluutváří i prostor, včetně toho, jak a kde jsme v něm rozmístěni. Máme-li vyjednávat, není radno sedět na těsno blízko sebe – viz gauč holubičky s kolouškem. Vyjednávání též neprospívá, když jeden chodí sem tam po pokoji a ten druhý sedí a sleduje partnera pohledem diváka na tenisovém utkání. Ke zdárnému průběhu vyjednávání přispěje, posadíme-li se trochu bokem proti sobě a máme-li mezi sebou stůl či roh stolu. Zkušené vyjednávačky navíc doporučují nic s mužem neřešit na lačno, nýbrž až po jídle.

2. *Diskuse* připomíná konverzační styl komunikace: každá strana mluví zhruba stejně dlouho, obě si poskytují zpětné vazby, potvrzující, že si naslouchají a rozumí sdělovanému. Mluví se o tom, jak vidí jeden i druhý probíraný námět, jaký je jeho zorný úhel pohledu, jaká má přání, zájmy. A spolu s tím jeden dává druhému najevo jasně a slovy, nejen pokyvováním, že rozumí postoji,

zájmům i návrhům druhého. Argumentace při manželském vyjednávání nechť je tak subjektivní, jak jen je možné. Při většině sporných námětů je totiž těžké najít tak řečené objektivně platné argumenty a kritéria.

Budeme malovat byt: jsou objektivně lepší co nejsvětlejší barevné tóny nebo barvy pastelové? Můžeme donekonečna argumentovat, že světlost působí čistotně, šetří na osvětlení a vůbec je hezčí; nebo naopak, že pastelové barvy zvyšují útulnost pokoje a že na světlejších odstínech je patrná každá špína... Není lepší přiznat barvu a říct: „Mně se ti světlá (pastelová) barva tak nějak líbí, mám ji rád, je mi sympatická.“

Nebo: Je lépe prožít dovolenou na horách nebo u vody? Je rozumnější napřed koupit pračku a až později ledničku, nebo naopak? Je lepší odložit koupi auta a zaletět si na drahou dovolenou na Malorku? Každý si dokáže vymyslet řadu tzv. objektivních důvodů, jimiž rozumně, neřku-li vědecky zdůvodní svoje přání a osobní preference. Nechci tím říct, že by vůbec neexistovala objektivní, ba přímo vědecká kritéria. Například, že kouření škodí, že není zdravé požívat příliš mnoho vepřového a hlavně nemá být tučné; že víno má větší procento alkoholu než desítka, avšak méně než slivovice... I v těchto případech se však osvědčuje i lépe přijímá, vyjádřit se subjektivně: že kouření MNĚ vadí, rozkašlává; že tučné vepřové JÁ nechci a nemám rád; a pivo MNĚ /ne/ chutná, víno i slivovici mám rád.

3. *Hledání a varianty řešení*, případně možností, jak k němu dospět. Jsme u jádra vyjednávání, má několik variant, proto se této fázi věnujme za chvíli podrobněji, zde ji pouze zaznamenejme.

4. *Shrnutí závěrů*. Děje se v jednoduchých větách, nejlépe v jediné, nerozvinuté. A doporučuji, aby tuto větu řekli oba partneři, ne současně, nýbrž jeden po druhém, je lhostejné v jakém pořadí. Komentář by, pokud možno, neměl být žádný, jen snad si ověřit, zda oba dohodnutému řešení (a jeho souvislostem) shodně rozumí. Za komunikační neukázněnost lze považovat návraty do kterékoliv z přecházejících fází.

5. *Ukončení*. Oba vyjádří potěšení ani ne tak z přijatého řešení, nýbrž z toho, že k nějakému vůbec dospěli. Při každém správně vyjednaném problému, jsou *vždy* jeden nebo druhý, případně oba, do jisté míry nespokojeni s tím, k čemu dospěli. Potěšení a radost nechť je z toho, že něco vyjednali. A lze si i připít vínem, slivovicí či pivem, nejlépe každý tím, nač má právě chuť. A opět: nevracet se k ničemu, co a jak bylo řečeno.

