
Cesta životem

Pavel Říčan

Přepracované vydání

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Říčan, Pavel

Cesta životem / Pavel Říčan. -- Vyd. 2., přeprac.,
V Portálu 1. -- Praha : Portál, 2004. -- 392 s.
ISBN 80-7178-829-5

159.922/.923 * 159.922

- psychologie životní cesty
- vývojová psychologie
- populárně-naučné publikace

159.92 - Vývojová psychologie. Individuální psychologie

Lektorovala PhDr. Dana Krejčířová
© Pavel Říčan, 2004
Portál, s. r. o., Praha 2004

ISBN 80-7178-829-5

Obsah

Úvodem	13
Odkud a kam... ..	13
Život, vědění a věda	15
 KAPITOLA 1	
Co je a jak se dělá biodromální psychologie?	
(Základní pojmy a metody)	19
Co je vývoj?	19
Hybné síly duševního vývoje	25
Průběhové formy duševního vývoje	38
Celoživotní duševní vývoj	49
Základní linie biodromálního vývoje	55
Jak se zkoumá celoživotní duševní vývoj?	63
 KAPITOLA 2	
Jednání první: za oponou	
(Vývoj před narozením)	69
A do světa... ..	72
 KAPITOLA 3	
Nejdelší rok	
(Vývoj v kojeneckém období)	75
Kojenec roste	76
Vývoj pohyblivosti a vnímání v prvním roce	78
Vývoj inteligence	80

Kojenec mezi lidmi	82
Psychologické narození	86
Celý člověk je ústy	91
Jiný kraj – jiný mrav	95
Co vydrží takový kojeneček?	99

KAPITOLA 4

Na vlastních nohou

(Vývoj ve věku batolete – od prvních do třetích narozenin)	101
Jak rosteme a jak je to s tím batolením?	101
Začínáme doopravdy mluvit	102
Jak si batole hraje?	103
Pokroky ve škole myšlení	105
Společenský život batolete	106
Jiný kraj – jiný mrav (<i>dokončení</i>)	110
Hrníček	111
Já jsem já!	112
Ne a nechci! (<i>Negativistické stadium ve vývoji batolete</i>)	113
Svoboda v řádu	116

KAPITOLA 5

Kouzelný svět předškoláka

(Vývoj dítěte od 3 do 6 let)	119
Tělesný vývoj a pohyblivost	120
Nastupuje matematika (<i>Rozumový vývoj předškolního dítěte</i>)	121
Dítě mezi dětmi	125
Fantazie, fantazie, fantazie! (<i>Hra, výtvarný projev a pohádka v životě předškolního dítěte</i>)	127
Sám sobě soudcem (<i>Vývoj svědomí u předškoláka</i>)	133
Já s tátou, já s mámou	135
Tak pravil Freud... ..	138
Odvaha – a strach	142

KAPITOLA 6

Střízlivý realista

(Vývoj v mladším školním věku – od 6 do 11 let)	145
---	-----

Tělesný vývoj školáka	146
Co znamená mítí filipa	148
Jaké je to ve škole?	150
Co s načatým odpolednem?	155
Kluci a holky – muži a ženy	157
Doma přece jen nejlíp	159
Co dokážu ve velkém světě?	162

KAPITOLA 7

Čas první lásky

(Pubescence – období od 11 do 15 let)	169
Metamorfóza (<i>Tělesný vývoj v pubescenci</i>)	171
Tak myslí vědci (<i>Vývoj inteligence v pubescenci</i>)	174
Volný čas	176
Život na sopce	177
Přijmout svou tvář	178
Já a vy – já a my (<i>Pubescentovy vztahy k rodičům a k vrstevníkům</i>)	181
Zamilovanost – a sexualita	184
Křehké ideály	188

KAPITOLA 8

Na vrcholu mládí

(Adolescence – vývoj od 15 do 20–22 let)	191
Na vrcholu krásy (<i>Tělesný vývoj v adolescenci</i>)	193
Na vrcholu inteligence?	194
Nemám čas!	200
Láska a sexualita dospívajících	202
Dobro – zlo – spravedlnost (<i>Mrávní vývoj v adolescenci</i>)	210
Generace proti generaci	212
Kdo doopravdy jsem? (<i>Adolescenční hledání a budování identity</i>)	216
Azyl v zemi nikoho (<i>Adolescenční moratorium</i>)	223
Rituály dospělosti	225

KAPITOLA 9

Zlatá dvacátá léta

(Vývoj ve věku od 20 do 30 let)	229
Tělesný vývoj	232
Pracovní a společenské uplatnění dvacátníků	234
Jak si být blízko a jak blízko si být? (<i>Erotika, sexualita, intimita</i>)	238
Vezmeme se – co jiného?	245
Mladá rodina	257
První manželství – první rozvod	264

KAPITOLA 10

Životní poledne

(Vývoj člověka od 30 do 40 let)	271
Děti a my, my a děti	273
Krize životního středu	276

KAPITOLA 11

Druhý dech

(Vývoj mezi 40 a 50 lety)	289
Tělo, čas a smrt	290
Čtyřicátník v zaměstnání	296
Žena a muž po čtyřicítce	299
Mezi generacemi	304
Amerika kontra stáří?!	310

KAPITOLA 12

Jaké je to po padesátce?

(Vývoj od 50 do 60 let)	313
Tělesné změny po padesátce	314
Duševní úpadek – nebo růst?	320
Žena v muži – muž v ženě	327
Umíme stárnout?	329

KAPITOLA 13

Přidat léta k životu – přidat život k létům

(Životní cesta po šedesátce)	331
Tělesná involuce	333

Duševní involuce	337
Hrajme dál!	345
Kvete láska v každém věku?	351
Stáří a víra	357
Stáří u mladých	358

KAPITOLA 14

Nakonec o smrti...

„... ve chvíli, kdy už podává své černé zrcadlo.“	363
Jak jde smrt s námi životem	366
Umírání a smrt – těch druhých	372
Ve stínu smrti	375
Integrita – nebo zoufalství	380
Ohlédnutí	382

Vybraná použitá a doporučená literatura	385
--	-----

Rejstřík	387
-----------------------	-----

*Tuto knihu věnuji památce svého otce,
profesora Rudolfa Říčana*

Celý svět je scéna

a muži, ženy, všichni jsou jen herci.
Mají svá „vystoupí“ a „odejde“
a jeden herec hraje v sedmi aktech
až sedm úloh. Nejprv nemluvnátko,
v peřince vrtní a cintající.
Pak záčka s torbou, s červánkovým líčkem,
jenž, fňukaje a nerad, jako šnek
se šourá do školy. Pak zamilovaného,
jenž vzdychá jako pec a tklivě „její“
opěvává obočí. Pak vojáka –
karaj, karamba! – s kníry jako pardál,
hrače a rváče lechtivého na čest,
bublinu slávy lovícího v jícnech
nabitých děl. Pak pana sudího
s kulatým bříškem dobře napapaným,
s pohledem přísným, bradkou pěstovanou,
omšelé průpovídky ronícího.
Tak hraje, hraje, až se v šestém aktu
přehraje na dědka. Má bačkory,
na nose brýle, u opasku měsíc,
mladistvé spodky, ještě zachovalé,
se na něm plandají a mužný hlas
mu směšně přeskakuje do fistulky
a piští zas jak děcku. Sedmý akt,
jímž smutně napínavý děj se končí,
je čiré zapomnění; pryč a pryč
je zrak a sluch a čich a chuť a všechno.

William Shakespeare: Jak se vám líbí
(Přeložil E. A. Saudek)

Úvodem

Odkud a kam...

Ať už člověk cílevědomě vede svůj život a často o něm přemýšlí, ohlíží se nazpět a plánuje daleko dopředu, anebo si životem bezstarostně klouže a zajímá se jen o přítomný den, má o své cestě aspoň mlhavý celkový obraz. Tento obraz bychom mohli přirovnat k mapě se zakreslenou trasou nebo ke scénáři, podle něhož se do určité míry a určitým (složitým) způsobem řídíme. Zkusme si tento obraz přiblížit tím nejnázornějším příkladem, jaký můžeme dát – pohledem na vlastní život, do vlastního nitra.

Čára života



Na obrázku je znázorněn váš život v největším možném zjednodušení, ve formě prosté úsečky ohraničené krajními body. Začal zrozením, přesněji řečeno početím (*), a skončí smrtí (†). Nevíme, kdy zemřeme, ale zkusme si „zahrát“¹ tak, že odhadneme, kde na této úsečce je naše současná chvíle, to znamená, s jakou délkou života ve svém životním scénáři (tak nějak neurčitě, jak už to bývá) počítáme. Vidíme se ve čtvrtině, třetině, polovině – nebo snad krátce před koncem? V každém případě si na znázorněné úsečce označte nějaký bod jako současnou chvíli. A teď se podívejte „za sebe“: Které nejdůležitější události

¹ Užívám uvozovek, protože o hru – jak to v psychologii bývá – zároveň jde i nejde. Jde o hru ve smyslu uvolnění kontroly a povzbuzení fantazie, a nejde o hru ve smyslu nezávazné legrace, pouhé zábavy. Každé poctivé zamyšlení nad sebou samým je krokem na cestě, o které přesně nevíme, kam nás dovede.

určily váš život, formovaly vaši osobnost, otvíraly nebo zavíraly vaše možnosti? Kde byly rozhodující křižovatky? Vyznačte je na úsečce jako body. Mohou být dvě nebo tři, případně více, ale nejděte nad sedm. Pak se zamyslete nad svou budoucností: Co od ní čekáte, a kdy? Na co se těšíte, čeho se bojíte, jaké činy ve vás uzrávají?

Věnujte této hře aspoň pět minut (raději půl hodiny), všechny označené body si heslovitě popište a udělejte si k nim poznámky – a pak se podívejte na obrázek na str. 284, kde najdete pro ilustraci takový konkrétní záznam určitého člověka: autobiografii (vlastní životopis) v kostce spojenou s tím, co bychom mohli nazvat „autobioprojekt“ nebo jednodušeji *životní projekt*.

Ale nedívejte se na str. 284 hned, nejdřív aspoň těch pět minut pracujte (hrajte si) zcela samostatně, bez nápovědy. Vyplatí se to: i způsob, kterým k této úloze přistoupíte, jak ji pojmete, je pro vás charakteristický, a je tedy příležitostí k sebepoznání.

Na zmíněném obrázku je zakreslena navíc křivka životní spokojenosti dané osoby (pacientky), která dává její autobiografické zkratce další rozměr. I vy si můžete takovou křivku dokreslit nad svoji autobiografickou úsečkou (a protáhnout ji třeba i do budoucnosti, kde ji výstižněji nazveme *křivkou naděje*). Kdy jste měli období nejvyššího, „stoprocentního“ štěstí, kdy to bylo tak „na padesát procent“, a kdy jste byli úplně „dole“?

Pokuste se zaznamenat, jak to tehdy *skutečně bylo*, nejen co jste si o tom *mysleli*. Člověk se může pokládat za nešťastného, být velmi nespokojen – a po letech pochopí, že právě tehdy byl velmi šťastný. A stejně dobře to může být i naopak.

Jestliže vás tato hra zaujala, můžete sestavit ještě životní úsečky svých rodičů, případně i svých dětí, tak jak je vidíte vy. Stojí za zamyšlení, jak životy rodičů a dětí souvisí, jak se vzájemně ovlivňují, jak se některá témata, nedořešené otázky a úkoly vracejí, jak individuální životní cesta je etapou životní cesty celého rodu.

Knihu o lidském životě jako celku jsme začali praktickou ukázkou toho, oč nám jde především: *jak svému životu rozumí ten, kdo ho žije a utváří*. To je naše přirozené východisko, ke kterému se budeme stále znovu vracet. Vycházíme přitom z přesvědčení, že vedení vlastního života je realizací *osobní svobody*, která patří k nejvyšším hodnotám moderního člověka. Pravá svoboda ovšem neznamená prostě volnost, možnost dělat, co se nám zachce. Jsme tím svobodnější, čím jsme vzdělanější a statečnější, čím lépe rozumíme době, v níž žijeme, čím více se orientujeme na cíle, jež přesahují náš individuální život – a také ovšem čím jsme duševně zdravější, čím lépe rozumíme svým hlubokým motivům a sklonům, čím lépe dokážeme odhadnout své možnosti a meze.

Život, vědění a věda

Tato kniha chce být praktická. Chce čtenáři pomoci, aby se orientoval na své vlastní životní cestě. Aby si dovedl poradit v krizi, ve které možná právě je nebo která se nevyhnutelně – a předvídatelně – blíží. Aby se dovedl připravit na to, co ho v budoucnosti pravděpodobně čeká, dobrého i zlého. Aby nepropásl příležitosti, které se nevracejí. A zároveň aby lépe rozuměl životní cestě těch, se kterými žije jako matka nebo otec, syn nebo manželka, anebo které má na starosti jako učitel, lékař, trenér, rádce nebo prostě přítel, jemuž okolí důvěruje a na kterého se lidé obracejí v životních těžkostech.²

Tedy nic zvlášť nového. Rady do života se dávají, co svět světem stojí, a v knihách nových i v těch nejstarších je nashromážděno mnoho životní moudrosti, ať už jde o psychologický román, poezii, staré mudrosloví nebo o knihy vzpomínek.

Každá doba je však jiná, má své vlastní naděje a strachy, nově si klade věčné lidské otázky a novým způsobem se na ně snaží odpovědět. Naše doba sází na vědu, mimo jiné na psychologii a sociologii. Snažíme se popsat průběh lidského života, rozeznat v každém individuálním životě něco typického, klasifikovat životní cesty, najít zákonitosti, podle kterých tyto cesty – přes svou velkou rozmanitost – probíhají. Na základě tohoto poznání se pak snažíme ovlivňovat druhé lidi a pokoušíme se využít ho i pro vedení svého vlastního života.

Psychologie a sociologie ovšem měly a mají i mnoho jiných zájmů, než je běh lidského života. Psychologie zkoumá duševní funkce – vnímání, myšlení, citění, strukturu „psychického aparátu“, zabývá se měřením různých vlastností jako inteligence, dominance atd. Když už se zkoumá vývoj, pak především v dětství a dospívání; a nikoli vcelku, nýbrž po dílčích liniích, jako je vývoj myšlení nebo vývoj kresby. Celoživotním vývojem se začala soustavně zabývat německá psycholožka Charlotte Bühlerová asi před sedmdesáti lety – vznikla klasická kniha *Lidský životní běh jako psychologický problém*. Od té doby se mluví o *psychologii životního běhu* (německy Lebenslaufspsychologie); anglický termín je *psychologie životního rozpětí* (lifespan psychology). Velmi šťastný je pojem, který navrhl bratislavský psycholog Jozef Koščo: *biodromální psychologie* (řecky bios = život, dromos = běh). Pro běžné užívání neohrabaný, ale autorovi nejbližší je Anaňjevův pojem *psychologie životní cesty*. Slovo cesta svou obrazností hned napovídá řadu souvislostí speciálně lidských a je blízké bezprostřední zkušenosti: na cestě jsou setkání a loučení, bloudění a návraty, nebezpečné křižovatky, brody a průsmyky.

² Tato kniha má vývojovou psychologii především *popularizovat*, což někdy znamená dát srozumitelnost, zajímavost a praktičnost před přesností a odborností. Místo poznatku uvádím někdy jen radu, která z něj vyplývá. Odborným jazykem psané vysokoškolské učebnice najde zájemce v seznamu literatury (zvláště Vágnerová, 2000, a Langmeier, Krejčířová, 1999). Některé odborné termíny a náročné myšlenky uvádím v poznámkách pod čarou.

Biodromální psychologie jako věda se rozvíjí pomalu. Ujasňuje si vlastně teprve své základní pojmy a strategie. Je např. těžké vymezit pojem vývoje tak, aby se hodil pro výklad všech životních stadií. Hledají se metody, kterými by bylo možno sledovat vývoj člověka od prvních let až do pozdního stáří, a není ani vždycky jasné, které vlastnosti je nejdůležitější dlouhodobě sledovat. Snažíme se vytyčit zákonitá stadia životní cesty, její nejdůležitější předěly. Víme už mnoho o tom, jak se liší dítě od dospělého a dospělý od starce, to nás však samo o sobě neuspokojuje. Jde nám o vědění uspořádané po způsobu toho novověkého stylu myšlení a zkoumání, který se nazývá věda: o vědění ověřené přísnou disciplínou logické a matematické metodologie, neúnavnou kritikou zamlčených předpokladů; neboť stále znovu se přistihujeme, že jsme bezděčně považovali za samozřejmé něco, co vůbec samozřejmé není.

Jde nám o vědu, ale zároveň *nemůžeme čekat*. Musíme rozhodovat (také o sobě samých!), radit, léčit, vychovávat teď, dnes, denně. Musíme se přitom opírat o poznání obsažené i jinde než ve vědě, v těch zmíněných starých i nových vyprávěních, jež jsou založena na zkušenostech tisíciletí i na postřehu současníků; jejich přesnost bývá přesností umělce, filozofa, historika. Moudrost, kterou potřebujeme, bývá vtělena ve zvycích a ve způsobu života různých společenství, v tradici, které rozumíme, protože jsme v ní zakotveni. Najdeme ji v odborném přesvědčení velkých pedagogů a psychoterapeutů, kteří také museli jednat a nečekali, až věda se svým precizním, ale těžkopádným aparátem prověří jejich geniální postřehy. Nesmíme se bát vstoupit ani na tenký led extrapolací, domněnek odvozených pouhou – byť svědomitou – úvahou z toho, co je prokázáno.

Tak je tomu v životě a nemůže tomu být jinak ani v této knize. Řídím se příkladem svého velkého zesnulého učitele, pražského profesora Václava Příhody. Ten ve svém monumentálním díle bez rozpaků cituje Balzaka i Schopenhauera, Komenského i Goetha, denní tisk i statistickou ročenku – a někdy i vzpomínky ze svého bohatýrského života.

Psychologie je „*věda dvou tváří*“, od počátku v ní můžeme sledovat dva směry. První směr, *objektivisticko-technokratický*, se orientuje na přírodní vědy, na objektivní poznání, měření, matematiku a co nejjednodušší (redukující) vysvětlení zkoumaných jevů. Tento směr má sklon zkoumat lidi jako jiné objekty, aby je bylo možno využívat, ovládat, případně měnit. Druhý směr, *humanisticko-rozumějící*, se učí více z humanitních věd, jako je historie, vědy o umění a literatuře atd. Psycholog orientovaný na tento směr se snaží rozumět lidem na základě vzájemného setkání jako bytostem, z nichž každá žije svůj jedinečný úděl, raduje se, trpí a doufá. Na základě tohoto porozumění se snaží pomáhat druhým k tomu, aby byli svobodnější, moudřejší, zodpovědnější a šťastnější. – Mezi těmito dvěma směry je stále napětí, ale mohou také velmi plodně spolupracovat. Tato kniha je pokusem načrtnout na základě obou směrů obraz lidského života, který bude dávat smysl a který čtenáře povzbudí, aby hledal a vytvářel smysl své vlastní existence.

Na tomto místě bych rád poděkoval stovkám pacientů, poradenských klientů i jiných lidí, kteří mi svěřili své životní příběhy. Bez nich bych nemohl napsat tuto knihu. Mnohdy šlo o osudy těžké, spleťité i kruté, ale vždycky jsem se snažil vidět je jako příběhy s nadějnou budoucností.

Snad se bude některým čtenářům zdát, že se příliš zabývám stinnými stránkami života, myšlenkami a city, které je lépe vůbec neobnažovat. Avšak jedním z hlavních motivů této knihy je ukázat *život bez předsudků a iluzí*, které mívají lidé různého věku sami o sobě, o svých vrstevnících i o lidech jiného věku: děti o svých rodičích, čtyřicátníci o sedmdesátnících (a naopak), skoro všichni o batolátech. Jako příklad uveďme tuctový barvotisk „Matka miluje své dítě“, který působí obecný zmatek. Co si má počít nastávající matka nebo matka nesnesitelného tříletého tyrana, když ke svému dítěti pocítí nechuť, odpor, nebo dokonce záblesk nenávisti? A jak se má vyznat v situaci šestiletá dívka, která jaksi povinně věří, že každá matka miluje své dítě, a přitom ze své matky cítí – právě teď nebo měsíc po měsíci – spíše chlad a nenávist, přestože má od ní plný pokoj krásných hraček a oblečení z nejdrazších obchodů?

Ano, matka miluje své dítě, radostně, upřímně, vřele, obětavě. Jenže to není dogma, to je norma, žádoucí stav, ke kterému se blížíme někdy těžce, nejistě, pomalu a složitými oklikami, zvláště jestli jsme sami byli v dětství milováni složitě, nejistě, vlažně – nebo vůbec ne. A ten vztah lásky stejně jako jiné vztahy mezi lidmi se musí vyvíjet: nesedíme spolu na jednom místě, jdeme po cestě, na níž nás čekají proměny, ztráty, loučení a nová setkání. Úkolem psychologie není jen zjišťovat, jací lidé jsou, ale také jací mohou být, jakými se mohou stát. *Co má a může být, to je nejlepší východisko pro zkoumání toho, co opravdu je:* chudobu vidíme, kde víme o možném bohatství; chlad cítíme, kde známe možnou vřelost; pouta nás tlačí tam, kde víme, co je to svobodný lidský vztah.

Má-li se člověk orientovat ve svém osobním životě, musí *znát mantinely*, které mu vymezuje příroda stárnutím, nemocemi a tělesnými slabiny, jež mu často zůstávají dlouho skryty. Má znát i drsné stránky sociální reality, o kterých se běžně nemluví nebo které máme sklon přehlížet, dokud jsou dál než špička našeho nosu. Bolest a tragiku života ani jeho trapné, ubíjející lapálie není správné zakrývat růžovým paravánem. Trpké pravdy o životě jsou výzvou: chtějme od života tolik krásy, dobra a pravdy, aby to stálo za všechno utrpení, které v něm musíme podstoupit!

Psychologie životní cesty se nutně zabývá „velkými“ tématy, která jinak obvykle zůstávají na periférii vědecké psychologie, protože dosud nebyly vytvořeny předpoklady pro jejich exaktní zpracování. (Dnešní psychologie má – jako věda vůbec – sklon zabývat se hlavně dílčími, dobře ohraničenými tématy.) Jsou to otázky dlouhodobé životní perspektivy, hodnot, smyslu života, vztahu ke smrti, spirituality, vztahu k sobě a k lidem vůbec, identity a další

široká, syntetická témata. Sama biodromální psychologie je téma větší než život jednoho badatele. I když nepovažuji tuto knihu za soustavné vědecké dílo, je mi líto, že je plná mezer. S každou kapitolou, s každým tématem se vynořovaly nové, životně důležité otázky, na něž se těžko hledají odpovědi.

Co je a jak se dělá biodromální psychologie?

(Základní pojmy a metody)

Co je vývoj?

Vývoj je slovo, které má v běžné řeči vysokou frekvenci a široký, dost neurčitý význam. Užíváme ho, když chceme říci, že něco probíhá a přitom dochází ke změnám: situace se vyvíjí, fotbalový zápas se vyvíjí, nemoc se vyvíjí tak a tak. Proto samozřejmě souhlasíme, když někdo řekne, že i člověk se vyvíjí – ale neznamená to pro nás nic zvláštního.

