

2. kapitola

Životní cyklus rodiny

Přestože doménou lidských vášní bývá všední rodinný život, teprve nedávno se tímto fenoménem začala věda podrobněji zabývat. Zjistilo se, že rodina prochází postupně určitým vývojem, a je-li tento vývoj narušen, objevují se u lidí úzkosti a psychiatrické symptomy. A přesto se dosud odborníci v klinické nebo sociální oblasti těmito běžnými životními záležitostmi vážněji nezabývali. V psychiatrii a psychologii se za hlubší přístup považovalo zaměřit se na otázky identity, bludných formací, dynamiky nevědomí nebo zákony percepce spíše než na dilemata, která vznikají, když muži a ženy začnou žít spolu a mají děti. Nyní, když začínáme chápat obrovský vliv soukromého sociálního kontextu na povahu jednotlivce, zjišťujeme, že stojíme tváří v tvář skutečnosti, že společenský kontext se s postupem času mění a my máme o tomto procesu jen omezené množství informací.

Řekneme-li, že by se při terapii měl používat strategický přístup, zajímá nás současně, co by mělo být jeho cílem. Za posledních dvacet let jsme získali náhled na funkci symptomů a jiných lidských problémů v širokých souvislostech. Na symptomy se kdysi pohlíželo jako na projev jedince, který nijak nesouvisí s jeho situací ve společnosti. Záchvaty úzkosti nebo deprese vyjadřovaly stav jednotlivce. Později se objevila myšlenka, že symptomy jsou vyjádřením vztahu mezi lidmi a že

slouží taktickému účelu v blízkých vztazích. Na záchvatu úzkosti byla podstatná jeho funkce v manželství nebo v rodině, v zaměstnání nebo ve vztahu k terapeutovi. Nyní se objevuje ještě širší pojetí, které je implicitní v terapii Miltona Ericksona. Symptomy se objevují tam, kde dochází k dislokaci nebo přerušení rozvíjejícího se životního cyklu rodiny nebo jiné přirozené skupiny. Symptom je signálem, že rodině působí nesnáze opustit určitou etapu životního cyklu. Například záchvat úzkosti u matky, které se narodí dítě, je výrazem obtíží, které rodinu provázejí, když začíná období péče o děti. I při výrazném zaměření na symptomy má Ericksonova terapeutická strategie jako hlavní cíl vyřešit problémy konkrétní rodiny, aby se v ní cyklus života dal opět do pohybu. Ericksonova terapeutická technika je dokonalá, současně však neopomene brát v úvahu základní premisy rodinného života, kterými se řídí jeho strategie.

Když si uvědomíme, jak důležitou roli má proces vývoje v rodinách, zjistíme, jak málo informací o životním cyklu rodiny existuje. Neprováděly se žádné longitudinální studie založené na pozorování rodiny. Máme záznamy, kde o sobě členové rodin hovoří a odpovídají na otázky, a ty jsou velmi nespolehlivé. Veškeré další informace pochází od rodin, které, poté co začnou mít problémy, zahájí terapii. Sledovali jsme různá stadia cyklu rodiny, aniž bychom věděli, co jim předcházelo nebo co má logicky následovat. Klinik, který chce porozumět přirozenému vývoji rodin a přizpůsobit mu svou terapeutickou strategii, zjišťuje, že má o tomto procesu velmi málo informací a že pracuje s mýty, jaké by rodiny být měly, a ne s údaji, jaké rodiny doopravdy jsou.

Dalším problémem je to, že jakékoli chápání vývoje rodiny může velmi rychle zastarat, protože se celá společnost stále mění a vznikají nové formy rodinného života. Nukleární rodina rodičů a dětí žijící odděleně od ostatních příbuzných je relativně novým elementem. Když začínáme nukleární rodině rozumět,

pozorujeme, že se objevují nové formy vícegeneračních rodin, a terapeut, který pracuje s mladými lidmi, zjišťuje, že uvažuje v rámci zastaralého pojmového modelu. Klinik musí tolerovat rozmanité způsoby života, a přesto musí mít určitou představu o procesu vývoje rodin, která mu bude sloužit jako vodítko k rozpoznávání stadií krize.

Stručný přehled kritických fází u amerických rodin střední vrstvy nám částečně umožní pochopit Ericksonův strategický přístup, přestože nezahrnuje třídní a kulturní rozdíly. Vzhledem k tomu, jak komplexní je každá rodina v kterémkoli momentu své existence, natož během celého života, se zde o víc ani nepokouším. Nabízím jen rámeček pro další kapitoly, v nichž jsou Ericksonovy způsoby řešení problémů v různých stadiích rodinného života prezentovány.

Ale než se pokusím popsat rodinný cyklus, chtěl bych se zastavit u případných námitek vůči tomuto názoru na terapii. To, že cílem terapie je pomoci lidem překonat krizi spojenou s přechodem k dalšímu stadiu rodinného života, by mohlo u některých kliniků vést k domněnce, že se jedná o „uzpůsobování“ lidí jejich rodinám nebo společnosti, která rodinu utváří. Takový názor je naivní, protože přehlíží fakt, že svobodu a růst jednotlivce determinuje to, do jaké míry se dokáže zapojit do své přirozené skupiny a společně s ní se vyvíjet. Dalo by se říci, že společensky izolovaný jedinec má více svobody než člověk zapojující se do pracovního a společenského života, pokud ovšem nezkoumáme restriktce společensky izolovaného.