Jak dlouho celé takové vyjednávání trvá? Odhaduji, že maximálně deset až patnáct minut. Prodlužování nebývá účelné.

Varianty řešení

1. *Kompromis* se víc osvědčuje v politice nebo při obchodním vyjednávání než v manželství, kde bývá obtížný, ne-li nemožný, někdy i nesmyslný. Nabízí se při řešení některých finančních sporů. Jestliže muž navrhuje investovat do letošní dovolené částku X a manželka Y , spor lze elegantně vyřešit kompromisem, kdy dohodnutá suma = $(X + Y) : 2$.

Nebo se vede diskuse o frekvenci sexuálních styků. Prosím, připusťte – a já se za to přimlouvám navzdory očekávatelným protestům – že i tato oblast může být předmětem vyjednávání. Muž by nejráději denní kontakty, žena jednou týdně – může být i naopak. Jestliže uvažovaný rozpor nemaskuje problémy hlubší a z jiných oblasti, jde-li tedy o rozdílnou, fyziologicky podmíněnou potřebnost, pak lze vyjednat přijatelný kompromis: v průměru dvakrát týdně, byl-li návrhovatelem nižší frekvence muž; nebo třikrát, jestliže méně častěji by ráda žena. A pro jistotu: vyjednávání o frekvenci sexuálních kontaktů nechť neprobíhá v posteli, nýbrž v obýváku – viz pasáž o atmosféře.

Vyjednávač ovšem nesmí blafovat jako u Hrabalů a nadsadit svůj návrh tak, aby „kompromisem“ dosáhl přesně toho, co původně chtěl. Když už se blafuje, tak raději oba.

Ovšem v celé plejádě sporných manželských témat je kompromis k ničemu. Nejde koupit polovinu ledničky a polovinu pračky; nebo na dovolenou nejet ani na hory

ani k vodě, nýbrž někam mezi, kde nebudou ani kopce ani koupání. Nebo jestliže se jedná o tom, zda dítě nastoupí od příštího roku na soukromou školu, nebo zůstane ve státní, zněl by kompromis ... nevím jak.

Jestliže však jde najít uspokojivý kompromis, to jest něco na půl cesty mezi tím, co si přeje jeden a co druhý – proč ne?

2. *Losování.* Tato metoda řešení sporných záležitostí manželského páru je bohužel opomíjená.

Nejde-li se dohodnout, proč si někdy nehodit korunou, majetnější mohou použít minci vyšší hodnoty? Zajisté tím dáváme velkou moc náhodě – a náhoda je, jak se říká, blbec. Zejména tehdy, padne-li jiné rozhodnutí, než jsem si přál. Přimlouvám se za losování v těch případech, kdy oba partneři usoudí, že nejde o nic závažného. Třeba se dohadují o tom, kam jet na výlet, jeden chce tam, druhý jinam – a oba na ničem nebazírují, rozhodnout se však nějak musí. Mohou si tudíž stříhnout. Nelze však losovat s myšlenkou, neřku-li se slovy: „Hodíme si korunou, a když vyhraje můj návrh, výsledek беру.“

3. *Arbitráž.* Zní docela rozumně, že nedaří-li se nám na něčem shodnout, vybereme si nezaujatého experta, který je v uvažované oblasti sporu lépe informovanou osobou, než jsme my – a ten ať rozhodne, co a jak. Tato metoda vyjednávání je výborná tehdy, když zúčastněné strany nevědí přesně, co vlastně chtějí, shodli se však na tom, že něco chtějí. Třeba koupit videozařízení – jenže jaké? Na místě je rada odborníka. Žádný expert však za nás nevyřeší, jestli se nadále obejít bez videa a místo toho zakoupit mikrovlnou troubu. To musíme vyjednat sami.

Jsou arbitři zvaní a nezvaní, kteří nejenže za nás nic nerozhodnou, ale ještě nás proti sobě popudí. Zejména, jsou-li z okruhu blízkého příbuzenstva, a navíc je arbitráží pověřil jen jeden z manželů bez souhlasu toho druhého.