Chceme-li pojmu vývoje hlouběji porozumět, je nejlépe podívat se trochu do jeho historie. Zjistíme, že vývoj byl *jednou z revolučních myšlenek 19. století*. Známe Darwinovu teorii, jež říká, že obrovská rozmanitost životních forem na Zemi je výsledkem *náhodných mutací genů a selektivního přežívání jedinců podle schopnosti obstát v daných podmínkách*: „Člověk vznikl z opice!“¹ Tato teze radikálně měnila nejen tehdejší biologii, ale také celý obraz světa, který sdíleli vzdělanci i ostatní veřejnost. Zde je jasné, co se rozumí vývojem: řada změn, které vedly od nejjednodušších jednobuněčných organismů až k doko-

¹ To je vulgární formulace, jež vešla do obecného povědomí pro svou jednoduchost. I když však budeme mluvit přesněji o „společných předcích“ a i když budeme konstatovat mezery v Darwinově teorii, důsledky pro naše vidění světa budou v podstatě stejné.

nalosti lidského organismu.² To je hlavní vývojová linie a vedlejší linie vedly ke vzniku všech dosud existujících i vyhynulých zvířat a rostlin.

Pojem vývoje nezůstal omezen na teorii o vývoji druhů. Zlákal vědce jiných oborů, kteří si ho ovšem vždycky uzpůsobili podle svých potřeb, aby jim pomohl vidět *zákonitost změn*, jež pozorují oni. Máme tedy různé teorie společenského vývoje, vývoje jazyka a kultury a na druhé straně i vývoje vesmíru. Na půdě biologie se začalo mluvit vedle druhů také o vývoji individuálního organismu, jednotlivé živé bytosti. Největší zájem se samozřejmě soustředil na vývoj lidského jedince, jak před narozením, tak v dětství a mládí. Teorie psychického vývoje vznikaly – trochu přehnaně řečeno – jako jakýsi přívěsek biologických vývojových teorií, pod jejich vlivem a podle jejich vzoru.

Vědci různých oborů užívají tedy pojem „vývoj“ každý po svém. Tak vzniká (vlastně již dávno vznikl) úkol pro filozofy: promyslet, co vůbec vývoj je, jak obecně rozumět tomuto pojmu. To je složitý úkol, zvláště když si uvědomíme, že se do pojmu vývoje mísí – a to ovšem i v psychologii – *osvěcenská tradice víry v pokrok* a romantické přesvědčení, že existuje něco jako vývoj ducha národů.

Co tedy obecně je vývoj, vývoj čehokoli? Řekneme jen velmi přibližně a neúplně: Vývoj je změna, při které organismus nebo jiný vyvíjející se objekt:

- získává nové vlastnosti, přičemž si ponechává dosavadní (ale některé z dosavadních vlastností zpravidla ztrácí);
- se stává složitějším vnitřně (vztahy mezi jeho částmi) i navenek (vztahy mezi ním a jeho okolím);
- se stává méně závislým na svém okolí, tedy autonomnějším.

Do pojmu vývoje je možno zahrnout – a pro filozofa je to vlastně povinností – i odpovídající změny probíhající opačným směrem: organismus nebo jiný objekt zákonitě spěje k zániku, upadá.

Nám jde v této knize o duševní vývoj lidského jedince. Tím si teorii vývoje značně zjednodušujeme. Ale než opustíme obecnou rovinu vývoje vůbec, řekněme si aspoň, které hlavní myšlenky inspirovaly vývojové psychology zaměřené na lidského jedince v době, kdy jejich obor vznikl:

- Člověk ve svém duševním vývoji opakuje duševní vývoj celého lidstva: Kojenec začíná v určitém smyslu tam, kde začínalo lidstvo před vznikem kultury a civilizace, a jeho cesta k dospělosti vede k jasnějšímu, bohatšímu, více vědo-

2 Evoluce se netýká jen tělesných tvarů a funkcí (anatomie a fyziologie), nýbrž také instinktů, jež z velké části řídí i lidské prožívání a chování. *Evoluční psychologie* (která je v současné době dosti populární, protože nabízí elegantní a jednoduchá vysvětlení pro mnoho jevů) tvrdí: Mnoho z našich citů, reakcí, způsobů jednání s druhými lidmi atd. lze pochopit, když si položíme otázku, *jak to přispívalo k množství a zdatnosti potomstva* daného (tak a tak prožívajícího a jednajícího) jedince – v podmínkách pravěkého života, snad někde v afrických savanách, kde snad naši předkové žili ve skupinách o 50–150 lidech.

mému duševnímu životu. V historii lidstva lze vidět analogie k individuálnímu vývoji myšlení, řeči, rozumového ovládání citů atd.

■ Duševní vývoj jedince opakuje vývoj, kterým procházela psychika ve vývojové řadě živočichů, od nejjednodušších druhů až po lidoopy, schopné už rozvinutého dorozumívání a elementárního myšlení.

■ Duševní poruchy, zejména opožděný rozumový vývoj, ale i nedostatečný vývoj ušlechtilých citů nebo duševní chorobu, to vše je možné pochopit jako ulpění na určitém stadiu vývoje nebo jako nežádoucí návrat.

■ Duševní vývoj jedince se podobá jeho tělesnému vývoji: tak jako se lidský zárodek rozčleňuje v jednotlivé orgány se stále složitější stavbou, tak také psychický organismus je schopen stále rozmanitějších reakcí a činností.

Vývoj jedince

Pojem vývoje má – jak jsme uvedli – v různých oborech různý význam; přesněji řečeno, slovo vývoj označuje v různých oborech odlišné, i když úzce spřízněné pojmy. Teď se soustředíme na ten pojem vývoje, který v této knize nejvíce potřebujeme, tj. na vývoj jedince; myslíme přitom samozřejmě především na jedince lidského. Tedy znovu: Co je vývoj?

a) Vývoj jako řada zákonitých změn

Vývoj je řada zákonitých změn, které nastávají v zákonitém pořadí: tak, a nejinak. Například motýl se vyvíjí tak, že se z nakladeného vajíčka vylíhne housenka, ta se – po řadě méně nápadných změn, jež proběhnou v tomto stadiu vývoje – změní v kuklu a z ní pak vznikne dospělý motýl. Ve vývoji lidského těla nejsou předěly – snad s výjimkou porodu – tak markantní, ale tělesný vývoj má přesto zcela určitou zákonitost. S duševním vývojem člověka je to ještě složitější – ale o tom právě tato kniha je.

Řekli jsme *zákonitá* změna. To znamená, že ne každá změna, která se s námi v životě stane, je vývojová. Jestliže při autonehodě utrpím těžký úraz, je to velká změna mého organismu, ale není to jeho vývoj. Je to náhodný násilný zásah do vývoje. Jestliže přežiju, ale přijdu o ruku, budu se i dále vyvíjet, můj tělesný, a zejména duševní vývoj tím však bude poznamenán. – Podobně dítě prodělává určitý citový vývoj, do kterého může násilně zasáhnout delší odloučení od matky v raném věku. Vývojový proces se nezastaví, ale bude škodlivě poznamenán, poběží jinak, než (by) měl. Zásah do vývoje je v obou případech náhodný, nezákonný, další vývoj je opět zákonitý. Četné větší i menší náhodné zásahy do tělesného i duševního vývoje vedou – vedle jiných vlivů – k tomu, že se různí lidé vyvíjejí tolika různými způsoby. Snažíme se ovšem – věda jinak nemůže – převést tuto rozmanitost aspoň zčásti na menší počet *typických variant* individuálního vývoje.

b) Vzestupné a sestupné stadium vývoje

Vývoj má především stadium vzestupné, často se dokonce za vývoj označuje jen toto vzestupné stadium. Pak následuje – zhruba řečeno – stacionární stadium, nazývané vývojové plató, a konečně sestupné stadium.³

Vývojový vzestup stejně jako sestup jsou nevratné procesy. I když v duševním vývoji pozorujeme někdy náznaky návratu, regrese na nižší úroveň, není to nikdy skutečný návrat ke stejné kvalitě; a také žádná omlazovací procedura nevede zatím ke skutečnému celkovému omlazení.

Vývojový vzestup znamená zdokonalování a obohacování. V tělesném vývoji vznikají nové orgány a nové funkce, např. rozmnožovací. V duševním vývoji se objevují také nové funkce, nové činnosti: vnímání barev, zpěv, logické uvažování, svědomí. Tyto funkce se zdokonalují, činnosti se zrychlují, zjemňují. V sestupném stadiu pak tělesný i duševní život upadá. Orgány slábnou, degenerují, přestávají fungovat. V duševním životě slábne paměť, člověk ztrácí zájem o to, co ho dříve těšilo, v novém prostředí se špatně přizpůsobuje. Život se omezuje, ochuzuje a zvolna rozpadá. Sestup končí tělesným i duševním úpadkem, stařeckým marasmem.

Vývojový vzestup a sestup se časově překrývají. Pokud jde o tělesný vývoj, biologická teorie trvá na tom, že všechny živé tkáně stárnou od samého začátku, od početí. Lidské oko je znatelně postiženo involucí už po desátém roce, kdy se začíná zhoršovat zaostření pohledu na blízko i na dálku, zatímco většina orgánů prochází ještě vzestupným vývojem. Mezníkem, kdy tělesný sestup začíná převládat nad vzestupem, je – podle hrubého odhadu – obvykle třicátý rok života.

I v duševním životě se překrývá vzestup se sestupem. Například děti musí ztratit něco ze své spontaneity, ze své živé fantazie a bezprostřednosti, které u nich tolik obdivujeme, aby mohly postoupit ve svém vývoji a začít se soustavnou školní prací připravovat na své úkoly v dospělosti⁴. Jiný příklad: po padesátce by už málokdo zvládl vysokoškolskou matematiku, ale schopnost rozvážného, moudrého rozhodování, které se opírá o životní zkušenost, bývá lepší než v mládí. Pokračující vzestup tedy kompenzuje ztráty způsobené sestupem, a to někdy až do pozdního věku.

Vývojový sestup není pouhým úpadkem – asi jako když chátrá a opotřebovává se automobil. Jde – aspoň zčásti a aspoň v prvním stadiu sestupu – o důmyslnou, naprogramovanou přestavbu organismu a snad i psychiky. Touto myšlenkou se budeme podrobně zabývat v posledních kapitolách. Možná

3 Sestupné stadium se nazývá také involuce. Vzestupné stadium však nemůžeme nazývat evolucí, protože tento termín je rezervován pro vývoj druhů.

4 Snad nám zde pomůže přirovnání: květ musí ztratit okvětní plátky, aby se mohl vyvinout v plod. Vyvíjet se, jít kupředu znamená vždycky také něco ztrácet.

i sama smrt je něco jako zrušení útvaru na povel „Rozchod!“, který přichází zevnitř, z moudrého genetického programu.

c) Diferenciace a integrace⁵

Vzestupný vývoj spočívá v tom, že se jedinec *diferencuje* (rozdružuje). V biologickém vývoji je to zřejmé: oploďná buňka se množí dělením a postupně vzniká zárodek složený z buněk různého druhu, později z různých orgánů. Podobně chápeme psychický vývoj: již během nitroděložního života se plod začíná účelně pohybovat, po narození se pak objevují nové a nové psychicky řízené činnosti, jak jsme se o tom již zmínili při definici psychického vývoje. Nové činnosti přitom nevznikají „z ničeho“, nýbrž právě diferenciací těch činností, které zde již jsou: např. pohyby paží se zjemňují, dítě je schopno stále většího množství různých pohybů; totéž platí pro intelektové výkony, citové reakce atd.

Druhá stránka vzestupného vývoje spočívá v *integraci*. Opět je to jasné na tělesném vývoji: čím více má organismus různých orgánů, tím dokonalejší musí být jejich souhra. Tak třeba obyčejná chůze je už složitou integrací, koordinací pohybů celé řady svalů nohou, paží i trupu, které se na ní podílejí. Integrace se týká také citů a motivů: díky diferenciaci má člověk stále více různých přání, chtěl by je všechna realizovat; a jen díky dokonalejší integraci je v jeho životě řád, nikoli chaos, protože dokáže svá přání navzájem sladit, najít přiměřené kompromisy. Jdu si například zahrát košíkovou a přitom uspokojím současně své přání fyzicky se vyřádit, dokázat sám sobě i jiným, jak jsem zdatný, tedy posílit si sebevědomí, vybit nahromaděné agresivní napětí, které nemohu odreagovat v práci, kde vzniklo, být si citově blízko s jinými muži, popovídat si. Celkový zážitek je vyvážený, všestranně uspokojivý.

Integrace dodává našemu jednání a prožívání také *kontinuitu v čase*. Dovedu se například těšit na nějakou vzdálenou radost, naplánovat si řadu akcí, které mě přiblíží k žádoucímu cíli. Překážky, které mě při tom potkávají, dokážu přijmout jako výzvu ke zvýšenému úsilí, poprat se s nimi, a dokonce mít potěšení z toho, že se s nimi peru. Když mě jeden den práce nebaví, vzpomenu si⁶, že včera mě bavila a zítra pravděpodobně bude zase bavit, takže okamžitou nechuť zintegruji do celku svého citového života a tím ji zvládnou.

Integrace hraje významnou roli i v psychickém sestupu. Stárnout znamená ztrácet, a tu musíme odepisovat dosavadní možnosti, vyklízet pozice – což si vynucuje novou integraci všeho, co zbývá. Později se musí i sama integrace zjednodušovat a posléze selhává. Tím duševní život ztrácí pevnou organizaci a nezemře-li „včas“, dohasíná dříve než život těla.

5 Z latinského integer = celý, úplný; dosažení celistvosti, souhry, harmonie.

6 Pozor: paměť k tomu nestačí; musím umět paměti také uvedeným způsobem použít – regulační souhra je složitější.

Diferenciace a integrace společně vedou ke stále vyspělejšímu vnitřnímu řádu, ke složitějšímu uspořádání, proclenění, organizaci, jedním slovem ke *zdokonalení struktury*. Může jít o strukturu organismu, psychiky, osobnosti, ale také inteligence, citového života, vztahu dítěte k matce atd. Pojem struktury mívá širší nebo užší význam. Budeme ho užívat často, protože vývoj je vždycky změnou struktury – jejím zdokonalením nebo zhoršením.

d) Vývoj jako iniciativa

Když hnětu kus nahrátého vosku, jeho tvar se mění, ale nejde o vývoj. Vosk nemá iniciativu⁷, pasivně se poddává vnějšímu tlaku. Docela jinak obilné zrno: Proces klíčení a růstu vychází z něj, „zevnitř“, z genetického programu. Potřebuje k tomu sice určité vnější podmínky, zvláště vlhkost a teplotu, ty ale nenazveme tlaky (jako v případě vosku), nýbrž spíše *příležitosti*. Kvalita těchto příležitostí klade vývoji rostliny určité meze, usměrňuje jej a odborník by vyjmenoval celou řadu vlivů, kterými lze v laboratoři dosáhnout překvapivých výsledků, značně odlišných od růstu v běžných podmínkách.

Vývoj druhu je většinou úporným bojem⁸ o přežití, o expanzi, o přizpůsobení měnícím se podmínkám (podnebí, škůdcům, možné kořisti). Naproti tomu vývoj *jedince* často proběhne hladce: za příznivých okolností organismus v pohodě předá své geny a odchází ze scény.

Podobně jako vývoj rostliny vidíme i vývoj kteréhokoli živočicha a lidského jedince – vývoj tělesný i duševní. Iniciativa vychází zevnitř, svět je příležitost k vývoji. To platí pro iniciativu, danou genetickým programem i pro iniciativu danou tím, jaký už organismus v dané chvíli je (jakým se stal v daném prostředí), pro iniciativu psychických potřeb a motivů a konečně i pro vědomou, záměrnou iniciativu spočívající v tom, že člověk sám řídí svůj život určitým směrem. Je zde však důležitý rozdíl: člověk je tvor společenský. Už prenatalní vývoj je výsledkem jemné souhry mezi organismem plodu a matky. A později rodina, škola i jiná společenství a instituce v této souhře pokračují: Iniciativa vychází z obou stran! Na každý pokrok dítěte už čekáme s novými hračkami, s novými úkoly, kterými jeho vývoj nejen urychlujeme (nebo svou nešikovností brzdíme), ale dáváme mu i určitý směr.

e) Učení jako mechanismus vývoje

Prostředí působí na člověka i na jiné živé bytosti různým způsobem. Nejjednodušší je působení fyzikálními vlivy, např. teplem; dále prostředí poskytuje mate-

riál pro látkovou výměnu, zvláště kyslík a potravu. Tyto vlivy působí na tělesný vývoj. Živočichové uzpůsobují navíc pod vlivem prostředí své životní činnosti podle *zkušenosti* – a to tím více, čím je nervová soustava složitější. Toto přizpůsobování se podmínkám prostředí na základě zkušenosti nazýváme *učením*.

Učení je tedy v psychologii mnohem širší pojem než v běžné řeči. Když mluvíme o učení laicky, myslíme obvykle úmyslné osvojování nějakých znalostí a dovedností, např. anglických slovíček nebo smečování v odbíjené. Ale k přizpůsobování prostředí na základě zkušenosti patří už vytvoření spánkového rytmu den–noc u kojence nebo zdokonalení v sání mléka z prsu; učíme se mít strach z nebezpečných předmětů, učíme se strčit prst do úst (zpočátku dítě strčí prst do úst náhodou a trvá několik týdnů, než přijde na to, že objevení se prstu v ústech může ovládat); výsledkem různých druhů učení je i neurotická úzkost,⁹ soucit s bolestí druhého, uvědomělé podřizování se autoritám, hnus ke špíně, věrnost ideálu.

Živá bytost se nemůže naučit cokoli, nýbrž jen to, k čemu má *příslušnou vložku* (pohotovost, instinkt, genetický program). Komár se po vylíhnutí velmi rychle naučí létat, jeho genetický program pro létání se prosadí po kratičké zkušenosti. Komár nemá jinou volbu. Genetický program člověka je nekonečně volnější, otevřenější než program komára, člověk je přizpůsobivější nejrůznějším podmínkám prostředí. Za tuto výhodu platí tím, že se vyvíjí podstatně pomaleji. Při narození je vysloveně nehotový, dlouho zůstává zcela závislý na péči dospělých. I šimpanz mládě se vyvíjí rychleji než dítě, asi do jednoho roku předstihuje šimpanz dítě prakticky ve všech činnostech, včetně porozumění lidské řeči.¹⁰ Dokonce se dříve naučí používat nástroje, což je projevem inteligence – ale jeho učení, a tedy i celý další vývoj, má mnohem „nižší strop“. Kde šimpanz končí, tam člověk vlastně teprve začíná.

Hybné síly duševního vývoje

Biologické hybné síly

Duševní vývoj je do značné míry determinován biologicky, tj. tělesným vývojem. Nejdůležitější je přitom vývoj mozku. Mozek se nejrychleji vyvíjí – jako ostatně celé tělo – v nitroděložním (prenatálním) stadiu. Po narození roste poměrně pomalu: dospělý má v poměru k ostatnímu tělu mnohem menší hlavu než novorozenec, a to ještě roste obličejová část hlavy více než mozkovna. Mozek má při

⁷ Z latinského initium = počátek, původ. Mít iniciativu znamená být počátkem, původcem, zdrojem aktivity. Užívám tohoto slova ve velmi širokém smyslu, zahrnuji do něj děje biologické i psychologické, případně sociální.

⁸ Přiznávám, že toto je určitá beletristická dramatizace. Čistě objektivně viděno, probíhají jen náhodné mutace u jedinců a selekce těch, kteří jsou lépe přizpůsobeni danému prostředí.

⁹ Naopak existuje i psychoterapie úzkosti, spočívající například v jejím vědecky podloženém *odnaučování*.

¹⁰ Opice makak rhesus se vyvíjí – pokud jde o psychomotoriku (psychicky ovládané pohyby) – padesátkrát rychleji než člověk.

narození na sto miliard buněk. Během života některé odumírají, podle nejnovějších poznatků se však mohou také tvořit nové. Struktura mozkových buněk se ještě řadu let dotváří, vzrůstá počet spojení mezi nimi a jejich dlouhé výběžky se lépe opouzdřují, takže se zdokonaluje vedení vzruchů (signálů) mezi nimi. Probíhá *maturace*¹¹ (biologické dozrávání) mozku a tím se zvětšují jeho funkční možnosti, roste kapacita pro učení. Na základě toho se realizuje genetický program, „vynořují se“ nové činnosti, pro které dříve nebyly předpoklady. Nedovedeme přesně říci, jak musí mozek dozrát, co se ve kterých jeho částech musí změnit, aby dítě dokázalo uchopit předmět, na který se dívá, aby dovedlo správně použít slovo „máma“, aby dovedlo nakreslit lidskou postavu s ústy a očima, aby samo sobě řeklo „nesmíš“. Máme však dobré důvody předpokládat, že takové zcela určité vývojové změny v mozku probíhají. Uvedené výkony se totiž objevují v určitém pořadí a v určitém věku, značně nezávisle na tom, v jakém prostředí dítě vyrůstá a co se je rodiče snaží naučit. Čím je dítě starší, tím je závislost jeho duševního vývoje na maturaci mozku volnější, tím větší roli hraje učení, tím více se také vzájemně liší děti vyrůstající v různých prostředích.

Také *sestupné stadium psychického vývoje* je determinováno biologicky. Rozhodujícím faktorem přitom patrně není úbytek mozkových buněk, ale zhoršení jejich funkce, přinejmenším zpomalování jejich činnosti (zpomalení postihuje ve stáří všechny životní pochody, některé více, jiné méně). Sestupný vývoj mozku probíhá (i u zdravého člověka) podle určité zákonitosti a je možné, že i on je řízen genetickým programem.

Mozek řídí organismus i jeho vývoj ve spolupráci se starším řídicím systémem – *hormonálním systémem*, což je systém žláz, které vyměšují do krve¹² chemické působky zvané hormony. Hormony se krví rychle rozšíří po celém těle a najdou svého adresáta, kterému předají příslušný pokyn k činnosti. Kdyby přestal hormonální systém fungovat, nežili bychom ani hodinu. Řídí však i pomalé děje jako menstruační cyklus, celkový tělesný růst, tělesnou proměnu v pubertě a řadu dalších vývojových změn. Zatím ani zdaleka neznáme všechny mechanismy hormonálního systému. Nejdůležitější z jeho žláz je zřejmě hypofýza (podvěsek mozkový), která produkuje větší počet hormonů než kterákoli jiná žláza, ovládá řadu dalších žláz a úzce spolupracuje s mozkiem.¹³

Biologická determinace duševního vývoje spočívá tedy především v tom, že se vyvíjí mozek, nositel psychiky, a celý neurohormonální systém řízení organismu. Později však uvidíme, že biologické faktory působí na psychický vývoj ještě jinými mechanismy (viz str. 34).

Jak se vyvine neurohormonální systém a celé tělo, to záleží, jak už jsme řekli, jednak na prostředí, jednak na genetickém programu, na *dědičnosti*. Dědíme vlastnosti svého živočišného druhu, své rasy a svých konkrétních předků, především svých rodičů, s nimiž máme nejvíce společných genů. Některé dědičné vlastnosti se objeví ihned po narození nebo ještě dříve, některé až po mnoha letech (předpoklady pro dlouhověkost, nebo naopak náchylnost k určitým chorobám stáří).