Existují dva způsoby, jak osobu „uzpůsobit“ její situaci, aniž by došlo ke změně a růstu. Jedním je stabilizace pomocí medikamentů. Pokud mladý člověk dosáhne určitého věku a rodina není schopna projít stadiem, které mu má umožnit odchod, bude tento člověk vykazovat symptomy. Léky pro danou chvíli zabrání problémům, ale stejně tak zabrání změně v rodině a situace se stane chronickou pro mladého člověka i pro rodinu. Druhou metodou uzpůsobování je dlouhodobá individuální

terapie cílená na pomoc se snahou porozumět vývoji v dětství a pochopit zkreslené percepce spíše než na realitu současného života. Například mnohé manželky, nespokojené s jednotvárným životem na předměstí, bývaly stabilizovány intenzivní psychoanalýzou. Místo podpory činnosti, která by jejich život obohatila a učinila zajímavějším, zabraňuje terapie takové změně vnucením myšlenky, že problémem není jejich současná situace, ale spíše psychika.

Vnímáme-li terapii jako způsob, jak udělat něčí život rozmanitější a bohatší, pak by mělo být jejím cílem osvobodit člověka od omezení a restrikcí společenské sítě v obtížných situacích. Symptomy se obvykle objevují tehdy, když se někdo nachází v nemožné situaci a snaží se z ní dostat. Kdysi panoval názor, že zaměření se na symptomy je jen zmírňuje, s tím, jak se pacient uzpůsobuje situaci. To tvrdili klinici, kteří nevěděli, jak symptomy léčit, a neuvědomovali si, že kromě vzácných případů nelze symptom odstranit bez toho, aby v situaci člověka v rámci společnosti došlo k zásadní změně, která ho osvobodí a umožní mu růst a vyvíjet se. Například záchvaty úzkosti, které vznikají v důsledku omezené interpersonální situace, nelze odstranit, aniž by terapeut zasáhl a pomohl pacientovi nalézt ve svém životě více alternativ.

Období namlouvání

Systematický vědecký výzkum se zaměřením na rodinu člověka byl zahájen teprve nedávno a prolínal se s výzkumem společenských systémů jiných živých tvorů. Zhruba od padesátých let minulého století jsou lidé i zvířata pozorováni a zkoumáni ve svém přirozeném prostředí. U lidí i zvířat existují určité podobnosti i zcela zásadní rozdíly, díky nimž chápeme povahu lidských dilemat. Lidé mají s ostatními tvory společný vývojový proces namlouvání, sblížování, stavění hnízda, výchovy dětí a vyslání potomků do života, ale vzhledem k složi-

tější sociální organizaci lidí jsou problémy v průběhu životního cyklu lidské rodiny jedinečné.

Každé mládě prochází v určitém věku nejrůznějšími rituály namlouvání. Druhy, které žijí v hejnech, se páří nahodile, přičemž upřednostňují příslušníka opačného pohlaví. Jinde se partneři pravidelně potkávají v období páření, ale mimo tuto dobu žijí každý sám. Mnohá zvířata si volí druha na celý život, například husa divoká. Každý rok se páří, potom společně vyvádějí mladá, a pokud jeden z nich zahyne, druhý truchlí a mnohdy už zůstává po zbytek života sám.

Člověk se svými komplexními schopnostmi využívá veškerých možností, které se mu v této oblasti nabízí. Lidé mívají anonymní sex, navazují známosti pouze za účelem sexu, zkouší polygamii. Nejčastěji si muži vybírají jednu partnerku na celý život – alespoň v souladu s mýtem americké střední třídy, na kterou se zde zaměříme.

Zásadním rozdílem mezi lidmi a zvířaty je to, že jenom člověk má příbuzné. Příbuzní jsou součástí každého stadia v životě lidské rodiny, zatímco u jiných druhů dochází mezi generacemi k diskontinuitě: rodiče vychovávají svá mláďata, ta odejdou a sama si najdou své druhy. Medvědice neříká své dceři, koho si má vzít, ani nedohlíží na výchovu medvíďat. Lidští rodiče naproti tomu podrobují potenciální partnery svých dětí důkladnému zkoumání a pomáhají s výchovou vnoučat. Manžeství tak není pouhé spojení dvou lidí, ale dvou rodin, z nichž obě uplatňují svůj vliv a vzniká tak komplexní síť subsystémů.

Začlenění širšího příbuzenstva do rodiny je důležitějším rozlišovacím znakem než postavení palce, používání nástrojů nebo velikost mozku. Ve skutečnosti se lidský mozek více vyvinul proto, aby člověk dokázal žít v rámci své komplexní společenské sítě. Je také možné, že u lidí vznikly psychiatrické problémy, které neexistují u jiných živočišných druhů, právě v důsledku soužití více generací. (Zdá se, že neuróza nebo psychóza se u zvířat objevuje jen po intervenci lidí – v přírodě se nevyskytuje.)