Vzpomínáte si, jak byla řeč o jméně pro nenarozené dítě? Vězte, že mladí manželé pořád nejsou dohodnuti, vyjednávání už dvakrát ztroskotalo.

Muž i žena se jmenují třeba stejně jako koloušek a holubička, Hubert a Vilma. A jednou v neděli odpoledne sedí kolem stolu na návštěvě u Hubertových rodičů, pít kávu, žmoulají bábovku – a tu potenciální babička pronese: „Poslechni, Vilmičko, tak jsem slyšela, že se tady s Bertíkem nějak pořád nemůžete shodnout na jméně pro děťátko. A vezmi si, děvče, trochu šlehačky, seš nějaká pobledlá.“ Hubert má ještě šanci, kdyby třeba pravil: „Ale mamí, to je v pořádku, my si to už nějak probereme,“ a rezolutně by řeč převedl jinam. A později, až budou s ženou sami, by se jí pokorně omluvil, že to z něho máti, však ji znáš, vypáčila. Jenže znáte Huberta: mlčel, kýval hlavou, pokukoval z matky na manželku a zpět. Budoucí babička pokračovala: „Já vám tady s taťkou do toho nechci mluvit, ale víš, Vilmičko, že já vždycky v takových věcech dala na to, co řekl tady taťka. A neber si tolik šlehačky, táto, zase tě bude bolet žlučník.“ Budoucí dědeček pokýval hlavou, činívá tak často. Zato budoucí maminka zrudla a sklopila oči, což si její muž mylně vyložil jako náznak souhlasu s babičkou, která dovršila monolog slovy: „ Víš, děvče, Bertíček mi říkal, že on by rád Bětušku nebo Norbertka, kdyby to byl chlapeček, to by bylo pěkné, říkali jsme si tady s taťkou. Je to tak. A co ty, Bertíku, že si nevezmeš ještě kousek bábovky, doma jsi ji přece měl tak rád.“

Co říkáte na takovou „arbitráž“?

4. Nabídky variant a kompenzací. Uvažte, prosím, zda právě tohle není jedna z nejnadějnějších cest k úspěšnému vyjednávání. A nedejme se odradit komerčním slovníkem.

Když bychom se rozhodli pro řešení, které navrhuješ ty – co za to? Když bys' přistoupil/a/ na můj návrh, tak já bych ti nabídl/a/...

Na příklad: muži se nelíbí investovat teď do mikrovlnné trouby, ženě ano. A žena navrhně: „Ono by možná šlo ještě nějaký ten čas s tou troubou počkat. Jak asi dlouho, co myslíš?“ Muž: „Tak nejdéle rok, možná i míň.“ „A co kdybychom koupili už teď,“ praví žena, „tu novou žehličku Moulinex, jak jsem ti nedávno ukazovala prospekt? To bych byla moc ráda, když už bych ten půl rok musela oželt mikrovlnku.“ Nebo: žena by velice ráda, aby o příští do-

volené navštívili Paříž. Muži se moc nechce, dal by přednost chatě v Jeseníkách, kde je blízko říčka plná pstruhů. Ví však dobře, že Paříž je neslábnoucí dívčí touha jeho partnerky. A tu žena řekne: „Víš, ono by taky šlo být v Paříži jen pár dní, mně by to třeba stačilo. A já bych všechno zařídila a vyřídila přes jednu kamarádku, myslím Renátu, co se ti tak líbila, ona teď pracuje v jedné cestovce. Už jsem to trochu spočítala a místo pětadvaceti tisíc by stálo jen patnáct, nejvíc osmnáct. Takže by zbylo. A byla bych ráda, kdyby sis koupil ten švédský rybářský prut s elektronickým navigákem na pstruhy, co se ti tak líbí.“

Kompenzací však někdy – nebo leckdy? – může být i radost a potěšení, které učiním partnerovi tím, že přistoupím na jeho /její/ návrh. Ale teď prosím o velikánskou obezřetnost: je tomu tak jen a jen tehdy, když tuto kompenzaci navrhne výlučně ten, kdo radost dělá- a ne, aby ji ten druhý vyžadoval/a/. Tedy: při vyjednávání není přípustné loudit a říkat: „Tak ty mi nechceš dopřát vůbec žádné potěšení, ani udělat radost!“ Neřku-li vyslovit vydírající a při vyjednávání zcela nemožnou větu: „Jestli mě máš ještě trochu rád/a/, tak ...“ Ale to už jsme u tvrdších komunikačních přestupků, máte-li zájem, lze nalistovat cvičení „Komunikační přestupky a fauly“ v závěrečné části.