Tělo, s nímž se rodíme, není dáno jen dědičností, ale také všemi vlivy prostředí, které na ně působily v prenatálním životě, např. nikotinem nebo alkoholem, které pronikaly do jeho tkání stejně jako do matčiných. Proto odlišujeme *dědičné* a *vrozené*: dědičné je to, s čím jsme byli počati, vrozené je to, s čím jsme se narodili.

Také na další vývoj organismu působí řada příznivých i nepříznivých faktorů: výživa, nemoci a také psychické vlivy, zpočátku zvláště pohoda v laskavém (nebo naopak chladném) mateřském náručí. Tak se dotváří to, čemu říkáme *tělesná konstituce*: je zčásti zděděná, zčásti daná prenatálními vlivy, působením prostředí v raném dětství, v malé míře i v pozdější době. Tělesná konstituce předznamenává celý další duševní vývoj.

V psychologii narážíme na každém kroku na *velké individuální rozdíly* mezi dospělými lidmi (ale už i mezi dětmi). Ptáme se: Na čem záleží, zda se u určitého člověka vyvine družnost a kooperativnost, vysoká inteligence, schopnost sebeovládání – a třeba psychická porucha? Hrají v tom větší roli dědičné vlohy, případně vrozené vlastnosti, nebo podmínky, ve kterých se rozvíjí dítě a dospívající?

Otázka se tedy vyhrocuje takto: Co je pro duševní vývoj člověka důležitější: *dědičnost*, nebo *prostředí*? Nese si každý člověk svůj osud už od narození v sobě, nebo záleží v podstatě na tom, jak na něj budeme působit výchovou?

V době, kdy jsme byli v psychologii a sociologii odkázáni na spekulace a neověřená pozorování mnohem více než dnes, někteří autoři jednostranně zdůrazňovali vliv dědičnosti na duševní vývoj člověka a ovšem na výsledek tohoto vývoje – osobnost¹⁴. Tvrdili například, že zločinnost je v podstatě dědičná,

11 *Maturaci* rozumíme růst a změny probíhající v posloupnosti dané genetickým (vrozeným) programem, který se postupně aktivizuje, a to relativně nezávisle na vnějších vlivech. *Maturace limituje učení*, tj. určuje, co se jedinec může v daném vývojovém stadiu vzhledem k jejímu postupu naučit. Je ovšem závislá i na vnějších vlivech, například na zdravotním stavu – a také, což je pro nás zvláště zajímavé, do jisté míry i na duševním stavu a na tom, jak jsou stimulovány psychické procesy (Vágnerová, 2000, 21). *Maturace* a vnější vlivy tedy působí ve *vzájemné interakci*.

12 Jde o tzv. vnitřní vyměšování, často se užívá termínu vnitřní sekrece. Příslušný lékařský obor se nazývá *endokrinologie*.

13 Protože nervový systém a hormonální systém při řízení organismu úzce spolupracují, mluvíme často souhrnně o *neurohormonálním systému*.

14 Asi před 200 lety probíhal ve filozofii složitý a slavný spor mezi tzv. *empirismem*, který zastával Locke, a *nativismem*, který reprezentoval Leibniz. Locke tvrdil – zhruba – že vše, co je v lidské mysli, muselo se tam nějak dostat skrze smysly, tedy zvenčí: žádné vrozené ideje, na jaké věřil Platon! Nativisté namítali, že to nejpodstatnější, to jest *způsob, jakým na sebe necháme působit* to, co k nám přichází skrze smysly, je dáno předem. Tehdy byla psychologie součástí filozofie, nikoli samostatnou vědou. Dnes jsou v psychologii tyto diskuse mnohem věcnější a vyhodnocená stanoviska filozofů v nich mají méně místa. Ale přece jen... Proč jsou odborníci, kteří vysvětlují určité jevy spíše dědičností, a jiní, stejně dobří, kteří vysvětlují tytéž jevy spíše působením prostředí? Je např. neuróza důsledkem slabosti centrální nervové soustavy, nebo ji působí spíše mezilidské konflikty?

zatímco jejich odpůrci v ní viděli důsledek neutěšených sociálních poměrů. Tento spor měl značný *ideologický význam*, podobně jako spor o dědičnost inteligence, který měl i přímý význam *politický*: názor, že inteligence je převážně dědičná, pomáhal konzervativcům v boji proti snahám demokratizovat školství. Jak dnes dobře víme, podvyživené děti s horší lékařskou péčí vyrůstající v podnětově chudém nebo jinak nevhodném prostředí a pod vedením méně kvalitních učitelů v hůře vybavených školách mají v jedenácti letech v průměru horší výsledky v inteligenčních testech, ať už jsou jejich dědičné předpoklady pro rozvoj inteligence jakékoli. Pokud se tyto rozdíly mezi nimi a mezi dětmi vyrůstajícími v kvalitním prostředí vykládaly pouze dědičností, byla psychologie zneužívána k obhajobě a udržování třídní nespravedlnosti. Podle testování v jedenácti letech se např. ve Velké Británii řadu let prováděl výběr na gymnázia. Děti, které nebyly vybrány, měly pak natrvalo prakticky uzavřen přístup k vyššímu vzdělání.

Dnes víme, že některé duševní vlastnosti a funkce se na dědičném základě vyvinou v příznivém i nepříznivém prostředí prakticky stejně, pokud ovšem parametry prostředí nejsou extrémní (zatím si dovedeme představit spíše prostředí extrémně nepříznivé než extrémně příznivé, zejména v prvních letech života). Například psychomotorika se v prvním roce zřejmě rozvíjí podle genetického programu a rozdíly v prostředí hrají malou úlohu: v určitém pořadí se objevuje zvedání hlavičky, „pasení koníčků“, sed, lezení, stoj a první kroky. Dítě velmi rychle dožene případné zpoždění zaviněné nemocí nebo omezením pohybu. Naopak jestliže věnujeme zvláštní úsilí tomu, abychom jeho vývoj urychlili speciálním cvičením, cvičené dítě nezíská trvalý náskok před necvičeným.¹⁵ Jiné vlastnosti a funkce se v nepříznivém prostředí nevyvinou, např. schopnost důvěřovat druhým lidem může být v raném dětství na celý život podlomena.

Autoři zdůrazňující vliv dědičnosti argumentují často tím, že prostředí ovlivňuje především obsah našeho myšlení, naše názory, postoje, které přejímáme od svého okolí, množství informací, které nám byly předány atd., daleko méně však vlastní strukturu osobnosti, např. inteligenci nebo svědomí. Jestliže vstoupíme dítěti nesprávné zásady, bude mít jeho svědomí „chybný obsah“, bude po něm vyžadovat třeba věrnost zločineckému gangu, jinak však bude fungovat normálně. Výsledky výzkumů v této oblasti mají velký význam pro pedagogickou psychologii.

Nový přístup k otázce dědičnosti a prostředí přináší *etologie*, jedna z nejslibnějších biologických věd. Etologové zkoumají chování různých druhů zvířat,

od pobíhání mravenců až po způsob, jakým udržuje vůdce vlčí smečky svou autoritu. Chování zvířat je v mnohém druhově dědičné, skoro bychom řekli „čistě dědičné“, u pospolitě žijících druhů záleží však mnoho i na tom, co se mládě učí v kontaktu s matkou a s dalšími členy stáda nebo jiného společenství – případně i s členy lidské rodiny, v níž žije. Existuje také *lidská etologie*, která se snaží užívat stejných metod u člověka, srovnává lidské chování s chováním druhů člověku blízkých i vzdálených. Lidské chování se samozřejmě během posledních desítek tisíc let podstatně změnilo historickým vývojem. Copak mají společného grónský Eskymák (před vpádem naší civilizace do jeho země), ostrovan z Polynésie a strakonický dělník? Jestliže lidská etologie hledá v těchto třech společného „přírodního člověka“ – má vůbec nějaké šance? Zdá se, že přece jen ano, např. – jak uvidíme – srovnává-li se chování matky k novorozenci v těchto na hony vzdálených kulturách: je až zázračně podobné! (Viz str. 95) Ukazuje se, že lidské instinkty nejsou chudé. Naopak, *naše instinktová výbava je velmi bohatá*. Nevytváří však hotové, rigidní celky chování. Její prvky vstupují do historicky vznikajících forem chování, projevují se v nejružnějších modifikacích, podobách a převlecích. Jsou jakoby tvárným, ale nezničitelným materiálem, ze kterého společnost vzděláváním a výchovou vytváří psychiku dítěte a později dospělého člověka. Když se snažíme vysvětlit, proč se k sobě dnešní lidé navzájem chovají určitým způsobem, nabídne se nám někdy odpověď: protože to bylo účelné pro přežití jedince nebo společenství předhistorických lidí. Lidé, nebo dokonce už jejich předkové podobní dnešním lidoopům snáze přežili, když se takto chovali, proto se toto chování zakódovalo do genetického programu a udrželo se do dneška – ať už je za současných podmínek účelné, nebo nikoli. Tento způsob uvažování se nazývá *neodarwinismus*; jeho významným reprezentantem je Dawkins, autor vlivné studie *Sobecký gen*.¹⁶ Došli bychom jistě k podivným koncům, kdybychom na tomto základě chtěli vybudovat celou teorii společnosti, lidské psychiky a kultury a zařadit podle této teorie třeba školský systém. Některé hypotézy, ke kterým neodarwinisté docházejí, jsou však zajímavé a podnětné; mají v současné psychologii stále větší vliv. Instinktovou výbavu je třeba ve výchově využívat a usměrňovat, není moudré ji ignorovat.

Sociální hybné síly

Jak víme, vývoj je do značné míry *determinován prostředím*. To platí pro vývoj každého organismu a pro jakýkoli systém, který se vyvíjí, třeba i pro naši planetu. Vlastně bychom ani nemohli říci, co je vývoj, kdybychom vynechali vliv prostředí.

15 K podobnému výsledku vedl pokus obohatit prostředí kojence množstvím předmětů, jež silně poutaly jeho pozornost a měly tak urychlit jeho psychický vývoj. Zde se dokonce ukázalo, že tyto „atrakce“ mohou dítě odvést od přirozeného vývojového úkolu – seznamování s vlastním tělem (prohlížení ručiček).

16 Dawkins, R.: *Sobecký gen*. Mladá fronta, Praha 1998.

Ve vývoji člověka a jeho psychiky hraje tedy prostředí samozřejmě také svou roli. Přitom však musíme zvlášť zdůraznit úlohu toho prostředí, kterým je pro jednotlivého člověka *společnost*.¹⁷ Každý z nás žije a vyvíjí se především v *interpersonálních* (mezilidských) vztazích k lidem, s nimiž se dobře zná a kteří jsou mu osobně blízcí; nemusí mu přitom být sympatičtí, existují i nenávislné interpersonální vztahy. Jejich typickým příkladem jsou rodinné vztahy. Dále žijeme ve vztazích k *větším skupinám*, do nichž patříme, jako je školní třída nebo pracovní kolektiv velké dílny; co do velikosti následuje pak obec nebo jiná velká organizace, jako např. Česká lékařská společnost, národ – a nakonec přijde lidstvo jako celek.

Společnost na nás působí na každém kroku a určuje, jak se budeme vyvíjet *po celý život*. Poskytuje nám k tomu určité možnosti a jiné možnosti, které by nám genetický program dovozoval, naopak vylučuje, podle potřeby i velmi energickým omezováním a donucováním. Začlenění do školní výuky, vstup do manželství, odchod do důchodu, to jsou *společenské mezníky* na naší životní cestě. V každé kapitole knihy budeme sledovat, jak společenské vlivy – např. způsob obživy, který nám společnost umožňuje, informace, jež nám dodává, výzvy, které nám adresuje (např. reklamními slogany) – rozhodují i o tom nejosobnějším, jak spoluurčují – často aniž to tušíme – naše city, volby a činy.

Podstatnou složkou vývoje jedince je *socializace*, příprava na plnění úloh a rolí, které nás čekají jako rodiče, pracovníky, občany. Je to vrůstání do společnosti, ve které máme žít. Společnost, tj. rodina¹⁸, škola atd., nás přitom více či méně plánovitě a záměrně vede. Učí nás například, že máme celý svůj život chápat jako veliký, zodpovědný úkol: převzít to nejcenější, co nám nechali předkové a co nám předává bezprostředně předcházející generace, přidat k tomu, co dokážeme (nebo aspoň na tom poopravit, co se dá), a předat to – jako štafetový kolík – generaci svých dětí.

Socializační program je časován v něčem velmi přesně, např. pokud jde o vstup do školy. Pouze u jedinců, jejichž biologický a psychický vývoj značně vybočuje z průměru, jsou zde možné výjimky (odklad školní docházky při tzv. školní nezralosti, a naopak u mimořádně nadaných dětí i přeskočení ročníku). Jiná očekávání jsou volnější: kdy si dívka přestane hrát s panenkami, kdy (a zda vůbec) chlapec absolvuje taneční hodiny, je do značné míry ponecháno na jejich vůli.

V dospělosti přibývá takových jednání a rolí, které nejsou přímo předepsány, k nimž nás však společnost (rodina, příbuzenstvo, okruh přátel a zná-

17 Často se setkáváme s tím, že se pod pojmem společnost rozumí jen společnost jako celek, nebo dokonce jedna její instituce, stát. Připomínám proto, že společnost – to je také rodina, skupina přátel, sportovní klub, školní třída, řečník a posluchači shromáždění na jeho přednášce, autor a čtenáři jeho knihy.

18 Rodina je jednou ze skupin, které nám zprostředkovávají obecné sociokulturní vlivy, a to vždy v určité modifikaci.

mých, ale i sdělovací prostředky) nepřímou vede, mohli bychom říci *tlačí*. V tomto smyslu se mluví o *sociálních hodinách*: pro každý životní krok, pro zaujetí každé nové role a pro modifikaci každé už zaujaté role existuje určité *předpokládané optimum*, na něco je v dané chvíli ještě brzy, na jiné věci nejvyšší čas a opět na jiné už příliš pozdě. To platí pro sňatek¹⁹ a plození dětí, pro různé způsoby zábavy a rekreace, pro způsob oblékání, pro sexuální a erotický život (např. líbání na lavičce v parku). Nejrozumnějšími způsoby, ve sdělovacích prostředcích zejména věkem herců, kteří hrají určité role v populárních pořadech (resp. věkem, na který tito herci vypadají), jsme vedeni k tomu, abychom dodržovali čas sociálních hodin. I když je dnešní doba v mnohém tolerantnější než tradiční společnosti, nedbání sociálních hodin vyžaduje někdy značnou odvahu a vnitřní nezávislost. Většina lidí je vůči nim citlivá, ať vědomě, nebo bezděčně.

Je užitečné odlišovat *dvojí socializační program* vývoje: aktuální a historický. *Aktuální program* zahrnuje to, k čemu nás společnost záměrně vede, co se nám snaží vštípit: abychom se určitým způsobem podřizovali autoritám, abychom určitým způsobem pečovali o své zdraví, abychom se snažili o úspěch, ale užívali při tom jen dovolených prostředků.

Historický program je nezáměrný, je uplatňován (i přijímán) bezděčně, ale není proto méně vlivný. Tento program může být v souladu s aktuálním programem, bývá však mezi nimi mírnější nebo ostřejší protiklad. Historický program je zakódován např. v pohádkách, které svým dětem vypravujeme před spaním, v lidových písních, které je učíme, ve zděděných zvycích, které dodržujeme. Je zakódován v tradiční kultuře a – jak vícekrát uvidíme – přímo v jazyce, kterým mluvíme.

Aktuální a historický program nevyčerpávají celé působení společnosti na vývoj dítěte, případně dospělého. Účinně působí i *nezáměrně vzniklé podmínky*, ve kterých člověku umožníme pracovat a bavit se (např. zavedením mobilních telefonů) – tyto podmínky mohou rušit, nebo naopak podporovat určité části aktuálního i historického programu. Dále musíme brát v úvahu i rozpory uvnitř aktuálního programu, zejména mezi školou, rodinou, sportovním klubem, televizí a dalšími společenskými činiteli. Rozpory existují konečně i mezi jednotlivými částmi aktuálního programu prosazovaného v jednom prostředí, např. v rodině.

Aldous Huxley vylíčil ve vědeckofantastickém románu²⁰ společnost vybudovanou na velmi racionálním aktuálním programu při plánovitě a důsledně vyřazení historické

19 Je vždycky riskantní vybočit z řady, vzepřít se sociálním hodinám a předbíhat nebo se opožďovat. Například sociální hodiny se nám zřejmě předbíhají, pokud jde o věk sňatku. Mnoho mladých lidí vstupuje do manželství psychicky nezralých, a u mnoha z nich je důvodem strach, že by zmeškali: když se všichni moji vrstevníci horempádem žení, která pak zbude na mě? (V posledních letech u nás ovšem průměrný věk vstupu do manželství stoupl.)

20 Huxley, A.: *Konec civilizace*. Praha 1971.

kého programu: Inženýři lidského štěstí vytvořili podmínky, v nichž každý občan užívá – rozumně regulován – všech možných příjemností života. Jsou vymýceny jakékoli příliš silné city, jež by mohly vést k tragédiím. Proto se děti rodí ze zkumavek a neexistuje osobní mateřství. Z téhož důvodu patří k dobrému mravu sexuální promiskuita a intenzivní účast na sportech a jiných kolektivních zábavách, jež člověku nedovolují, aby si začal klást klasické lidské otázky. Vždyť by se jen zbytečně trápil a mohl by dospět k nežádoucím, společensky nebezpečným myšlenkám. Shakespeare i Bible jsou v trezoru, ostatně s celou „starou“ literaturou. Věda slouží pouze technickému pokroku, nikoli hledání pravdy. Lidstvo žije v hlubokém míru a stálých radovánkách. Pointou příběhu je konfrontace mladého divocha z rezervace, vychovaného tradičně, s touto šťastnou civilizací: Ukazuje se, o kolik je tento chlapec bohatší, opravdovější, lidštější než jeho noví přátelé. – Huxleyho román je prorockou parodií konzumní společnosti, která se v době napsání (1932) začínala rýsovat ve Spojených státech.

Každá doba rychlých společenských přeměn – a naše doba k nim jistě patří – je poznamenána nejen zesíleným protikladem aktuálního a historického programu, ale i rychlými změnami aktuálního programu. Máme-li dnes rozumět své životní cestě, musíme ji vidět v této souvislosti. Staré tradice zanikají a nové se jen pomalu rodí. Vyvíjíme se jinak než naši otcové, a naše děti se vyvíjejí jinak než my.

Současné změny ve způsobu života, které přináší celý společenský vývoj, tedy vývoj ekonomický, politický, technický, kulturní a duchovní, jsou tak prudké, že sotva stačíme sledovat jejich vliv na lidskou psychiku. Někdy mě tlačí jako noční můra tato otázka: Stačí vůbec celá naše slavná psychologie i přes všechny své pokroky držet krok s proměnami lidské psychiky v tomto století? Máme šanci rozumět sami sobě za deset, dvacet let lépe než dnes (nebo aspoň stejně dobře)?

Pod vlivem etologie (viz str. 28) dnes v psychologii i v jiných vědách o člověku užíváme nově pojmu *rituál*²¹. Myslí se tím nejrůznější úkony vykonávané podle daných pravidel. Rituály jsou někdy velmi složité činnosti, jejichž smysl není vždycky jasný ani těm, kteří je vykonávají: tak je tomu u četných náboženských rituálů. Rituálem v širokém etologickém smyslu je např. složité „namlouvání“ samečka a samičky u ryb, ptáků i savců, včetně kulturního člověka. Některé rituály umožňují, aby se přijatelnou formou a v neškodných mezích uspokojovaly významné a zároveň nebezpečné potřeby a přání. V tomto smyslu je rituálem společenský tanec i boxerské utkání. V druhém případě se uspokojuje – kromě jiných – potřeba porvat se, a to pořádně, s veškerou vervou; přitom přesná pravidla (rukavice, dovolené údery, zákaz bít protivníka, který leží) drží tuto riskantní činnost v určitých mezích: boxerský zápas je ritualizovaná rvačka. K rituálům patří soudcovský talár, olympijský oheň, slavnostní přípitky, udělení vyznamenání, nošení vyznamenání i odnětí vyznamenání, pozdrav, složení lékařského slibu a četné jiné.

21 Z latinského *ritus* = náboženský obřad, ale také prostě zvyk, způsob, obyčej.

Biodromální psychologie a sociologie se zaměřují zvláště na rituály přechodu, jakými jsou v tradičních společnostech obřady přijímání mezi dospělými, sňatek, křest. Proto se s pojmem rituálu setkáme na nejrůznějších místech této knihy.

Osobnost jako hybná síla vývoje

Ukázali jsme, jak je duševní vývoj determinován na jedné straně biologickými hybnými silami, na druhé straně společností, v níž žijeme a jež nás také mocně usměrňuje. Nutně se objevuje otázka: a co my sami? Je naše psychika, naše já, naše osobnost také hybnou silou vývoje – tedy: svého vlastního vývoje? Je duševní vývoj determinován i psychologicky, nejen biologicky a sociálně? Vědecká odpověď zní samozřejmě: Ano – i když v praxi máme stále sklon podléhat *předsudku, že rozhodující jsou biologické a sociální faktory, jež jsou snadněji vykazatelné a jejichž vliv lépe zapadá do našeho běžného myšlení.* Ano, to, jací jsme „uvnitř“,²² jaká je naše osobnost, rozhoduje do značné míry o tom, jací budeme – a to ve vzestupném stadiu vývoje tím více, čím jsme starší, resp. čím dále jsme pokročili.²³ To, jak jsme se naučili jednat v různých situacích, determinuje naše další činy a jimi se dále formuje naše osobnost, její vědomé i nevědomé složky a jejich integrace. *Kdykoli se ovládneme a uděláme, co chceme, nikoli co se nám právě chce,* vzroste naše schopnost ovládat se i v budoucnu. Sebereme-li dost odvahy ke statečnému činu, budeme pravděpodobně příště ještě statečnější; a totéž platí o zbabělosti. Jestliže dobře rozumíme svým motivům (tj. víme, co chceme), rozhodujeme se na životních křižovatkách rozumněji, vyhneme se zklamáním, konfliktům a katastrofám v osobních vztazích, vyvíjíme se příznivěji. *Vývoj osobnosti bývá – a má být – i výsledkem cílevědomé aktivity. Člověk dokáže sám sebe měnit podle ideálu, který přijme, podle cíle, který si stanoví. Může na sobě pracovat jako tvrdě trénující sportovec. Každý člověk je – v určité míře – tvůrcem sebe samého.*

Nechci však inzerovat laciný optimismus starých osvícenských moralistů, kteří věřili, že rozumným, ušlechtilým úsilím se v životě všechno zmůže. I když

22 Myšlenku, že existuje duše, která se vyvíjí (zčásti) nezávisle na těle a na společnosti, neakceptujeme. Člověk je *jednotou tělesného a duševního života*, rozdělování na tělesné a duševní je v psychologii (na rozdíl od některých náboženských nauk) pomůckou našeho poznávání – sice důležitou, ale přece jen pouhou pomůckou.

23 V involučním stadiu vývoje může opět převládnout biologická determinace, jsou však velké rozdíly v tom, jak se člověk vyrovnává s biologickými změnami. Při pitvě někdy lékaře udivuje, s jak pokročilou atrofií mozku mohl starý člověk v životě ještě docela dobře obstát a na druhé straně při jak zřejmém duševním úpadku senilního typu může být mozek stále ještě bez nápadných změn. – V involuci může hrát vedle výraznějších biologických vlivů zvýšenou roli také sociální determinace, zvláště vztahy rodiny a dalších blízkých lidí ke starému člověku.

si odmyslíme meze, které nám klade biologie (labilita a zranitelnost nervového systému, nemoci), a tragédie, jež mohou postihnout naše vztahy s druhými lidmi, případně situace, které budou nad síly našeho charakteru, jsou zde možná ještě hluboké, jen povrchně zhojené jizvy v naší osobnosti, které se při náporu zvenčí mohou nečekaně otevřít.²⁴ – Na druhé straně však může jaksí samo od sebe, z nám samým skrytých „hlubokých studní“ v nás vyprýštit něco silného a krásného, o čem jsme neměli ani tušení: silná radost z existence druhého člověka, tvořivá svoboda k novým činům.

Člověk má tedy určitou svobodu v tom, co sám ze sebe vytvoří. Někdo má této svobody mnohem více a někdo zase mnohem méně než většina ostatních. Máme svobodu volby, ale můžeme volit jen z rozumných (čímž neříkám: přízemně realistických) alternativ. Někdy je to svoboda architekta, který může podle svého rozhodnutí vytvořit projekt budovy, případně dokonce rozhodnout, zda má jít o nemocnici, vězení nebo divadlo – ale musí respektovat fakt, že základy a přízemí už stojí! (Chcete-li si ještě pohrát s tímto přirovnáním, uvažujte o svobodě architekta, který má přestavět starou budovu, ale má k dispozici jen určité množství peněz, jen určitou techniku a jen určitý druh materiálu. Tak jsme na tom možná v padesátce.) Jsou v životě chvíle, ale také léta nebo celá dlouhá období, kdy máme velkou svobodu rozhodování i možnost něco ze sebe udělat – a na druhé straně chvíle i léta, kdy nemáme víc svobody než galejník připoutaný ke svému veslu.

Bio-psycho-sociální determinace duševního vývoje

Biologické, psychologické a sociální hybné síly duševního vývoje se různě kombinují a proplétají. Biologický vývoj organismu zahrnuje i mozek a vývoj mozku usměrňuje duševní vývoj, urychluje ho, nebo naopak brzdí.²⁵ Biologický vývoj celého těla však působí i jinou cestou: vytváří nové příležitosti pro naše akce,

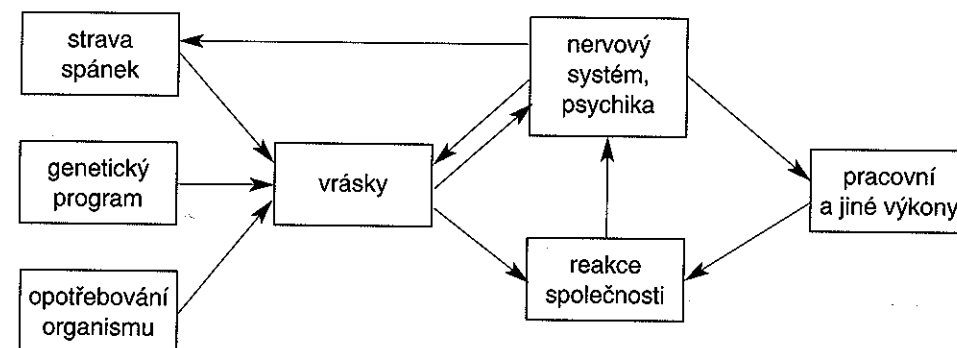
24 Existuje neobyčejně houževnatý předpoklad, že „většinou si lidé za všechno můžou sami“; ze kteréžto moudrosti dokážeme jakýmsi podivuhodným sebeklamem vyloučit vlastní osobu. Kdybychom sečetli všechny psychiatricky nemocné včetně slušného počtu nediagnostikovaných, všechny alkoholiky a toxikomany včetně obrovského počtu těch, kteří jsou na hranici mezi touto nemocí a zdravím, všechny lidi s rozvráceným osobním životem, neschopné uspokojivého partnerského vztahu, ať už žijí v manželství, nebo ne, a všechny zahozené nebo zašlápnuté talenty – kdo se odváží tvrdit, že aspoň polovina z nich „si za všechno může sama“? – A jakže souvisí tento předpoklad s tématem mé knihy? Taktov: v dětství jsme došli k přesvědčení, že budeme-li poslouchat rodiče, všechno dobře dopadne. Rozumem dávno víme, že to není pravda, citem se toho držíme často ještě uprostřed života. Předpoklad „většinou si lidé za všechno můžou sami“ můžeme přeložit jako „když budu hodný, tohle se mi nestane, ti druzí zlobili!“ Vývoj v dospělosti můžeme vidět jako postupné oprošťování od řady takovýchto předpokladů.

25 Zde je třeba objasnit ještě z jednoho zorného úhlu, jak chápeme vztah mezi biologickým a psychologickým, mezi tělesným a duševním životem: Mozek je orgánem psychiky a psychika je jeho funkcí. Avšak mozkové jevy, jež pozoruje biolog (třeba vlny elektroencefalogramu), mají jinou povahu než psychologické jevy, zjišťované metodami psychologie (fantazie, jež nám zkoumaný člověk sděluje, jeho výtvoř, jeho výraz citu). Proto mluvíme o „vzájemném působení“ něčeho, co je bytostně jednotné, jediné, pouze jinak nazírané.

nebo naopak omezení, se kterými se musíme vyrovnávat. Například vrásky a pleš, které vidí stárnoucí muž v zrcadle, jsou pro něj signálem, aby přizpůsobil způsob života nové vizáži. Řekněme, že je to pro něj z nějakých důvodů právě nyní mimořádně obtížné a muž zmalomyslní. Bude to na něm vidět. Společnost, která dosud plynule přizpůsobovala své jednání s ním těm prohlubujícím se vráskám a šířící se pleši, bude mít nyní ještě větší sklon přehlížet ho, vytlačovat ho z výhodných pozic. To také ovlivní jeho duševní stav, řekněme, že směřem k depresi. Deprese zhorší pracovní výkon a dále nepříznivě změní chování v práci i v rodině. Zároveň stárnoucí muž – snad už náš pacient – pod vlivem deprese ztratí chuť k jídlu, což opět zhorší tělesný stav a prohloubí vrásky. Celý žalostný propletenec, zakreslený v blokovém schématu na obrázku 1.1, bychom mohli ještě obohatit dalšími šipkami, kdybychom uvažili i oslabení sexuálního života, případně zpodobnit tím, že bychom zakreslili jako zvláštní bloky rodinu, hospodu, kde muž je štamgastem, pracovní kolektiv atd.

Obr. 1.1

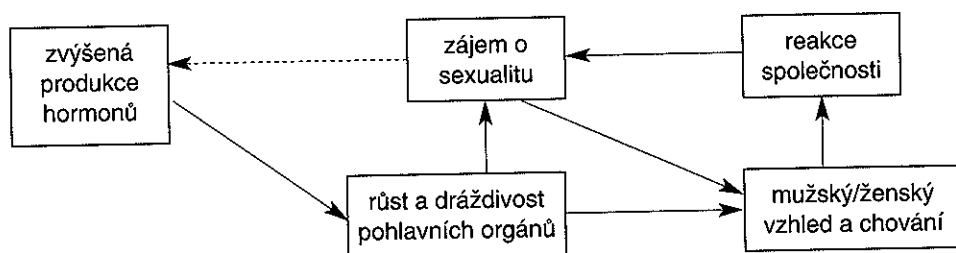
Spolupůsobení a vzájemná závislost biologických, sociálních a psychologických hybných sil ve vývoji jedince: Příklad stárnoucího muže



Optimističtější a ještě zajímavější příkladem vzájemného proplétání biologických, psychologických a sociálních determinant psychického vývoje je puberta. Předpokládáme, že jejím spouštěčem je tělesný vývoj, probíhající podle genetického programu. Na povel z hypofýzy začnou varlata vylučovat do krve více hormonu testosteronu (u dívek vaječníky více progesteronu). Tím zapůsobí na mozek a v důsledku toho bude pubescent citlivější na dráždění vnějších pohlavních orgánů i vnímavější ke všemu, co se v jeho okolí týká erotiky a sexu. Zároveň pohlavní orgány rychle rostou, objevují se nadra a širší boky, vzhled chlapců a dívek se blíží vzhledu dospělých, stávají se předmětem normálního heterosexuálního zájmu. Determinační šipky jsou zakresleny v blokovém

schématu na obrázku 1.2. Na rozdíl od případu stárnoucího muže chybí v tomto případě působení psychiky na tělo. Je ovšem myslitelné, že probuzený sexuální zájem zvýší produkci hormonů nebo nějak jinak urychlí tělesnou pubertu. Není to prokázáno. Ovšem: Proč se v minulém století za 80 let průměrný věk při první menstruaci posunul v naší kultuře ze 16 let na dvanáct a půl roku? Vysvětluje se to lepší výživou a zdravotní péčí i jinými faktory (viz str. 172). Můžeme však uvažovat i takto: Společnost intenzivně zaměřená na sexualitu konfrontuje dětskou psychiku dříve a naléhavěji s erotikou a sexualitou a dříve probuzený sexuální zájem vede k časnějšímu hormonálnímu odstartování puberty. Je-li tomu tak, kruh se uzavírá a můžeme v našem grafu dokreslit příslušnou šipku.

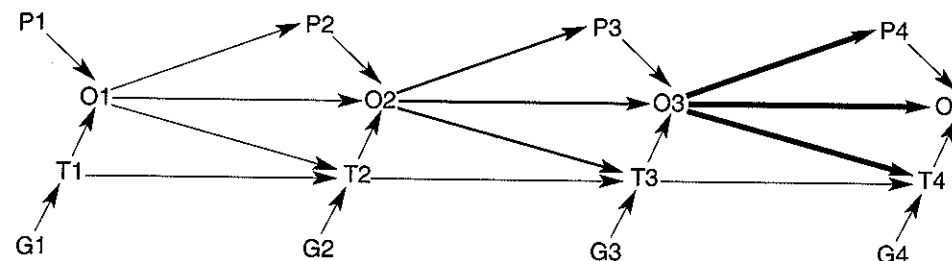
Obr. 1.2 Spolupůsobení a vzájemná závislost biologických, sociálních a psychologických hybných sil ve vývoji jedince: Příklad pubescenta



Vzájemné vztahy jednotlivých hybných sil duševního vývoje znázorníme nyní ještě obecněji a vyjádříme přitom, jak roste úloha osobnosti jakožto determinujícího činitele v jejím vlastním vývoji (viz obr. 1.3). Symboly G_1 až G_4 představují genetický program daného individua. Tento program ovlivňuje vývoj těla, přičemž z našeho hlediska je ovšem nejdůležitější vývoj mozku. Stavby těla v čase označujeme symboly T_1 až T_4 . Tělesný stav působí na osobnost, kterou značíme O_1 až O_4 . Kromě toho působí na osobnost prostředí, zvláště společnost. Proto zavádíme ještě symboly P_1 až P_4 . Tento graf by bylo možno zkomplikovat ještě dalšími symboly a šipkami, pro náš účel to však není třeba.

Pro jednoduchost předpokládáme, že osobnost je na samém začátku (O_1) výsledkem působení genetického programu na jedné straně a společenského prostředí na druhé straně a že vliv obojího je stejný; to vyjadřujeme stejně silnými šipkami. Osobnost v dalším časovém bodě (O_2) je už determinována také svým vlastním, „vnitřním“ vývojem, mohli bychom také říci samovývojem ($O_1 \rightarrow O_2$). Pro jednoduchost předpokládáme všechny vlivy stejně silné, a kreslíme

Obr. 1.3 Stoupající význam osobnosti jako hybné síly vývoje individua



proto také stejně silné šipky. Je-li však již osobnost zde, ovlivňuje tělesný vývoj i prostředí, tedy stavy T_2 a P_2 – například matčin zájem o kojence je větší, jestliže se na ni kojenec pěkně usmívá. Čím je osobnost strukturovanější, zralější, rozvinutější, tím je také stabilnější a později i cílevědomější. Tím větší je její vliv na její vlastní budoucnost. Proto kreslíme šipku $O_2 \rightarrow O_3$ již silnější. Sílí ovšem i vliv osobnosti jednak na prostředí, jednak na vlastní tělo, kreslíme tedy i šipky $O_2 \rightarrow P_3$ a $O_2 \rightarrow T_3$ silnější.

Celý graf nechce vyjádřit, že osobnost je nejsilnější hybnou silou svého vlastního vývoje, nýbrž pouze to, že její význam jako determinujícího faktoru sebe samé stoupá. Mohli jsme začít se šipkou $O_1 \rightarrow O_2$ čtyřikrát nebo desetkrát slabší, než jsou šipky $P_1 \rightarrow O_1$ a $G_1 \rightarrow T_1 \rightarrow O_1$, abychom vyjádřili, že se význam osobnosti pro její vlastní vývoj jen zvolna přibližuje významu genetického programu a významu prostředí. – Ostatně by si patrně nikdo netroufl číselně vyjádřit vzájemný poměr velikosti sil, o kterých zde mluvíme; lze se o to pokoušet nanejvýš pro některé dílčí vlastnosti osobnosti a pro některé dílčí vlivy, a to ještě jen za zvláštních podmínek.

Je-li již osobnost pevně zformována, překvapí nás někdy její *stabilita za podmínek, kdy se její biologická determinace silně mění*. Například ženy, kterým byly chirurgicky odňaty vaječníky a jež tedy ztratily zdroj některých hormonů nezbytných pro rozvinutí sexuální funkce a sexuálního života, nyní žijí a cítí sexuálně stejně jako dosud. Jindy naopak psychické faktory a sociální vlivy „rozjedou“ tělesné procesy, které pak už nemohou zastavit. Například při duševní poruše zvané mentální anorexie dívka příliš málo jí, protože si přeje zhubnout (předpokládá se, že má v hloubi duše odpor k tomu stát se zralou ženou). Zajde-li věc příliš daleko, začne její mezimozek produkovat chemické látky, jež působí nechutenství, a toto nechutenství je teď už také – nebo především – tělesně podmíněné.

Průběhové formy duševního vývoje

Pětiletá dívka a padesátiletá zralá žena: obě se vyvíjejí. Ale co má vývoj v pěti a v padesáti společného? Jde přece o docela jiné problémy, jiné tělo, jiné sociální postavení, jiné naděje a obavy, o jinou životní perspektivu!

Odpovídám: Není jisté, že je obsah problémů – psychologicky vzato – docela odlišný. Ale zaměříme se zatím na způsob, na *formu*, kterou probíhá duševní vývoj. I v případě, že je obsah úplně jiný, může být forma stále ještě podobná, jak je tomu v psychologii ostatně dosti často. Zákonitost formy nám snad pomůže pochopit společné rysy vývoje v různých věkových obdobích.²⁶

Jak tedy probíhá duševní vývoj?

Vzestup a pokles jednotlivých vlastností (kvantitativní změny)

Pro popis duševního vývoje je někdy výhodné měřit určitou vlastnost u osob různého věku a srovnávat navzájem průměrné hodnoty skupin, které se věkově liší.²⁷

Jak můžeme měřit psychické vlastnosti? Je to možné – samozřejmě jen nepřímo a někdy se značným rizikem chyby. Sčítáme např. správné odpovědi v testu inteligence a z výsledku odvozujeme inteligenční kvocient, tedy určitou míru, kvantitu. Jiný příklad: Měříme, jak se mění elektrický odpor kůže, když pokusnou osobu úmyslně necháme selhat v nějaké úloze, třeba při řešení hlavolamu, který je zdánlivě snadný, ve skutečnosti však neřešitelný. Změna kožního odporu signalizuje zranitelnost sebevědomí, sklon k pocitům méněcennosti apod.

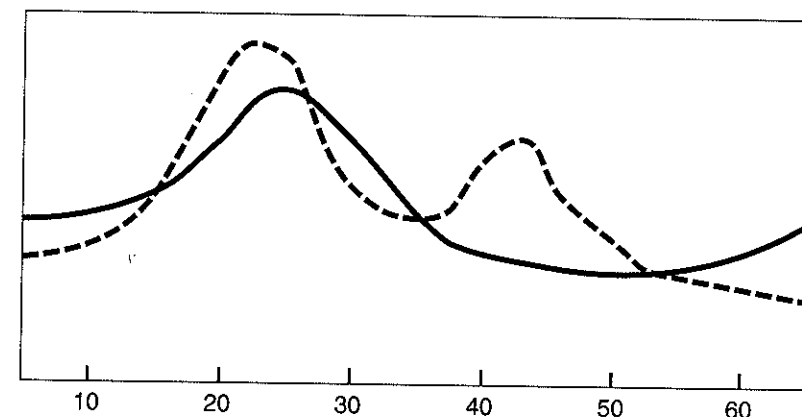
Na obrázku 1.4 je schematicky znázorněno, jak s věkem stoupá a klesá úzkostnost. Matematicky řečeno, věk je v tomto grafu nezávisle proměnná, úzkostnost závisle proměnná. Vidíme, že sklon k úzkosti bývá v mladé dospělosti poměrně vysoký, později klesá, ustaluje se na dlouhém vývojovém plató a ve stáří opět stoupá. To platí pro *průměrnou křivku* úzkostnosti, odvozenou z měření u velkého množství osob, která je na obrázku zakreslena plnou čarou. Křivka úzkostnosti *jednotlivého člověka* bývá často „kotrbatější“ a mívá jak jiný tvar, tak i podstatně vyšší, nebo naopak nižší celkovou úroveň. Jedna taková křivka je na obrázku zakreslena přerušovanou čarou. Křivky rozumových a jiných schopností v dětství a mládí stoupají a pak po delším nebo kratším vývojovém plató opět klesají. Vrcholu se dosahuje v některých schopnos-

²⁶ Přísně vzato nelze obsah a formu vývoje oddělit, neexistují zvlášť. Jde zase jen o dva různé pohledy na jediný proces.

²⁷ Druhá možnost je měřit vlastnost opakovaně u těchž osob v různém věku, máme-li možnost rozvrhnout výzkum na dlouhou dobu (viz str. 67).

tech dříve, v jiných později, pokles nastává také v různé době a je různě prudký (podrobně viz str. 196, 197).

Obr. 1.4 Vývojové křivky úzkostnosti



Vývojovou křivku můžeme považovat za jednoduchý *model vývoje*. Křivka mnoho napoví, ale to nejdůležitější musíme často hledat za ní, případně ve vysvětlení jejího tvaru. Například průměrný výkon v některých testech inteligence zůstává po řadu let prakticky stejný, ačkoli způsob myšlení, kterým lidé v různém věku dosahují stejných výsledků, se podstatně a zajímavě liší. Jindy se kvalitativní změna, když k ní ve vývoji dojde, projeví náhlým zlomem plynulé věkové křivky, směrem nahoru nebo dolů.

Vývoj jako hierarchizace

Začneme příkladem z biologie, kde jsou vývojové zákonitosti názornější a odkud se – jak už víme – psychologové často inspirovali. Během vývoje druhů se postupně zdokonalovalo řízení organismu centrální nervovou soustavou. Během tohoto vývoje hlavové centrum nervové soustavy ovládlo celou míchu, podřídilo si ji. Nepřevzalo její funkce, nevyřadilo ji, ale právě si ji podřídilo, a to tak, že jí ponechalo určitou autonomii. Ve vývoji mozku se opakoval podobný proces: jeho vývojově novější části ovládly starší části a podřídily si je. Nakonec, jak známo, neobyčejně zmohutněla mozková kůra, která si podřídila – i když nikoli absolutně – celou nervovou soustavu. Totéž se opakuje v biologickém vývoji jedince. Tak např. zpočátku jednotlivé svaly reagují pohybem na přímé podráždění, později nastoupí míšňí řízení a nakonec převezme vládu mozek. Jestliže je centrální řízení oslabeno nebo vyřazeno, získávají jednodušší, vývo-

jově starší „etáže“ řízení větší autonomii a jsou schopny po určitou dobu organizovat provizorní přežívání organismu.

Podobně postupuje duševní vývoj. Původní, nejjednodušší řízení organismu vrozenou aktivitou a reakcemi se podřídí etáži jednoduchých naučených činností. I ta postupně ztrácí svou vedoucí pozici, a to ve prospěch inteligentního jednání. Nakonec jsou i rozumové schopnosti organizovány vícestupňově. – Také citový život začíná primitivními vzněty, nad kterými postupně převládají jemnější, diferencovanější citové reakce a ušlechtilější „vyšší city“; v nouzové situaci však může být přiměřeným citem razantní vztek nebo panický strach, který nás spolehlivě vyvede z nebezpečí tím, že zmobilizuje všechny síly a napře je jediným směrem. Socializační program počítá s citovým vývojem a snaží se jej dovršit nabídnutím ideálů, jimž by se mohl člověk plně oddat a naplnit tak svou potřebu životního smyslu. Tato potřeba byla vypěstována podle předcházejících „kapitol“ socializačního programu od dětských let – v souladu s genetickým programem citového vývoje.

Mezi vyššími a nižšími etážemi psychiky může být plný soulad, ale za určitých situací se dostávají do rozporu a je ovšem otázkou, zda převládne vyšší, nebo nižší složka, např. uvědomělá vůle, nebo okamžitý popud zmocnit se něčeho lákavého přesto, že to pravděpodobně povede k nepříjemnostem.

Hierarchizace je vlastně zvláštním případem integrace. (Integrace je ve vývojové psychologii tak základní princip, že jsme bez ní ani nemohli definovat vývoj.)

Kritické a senzitivní období

Elegantním výkladovým principem vývojové psychologie je pojem kritického období. Oč jde? V životě existují období, kdy je jedinec *vnímavý k určitým vlivům nebo podmínkám*, a jen tehdy, nastanou-li tyto podmínky (příležitosti), může se ve vývoji odehrát to, co se – podle genetického programu – odehrát má. Vzniklý nedostatek už není možno napravit, nebo to snad možné je, ale jen výjimečnými a dosud neznámými zásahy. Pokud nenastanou příslušné příznivé podmínky v kritickém období, následky se projeví buďto hned, nebo v některém dalším vývojovém stadiu.

Je lákavé hledat kritická období, jejichž promeškání způsobí výrazné povahové zvláštnosti, těžké charakterové defekty, neschopnost navázat citový vztah, duševní poruchy nebo aspoň náchylnost k nim.

V biologickém vývoji jsou kritická období dobře známa. Jestliže např. mezi šedesátým a sedmdesátým dnem těhotenství varlata mužského plodu neprodukují pohlavní hormon (testosteron), pak se nevyvinou další mužské pohlavní orgány. Také v etologii nalézáme výrazná a zajímavá kritická období. Když např. káčata v prvních hodinách života vidí pohybující se matku, sledují ji a toto sledování trvá pak celé jejich „dětství“. Není-li matka

v těchto kritických hodinách přítomna, pak se káčata promptně naučí chodit za čímkoli, co se v této době v jejich okolí pohybuje, např. za teniskami výzkumníka – a matku později nesledují. Jiné příklady: Některé ptáky musí v určitém věku slyšet zpěv dospělých ptáků svého druhu, jinak se nikdy nenaučí zpívat. – Opice izolovaná v prvním období života nereaguje normálně na samce ani na svá vlastní mláďata (je-li přece jen oplodněna, např. uměle); toto ovšem neplatí o všech druzích opic. Kromě toho některé experimenty naznačují, že mají-li opičky ve stadiu odpovídajícím zhruba našemu školnímu věku možnost kontaktu se svými vrstevníky, přemůže to následky časné izolace: sexuální aktivita a mateřské chování jsou u nich v dospělosti „přijatelné“.