A ještě bych rád něco dodal: při vyjednávání necht' jsou přítomny i děti – už od čtyř pěti let do dospělosti – tak často, jak je to jen možné. Zajisté je nepřizveme k diskusi o frekvenci sexuálních styků. Ale velká řada malých i větších námětů se dětí přímo nebo nepřímo týká, a je tudíž na místě vyslechnout i jejich přání, názor. A hlavně: děti necht' jsou při vyjednávání především proto, aby si už od útlého věku mohly začít osvojovat jednu z nejdůležitějších komunikačních dovedností, která se jim později, v soužití dvou rovnoprávných lidí bude hodit: umět se dohodnout konstruktivně, věcně, vstřícně a bez faulování.

LÁSKA MILENECKÁ, MANŽELSKÁ A MRTVÁ

Nabízený dotazník pomůže rozlišit tři podoby lásky – viz titulek. Otázky jsou určeny jen a pouze jedinci, není žádoucí vyplňovat cokoliv jménem svého partnera ani místo něj /ní/.

Rekvizity: měkká tužka, event. guma, aby bylo možné odpovědi vymazat a text byl použitelný i pro druhého, bude-li někdy chtít.

Návod: Proberte položky jednu po druhé – jen sám/a/ se sebou a pro sebe. Nad každou chvíli uvažujte a zakroužkujte písmenko u té z nabízených odpovědí, která se nejvíce blíží skutečnosti. Obvykle ta první odpověď, která člověka napadne, je tou pravou. Je možné zakroužkovat i více odpovědí než jednu.

1. Když partner/ka/ hodinu nebo déle nepřichází v dohodnutou či předpokládanou dobu domů, napadá vás především:

- (a) Snad se mu/jí/ něco nestalo.
- (b) Že on je s nějakou ženskou?! Že ona zase je s nějakým tím svým přítelíčkem!?
- (c) Nenapadá mě nic; nezabývám se tím.

2. Představte si, že uslyšíte, jak partner/-ka/ právě přichází domů, a to později než (by) měl/a/. Co uděláte?

- (b) Budu napjatě čekat někde v místnosti, kam musí vejít. A když vejde, zvednu výmluvně oči (případně si vložím si hlavu do dlaní) a čekám a čekám ...
- (a) Když uslyším jak přichází, schovám se v bytě, aby si chvíli myslel/a/, že nejsem doma, a pak vybafnu, aby se polekal/a/.
- (a) Vlídne ho /ji/ přivítám a řeknu, že je dobře, že už je doma a že jsem málem měl/a/ o něj /o ni/ starost.
- (b) Řeknu mu /jí/ hlasitě z plných plic, co si myslím o takovém chování – a vůbec o něm /o ní/.

(c) Neřeknu ani neudělám nic, protože už dávno spím nebo si dělám svoje (čtu, koukám na televizi a pod.) a nechci být rušen/a/.

3. Když jsme spolu v pohodě, mívám neodolatelnou chuť nějak ho/ji/ pozlobit, vytočit, vyštengrovat.

(b) Ano, stává se to.

(a) Nestává, případně jen zcela výjimečně.

(c) Už se nevzpomínám, že bychom spolu byli v pohodě.

4. Když si pomyslím, že bychom se mohli rozejít; že by mě opustil/a/, našel si jinou /jiného/, mám pocit:

(b) že bych to snad nepřežil/a/ a život by pro mne končil;

(a) že by mně to bylo moc líto, ale můj svět by se nezbořil;

(b) že si už nikdy nikoho jiného nenajdu.

(a) Nedokáži odpovědět, protože něco takového si nechci představovat.

(c) Byla by to pro mne úleva.