V lidské vývojové psychologii neznáme zatím kritická období, aspoň ne tak výrazná, jak jsme to viděli v tělesném vývoji plodu a v subhumánní²⁸ etologii. Mluvíme proto raději o *senzitivních obdobích*: v senzitivním období je psychika k určitým vlivům zvlášť vnímavá (jako u kritického období); jestliže se však toto období plně nevyužije, lze nedostatek kompenzovat později, i když pracně a možná ne úplně. Příslušný nedostatek v prostředí během senzitivního období způsobí, že je dotyčná funkce v dospělém věku slabší, že se určitý defekt u takto postižených jedinců vyvine častěji než u nepostižených. Uvedme několik příkladů:

■ Senzitivním obdobím pro vývoj mateřských citů je období těsně po porodu. Jestliže v této době položíme novorozené dítě matce na břicho (viz str. 73) a podporujeme nejúžší kontakt, matka k dítěti snáze a silněji citově přilne.

■ Slepé dítě se začne spontánně usmívat v prvním měsíci, stejně jako dítě vidomé. Aby však vývoj úsměvu pokračoval normálně, musíme slepému dítěti na úsměv odpovídat hovorem, šimráním, laskáním – a to mnohem více než vidomému dítěti. Jinak se jeho úsměv stane pouhým stereotypním mimickým reflexem.

■ Nemá-li dítě mezi šestým a čtyřicátým měsícem možnost vytvořit si citovou vazbu k matce nebo k jiné osobě, jež o ně pečuje, vytváří si později velmi těžko jakékoli pevné citové vztahy (viz str. 85).

■ Odchýlení sexuálního vývoje směrem k homosexualitě může být snad za přítomnosti vrozených dispozic (viz str. 209) způsobeno homosexuálním svedením, pokud při něm dojde k prvnímu pohlavnímu styku vůbec. Zde je ovšem senzitivní období vymezeno neurčitě – několika lety.

Je jisté, že existují četné další nepříznivé vlivy, které mohou trvale a silně poškodit další duševní vývoj dítěte, zejména působí-li delší dobu. Jejich škodlivost však není omezena na určité období, proto se zde o nich nezmiňuji.

28 Subhumánní = vyskytující se u živočichů vývojově nižších, než je člověk.

Vývoj jako porušování a obnovování rovnováhy

Jak víme, člověk po psychologické stránce tvoří celek, který nazýváme osobnost. Jde o celek integrovaný, tj. vnitřně souladný, a zároveň přizpůsobený prostředí. Integrace osobnosti však není nikdy dokonalá, jsou v ní protiklady, napětí, rozpory. Soulad i rozpory si můžeme představit jako vztahy mezi *složkami osobnosti*, které lze nazvat *subsystémy*, protože jednak jsou složkami celého osobnostního systému, jednak jsou samy složeny z jednodušších komponent.

Máme sklon představovat si pod těmito subsystémy něco hmatatelného, nějaké části mozku. Tuto představu musíme upřesnit, a to ve třech směrech:

1. Složkám osobnosti odpovídají mozkové subsystémy, ale nejsou to prostě určité kusy mozkové tkáně, které by bylo možno ohraničit.²⁹ Když např. řekneme, že svědomí je umístěno v nějaké části mozku, je to asi jako kdybychom řekli, že pražská městská hromadná doprava je umístěna v nějaké „části“ Prahy. To je sice pravda, ale jak tu část ohraničit? Do městské dopravy patří tramvajové koleje, tunely metra, autobusy, prodejny jízenek, zásoby nafty, pracovníci, kteří bydlí v nejrůznějších částech města a v jeho okolí a navíc se volně pohybují ve městě i mimo ně atd. Navíc jsou pracovníci městské dopravy zároveň také otci, manžely, spotřebiteli, musíme proto uvažovat, jakou „částí“ své bytosti patří k městské dopravě. – Nuže, stejně těžké, ne-li těžší je říci, kde v mozku sídlí svědomí.
2. Psychologie zkoumá činnost člověka, jeho jednání, prožívání, výkony, kterých je schopen atd., případně osobnost jako celek. Užívá pozorování, dotazníky, testy, zkoumá kresby, deníky, nejrůznější lidské výtvořky. Psychologie nezkoumá mozek, i když je žádoucí, aby spolupracovala s vědami, které ho zkoumají: s anatomií, fyziologií, biochemií a jinými. Složkám osobnosti, tak jak ji zkoumá psychologie, proto sice nějak odpovídají mozkové subsystémy, ale hlavním cílem psychologů není objevovat tyto subsystémy, nýbrž popisovat a *svými pojmy vykládat* zákonitost psychicky řízené činnosti.
3. V psychologii musíme někdy překročit pojem osobnosti a jejích složek, zvláště když zkoumáme vztahy mezi lidmi. Například biodromálně velmi významný vztah mezi žákem a učitelem, to, co se *mezi nimi* děje, nelze uspokojivě vysvětlit jako součet toho, co se děje „v“ žákovi a „v“ učiteli, i když o obojí se pochopitelně také zajímáme.

29 Stará frenologie (lebosloví) zkoumala tvar lebky a podle něj usuzovala, které části mozku jsou u daného člověka větší, nebo naopak menší, než je obvyklé. Mозek měla „rozparcelován“ tak, že každá jeho část byla sídlem určité vlastnosti. Docházela k takovým závěrům, jako že vypouklé spánky znamenají hudební nadání, že na temeni hlavy lze objevit „náboženský hrbolek“ apod.

Pro psychický vývoj je typické, že se všechny subsystémy nevyvíjejí rovnoměrně. V obdobích relativního klidu, plynulého narůstání kvantitativních změn, je celý systém v rovnováze. Pak se – ať už spíše podle genetického programu, nebo nějakým vnějším vlivem, nebo konečně z příčin, jež tkví v samotném vývoji osobnosti, v její autonomii – jeden ze subsystémů začne rychleji rozvíjet, snad dojde dokonce k vývojovému skoku. Tím se poruší rovnováha a je dán impuls k rozvoji dalších subsystémů. Jako příklad můžeme uvést – podle Piageta – osvojení formálních logických operací, tedy skok ve vývoji kognitivního subsystému, který uvede do pohybu vývoj celé osobnosti (viz str. 174).

Někdy dochází k trvalé nerovnoměrnosti vývoje, není-li jeden ze subsystémů schopen vyvíjet se normálně. Příkladem může být infantilnost v citové sféře. Člověk se normálně vyvine intelektově, vytvoří si hodnotový systém, dovede se ovládat a sledovat své zájmy i zájmy společnosti, avšak v určité oblasti citových vztahů zůstane trvale, nebo aspoň na řadu let, nedospělým.

Třetím typickým příkladem vývojové nerovnoměrnosti je *regrese*, vývojový ústup. Je to všeobecně známý jev. U kojenců a batolat pozorujeme běžně vývojovou regresi při přemístění do nového prostředí a při odloučení od matky. Dítě se chová jako menší, přestane udržovat čistotu, jeho hra je jednodušší, než byla, přestane mluvit apod. U malých dětí je psychická regrese – aspoň při zběžném pohledu – víceméně celková. U dospělých dochází jen k částečné regresi, která však má vždycky vliv na celou osobnost, protože se změní vztahy mezi subsystémy, poruší se rovnováha. Příklad najdeme opět nejspíše v citové sféře: čtyřicátník se prudce zamiluje naivním, závislým způsobem, který je přiměřený mnohem nižšímu věku, a celý jeho způsob života se (na čas) radikálně změní. S velmi zřetelnou regresí se ovšem setkáváme u vážných duševních poruch.

Pojem a problém vývojového stadia

Při vysvětlení pojmu vývoj (str. 21) jsme se opřeli o vývojová stadia motýla: vajíčko – housenka – kukla – dospělý jedinec. Tato stadia jsou od sebe jasně oddělena, v každém z nich motýl jinak vypadá a jinak se chová, probíhají jiné životní pochody.

Vývojová psychologie se vždy snažila stanovit stadia ve vývoji lidského jedince. Každému je sice zřejmé, že tato stadia nemohou být navzájem tak jasně a jednoznačně oddělena, jako je tomu u motýla, ale chtěli bychom *aspoň rozdělit příběh života na kapitoly*, z nichž každá by měla svůj svéráz a byla by jasně odlišná od kapitol předcházejících i následujících. Zajímají nás tedy předěly v životě, které by měly být zákonité a které by oddělovaly jedno stadium od druhého.

Některé předěly nám přímo vnucuje příroda, biologický vývoj. Je to především porod, dále tělesná puberta vrcholící první menstruací u dívek a prvním výronem semene u chlapců. Jako celek je však tělesná puberta dosti dlouhý

a pozvolný proces. Také klimakterium vrcholící menopauzou (přechodem) je biologicky významné, protože znamená konec plodnosti. Mívá i psychologické důsledky, kterými se budeme zabývat v příslušné kapitole; uvidíme však, že menopauza není pro psychický vývoj ženy rozhodujícím předělem.

Jak vymezuje životní stadia jedince společnost? I ona dělí jeho životní běh svým způsobem na kapitoly. Významnými předěly jsou vstup do základní školy, volba povolání nebo studijního oboru ve 14 letech, začlenění do práce. Z právního hlediska má základní význam plnoletost dosahovaná u nás dovršením 18. roku. Následuje dlouhé období dospělosti bez „povinných“ předělů, teprve dosažení důchodového věku je opět významnou hranicí.

Existují psychologicky velmi významné biologické i sociální předěly, které však nena- stávají v životě všech lidí.³⁰ Je to především narození prvního dítěte, významné pro ženu biologicky i sociálně, pro muže jen sociálně (pro oba ovšem psychologicky); dále sňatek, rozvod, ovdovění, smrt rodičů, plnoletost nejmladšího dítěte. Kromě toho tyto události nastávají u různých jedinců ve velmi různém věku a v různém pořadí, proto podle nich nemůžeme dost dobře stanovit obecně platné etapy duševního vývoje. Jsou to ovšem události, které často jasně ohraničují kapitoly v životě jedince, podobně jako vážná nemoc, invalidita, emigrace, konflikt se zákonem. Také válečné události nebo jiné společenské krize mohou znamenat v individuálním životě radikální rozhraní, nemohou však vymezovat stadia psychického vývoje.

V mnoha tradičních společnostech byla, případně dosud jsou, životní stadia navzájem radikálně oddělena a toto dělení má důsledky pro celý způsob života. Zejména dosažení dospělosti předepisovalo zásadní změnu ve způsobu života a bylo „pečetěno“ tzv. *iniciačními rituály*, které dospívající očekával a na které se po léta připravoval s velkými nadějemi a zároveň s obavami. Jejich součástí byly bolestivé procedury, např. rozrytí dásně a vytržení zubu. To byl tedy doslova „zářez“ v životním běhu. (Těmito rituály se budeme podrobněji zabývat v 8. kapitole.)

Vidíme tedy, že příroda a společnost vytvářejí v lidském životě řadu významných předělů se závažnými důsledky pro vývoj psychiky. Avšak máme – a můžeme – stanovit stadia psychického vývoje jen podle těchto biologických a sociálních předělů? Jestliže jde o psychologii, neměli bychom raději hledat *psychologickou definici stadia*? Touto otázkou nepopíráme význam biologických a sociálních hybných sil vývoje. Ale napadne snad biologa hledat stadia ve vývoji motýla podle toho, jaké fyzikální a chemické vlivy na něj působí? Pro něj je samozřejmostí hledat stadia definovaná biologicky, tj. z hlediska vlastního oboru.

V psychologii není možné stanovit vývojová stadia bez ohledu na biologické a sociální faktory, přesto se řada autorů snaží uplatnit psychologické hledisko.

30 Významným mezníkem by měl být první sexuální styk. To je důležitý důvod pro jeho odklad do doby, kdy jsou mladí lidé dostatečně zralí k tomu, aby ho prožili s plnou milostnou intenzitou.

Nejdále v tom dospěl Erik H. Erikson,³¹ který *zkombinoval psychologické hledisko s biologickým a sociologickým*. Erikson definuje každé životní stadium (stanovil jich osm) určitým úkolem, který má člověk ve svém duševním vývoji splnit. Stadium je vždy dáno jako období, kdy tělesný i duševní vývoj postoupil natolik, že řešení příslušného vývojového úkolu je možné, a zároveň společnost svým socializačním programem, který má pro každého jedince připravený, tento úkol nastoluje. V každé společnosti se jedinec samozřejmě vyvíjí jinak, ale vždycky v mezích daných genetickým programem, který zahrnuje i psychickou kapacitu a přirozené sklony, a společnost tyto možnosti respektuje – ať už dokonaleji, nebo méně dokonale. Například začlenění do školní výuky a výchovy je načasováno do doby, kdy je dítě přiměřeně vzrostlé, ale především kdy jeho nervový systém dozrál a schopnost učení se rozvinula natolik, že je schopno (pod mírným nátlakem) si na delší dobu přestat hrát, s pochopením sledovat výklad a plnit učitelovy pokyny. Většina dětí dychtivě přijímá tuto novou kapitolu socializačního programu, protože jim dává příležitost realizovat duševní vývoj, ke kterému samy tíhnou v souladu s genetickým programem a s tím, jak už se jejich osobnost rozvinula.

Eriksonova genialita je v tom, že formuloval základní vývojové úkoly, podle nichž je možno vymezit stadia života psychologicky, aniž ztratil ze zřetele biologickou a sociální podmíněnost tohoto vývoje. Jeho stadia „sedí“ psychologicky, biologicky i sociálně.³² Zároveň jsou to stadia – a na tom Eriksonovi velmi záleželo – která je možno najít ve značně odlišných kulturách, včetně přírodních národů; jeho systém má určité etologické ambice.

Jako příklad, jak Erikson chápe vývojová stadia, uvedeme mladou dospělost (na tomto místě velmi stručně, podrobně se tímto tématem zabýváme v 9. kapitole). V mladé dospělosti je za normálních okolností vývojovou dominantou a úkolem vytvoření hluboce intimního manželského nebo jiného partnerského vztahu. Erotika a sexualita zde už nejsou pouhým hledáním a fascinací, jako tomu bylo v adolescenci. Mladý člověk může nyní vstoupit do vztahu k partnerovi jako celá, v podstatě již hotová osobnost. Intimita tohoto vztahu je zdůrazněna i tím, že tíhne k založení rodiny. Socializačním programem je zde vstup do manželství, přesněji řečeno společnost dává tématu intimity zcela určitý prostor tím, jak se celkově staví k manželství, sexualitě, případně k jiným možnostem, jak si v mladé dospělosti uspořádat život.

31 Erikson byl svérázný psychoterapeut a badatel, který vyšel z psychoanalýzy, ale vytvořil samostatnou teorii celoživotního vývoje. Jeho myšlenky uplatníme v této knize na mnoha místech.

32 V některých jednotlivostech je dnes Erikson překonán, protože od konce čtyřicátých let 20. století, kdy svůj systém vytvářel, psychologie – zvláště pokud jde o vývoj v dětství – značně pokročila. Jako celek však tento systém dosud nebyl nahrazen lepším.

Intimita je – v Eriksonově pojetí – něco, co se přirozeně realizuje především v manželském nebo jiném heterosexuálním vztahu, ale není na něj bezpodmínečně vázána. Je to něco širšího, obecnějšího. V každé společnosti existují příležitosti – lepší nebo horší – k tomu, aby jedinec realizoval tendenci k hlubokému, rovnocennému citovému vztahu, k plnému a zralému odevzdání se i jiným způsobem než podle klasického vzorce. Tak se stadium definované intimitou jako dominantním úkolem stává *univerzálním stadiem* každého individuálního lidského života.

Když je vývojový úkol splněn, je člověk připraven postoupit do dalšího stadia. Není-li splněn, nebo je-li splněn nesprávným způsobem, poznamenává to celý další život. Zůstat stát však není možné: genetický program nečeká, společnost naléhá, a i kdyby toho nebylo, v osobnosti samé jsou vývojové tendence, které nelze zastavit. Nacházejí se tedy případně nouzová řešení, různé okliky na životní cestě, které někdy člověka přivádějí do nepřehledných dobrodružství a většinou mu přinášejí utrpení – ale nekončí vždycky špatně.

Vývojové krize

Vývoj organismu mívá vedle období klidného růstu i období bouřlivější přestavby. U člověka je příkladem takového období klidnějšího růstu mladší školní věk, zatímco bouřlivým obdobím je po tělesné stránce nesporně puberta.

V duševním vývoji je tomu podobně, a právě mladší školní věk a pubescence jsou i zde příklady klidu a neklidného kvasu. Řada autorů mluví o krizích ve vývoji osobnosti. Při krizích dochází k vývojovým zvrátům nebo skokům, ke skutečné nebo zdánlivé *diskontinuitě*. Tehdy je psychika zvlášť citlivá, zranitelná i tvárná a rozhoduje se na dlouhou dobu o tom, jakým směrem se bude vývoj dále ubírat. Krize znamená *hrozbu, riziko i příležitost*. Pojem krize je tedy pro nás jeden z nejdůležitějších a vyplatí se trochu důkladněji si jej promyslet.

Slovo krize pochází z řečtiny, kde znamená původně soudní proces, v němž vrcholí spor a v němž dochází k rozhodnutí. Při soudu je všechno upřeno k jedinému bodu – k rozsudku.

Ze soudnictví se pojem dostal do vojenství. Bitevní krize znamená nejdramatičtější chvíli, která rozhoduje o vítězství a porážce, kdy se nasazují poslední zálohy a všechno se sází na jednu kartu. Odtud snad převzali tento pojem lékaři, kteří pozorovali v některých případech jakési vyvrcholení boje nemocného s chorobou, zlom s vyvrcholením a náhlým poklesem horečky: nemocný pak spočívá na lůžku unaven, ale s pocitem úlevy – anebo umírá.³³ Také při akutní duševní poruše může nastat okamžik, kdy se rozhoduje o obratu k hor-

33 V somatické medicíně ztratil pojem krize na popularitě, když se začal užívat teploměr a přesnější zjišťování fakt nahradilo spoléhání na dojem.

šímu nebo k lepšímu, a do zápasu je zapojen i lékař se svým uměním, dokonce s nasazením celé své osobnosti.

Od 18. století se mluví o krizi politické, ekonomické, duchovní i obecně společenské, ve které se vyhrocují rozpory a která je *zákonitým uzlovým bodem vývoje*, která tedy musí přijít, vývoj k ní neodvratně spěje. V tomto smyslu chápal i Marx *revoluci* jako zákonitou vývojovou krizi společnosti.

Životní krize jedince je odedávna oblíbeným tématem beletrie i dramatu, a v psychologickém žánru je to už přímo vnitřní, duševní krize, z níž hrdina vychází jiný, než byl.³⁴ Je přirozené, že se této myšlenky chopili také psychologové a začali ji užívat při výkladu duševního vývoje. Tato možnost se nejvíce nabízí při analýze dospívání, které bylo už od 19. století popisováno jako rozporuplné, bouřlivé období (Sturm und Drang).

Vývojová krize nastává, dostanou-li se hybné síly vývoje do ostrého rozporu. Je to stav, kdy už není možné zůstat takovým jako dosud, a přitom cesta kupředu není otevřena nebo je velmi nesnadná. Ze střetnutí protikladů vzniká nová kvalita. To zároveň znamená, že se ztrácí něco starého. Jde o přerod a – zejména na vědomé úrovni – o *ztrátu kontinuity*, neboť neexistuje žádné „jádro“ osobnosti, které by krizí prošlo nedotknuto. Přitom vědomí kontinuity, to, že já dnešní budu zároveň já zítřejší, je jeden ze základních integračních principů osobnosti. Proto blížící se vyvrcholení krize vzbuzuje úzkost. Úzkost je zde signálem ohrožení: ohrožena je kontinuita dosavadního způsobu života, je nutný *skok* k nové kvalitě.

Iniciační rituály dospělosti v tradičních společnostech často symbolizují tento přerod: jsou chápány jako *smrt a nové narození*. Takové smrtelně vážné hry pomáhají člověku absolvovat nezbytnou vývojovou proměnu, umožňují mu, aby ji na určité úrovni pochopil a s pomocí tohoto pochopení aktivně prodělal, aby nebyl jen jejím trpným nositelem (viz str. 225).

Jaké hybné síly se dostávají do rozporu při krizi duševního vývoje? Už jsme o nich mluvili: jsou to síly biologické, sociální a psychologické (pokud nejsme na samém začátku, kde psychika teprve vzniká). Představíme-li si opět pubescenci, není těžké vystopovat napětí mezi náporom tělesného zrání, požadavky společnosti a přáním chlapce či dívky zůstat dítětem – anebo naopak být rázem dospělým.

Erikson se však pokusil objevit – a to v každém stadiu – *krizový protiklad přímo v psychice, v osobnosti*. Zde je podle něj rozhodující střet, do kterého se sice promítnou biologické a sociální hybné síly, ale který je psychologický a *vede k restrukturalaci*, reorganizaci duševního života. Vezmeme teď jako příklad stadium batolety. Zde dítě díky zrání nervové soustavy a zdokonalenému ovládnutí

34 Jádrem krize může být – na jevišti i v životě – mravní konflikt, zápas mezi dobrem a zlem v člověku, a hrdinovo mravní rozhodnutí je pak vyvrcholením a řešením krize.

pohybového aparátu získává nové, dosud netušené možnosti autonomie. Dovede chytit a držet, ale také pustit a odstrčit věc – a také člověka, když na to přijde. Dovede už vědomě prosazovat svou vůli: aby bylo po mém! Zároveň narazí na požadavek společnosti, aby přizpůsobilo svou svěhlavost potřebám okolí, aby se ukázalo. V tomto nárazu (či spíše v mnoha malých nárazech) se naučí pochybovat a cítit se zahanbeno, což je také velký vývojový zisk – představme si člověka, který se to nikdy nenaučil! A tady to je: z konfliktu mezi sebedůvěrou a autonomií na jedné straně a mezi pochybováním a pocitem zahanbení na druhé straně se musí vytvořit nová rovnováha, nová integrace, ve které všechno má své místo. (Ve 4. kapitole se k tomuto tématu vrátíme podrobně.)

Eriksonova teorie je elegantní v tom, že každé vývojové stadium, které, jak víme, je definováno svým hlavním úkolem, má také svou příznačnou krizi, a dokonce lze vývojový úkol splnit jen tak, že člověk projde takovou krizí a v ní se změnil, zdokonalil, vyrostl. To ovšem jen tehdy, projde-li krizí úspěšně, neboť úkol je možno také „prošvihnout“: krize pak vyústí v debakl, v defektní vývoj, který vyžaduje zvláštní výchovnou strategii, případně i psychoterapeutickou pomoc. Sama vývojová krize se může vyhrotit a přerůst v akutní poruchu, která se projeví buďto tím, že člověk dělá něco zcela jiného, než od něj společnost očekává, anebo tím, že citově trpí, není schopen obvyklých výkonů a ztrácí normální kontakt s realitou.

Erikson tedy předpokládá v každém vývojovém stadiu příslušnou krizi a je v tom důsledný. Taková deduktivní důslednost je ve vědě velkou ctností, protože umožňuje všimnout si i toho, co je nenápadné a co bychom snadno přehlédli. Platí, že *vidíme to, o čem víme*. Jestliže však promyšlíme do podrobnosti problematiku jednotlivých vývojových stadií a zkoumáme prakticky (empiricky) duševní život lidí různého věku, často prostě nenacházíme příslušné krize. Musíme se pak spokojit s tím, že v každém období existují protikladné psychické síly, vývojové možnosti a tendence osobnosti, které jsou v *dlouhodobém napětí*. Toto napětí může, ale nemusí přerůst ve skutečnou krizi, ať už akutní, nebo vleklou.

Ještě se zastavíme u vztahu mezi vývojovým stadiem a vývojovou krizí. Podle některých autorů krize znamená přechod mezi dvěma stadii, která mají poměrně klidný průběh, je to jakýsi skok z nižší úrovně na vyšší. Podle Eriksona však krize patří k *náplni* daného stadia. Mezi jednou krizí a krizí následující jedinec konstruktivně využívá výsledků prodělané krize a pozvolna vzniká nové napětí, nové rozpory mezi hybnými silami vývoje – dozrává další krize, řeší se další vývojový úkol.

Pojem vývojové krize v Eriksonově pojetí je nesporně užitečný. Přitom můžeme v životě každého člověka, dítěte, stárnoucího rodiče (odborník v životě pacienta, klienta) a ovšem ve svém vlastním životě hledat projevy příslušné

vývojové krize, případně známky toho, že se blíží, nebo známky jejího doznívání. To je jedna možnost. Můžeme také rozpoznat a pochopit jakoukoli *atypickou, jedinečnou individuální krizi*. Důležité je vědět, že krize přicházejí, že se v nich střetávají protikladné hybné síly vývoje a že je vždy třeba hledat cestu kupředu, k něčemu novému.³⁵

Celoživotní duševní vývoj

Proč je nutná biodromální psychologie?

Proč se vůbec snažíme zkoumat lidský život jako celek, obsáhnout jakoby jediným panoramatickým pohledem všechna jeho stadia? Proč se raději nezaměří každý odborník jen na jeden jeho úsek, aby bylo možno jít více do hloubky – vždyť třeba literatura o pubertě nebo o raném dětství je už dnes tak obsáhlá, že ji i specialista jen těžko stačí sledovat?! Máme i superspecialisty v psychologii novorozenců, v psychologii mravního vývoje školních dětí, v sociální psychologii stárání, v rozvoji inteligence během prvního roku života – a žádný z nich si nestěžuje na nedostatek problémů. Odpovídám: Vedle specialistů na jednotlivá životní stadia je třeba i *specialistů na celek* duševního vývoje, protože tento celek je něco víc než souhrn jeho částí. Kdybychom postavili do knihovny po pořádku sérii perfektně napsaných knih o jednotlivých životních stadiích a kdyby se každý z jejich autorů zaměřil pouze na své stadium, čtenář by získal jen nedokonalý, roztržitý a málo smyslu dávající obraz celého životního běhu. Kromě toho by bez přihlížení k vzájemným souvislostem i všem těm jednotlivým knihám něco chybělo. Vývojová stadia totiž navzájem souvisí. Jak?

1. *Různá stadia přinášejí podobné vývojové úkoly*, nastolují podobná témata. Například pozornost, kterou na sebe poutá vlastní tělo během pubescentních proměn, se podobá pozornosti, kterou totéž tělo vyvolává při výrazných znamkách stárnutí po čtyřicítce nebo po padesátce. Některá témata jsou celoživotní: postoj důvěry, osvojený ve vztahu k matce během prvního roku života, se upevňuje a obohacuje v dalších stadiích spolehnutím na otce, na sourozence, na přítele i na partnera, na nadosobní ideál a na společenství lidí, kteří tento ideál uskutečňují; a posledním testem tohoto postoje důvěry bývá citová i existenční závislost na vlastních dětech ke konci života. Existují-li takováto opakování a takovéto tematické kontinuity, je přirozené srovnávání stadií slibnou výzkumnou strategií.

35 Někdy ovšem to nové může spočívat v objevení něčeho, co už tu dávno je, a člověk, který dobře prošel svou krizí, se vlastně vrací tam, odkud zbytečně utekl.

Co platí o tématech, platí i o *průběhových formách*. Dynamiku adolescentní vývojové krize můžeme například srovnávat s dynamikou krize životního středu nebo i s vývojovou krizí manželství – a pokoušet se o zobecnění, jež nám zase umožní vytvářet hypotézy o dalších stadiích.

2. *Každé stadium je přípravou*³⁶ následujícího stadia i všech dalších stadií. To je předpoklad, na kterém staví rodinná i školní výchova, a nepochybně právem.³⁷ Biodromální psychologie se snaží popsat a vysvětlit, jakými mechanismy se výsledky vývoje, tak jak proběhl v jednom stadiu, uplatňují v dalším životě. Zkoumá přitom nejen záměrné výchovné působení a jeho výsledky, nýbrž i všemožné nezáměrné vlivy.

Existují nesčetné pokusy vysvětlit povahové individuální rozdíly a náchylnost k duševním poruchám v dospělosti průběhem vývoje v prvních letech života. Od Freudových dob se diskutuje o *vývojovém primátu dětství*, tj. o tom, zda a do jaké míry na vývoji v dětství záleží celý náš další život. Mrkvička říká: „Své dětství v sobě skrýváme až docela nehlouběji. To víme stejně bezpečně, jako víme, že dům se staví od základů. První měsíce a první léta našeho života položily základní kameny pro stavbu celé naší osobnosti. Pouhé tři roky stačí k tomu, aby z bytosti ovládané několika instinktivními reakcemi a základními reflexy uzrála dětská osůbka, která se někdy velmi energicky dovede prosazovat proti svému okolí. Během těch let se dítě naučí stát na vlastních nohou, osvojí si základ lidství ukrytý v řeči, přijme výzvu světa.“ (str. 19–20).

Víme to bezpečně, nebo jsme o tom aspoň přesvědčeni stejně pevně jako Mrkvička. Ale nechejme promluvit i skeptika, který říká: Je samozřejmě dobře známo, že existují vztahy mezi tím, jaký člověk je a jak se projevuje v předškolním věku – a později v dospělosti. Otázka však je, jsou-li tyto vztahy vůbec psychologicky zajímavé! Můžeme např. předpokládat, že nápadně krásné a urostlé dítě se bude již v mateřské škole projevovat v určitém směru podobně jako v dospělosti, kdy bude opět středem pozornosti a přízně, závidí i snahy o přivlastnění. Co z projevu tohoto dospělého je výsledek raného učení – a co je prostě dáno tím, že je v dospělosti stejně krásný, jako byl v dětství? První mechanismus je psychologicky zajímavý, druhý je psychologicky banální, nepotřebujeme kvůli němu biodromální psychologii, a vlastně vůbec žádnou vědu. Něco podobného platí i pro vývoj inteligence: zjistím-li shodu mezi výkony, kterých dosáhly děti ve věku mateřské školy, a mezi výkony, kterých dosáhly tytéž děti po třiceti letech, výklad může být biodromální (příznivý vývoj v raném věku umožnil i pozdější příznivý vývoj), ale stejně dobře i sociální (dobrá rodina zajistila příznivé

vývojové podmínky jak v raném věku, tak i později), anebo biologický (vrozené vlohy se prosazují jak v dětství, tak i v dospělosti).

Jistot je zde méně, než bychom si přáli. Zkuste najít doklady, že osobnost v dospělosti, nebo dokonce v pozdním stáří záleží na tom, jaká byla péče a výchova ve věku kojeneckém a batolecím! Zkuste prokázat, že způsob výchovy v adolescenci ovlivní způsob, jakým bude náš adolescent za třicet let vychovávat své vlastní adolescentní děti! Zkuste přitom „odpreparovat“ vliv biologické dědičnosti! Je to velmi těžké a spolehlivých výsledků je jako šafránu. Jde však o téma tak teoreticky zajímavé a zároveň – jak jsou mnozí praktici i badatelé přesvědčeni – tak prakticky závažné, že jen mnohaleté nezdary celých generací psychologů by nás mohly přimět, abychom se vzdali.

Klasická psychoanalýza předpokládala, že jádro osobnosti se vyvine v prvních pěti letech,³⁸ pak už nedochází k podstatným změnám, resp. další vývoj je těmi prvními pěti lety v podstatě determinován (až na výjimky, kdy je člověk poškozen nějakým výjimečně silným pozdějším psychickým traumatem). Toto pojetí je stejně extrémní, jako kdybychom škrtili lidskou historii a uznávali pouze archeologii. Každé vývojové stadium přináší nové příležitosti a nová nebezpečí. V dospívání, v dospělosti i ve stáří dochází k radikálním obrátům jak k horšímu, tak k lepšímu.

3. Řekli jsme, že je možné na základě poznání raných stadií pochopit a částečně předpovědět pozdější stadia. Existuje však i *zpětné porozumění, retrospektiva*: Zkoumáme-li jedince v pozdějším vývojovém stadiu, můžeme najít klíč k tomu, jak se vyvíjel a projevoval o hodně dříve, co ho determinovalo, oč mu šlo, na čem ztroskotával. Například starý člověk věnuje hodně času vzpomínání, a i když příběh svého života bezděčně cenzuruje a přikrášluje (nebo – vzácněji – se obviňuje a očerňuje), odborně vedeným rozhovorem lze získat cenný materiál. Kromě toho ve stáří, když integrace osobnosti slábne, projeví se často sklony a jiné vlastnosti, které po desítky let zůstaly skryté, ale mohly omezovat tvořivost, spontaneitu, bohatství prožitků. Tak nám poznání starce pomůže při práci s mladými lidmi: dovedeme u nich vidět tytéž problémy, se kterými kdysi zápasil on.

Jak dlouho roste osobnost?

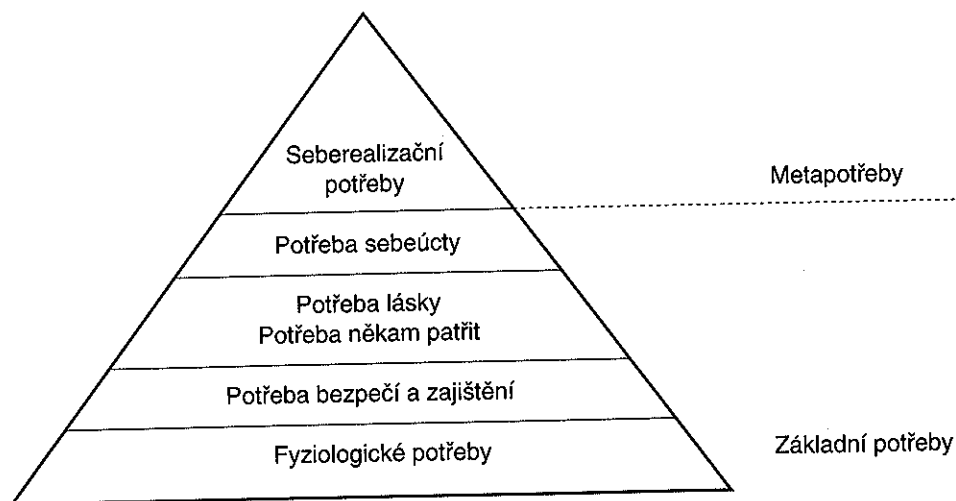
Z tradice nezávislé na přírodovědě pronikl do biodromální psychologie pojem **osobního růstu** nebo **zrání osobnosti**. Tento pojem bývá chápán dosti volně jako moudrost, nesobeckost, vyspělá hodnotová orientace, kulturnost, schopnost snášet zklamání a bolest. Podle řady autorů má člověk růst či zrát po celý život.

- 38 Vývojové chyby, k nimž došlo v prvních pěti letech a které se projevují neurózou, se psychoanalýza snaží napravit – bez záruky – svou dlouhou a často nepřijemnou léčebnou procedurou (která je nicméně v řadě zemí dodnes populární).

36 Netvrdíme ovšem, že některá stadia jsou *pouhou přípravou* budoucnosti. I dětství má smysl samo o sobě. Jen výrobce robotů z Čapkova R. U. R. říká: „Celé dětství je technicky vzato holý nesmysl. Prostě ztracený čas...“ I kdyby se nikdy neprokázalo, že šťastné dětství je základem šťastné a produktivní dospělosti, nepřestaneme o ně usilovat a chránit je – ať patříme k optimistům, nebo ke skeptikům.

37 Odborný pojem je *epigenetický princip*, z řeckého epigignomai = rodit se (vznikat) jeden po druhém.

Obr. 1.5 Maslowova hierarchie potřeb



Myšlenku osobního růstu jako základní úlohy a možnosti lidského života pozoruhodně propracoval americký humanistický psycholog starší generace A. Maslow. V osobním růstu vidí projev základní tendence, jež je vlastní každému člověku a kterou je třeba respektovat i podporovat. Maslow byl přesvědčen, že člověk je v podstatě dobrý, a že tedy jeho *seberealizace* je zásadně pozitivní proces. Toto přesvědčení mu dovolilo udělat krok z filozofického a historického hlediska dost problematický: zařadil hodnotovou orientaci člověka, jeho úsilí o spravedlnost, pravdu a další kulturní hodnoty, do kategorie potřeb spolu se základními biologickými a psychologickými potřebami. Tak vznikla pozoruhodná *hierarchie potřeb*, která je – ať se souhlasem, nebo kriticky – uváděna v každé soustavnější práci věnované lidské motivaci. Sugestivní a esteticky působivé je znázornění této hierarchie jako pyramidy (viz obr. 1.5).

Základnu pyramidy tvoří fyziologické potřeby: potřeba potravy, kyslíku, přiměřené teploty, potřeba pohybu, potřeba zbavit se bolesti a řada dalších.³⁹ Jsou-li uspokojeny základní fyziologické potřeby, dostává se do popředí potřeba bezpečí: člověk jedná tak, aby se zajistil před různými bližšími i vzdálenějšími hrozbami. Cítí-li se v bezpečí a zajištěn, aktualizuje se potřeba někam patřit

³⁹ Definice fyziologické potřeby není jednoduchá a při hlubším zamyšlení bychom narazili na obtíže např. při zařazení sexuální potřeby. Ta je u kulturního člověka úzce spjata s potřebami umístěnými v hierarchii výše a většinou nemá onu bezprostřední naléhavost, která charakterizuje jiné fyziologické potřeby. – Maslow však nebyl pedantský systematik a jeho myšlenky nás spíše inspirují, než aby uspokojovaly naši potřebu pořádku.

a být milován. Jsou-li i tyto potřeby uspokojeny, vzroste zájem člověka na tom, aby měl pocit sebevědomí a sebeúcty; důležitou podmínkou toho, aby si vážil sám sebe, je ovšem respekt, uznání a ocenění těch, na nichž mu záleží.

Dosud vyjmenované potřeby označil Maslow za základní nebo také nedostatkové v tom smyslu, že vyžadují „přísun“ určitých objektů nebo podnětů. Jsou to *potřeby to či ono dostávat*.

Vrchol pyramidy tvoří nejvyšší potřeby, které Maslow nazývá „*meta-potřebami*“ nebo *seberealizačními potřebami*. Jsou to potřeby přesahující bezprostřední (mohli bychom také říci egoistické) zájmy jedince. Patří sem potřeba vzdělávat se a poznávat nikoli pro bezprostřední užitek, nýbrž pro radost z poznání, které člověku umožňuje orientovat se v řádu a smyslu jeho zkušenosti a jeho vztahů k druhým lidem. Patří sem potřeba tvořit, zejména umělecky (ať už profesionálně, nebo amatérsky) i potřeba usilovat o pravdivé mezilidské vztahy.

Na seberealizační úrovni *se mění i povaha lásky*. Není to už především potřeba dostávat lásku, mít k dispozici její objekt. V této vyšší lásce převládá radost z toho, že objekt (je-li vhodné užít tohoto objektivistického slova o milovaném člověku) existuje, obdiv bez potřeby vlastnit, přání, aby ten, koho máme rádi, byl šťasten a realizoval plně své vlastní možnosti.

Seberealizace přináší – podle Maslowa – člověku *vrcholné zkušenosti* v podobě chvílí nejvyššího štěstí a povznesení, až jakési ušlechtilé extáze. Tyto chvíle přicházejí nikoli tak, že bychom o ně žádostivě usilovali, nýbrž naopak tak, že na sebe jako na subjekt zapomínáme, například právě v uvedené nejvyšší formě lásky.

Vertikální dimenze Maslowovy pyramidy je zřejmě dimenzí osobního růstu. Hierarchicky nižší potřeby musí být uspokojeny, aby se mohly aktualizovat a ve struktuře osobnosti upevňovat vyšší potřeby. Fyziologické potřeby dominují u kojence (i když podmínkou přežití je zde také něžná péče!). Za dobrých podmínek vývoje se postupně vytvářejí vyšší potřeby, a jsou-li dostatečně dlouho a v dostatečné míře uspokojovány, růst pokračuje. Jsou-li naopak nižší potřeby frustrovány, ztrácejí vyšší potřeby na aktuální důležitosti: Chybí-li například člověku láska, ustupuje potřeba sebeúcty dočasně do pozadí.

Ten, kdo postoupil k vyšším potřebám, zejména k potřebám seberealizačním, má však také značnou *odolnost vůči frustraci nižších potřeb*. Člověk osobně zralý a usilující o vyšší cíle může např. dlouho snášet nedostatek něhy a citového příklonu, strpí ponížování, a dokonce i silnou bolest, aniž by jeho seberealizační potřeby ustoupily.

Maslow přímo neříká, že jeho hierarchie potřeb vystihuje celoživotní růst osobnosti v tom smyslu, že by každému stadiu dominovaly určité potřeby. Seberealizační potřeby se mohou prosadit již v mládí, snad již kolem dvacátého roku života. Přesto však vidíme dosti zřetelnou analogii mezi Maslowovou hie-

rarchií a celoživotním vývojem jako cestou ke zralosti, jak o ní mluví Erikson a jiní autoři: seberealizační potřeby odpovídají do značné míry generativitě (zralému rodičovskému postoji) a integritě, úsměvné moudrosti stáří.

Jak dělíme lidský život?

Bylo by ideální rozdělit lidský život na řadu typických stadií, platných ne-li pro všechny, tedy aspoň pro většinu lidí, a zabývat se vždy dominantním vývojovým úkolem příslušného stadia, případně jeho klíčovou krizí, jak to navrhl Erikson. Je to však možné jen zčásti: materiál, který nás zajímá a který je i prakticky důležitý, je příliš mnohotvárný, než aby ho bylo možno uspořádat podle kterékoli existující teorie. Při praktickém rozdělení životního běhu do kapitol, které budou následovat, slevíme dokonce i z náročného pojmu stadia a budeme mluvit skromněji o životních obdobích.⁴⁰ Tato období můžeme jen zčásti vymezit biologickými, sociálními a psychologickými předěly a také dominantní životní témata, jimiž se budeme zabývat, určí jen zčásti strukturu výkladu.

Na začátku každé z následujících kapitol uvedu, proč příslušné období stanovím tak, a ne jinak. Zde pouze vyjmenujeme jednotlivá období a připojíme několik předběžných poznámek.

1. *Prenatální období: od početí do narození.* Začátek tohoto období je biologicky jasný. Je ovšem sporné, kdy jedinec začíná také psychicky žít. Konec období je dán jednoznačně porodem, který sice nemá pro každého jedince stejný význam (nedonošenci!), ale je vpravdě epochální životní událostí.
2. *Kojenecké období: od narození do konce prvního roku.* Začátek období je určen porodem, i když u právě zmíněných nedonošenců, zejména jsou-li umístěni v inkubátoru, můžeme být na pochybách, zda jde již v plné míře o kojenecký psychický život. Konec období je dán v podstatě konvencí.
3. *Období batole: od prvních do třetích narozenin.* Opožděné batole může být psychicky ještě nějakou dobu „kojencem“, pro jednoduchost však zůstáváme zde i později u jednotného kritéria – chronologického věku.
4. *Období předškolního dítěte: od 3 do 6 let.*
5. *Mladší školní věk: 6–11 let.*
6. *Pubescence: 11–15 let.* Během tohoto období probíhá obvykle puberta, jež však nevyplňuje celou pubescenci: může ostatně přijít i předčasně, nebo naopak opožděně.
7. *Adolescence: 15–20 let.*

⁴⁰ Pojem stadia vyhradíme spíše pro dílčí vývojové linie, např. pro vývoj mravního usuzování, inteligence atd.

8. *Mladá dospělost: 20–30 let.*

9. *Třicátá léta: 30–40 let.* Řada autorů dělí dospělost na delší období, avšak nejednotně. Často se mluví o střední dospělosti (30–45), *zralé dospělosti* (45–60) a *stáří* (nad 60 let). Protože zde však neexistují jednoznačné předěly, volím jednodušší dělení po desetiletích.

10. *Čtyřicátá léta: 40–50 let.*

11. *Padesátá léta: 50–60 let.*

12. *Život po šedesátce, stáří (senium).* Stáří je opět možno dělit na více úseků, pro naše účely to však není potřebné.

Základní linie biodromálního vývoje

Většina této knihy se skládá z kapitol věnovaných jednotlivým etapám životní cesty. V těchto kapitolách se přirozeně budou vracet stejná témata, např. vývoj paměti a jiných poznávacích funkcí, vlastnosti vůle a charakteru, motivy, které determinují jednání a jiné projevy člověka, vývoj vztahů k rodičům, vývoj pracovního a jiného společenského uplatnění. Každé téma obecné psychologie, psychologie osobnosti, sociální psychologie, psychologie duševních poruch má i svůj vývojový rozměr. Vše, co zakládá a z čeho se skládá duševní život, se vyvíjí.

Knihy věnované biodromálnímu vývoji postupují obvykle jako tato po kapitolách daných věkem, přičemž v každé kapitole se probírají především ta témata, která jsou vývojově nejaktuálnější: v batolecím věku vývoj řeči, v předškolním a raně školním věku hra, ve čtyřicátých letech vztah ke stárnoucím rodičům a k dospívajícím dětem, v pozdním věku vyrovnávání se smrtí.

V této přípravné kapitole naznačíme předem základní témata, k nimž se budeme vracet ve všech věkových kapitolách, i když v některých případně více místa jedněm, v jiných zase druhým. Tato témata nebudou mít také v jednotlivých kapitolách své vyhrazené úseky, ve velké tematické rozmanitosti nebudou vždycky zřetelné. Následující stránky mají proto být jakousi „mapou“ dalšího výkladu, předběžným pohledem z ptačí perspektivy.

Tělesný vývoj

Tělesný vývoj není ovšem složkou duševního vývoje, ale je jeho důležitou hybnou silou, determinantou. Na jeho základě lze – někdy snadno, někdy méně snadno – vysvětlit četné duševní vývojové změny. Věnujeme mu místo vždy na začátku věkové kapitoly, jednak pro přehlednost, jednak proto, že půjde obvykle o lehkou pochopitelnou látku; když ji probereme, usnadní to pochopení dalších, komplikovanějších poznatků a myšlenek.