5. Už se mi stalo, že mě zavalil silný cit, který vyústil v přání dát jí ze samé lásky pár facek – poškrábat mu oči.

(b) Už se stalo, případně stává se.

(a) Neznám takový pocit.

6. Když jsem někde z domu pryč přes noc nebo déle:

(b) Zatelefonuji, abych si ověřil/a/, zda je doma.

(c) Vůbec mě nenapadne volat.

(a) Zatelefonuji, abych se zeptal/a/, jak se má, co dělá a pověděl/a/, jak se mám já.

7. Svého partnera /rky/ se ptám, jestli mě má rád/a/:

(b) jednou za 24 hodin a častěji

(b) dvakrát až třikrát týdně

(a) jednou za měsíc, za dva

(a) o Vánocích (nebo jindy jednou za rok)

(c) na nic takového se nikdy neptám

8. Když kolem mého partnera/rky/ tokavě zakrouží příslušník opačného rodu, dříve se říkalo pohlaví:

(b) Trnu, případně tuhnu.

(a) S pobavením či mírným potěšením po nich několi-krát mrknu a víc se nezajímám.

(a) Mrknu párkrát, pocítím něco jako lehký závan žárlivosti, který se brzy rozplyne.

(b) Rychle k nim přistoupím a zeptám se příslušníka /příslušnice/, jak se pořád má jeho /její/ manžel/ka/..

(b) Mám co dělat, abych jednomu, druhému či oběma nevyčinil/a/ slovy nebo i činem.

(b) Vyčiním.

(b) V té chvíli neudělám nic, doma to však ten můj /ta moje/ pěkně schytá.

(c) Takové situace bych si vůbec nevšimal/a/, pokud bych ji vůbec zaregistroval/a/.

(c) Nikdo nezakrouží. A kdyby ano, stejně bych u toho nebyl/a/, protože spolu nikam nechodíme.

9. Někdo stejného rodu /dříve pohlaví/ jako vy vám řekne, že máte velice půvabnou a žádoucí ženu /vzrušujícího muže/.

Jak zareagujete?

(a) Polichocně se usměji a poděkuji za ocenění.

(a) Jsem z toho poněkud „na větvi“ a moc nevím, jak a co říct.

(b) Mám chuť sdělovatele fyzicky napadnout.

(b) Napadnu ho /ji/.

(c) Nelze odpovědět, protože tohle mně nikdy nikdo neřekne.

10. Asi tak třikrát až čtyřikrát ~~za~~ týdně se prudce pohádáme, ale rychle se dokážeme sladce a krásně usmířit.

(b) Souhlasí.

(a) Pohádáme se tak jednou až dvakrát za měsíc a nejpozději do 24 hodin se usmíme.

(c) Vůbec nikdy spolu nejsme ve sporu.

11. Zabývám se myšlenkou, zda mě partner má rád více nebo méně, než já jeho /ji/.

(b) Ano, často o tom uvažuji.

(a) Neuvažuji o tom.

12. Když se o něčem nemůžeme dohodnout, požádám ho/ji/, aby ustoupil/a/ slovy: „Jestli mě máš opravdu rád/a/, pak ...“

(b) Stává se to.

(a) Nestává.

(c) Nelze odpovědět, protože nikdy spolu o ničem nevyjednáváme, nedohadujeme se.

13. Když partner/ka/ onemocní, případně kdyby onemocněl/a/ a musel/a/ ležet:

(b) Pocítím úlevu a napadne mě, že teď ho/ji/ konečně mám jenom pro sebe.

(a) Je mi ho /jí/ líto.

(c) Jsem rozmrzelý /á/.

Klíč: spočítejte kolik máte odpovědí (a), (b) a (c).