Chtěl bych však varovat před optickým klamem: Tělesný vývoj není vždycky nejdůležitější determinantou psychického vývoje. Zvláště v dlouhém období dospělosti, dokud biologická involuce nezačne ostře dirigovat náš další úděl, rozhodují o vývoji především jiné faktory. Jsou to na jedné straně společenské podmínky, příležitosti a požadavky (připomínám, že společnost je i otec, manželka, syn, přítel) – na druhé straně, zvláště u některých lidí, vlastní osobnost, způsob života, který si vytvořili, cíle, které si vytkli, poslání, které přijali. Tělesné onemocnění nebo chátování bývá dokonce *důsledkem* rozvrácených společenských (interpersonálních) poměrů, např. převahy nenávisti v osobních vztazích, při neschopnosti tyto vztahy napravit nebo z nich vystoupit, případně důsledkem dezintegrace osobnosti u člověka, jehož život nemá žádný nosný cíl, žádnou naději. Velké procento lidí zanedbává své tělo, např. tím, že se různým způsobem dostávají do duševního stavu, který má vážné tělesné důsledky, zhoršuje spánek, trávení a jiné životně důležité funkce. Přeceňování míry, ve které je vývoj osobnosti závislý na tělesném vývoji, je jednak důsledkem vulgárního materialismu, jednak ohlasem nativismu, přesvědčení, že dědičnost je v lidském životě rozhodujícím činitelem (viz str. 27).

Vyrovňávání se světem věcí a symbolů: poznávání, hra, tvorba, práce

Tato tematická linie začíná prvními dny života, kdy se dítě dostává do kontaktu s vnějším světem, učí se na něj reagovat a prosazovat v něm své potřeby. Patří sem pohyby konané zpočátku ústy, očima, hlavou a postupně dalšími částmi těla. Dítě se přizpůsobuje světu stále lepší koordinací vrozených reflexů, vnímání a naučených pohybů. Z této činnosti se vyvíjí inteligentní jednání, řeč, logické myšlení nejdříve spíše konkrétního, pak i abstraktního rázu.

V učebnicích vývojové psychologie je ustálenou tradicí, že výklad začíná právě z tohoto konce. O této „osnovné niti“ víme poměrně nejvíce, a – zejména zásluhou švýcarského psychologa Jeana Piageta – jí i teoreticky dosti dobře rozumíme. Ale i zde bych chtěl důrazně varovat: Jestliže stavíme na první místo kognitivní (poznávací) vývoj a teprve na další místa vývoj citů, potřeb a lidských vztahů, vzniká dojem, že dítě je především malý badatel, který vnímá svět a rozumově ho chápe, a k tomu se nějak „*dodatečně*“ připojují city a lidské vztahy. Není to náhoda. Piaget byl velký psycholog, ale ještě více ho zajímala filozofie a gnozeologie, teorie poznání. Psychologie pro něj byla jen (nebo hlavně) nástrojem gnozeologického bádání. Naše východisko je jiné: jde nám od začátku až do konce o člověka jako spolubytí⁴¹, ze kterého se rodí a v němž se stále znovu sjednocuje citění a poznávání. Toto spolubytí je i rámcem orientace a jednání v oblastech, které označujeme jako neosobní. Výchozí perspektiva je pak takováto: Dítě je od počátku v úzkém vztahu s matkou, prvními poznávanými předměty jsou mateřské ňadro – první gravitační centrum dětské lásky (jež však může i dusit) –, něžně pečující, ale někdy i necitlivé, lhostejné ruce, tvář, hlas...

41 Člověk je tvor společenský, „animal sociale“!

„Souhlásky“ poznání se kombinují se „samohláskami“ citů od prvních „slov“ našeho životního příběhu. Nebo přesněji: nejdříve jsou zde (velmi prostá) celá „slova“ a ta se postupně rozčleňují (diferencují) v jednotlivé „hlásky“.⁴²

Všechny způsoby vyrovnávání se světem jsou pro nás jakýmsi *nástroji* k dosahování cílů, k uspokojování potřeb. Zároveň jsou však tyto činnosti samy o sobě naší velkou potřebou a radostí. Provádíme je z *vlastní iniciativy*, někdy přímo náruživě, žijeme v nich. – Když se na ně díváme z tohoto hlediska, vidíme v jedné linii poznávání, hru, tvorbu i práci, jak jsme je seřadili v názvu této dílčí kapitoly. Jimi se orientujeme a uplatňujeme ve světě přírody, ve světě věcí vyrobených lidmi a ve světě myšlenek, které tvoří duchovní bohatství i duchovní mizérii lidstva.

Těmito činnostmi se orientujeme a uplatňujeme i ve společnosti, a dokonce i když jednáme vůči vlastní osobě, jak o tom budeme mluvit v následujících odstavcích. Vývojové linie, které právě načrtáváme, neoznačují nějaké oddělené „části“ vývoje. Vývoj člověka je jen jeden a tvoří velmi spletitý celek. Každá linie znamená spíš hledisko, úhel, ze kterého se právě na člověka díváme, než oddělitelnou část jeho duševního života či osobnosti.

Nejbližší sociální vztahy

Mluvíme o vztazích k našim nejbližším, k rodině, k velmi blízkým spolupracovníkům a přátelům, k lidem, jejichž psychickou blízkost jsme si zvolili a vytvořili, ale i k lidem, jejichž psychická blízkost nám byla vnucena – a počítáme v to i osobní nepřátele. Tyto vztahy jsou stále přítomným tématem našeho duševního života a jejich proměny (ovšemže i jejich trvání) se hluboce vtiskují do naší osobnosti. Vývoj osobnosti tyto vztahy ovšem také mění, a to do značné míry zákonitě. Proto můžeme mluvit o vývoji nejbližších sociálních vztahů jako o součásti biodromálního vývoje. V různých stádiích života vstupujeme do vztahů různého typu a opět z nich vystupujeme, necháme je na sebe určitým způsobem působit a sami se v nich nějak projevujeme, jsme v nich vedoucím nebo podřízeným partnerem. Dostáváme se do trojúhelníkových i víceúhelníkových vztahových sítí, jak to odpovídá možnostem a potřebám daného vývojového stadia.

V každé věkově ohraničené kapitole budou nejbližší sociální vztahy jedním z hlavních témat, ať budeme mluvit o tom, jak se dítě učí s důvěrou přijímat péči dospělých, jak se začíná domáhat autonomie, jak se přejímáním rodičovských norem vytváří jeho svědomí, jak se učí žárlit i společně si hrát.

42 Na Piagetovu jednostrannost v chápání duševního vývoje upozorňoval již jeho velký žák a nedostihný znalec, zesnulý psycholog František Jiránek.

Vývojová psychologie, zejména biodromální, se musí zabývat i sexualitou nebo – kdybychom chtěli užít Příhoda přesného, ale nevžitého pojmu – *sex-erotikou*. Příhoda říká: „Pojednání o vývoji lidského života je nemyslitelné bez soustavného přihlídnutí k nejhlubšímu dění, jakým je heterosexuální (a výjimečně homosexuální) gravitace jakožto základní životní zákonitost.“ Budeme mluvit o sexuální potřebě, o sexuálních fantaziích, o psychofyzilogii sexuality atd. Vždy však pro nás bude *sexualita především záležitostí lidského vztahu*, teprve na druhém místě ji budeme chápat jako biologickou funkci, která se projevuje v duševním životě.

Vývoj sexuality a erotiky začíná patrně přípravnými stadii již v prvním roce života, kdy mateřská náruč je první školou něžnosti (snad můžeme říci: milostné něžnosti); významná je pak sexuální identifikace, přijetí a postupné rozvíjení ženské nebo mužské úlohy ve hře, včetně brzkých sexuálních her. Novou kvalitu pak tvoří platonické dětské lásky, pubescentní a adolescentní autosexualita i heterosexuální, případně také homosexuální experimentování. V dalším vývoji procházejí někteří mladí lidé problematickým stadiem dospělé dionýzovské promiskuity (viz str. 239), jiní směřují hned k vytvoření stabilního vztahu, který dostává zpravidla formu manželství. Sexuální vztahy pokračují – s větším či menším dodržováním monogamie – po celou dospělost, přičemž se ovšem kvalita sexuálního života zvolna mění. Stáří jsme si zvykli chápat jako převážně asexuální životní období, dnes se však sexuální život ve stáří většinou považuje za normální a žádoucí, mimo jiné i ze zdravotního hlediska; ovdovělým nebo opuštěným starým lidem se doporučuje navazování nových sexuálních vztahů.

Intenzivní a bohaté bývají již v dětství také *izosexuální* (stejnopohlavní) přátelské vztahy, které někdy vydrží po celý život. Umožňují v něčem větší důvěrnost než heterosexuální vztahy a jinou kvalitu vzájemného porozumění, jež se nevylučuje se soutěživostí. Takové vztahy mívají v sobě více hravosti; někdy se vyvinou ve vztah tvořivé spolupráce nebo společného zápasu o zlepšení poměrů v menší nebo větší společenské skupině. Další kapitolou vývoje nejbližších sociálních vztahů bude *rodičovství*. Péče o potomstvo je – jak dnes víme – součástí genetického programu muže i ženy. Na tomto biologickém základě vypěstovala kultura bohatý, diferencovaný, většinou doživotní citový vztah, často silnější než vztah k partnerovi a než vztah k vlastním rodičům; bývá to ovšem vztah složitý, nepřehledný, někdy zraňující až patologický (oboustranně!). Budeme sledovat i to, jak se rodičovský jednostranně pečovatelský vztah postupně mění ve vztah symetričtější a konečně ve vztah, kde jsou rodiče stále více *závislí na dětech*. Životní cesta jedince v rodině a s rodinou je tedy jedním z našich základních témat.

Psychologicky blízký, citově intenzivní může být i vztah mezi žákem a učitelem, vztah ke sportovnímu trenérovi, k vedoucímu větší nebo menší skupiny v organizaci mlá-

deže, později k nadřazenému nebo k někomu, kdo je nám celoživotním vzorem. Takový vztah může být vzájemný a může patřit k tomu nejcennějšímu, co nás v životě potká.

Širší sociální vztahy

Společnost determinuje náš celoživotní duševní vývoj nejen v nejbližších vztazích, ale i v pracovním kolektivu, ve školní třídě; nabízí nám (nebo vnucuje) i zapojení do velkých, někdy prakticky anonymních skupin. Představuje se nám i prostřednictvím masových sdělovacích prostředků, předpisy a výzvami četných institucí.

Účast na *celospolečenském životě* tvoří přinejmenším stálé pozadí našeho osobního života. Již dvouleté dítě tuší, že mimo rodinu je jakýsi velký svět dospělých lidí, na němž se i ono bude – až vyroste – podílet. Později je pro dítě stále důležitější, jak rodiče v tomto světě obstarávají, oč v něm usilují. Společenský obzor se rozšiřuje a pubescent chápe už i celé lidstvo jako něco, k čemu je možno mít citově zbarvený a angažovaný vztah.

K vývojové normě dospělosti patří *aktivní podíl na životě obce*, širší nebo užší polis, ať už v roli toho, kdo se podílí na vedení, nebo kdo se loajálně, se souhlasem a rád dává věst, i když se v případě potřeby také kriticky ozve. Zapojení do rozvětvené sítě pracovních vztahů, sledování kulturního života, politické vzdělávání, cestování s hlubšími zájmy, než je prostá rekreace – to vše je důležitou součástí života a faktorem biodromálního vývoje.

Ve stáří přirozeně ubývá aktivního uplatnění v širším sociálním měřítku, což však nemusí znamenat úbytek zájmu. Naopak, starý člověk se často orientuje více než v mládí na mravní a sociální hodnoty, přemýšlí o nich, stává se mentorem, napomínajícím kritikem, *strážcem tradice*. V tom je velká společenská úloha stáří – v rodině, v domě, v ulici, městě i v celém národě.

Vztah k minulosti, přítomnosti a budoucnosti

Čas je základním rozměrem životní cesty a biodromálního vývoje. Avšak co je to čas? Vědcova představa chronologického času jako nekonečné přímky od minus nekonečna do plus nekonečna, to je vysoká matematicko-fyzikální abstrakce. Je to prázdné schéma, které lze naplnit čímkoli. *Psychologický čas* naproti tomu je čas cesty *odněkud někam*. První látkou, z níž se tvoří, jsou „obavy“ a „naděje“⁴³, když máme hlad a prs je mimo náš dosah, později matka mimo náš obzor. Je to i rozkošnické loudání s jídlem a mimická „konverzace“ při tomto loudání, ve kterém si kojeneček libuje v matčině náruči, jistý, že mu prs nezmizí. K naději i obavě se brzy druží vzpomínka, později záměr, nutnost vytr-

43 Uvozovkami naznačujeme, že jsme užili slov odpovídajících mnohem vyššímu stupni vývoje, než odpovídá kojenci v prvních měsících života.

vat, vzdor, který se pomalu unavuje, prázdniny, které se blíží, ale jsou pořád nekonečně daleko. *Minulost* nabývá na váze, stává se rozměrem našeho životního příběhu, později i příběhu naší rodiny a národa. Začínáme chápat, že jsou věci a lidé, kteří se už nevrátí, minulost a budoucnost dostávají jednosměrný, nevratný charakter. *Smrt*, chápána původně jako zrušitelné odloučení, postupně získává povahu tragédie, která dává přítomnosti i budoucnosti zvláštní naléhavost. Učíme se žít i v čase svých dětí, které nás přežijí, budovat domy, sázet stromy a snad i psát knihy do tohoto jejich času. Existuje ovšem i „mrtvý“ čas těžké deprese a roztržitého času člověka, jehož duševní život se rozpadl, dezintegroval, takže jeho svět ztratil i elementární časovou organizaci „bylo – je – bude“.

Tedy toto všechno je čas. Čas konkrétní, psychologický, žitý jinak v dětství, jinak uprostřed života, jinak ve stáří. Ať se budeme v této knize zabývat čímkoli, bude to srozumitelné jen v souvislosti životního času.

Vztah k vlastní osobě

Ať děláme cokoli, ať je to práce, milování, denní snění nebo parašutistický seskok, vždy je potenciálně nebo aktuálně přítomno *rozdělení na „já“, a to ostatní, „ne-já“*.⁴⁴ Máme sklon zjednodušovat si rozdělení na Já a neJá tím, že se uchýlíme k fyzice: mé Já je prostě těleso, jasně ohraničené kůží. Když přejdeme k biologii, nastanou už menší komplikace: odumřelé konce nehtů, které jsem si ještě neostříhal, sliny v ústech a obsah střev, žluč, která putuje žlučovýmodem do dvanáctníku, malý neškodný nádor, který si dám zítra z estetických důvodů vypálit, zlatý zub a kloubní protéza, lék, který mám právě v krvi – co z toho je Já a co neJá? V psychologii je to ještě zajímavější: moje nápady a moje schopnost mít nápady, moje láska, pýcha, vzpomínky a plány, moje čest, moji nejbližší, moje dílo, můj majetek – k tomu všemu mám vztahy různé kvality, často podobné a někdy i silnější než k vlastnímu tělu, třeba k některé jeho postradatelné části, jako je žlučník, který si dám vyoperovat. A musíme to ještě zkomplikovat: *Kdo si dá ten žlučník vyoperovat? To Já, které ho má... nebo to Já, které jím je?*⁴⁵ Každý z nás má určitý *obraz svého „vnitřního“ duševního uspořádání*, v němž proti sobě stojí instinktivní sebezáchovná tendence a vůle skočit; touha skrčit se někde v bezpečí, a proti ní vědomí daného slibu; rozum, a proti němu slast z prožívání rizika. K tomuto obrazu vlastního Já patří i něco jako jádro, snad těžiště nebo ohnisko vědomí, aktivní střed, subjekt!⁴⁶

44 Abychom se vyhnuli uvozovkám, budeme nadále psát Já a neJá.

45 Klasická otázka: Mám tělo – nebo jsem tělo?

46 Jakmile řekneme subjekt, jsme už na hranici filozofie, přes kterou se v této knize nehodlám pouštět víc, než je nutno.

Podobně jako vztah k času, i *vztah k vlastní osobě je složitý psychologický útvar*, který je stálým pozadím našeho duševního života a který se celý život vyvíjí. Takzvaný psychologický porod, kterým se vyčleňujeme z *původní symbiotické nerozlišenosti „matka + Já“*, trvá řadu měsíců v kojeneckém a batolecím věku a doznívá léta, u někoho i desítky let. První vědomé „chci“ a „nechci“ je obrovským vývojovým objevem, spojeným s pozoruhodnou slastí ze sebeprorazování. Dalším skokem ve vývoji Já je vznik *svědomí*; pozdější revolucí je pubescentní zaměření do vlastního nitra, sebezpozorování, tzv. introspekce, doprovázená pocitem důležitosti vlastní osoby a kolísavým sebehodnocením, nejistotou. Koncem adolescence přichází obyčejně uklidnění, větší jistota sebou samým, často již jasný (byť třeba naivní) plán budoucí životní dráhy: *Můj životní projekt* – to jsem také já. Novou formulaci sebe samé nachází těhotná žena v mateřské úloze, muž obyčejně zpočátku více v pracovním vyniknutí. S involucí znovu sílí zájem o vlastní tělo, které vyžaduje zvýšenou péči a budí obavy. Nezbytné vyrovnání s úbytkem tělesných sil, duševní pružnosti a tělesné atraktivit je pak spojeno s další přestavbou Já, náročnou a často bolestnou.

Tím jsme – opět jen letmo – načrtli další vývojovou linii, ke které se budeme vracet v příštích kapitolách v různých souvislostech. Neexistuje totiž žádný důležitý krok ve vývoji osobnosti, který by nebyl spojen s vývojem Já, přesněji řečeno, jehož součástí by nebyl i vývoj Já.

Svět ducha

Výrazy „duch“ a „duchovní“ (případně cizím slovem „spirituální“) se těžko přesně definují, ale rozumíme jim na základě obrazných metafor. Poukazují k něčemu, co přesahuje každodenní životní „provoz“, obstarávání věcí a uspokojování běžných potřeb. Jde o něco vyššího, ušlechtlejšího, o to, čím člověk směřuje nad svou běžnou existenci, o sféru kultury a mravních hodnot, o umění, které povznáší, o moudrost, o hledání pravdy, která je nad člověkem, a o smysl života.

Tradičně byla – a ve většině světa dosud je – tato sféra úzce spojena s některým *náboženstvím*, v našem případě s křesťanstvím. Právě v našem sociokulturním okruhu však došlo k radikálnímu odvratu od náboženství, zejména od jeho církevně organizovaných forem. Jak řekl největší evropský religionista⁴⁷ minulého století Eliade, masový výskyt nenáboženského člověka, k němuž došlo zejména v Evropě, představuje nový, zcela ojedinělý jev v dějinách náboženství. V oproštění od náboženství se hledala a dosud mnohdy hledá pravá duchovní svoboda a humanita.

47 Religionista = vědec zkoumající náboženství.

Moderní psychologie byla a dosud je z velké části chápána jako alternativa k náboženství a mimo jiné jako nástroj sloužící k oproštění od náboženských iluzí. Podrobné zkoumání iluzí (ať už jakýchkoli) není přirozeně příliš atraktivní, zejména pokud předpokládáme, že jejich dny jsou sečteny. To byl snad hlavní důvod, proč psychologie náboženství byla po většinu minulého století popelkou mezi psychologickými obory (viz Říčan, 2002), a to nejen v komunistickém světě – tam byla trpěna výlučně jako nástroj ateistické propagandy. V posledních deseti letech však v psychologii (zejména americké) má vysokou frekvenci pojem *spiritualita*. „Spiritualita bez náboženství“ je nyní populárním programem mnoha duchovně hledajících lidí⁴⁸ i uznávaným předmětem psychologického zkoumání.

Náboženství, případně to, co vstupuje na jeho místo, tvoří tedy důležitou – podle některých psychologů dokonce klíčovou – složku lidského života, kterou nemůžeme opominout ani při studiu vývoje osobnosti (Erikson, 2003; Vágnerová, str. 271–273).

Poruchy duševního vývoje

Většinu duševních poruch, které vyžadují odbornou psychiatrickou a psychologickou péči, můžeme chápat jako poruchy duševního vývoje, případně jako následky chybného duševního vývoje. Existují odvážné a dobře promyšlené pokusy (narazili jsme na to už na str. 46) najít pro každou duševní poruchu příslušnou vývojovou chybu, podle možnosti navrhnout i metody, jak u pacienta přivést duševní vývoj na správnou cestu, dohonit vývojový dluh, umožnit návrat k některé ze zdravých nebo aspoň nouzově vyhovujících variant vývoje.

Vývojové poruchy vznikají na všech právě probraných vývojových liniích. Jejich příčinou může být tělesné onemocnění, celkový nebo dílčí defekt inteligence, porušené vztahy v rodině, patologické prožívání času, poruchy ve vztahu k vlastní osobě i ke světu ducha.

Duševní porucha je pro vědce velmi dobrou příležitostí dovědět se něco i o normálním duševním vývoji: snad v každém chorobném příznaku můžeme rozeznat projev činnosti, která je v dřívějším životním stadiu – nejčastěji v raném dětství – normální.

Něco podobného platí i o tělesné nemoci. Mimořádná situace, kterou nemoc představuje, přinutí jednotlivé subsystémy ukázat, co dovedou, organismus musí sáhnout hluboko do svých rezerv. Proto dnes lékaři často užívají tzv. zátěžové diagnostiky: zatíží různé orgány, přinutí je k mimořádnému výkonu a z výsledků usuzují na jejich stav. – Podobně i v životě společenství, např. rodinného, mimořádná situace často ukáže, jaké jsou doopravdy vztahy mezi jeho jednotlivými členy: přijde „okamžik pravdy“.

48 Někdy jde také o prázdnou proklamaci duchovních alibistů, kteří jí říkají zhruba: „Já jsem slušný a kulturní člověk, to musí stačit.“

Význam duševních poruch pro poznání duševního vývoje si ještě lépe uvědomíme, když uvážíme, že *mezi normou a patologií není tak ostré dělítko*, jak se většina lidí domnívá. Představa, že zdravý člověk duševně onemocní, stůně, léčí se a zase se uzdraví, odpovídá skutečnosti jen někdy, u některých duševních poruch. Častěji je tomu tak, že se člověk pohybuje na *stupnici mezi úplným, robustním duševním zdravím – a těžkou patologií*, která nezbytně vyžaduje psychiatrickou léčbu. Většina z nás má někdy v životě potíže, které by už psychiatr byl ochoten diagnostikovat a léčit jako duševní poruchu, ale které prostě vydržíme, které ostatně ani nechápeme jako nemoc. Navíc se většina duševních poruch vyskytuje jak ve velmi lehké, řekli bychom náznakové, tak i těžké formě. To, čeho se tolik děšíme u těžkých psychiatrických pacientů, vyskytne se někdy – v miniaturních rozměrech a letmo – také u nás samých.

Jak se zkoumá celoživotní duševní vývoj?