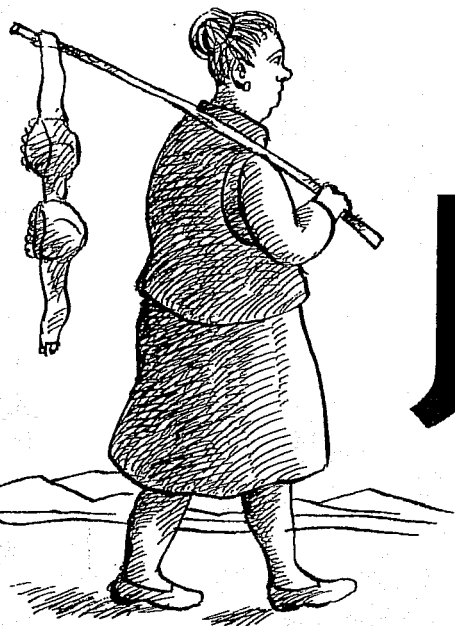
Jestliže je počet (a) odpovědí větší než (b), je důvodné podezření, že převažuje láska manželská nad milencečkou.

Pokud je tomu naopak, nic si z toho nedělejte v případě, že se znáte méně než půl roku.

Jestliže počet odpovědí (c) se blíží číslu deset, lze doporučit živou vodu z příslušné pohádky. Možná někde je.

Určeno pouze pro studijní účely

Určeno pouze pro studijní účely



MUDr. Miroslav Plzál

Jak dál...?

u vás doma,

ve vašem

manželst

TROJA

PRAHA 1999

16. Jak dál?

V současné době lidé tuší, že v manželství se skrývá nějaké divné nebezpečí, a proto velmi prudce narůstá počet případů, kdy dva mladí lidé spolu nejdříve delší dobu žijí a teprve pak se berou.

Samo údobí milenecké lásky, tedy údobí milencství, se změnilo. Vážná známost začíná tím, že se spolu dva mladí lidé vyspí a pak spolu chodí, a to tak, že hledají všechny možné cesty, aby spolu i bydleli. Většinou u jednoho z rodičů.

Namlouvání a svádění se zkrátilo, byť zůstala touha po velké až závažné milenecké lásce, jejíž základní předpoklad k naplnění si milenci sami ruší předčasným soužitím. A tak slyšíme jen volání, značně nářikavé, po velké lásce, která nepřichází, protože za těchto okolností ani přijít nemůže.

Věnujme se však výhradně manželství.

Nedovedu si představit, že by v brzké době rovno-

Uurčeno pouze pro studijní účely
 právné liberálně párové manželství zaniklo. Ovšem kdesi na pokraji zatím hlavní masy párového manželství vznikají pokusy o jiné manželské formace. Vím, že v Praze existují v současné době jakési manželské trojice, buď jeden muž a dvě ženy, nebo jedna žena a dva muži. Vždy dva z členů trojice pracují a jeden pečuje o děti a domácnost. Hledím na tyto triády s nedůvěrou a ani v nejmenším je nijak nedoporučuji ani neprosazuji, jen konstatuji, že jsou.

Nezbývá nám nic jiného než vylepšovat současný manželský pár.

Kdo četl pozorně předchozí kapitoly, odvodil si, že vylepšovat kvalitu manželství lze především vylepšováním komunikace – dorozumívání.

Manželské dorozumívání je ohroženo dvěma krkolomnými záludnostmi (paradoxy):

1. Existuje více stejně správných řešení v párovém rozhodování a je **NEROZHODNUTELNÉ** které volit;

2. V manželství mohou vlivem vibrací a fluktuací kvality dorozumívání dospět až do situace **NEŘEŠITELNÉ**, protože rozkomáháním vzájemných Emocí vznikne **komunikační nepřátelství**, kdy cílevědomě vetuji, co druhý navrhuje, a navrhuji, o čem vím, že druhý nechce.

Vstupují-li proto dva lidé do manželství, mají především střežit, **jak** se budou dorozumívat. Ono „**jak**“ je obvykle důležitější než „o čem“ se budou bavit.

Opakuji snad už naposledy, že popis STAVU manželství jako živého systému je dostatečný, sledujeme-li jeho pět základních proměnných:

1. Dorozumívání;

2. Soužití (se čtyřmi reprezentativními složkami:

domácnost, péče o dítě, finanční hospodaření rodiny, nakládání s volným časem);

3. Manželská láska;

4. Manželská sexualita;

5. Manželské klima (interference neboli vzájemné působení Nálad manželů).

Všech pět proměnných má přirozený trend se samovolně kazit. Nevěnujeme-li určité množství úsilí, soustředění, námahy a obětí k jejich střežení, překročí fluktuace některé z nich své meze a nastane Chaos v manželství jako systému. Nastane rozvrat, zánik uspořádání všech hlavních proměnných a zahrozí rozvod.

Považuji za nesmírně záludné, že zjistím-li korozi v některé z proměnných, třeba že jsme doma stále nerudní a naštvaní (porucha Klimatu manželství), nesmím zavést na toto téma přímý dialog.

S jedinou výjimkou: že jsme se už naučili hovořit o KOROZI některé z hlavních proměnných. Začneme-li bez předchozí úmluvy a bez znalosti dialogu o stavu manželství hovořit přímo, třeba že doma je to k nevydržení, musíte počítat s tím, že druhý pojme započatý dialog jako OSOČENÍ, ihned vznikne NESHO-DA ve výkladu, „proč“ se doma nedá dýchat, a dialog se svede směrem, kdo tento stav zavinil.

V nedobré náladě obtížně uznáme svou vinu a provinění na druhém vidíme vždy nadbytek.

Manželé poučení vědí, že pohovořit si o horšících se vibracích manželského klimatu lze jedině:

– je-li oboustranně nálada dobrá;

– jsme-li oba schopni uznat, že právě manželské Klima je jedna ze základních proměnných, na níž ne-

musí nést nikdo z manželů vinu, protože sama vibrace Emocí v Bdělém Vědomí nám nedokáže synchronizovat emoční SOUZVUK. Vlastní vůlí Emoce změnit nedokážeme, ale dokážeme **ovládat své chování**. Je lépe při špatném Klimatu si vzájemně říci „Pozor, dnes koušu...“ než se pustit do rozboru, „proč“ koušu.

Avšak vážne-li manželské Klima a domov se stává odpadkovým košem špatných nálad manželů, zůstává i tak dorozumívání hlavním prostředkem jak situaci upravit. Čtenář už má nejenom vědět, ale být přesvědčen o tom, že proti únosným vibracím Nálad jsme bezmocni a nějaké trvalé ideální manželské Klima s nepřetržitou radostí nebo snad dokonce štěstím neexistuje.

Ovšem je-li čas na povídání, mají si manželé ujasnit, co má dělat partner dobře naladěný s nenaladěným. Podotýkám, že ani výsledek takového rozhovoru nepovede k nějaké totální neporuchovosti, ale mohou se dozvědět obecně, **čím dokáží druhého potěšit**.

Čtenář si jistě sám odvodil, že vzájemně se ničící Emoce manželů zhoršují dorozumívání tak, aby proběhlo bez hádky. Víme, že emoční pocity nespokojenosti a ustaranosti jsou cosi každodenního, a nepochopí-li druhý, že jsem ustaraný, protože mi hrozí ztráta zaměstnání, nebo že jsem nespokojený, protože můj šéf je očividně nespravedlivý, popuzuje mě manželčin nezájem ke zlosti. A zlost už je větší vibrace v dorozumívání, protože je směřován na druhého manželského partnera a vše říkám proto, že ani jeden z manželů obvykle neví, co si se zlostí počít.

Na jakýkoliv pokus pomoci lze totiž „logicky“ něco nepřátelského namítnout. Manželka řekne manželo-

Určeno pouze pro studijní účely

vi, který se počal dusit ve zlosti, aby se posadil a vše jí pověděl, aby se vymluvil, že se mu tím prý uleví. Neuleví. Protože byl neukázněný a neinformovaný, zařve: „Já se nepotřebuju vymluvit, ale potřebuju jiného šéfa a ty to nechápeš.“ Manželka se pak marně snaží vysvětlit, že chápe, ale co ona může dělat.

Jen pro zajímavost. Manželka řekne, že neví, jak by mohla manželovi odpomoci výměnou jeho šéfa, a on vyštěkne, že kdyby si pořád nekupovala ty své rtěnky, parfémy a laky na vlasy, mohl by přijmout méně placené zaměstnání, kde by měl klid. A už si zlostný manžel udělal z manželky zlostného nepřítele, protože ona se začne bránit, že oproti paní Klokanové má všeho sotva polovinu a že by manžel viděl, oč více peněz by jí musel dávat, kdyby měla to, co mají jiné ženy.

Zlost směřovaná původně na nespravedlivého šéfa se stočila dovnitř manželství na druhého partnera a začne boj.

Obrana? Uznávat MEM neboli zvyklost, že jakmile se doma začne zvyšovat hlas, přerušit dorozumívací kontakt. Původní NESOULAD (NESHODA EMOCÍ) vedl k hádce, protože se manželé nikdy dříve nebavili o tom, co udělají, vznikne-li NESHODA EMOCÍ neboli NESOULAD NÁLAD. Nebyla mezi nimi SHODA, co udělají, vznikne-li NESHODA ať už NÁLAD (EMOCÍ), nebo NÁZORŮ.

Jak řešit tyto NESHODY, se lze ovšem dohodnout jen v dokonalém názorovém i emočním souzvuku.

Jestliže tvrdím, že dorozumíváním (slovním i mimoslovním) se mohu dopracovat k únosnému manželství, musím doplnit, že existuje pět základních dorozumívacích prostředků:

1. Instrumentální dialog

Je to dialog o soužití. Dialog je nástrojem neboli instrumentem k dosažení SHODY o soužití. Má mít svůj RITUÁL: „Musíme projednat závažnou věc, dozvěděla jsem se, že syn začal fetovat. Vše si nech projít hlavou a někdy zítra nebo pozítří se rozhodneme, co uděláme.“

Při instrumentálním dialogu podáváme NÁVRHY, opírající se o naše NÁZORY, které ale mohou být našimi PŘEDSUDKY a OMYLY!

2. Neinstrumentální dialog

Je to dialog o NÁZORU, který nemá principiálně žádnou spojitost se soužitím. Tématem mohou být politika, sport, kdo s kým chodí, kdo se bude rozvádět, nebo co je hezčí, zda chrám svatého Víta v Praze, nebo socha Davida ve Florencii. Nezapomenout, že lze mít více správných NÁZORŮ na jedno téma.

3. Vyprávění

Jeden vypráví a druhý naslouchá. Nejde o NÁZOR, nýbrž o sdělení, co jsem zažil, viděl, ale i pokus zaplašit nudu, nebo někdy i pobavit. Vyprávět smím jen tenkrát, pokud druhý chce naslouchat.

Není na škodu, když se někdy trochu přinutíme a nasloucháme, pokud druhý vypráví. Uděláme mu radost (+E), ale nesmí toho využívat.

4. Provozní poznámky (podotknutí)

Jde zásadně jen o krátké výroky, které dotahují SHODU jak dorovnat soužití, ale i nálady manželského klimatu. Třeba „Chutná ti ta polévka?“ – „Je vynikající.“ V negativní podobě mají povahu nebezpečného poštekávání.

5. Přátelské mlčení

Není příznakem nějakého zahnívání manželství, ale naopak. Jednou z hladivých představ manželského života je, že já ve své pracovně píši a slyším, jak manželka stále něčím šustí a šramotí ve vedlejší místnosti. V amerických špatných filmech (Američané samozřejmě točí i vynikající filmy) se v posledním desetiletí k sobě manželé po třiceti letech soužití chovají jako milenci. Je však podtržena nikoliv zralá poezie milencství, nýbrž její infantilní projevy. Tudy cesta nevede!

Vážený čtenáři, něco jsem do tebe nadupal, našlapal, nahustil a činil jsem tak proto, aby v tobě něco zůstalo. Znovu se omlouvám, že jsem mnohé opakoval. Vím proč. Mohu samozřejmě předat zkušenosti, výsledky zkoumání, ale nemohu dodat přiměřenou dávku štěstí, aby manželství vyšlo. Bez šťastných náhod se nedaří nic, natož manželství. Jenomže v manželství jsme schopni šťastnou náhodu nejen přehlédnout, nýbrž i nevyužít.