Kdo se seznamuje s určitým vědním oborem, měl by alespoň přibližně vědět, jakými metodami se dochází k poznatkům, které mu jsou „předkládány k věření“. Umožňuje mu to v daném oboru kritičtěji myslet, hlouběji rozumět, zajímavěji pochybovat a samostatněji uplatňovat v praxi to, co se dozvěděl. Proto na mnoha místech, jak už čtenář zjistil, uvádím nejen výsledky vědeckých výzkumů, ale také postupy, kterých se v nich užilo. Na následujících stránkách podávám ve stručném náčrtu některé metodologické principy (a také těžkosti) biodromální psychologie.

Globální strategie vývojové psychologie

V této knize se zabýváme duševním vývojem jedince. To je však jen jedna – i když z hlediska praktického uplatnění nejdůležitější – součást *celého systému oborů zkoumajících vývoj psychiky*. Pouze spoluprací všech těchto oborů je možno získat obecně platné výsledky.

Vývojová psychologie nesmí mít klapky na očích. Nesmí se omezit – jak to bývá – na zkoumání lidí, kteří žijí v určitých sociokulturních podmínkách, např. v naší zemi (obvykle navíc mluvících česky a vedoucích takový způsob života, že se nám s nimi při výzkumu dobře komunikuje). Musíme se rozhlížet po celém světě a po celé lidské historii, musíme srovnávat i psychiku různých živočišných druhů. Někdy nás šokuje, jak lidé vůbec mohli nebo mohou dělat to či ono: zabít po narození většinu dívek, mrzačit dívkám z lepších rodin nohy malými botami, kastrovat chlapce, aby měli pěkný hlas, kojit do deseti let, trávit dobrovolně život v klášterních kobkách – a přece toto vše je člověk! Stejně nás překvapí, jak staří šimpanzi učí mladé, co se má jíst a co ne, jak vlčí vůdce udržuje kázeň ve své smečce nebo jak starý slon odchází od stáda, aby zemřel.

Nečekané shody a nečekané rozdíly mezi tím, jak žijeme zde a nyní, v našem úzkém kulturním prostředí, a mezi životem v podobných i velmi nepodobných podmínkách přivádějí vývojové psychology na ty nejlepší nápady – a naopak doslova zesměšňují šedivé teorie vytvářené podle dogmatických koncepcí, jimž jsou fakta spíše na obtíž.

Tab. 1.1 Ideální globální strategie vývojové psychologie

Druh	Kultura	Řada generací (kohort)					atd.
		ročník 1200 ve věku 1, 2 ... 90	ročník 1800 ve věku 1, 2, ... 90	ročník 1970 ve věku 1, 2, ... 90	ročník 1980 ve věku 1, 2, ... 90	ročník 1990 ve věku 1, 2, ... 90	
Člověk	Indie						
	Tichomoří						
	Afrika						
	Evropa						
	atd.						
Šimpanz	divočina						
	zoo						
	lid. rodina						
	atd.						
Delfín							
Včela							
atd.							

V tabulce 1.1 uvádíme schematicky přehled globální strategie, podle které by měla postupovat armáda vědců zabývajících se psychickým vývojem.

První sloupec tabulky nadepsaný „druh“ naznačuje, že je třeba srovnávat duševní vývoj lidského jedince s vývojem jedinců živočišných druhů jemu nejbližších, tedy lidoopů a dalších savců, ale i nižších živočišných druhů. To je *srovnávací psychologie* (z velké části se kryjící s etologií). Člověk je biologicky příbuzný i se včelou a není důvodu, proč by třeba srovnávání toho, jak se učí komunikovat mladá včela a jak lidské dítě, nemohlo přinést výsledky epochálního významu.

Tento příklad uvádím ovšem namátkou. Výběr právě těch srovnávacích témat, která vedou k výsledkům epochálního významu, je věcí dlouholeté zkušenosti a badatelské geniality – a snad i trochu šťastné náhody; vtip je však v tom, že všimnout si strategického významu šťastné náhody dokáže obyčejně právě zase jen geniální badatel.

Druhý sloupec nadepsaný „kultura“ říká, že je třeba srovnávat vývoj jedinců téhož druhu žijících v různých kulturách. Tím se zabývá tzv. *transkulturní psychologie*. Vysoce zajímavá jsou srovnávání kultur hodně odlišných, při nichž se psychologové stylem práce blíží kulturní antropologii. Avšak i srovnávání vývoje jedinců ve velmi blízkých kulturách, subkulturách, ba i málo odlišných společenských vrstvách může vést k překvapujícím výsledkům. Zatím nemáme ani probádáno, jak se liší vývoj učňů a studentů v českých zemích v posledních deseti letech – a že se liší značně, ví každý, kdo pracuje s mládeží.

Ve sloupci „kultura“ uvádíme i různé možnosti vývoje šimpanze. Šimpanz se vyvíjí dosti odlišně ve volné přírodě, v zoologické zahradě, v lidské rodině (takový případ je dobře popsán) a v jiných podmínkách. Srovnat vývoj v těchto různých případech je také úkolem vývojové psychologie. – Ostatně i delfín a pes se vyvinou značně různě v přírodě a třeba v laboratoři.

U druhu člověk máme v tabulce dlouhý řádek s ročníky 1200, 1800 atd. To je *psychohistorická dimenze* vývojové psychologie. Srovnávání psychického vývoje v různých historických obdobích v rámci téže kultury může vést k poznatkům, které podstatně změní naše představy o tom, co je v lidském životě běžné, samozřejmé, „přirozené“, konstantní – a umožní nám kritičtější postoj k „věčným pravdám“ naší vlastní kultury. Zároveň však *psychohistorie obohacuje tradičně pěstovanou historii*. Není snad typický průběh dospívání nebo úloha starých lidí ve společnosti v různých historických dobách zajímavějším tématem, než kdo kdy koho nechal zavraždit či s kým se kdysi spikl proti komu v boji o vládu nad nějakým územím?⁴⁹

Americká novinářka Sheehyová (viz str. 310) zkoumala ve své zemi sled generací, které se překvapivě liší v sociologických charakteristikách i v mentalitě.

Psychohistorie a transkulturní psychologie mají mnoho společného. Výhodou transkulturní psychologie je, že umožňuje systematické sbírání údajů, zatímco psychohistorie je většinou odkázána na bezděčné záznamy, které lze psychologicky zhodnotit. Psychohistorie je však zvláště cenná proto, že objasňuje naši vlastní historii, zdroje naší národní mentality.

Při menším časovém odstupu mezi zkoumanými ročníky (např. lidí narozených v roce 1980 a 1982) nemluvíme o psychohistorii, nýbrž o srovnávání *kohort* v rámci jednoho výzkumného projektu. K tomuto pojmu se vrátíme později, stejně jako k dalším nevyloženým podrobnostem tabulky 1.1.

⁴⁹ Věda musí přednostně sloužit bezprostředním potřebám společnosti. Rychle použitelné výsledky dostaneme srovnáváním vývoje skupin, které jsou si v našem strategickém schématu nejbližší, ať „vertikálně“, nebo „horizontálně“, a především zkoumáním lidí, kteří žijí v současné době. Příklady: srovnávání dnešních studentů a učňů; srovnávání generací, jež prožívaly své mládí v padesátých, šedesátých a sedmdesátých letech 20. století. Srovnávání skupin navzájem vzdálenějších má naopak větší dlouhodobý význam pro rozvoj vývojové psychologie.

Na subhumánní úrovni nebereme psychohistorickou dimenzi v úvahu: zvířata nemají historii. Do jisté míry však můžeme říci, že se *podílejí na lidské historii*. Například generace šimpanzů přivezených do zoologické zahrady z volné přírody se liší od první generace svých mláďat a každá další generace chovaná v zajetí je opět o něco jiná. Tímto směrem je také třeba bádát, i zde se vyvíjí psychika.

Naše ideální globální strategie je opravdu jen ideálem. V konkrétních výzkumech ji nemůžeme jako celek nikdy uplatnit. Nic nám však nebrání mít ji stále na mysli, být otevření otázkám a nápadům, které přicházejí po všech vertikálách a horizontálách této „perspektivní sítě“.

Transverzální a longitudinální přístup

Jak jsme se už zmínili na str. 38, můžeme pro různé vlastnosti sestavit věkové křivky buď tak, že vyšetříme řadu skupin pokusných osob, jež se liší věkem, nebo tak, že budeme opakovaně vyšetřovat skupinu vrstevníků. Tuto myšlenku teď rozvedeme. Jde totiž o dvě možnosti, které máme nejen při měření vlastností, ale i při použití jakýchkoli jiných metod, jimiž zkoumáme vývoj.

První strategie se nazývá *transverzální*.⁵⁰ Její výhodou je především rychlost. Vyšetříme prostě dostatečný počet jedinců každého věku v tom pásmu, pro které chceme mít platné výsledky, např. od 40 do 70 let, a pro každý věk vypočítáme průměr. Může jít o test paměti a řekněme, že vyšetříme 80 čtyřicetiletých, 80 dvaadvacitiletých, 80 čtyřiačtyřicetiletých atd. Při tomto počtu budou výsledky už značně spolehlivé.

S jakou jistotou však můžeme říci, že se paměť (resp. ten druh paměti, který měří náš test) skutečně ve věkovém pásmu od 40 do 70 let vyvíjí tak, jak jsme zjistili? To prostě nevíme, protože jsme zde vývoj zjišťovali pouze nepřímou. Naši čtyřicetiletí se narodili v jiném roce než naši sedmdesátiletí, vyrůstali v jiných životních podmínkách, byli jinak živeni, jinak vzděláváni. Co když tyto rozdíly mají na jejich výkony v testu větší vliv než věk?

Čímž jsme na praktickém příkladě ukázali, co je *kohorta*: Slovo je převzato ze starořímského vojenství, kde kohorta byla malou vojenskou jednotkou. Ve vývojové psychologii se tím rozumí skupina osob stejné nebo přibližně stejné starých. Tak jako ve vojsku pochodují kohorty jedna za druhou, jdou za sebou životem skupiny vrstevníků. Při výzkumu pak nazýváme kohortou skupinu zkoumaných osob, která je *věkově stejnorodá*. Smysl tohoto pojmu je už jasný

z uvedeného příkladu. Každá kohorta má – zejména v naší době rychlých historických změn – své zvláštnosti. Jestliže vyšetříme skupinu dnešních třicetiletých, dostaneme sice přibližnou představu o tom, jací budou za deset let dnešní dvacetiletí, ale právě jen *přibližnou* představu, nic víc.

Longitudinální („podélná“) strategie spočívá v tom, že sledujeme jednu kohortu, tedy tytéž osoby, po celou dobu, po kterou procházejí věkovým pásmem, jež nás zajímá. Teprve pak můžeme říci, že jsme zachytili vývoj určité vlastnosti.

S longitudinálním postupem počítá také globální strategie naznačená v tabulce 1.1. Každá kohorta, např. vzorek lidí narozených v roce 1980, bude sledována po celý svůj život. V tabulce uvádíme pro jednoduchost nejvyšší věk 90 let, přesnější by bylo uvést věk „s“, což by znamenalo věk smrti nejdéle žijícího jedince z dané kohorty. (Když důslednost, tak důslednost!)

Longitudinální strategie je teoreticky ideální. Velmi si vážím longitudinálních badatelů, musí mít trpělivost a bdělost pravěkých strážců ohně. Nelze však přehlížet, že tato strategie má také své nevýhody – a ne malé:

- Na výsledky musíme čekat mnoho let. Ale co když praxe potřebuje výsledky co nejdříve?
- Je otázka, zda metody, kterých jsme užili dnes, budou za 30 let ještě moderní, protože podstata paměťových funkcí (abychom zůstali u zvoleného příkladu) bude lépe známa. Otázky, které si dnes klademe, nemusí za 30 let už nikoho zajímat!
- Lidé se stěhují a jejich životní poměry se mění. Při longitudinálním výzkumu musíme stále hlídat adresář, případně za zkoumanými osobami daleko dojíždět nebo je zvát z velké dálky. To všechno je nákladné.
- Někteří zkoumaní nebudou z různých důvodů ochotni dát se znovu a znovu vyšetřovat – možná právě ti, kteří sami cítí, že se jim paměť zhoršuje. Tím se nám výsledky zkreslí.
- V psychologii je problémem opakovatelnost vyšetření stejnou metodou. Lidé si například pamatují, jak odpovídali při minulém vyšetření, klesá jejich zájem, ztrácejí tížádnost – další zkreslení výsledků.

⁵⁰ Latinsky „příčný“: vyšetřením různě starých osob dostáváme něco jako řadu příčných řezů současnou populací.

Jednání první: za oponou

(Vývoj před narozením)

Životní cesta začíná početím. Žije samozřejmě už zárodečná buňka ve vaječniku a žije i spermie, která se s ní má teprve spojit – ale to bychom zacházeli snad přece jen příliš daleko. I tak nám leckdo vytkne, že plod v děloze, nebo dokonce už i zárodek¹ považujeme za lidskou bytost. A přece existuje prenatální psychologie: zatím jako teoreticky zajímavý vědní obor, v budoucnosti jistě i jako obor s významným praktickým využitím.

Prenatální tělesný vývoj je dobře popsán: lékaři mají velmi často příležitost pozorovat zárodky a plody při spontánních i umělých potratech. Moderní technika umožňuje navíc sledovat životní procesy a projevy dítěte v mateřském lůně, tedy v jeho přirozených životních podmínkách – s dokonalostí, o jaké se dřívější badatelům ani nesnilo. Víme, že oplozené vajíčko se začne již cestou na své místo v děloze dělit: rozdělí se ve dvě stejné buňky a každá z nich opět ve dvě atd. Když po šesti děleních jejich počet dosáhne 64, začne se jedna z nich „chovat“ jinak: z ní se totiž vyvine nový jedinec, zatímco ostatní jsou jen základem placenty, pomocného orgánu, jehož funkce skončí s porodem. Nyní se začnou buňky zárodku podle známého genetického programu (který se však realizuje mechanismy zatím velmi málo známými) postupně diferencovat. Tak vznikají různé tkáně a orgány: probíhá *organogeneze*. V této době (asi do tří

1 Do dvou měsíců od početí mluvíme obvykle o zárodku (embryo), od dvou měsíců o plodu (foetus).

měsíců) je vyvíjející se jedinec zvláště citlivý na všechny možné škodlivé vlivy, jež mohou vést ke znetvoření (malformacím).

Dítě v této době žije vlastně jako „parazit“ matky: z matčiny krve dostává placentou a pupeční šňůrou všechny potřebné živiny a do ní opět vylučuje všechny odpad, nepotřebné zplodiny látkové výměny. Už jako zárodek se však začíná připravovat na samostatnou existenci: Ve třech týdnech tepe srdce. Játra začínají vylučovat žluč, střeva začínou vykonávat pohyby, kterých bude později třeba k posunu potravy zažívacím traktem. Mozek se postupně ujímá své řídicí funkce. Je možno sledovat aktivitu jeho buněk, která se projevuje mimo jiné jako elektrické vlny zachytitelné elektroencefalografem. Plíce se proplachují plodovou vodou.

Děvčata a chlapci se v tomto stadiu navzájem odlišují nejdrůbe tím, že se u nich vyvinou buď vaječníky, nebo varlata – později také vnější pohlavní orgány. Objeví se i rozdíly v tom, jak funguje mužský a ženský mozek. Souvisí to se specializací mozkových hemisfér, která je u každého pohlaví poněkud odlišná.² Svaly se začínají „rozvíčovat“, v pěti měsících už plod kope.

Plod reaguje na svět kolem sebe. Tím světem je matčino tělo, plodová voda, ale – kupodivu – i širší okolí. Už u zárodku starého tři týdny a měřícího 2,5 mm (ano, dva a půl milimetru!) byly pozorovány náznaky úchopových pohybů: nepatrný hrbolek, ze kterého se vyvine ruka, reaguje na dotyk jemného hrotu. Je možno vidět i devítitýdenní plod, který dumlá. Brzy reaguje plod na změnu polohy, na tlak, na bolestivé podněty, dokonce i na zvuky a světelné záblesky, které vidí skrze stěnu dělohy a břišní stěnu matky. Ke konci těhotenství pije určité množství plodové vody a reaguje přitom na její chuť. Je-li do ní přimíšena nedobrá kontrastní látka, užívaná k určitým vyšetřením, plod pije méně; osladíme-li plodovou vodu sacharinem, vypije naopak více než normálně. Plod je prokazatelně *schopen se učit*, vytváří podmíněné reflexy. Zaujímá co nejpohodlnější polohu podle toho, jakou polohu zaujala matka, a dokonce dovede matku přimět ke změně polohy tak, aby se mu v děloze spočívalo pohodlněji. Plody se vzájemně liší svou reaktivitou, každý má svůj „temperament“.

Plod zpracovává přicházející podněty na překvapivě vysoké úrovni. V jednom výzkumu byla dvěma skupinám plodů opakovaně čtena jednoduchá povídka, a to ve dvou verzích. Po narození se zkoušelo, které verzi dávají přednost – a byla to zpravidla ta verze, kterou slyšely před narozením. Jak to dali novorozenci najevo? Pomocí speciálního dudlíku spojeného se zařízením, jež jim pouštělo do sluchátek známou verzi, jestliže sáli rychleji.

2 Rovnost mezi muži a ženami není, ani pokud jde o mozek, založena na *stejnosti*! Rovnoprávnost a rovnocennost mužů a žen není přírodní fakt, nýbrž něco, co jsme na cestě ke zralému a kulturnímu lidství *vytvořili* jako ideál, který se snažíme realizovat. Je to vzájemnost, harmonie, mír mezi mužem a ženou, kteří se navzájem mnohostranně, hluboce a nádherně liší a doplňují; vzájemnost, které ve své době dáváme nový tvar, počínaje milostným životem a konče politickými vztahy.

Jaký je asi duševní život před narozením? Co plod prožívá, co cítí? Romantické mezi vědci, jako je např. kanadský psychiatr Verny,³ připisují už oplozenému vajíčku jakési pra-vědomí. Rozvíjejí se fantazie o tajemném propojení mezi podvědomím matky a plodu. Někteří badatelé jsou přesvědčeni, že plod naslouchá matčinu hlasu a citově reaguje na jeho emoční zabarvení. Reaguje snad i na hudbu: Vivaldi a Mozart prý spíše uklidňují, Beethoven a Brahms navozují neklid, který se projeví kopáním.

Při komunikaci mezi matkou a plodem jsou zřejmě ve hře biochemické mechanismy: na matčin úlek reaguje plod kopáním (potvrzeno laboratorně), protože do jeho těla pronikla přes placentu vlna matčina adrenalinu. Když se matka rozhodne zapálit si cigaretu, zareaguje plod neklidem. To lze vysvětlit podmíněnými reflexy a biochemickou komunikací: matčin organismus zareaguje už na představu kouření zčásti tak jako na kouření samo a tato změna se opět biochemicky donese k dítěti. Pro ně je to signál, že dojde ke změnám ve složení jeho krve, které už dobře zná z minulé zkušenosti (případy, kdy matka kouřila) a na které začne už předem reagovat. Také v působení hudby na plod je asi matka prostředníkem: navodí-li jí Mozart duševní i tělesnou pohodu, přenechá se to na plod, ať on sám je, či není muzikální.⁴

Co plod cítí (či pra-cítí) v mateřském lůně, o tom máme – a asi ještě dlouho budeme mít – spíše jen dohady než ověřené poznatky. Můžeme ovšem vést dospělého člověka k rozpomínání na začátek jeho života. Užívá se k tomu hypnózy, halucinogenů (LSD) i jiných technik, které uvolňují obrazotvornost.

Získáme při tom fantazie opřené o starší i novější vzpomínky. Tyto fantazie se vytvářejí také pod vlivem názorů, jež zkoumaní různým způsobem získali o možném vnímání a prožívání novorozence a plodu. Nepopírám vědeckou zajímavost těchto fantazií: přinejmenším říkají něco o tom, jak zkoumaný člověk žije svůj čas, čím je pro něj jeho dávná minulost. To může být také velmi podnětné v psychoterapii: pacient možná uvázl v hluboké nostalgii po mateřském náručí a z této nostalgie se potřebuje vymanit, aby mohl jít dopředu, hledět do budoucnosti.

Najdou se i seriózní badatelé, kteří se domnívají, že takto získané fantazie jsou opravdové vzpomínky, že odrážejí realitu „nirvány“, ztraceného ráje, pasivního blaženého stavu v mateřském lůně – a také že se mohou vybavit vzpomínky na dramatické vyhnání z tohoto ráje, jímž je porod. Nesnažím se to mermomocí popírat, ale ve světle novějších poznatků o složitém a někdy těžkém životě plodu v děloze se mi to zdá příliš poplatné starším romantickým představám. Pokud víme, plod může mít i docela vážné „starosti“ s necitlivou, nedostatečně empatickou nebo prostě zlou matkou, která na něj myslí bez něhy a radosti,

3 Verny, T., Kelly, J.: *The Secret Life of the Unborn Child*. Toronto 1981.

4 Jsem skeptický k příliš smělym dohadům. Budu však mít radost, jestliže se prokáže, že hudba skutečně působí i přímo na duševní pohodu plodu, který ji vnímá.

která v něm vidí jen nežádoucí, obtěžující kus masa a podle toho s ním zachází. V řadě zemí se už zavádí nácik, při němž se nastávající matky učí, jak svému plodu naslouchat, jak s ním „rozmlouvat“ a jak si k němu na základě takto odborně řízené zkušenosti vytvořit optimální vztah. Přitom slovem vztah zde ovšem nemyslím jen nějaký racionální postoj, nýbrž i tělesnou pohodu, slastnou uvolněnost a radostné vzrušení, jež patří k normálnímu mateřství, k existenci „v naději“.

Tato myšlenka se zdá odvážná, ale není vůbec originální. Již u přírodních národů najdeme přesvědčení, že zacházení s plodem se projeví na budoucím duševním vývoji a povede k určitým povahovým vlastnostem v dospělosti. Ženy tradičně žijících indiánů kmene Yuroků v těhotenství málo jedly, nosily hodně břemen a zvláště pracovaly v předklonu, aby plod nemohl relaxovat. Často si třely břicho, aby plod budily: nesměl se rozmazlovat! (Erikson, 2003)

A do světa...

„Porod je nejtěžší, nejdramatičtější a nejnebezpečnější krok v lidském životě,“ řekl moudrý český pediatr Švejcar. Je to skutečně krok. Porod začíná do jisté míry z iniciativy dítěte, které ani v jeho průběhu není pasivní, nýbrž aktivně spolupracuje, dere se ven. Zdravé dítě se rodí lépe než nemocné nebo mrtvé.

Porodní cesty jsou doslova *soutěskou*. Tělo dítěte je v nich pod stejným tlakem jako matčino. A pak přichází úplně nové prostředí, kterému je vystaven skoro naráz celý povrch novorozenceva těla. Dýchací svaly a jejich řídicí centrum jsou sice perfektně připraveny, ale přesto není pro tak nezralý organismus přechod na novou „technologie“ okysličování krve žádnou maličkostí. Přechod „z moře na souš“, který trval obojživelníkům celé věky, musí dítě absolvovat rázem. Vnější svět je plný nových podnětů, které jsou přes nehotovost smyslových orgánů zřejmě silné. To všechno je velká zátěž, a jistě nejen tělesná, nýbrž i duševní – i když ovšem pořád přesně nevíme, jak si představit duševní život v tomto stadiu.

Když vzala soudobá medicína porod do svých rukou, vykonala rychle mnoho dobrého. Snížila různá nebezpečí, která při něm ohrožují dítě i matku. Dosáhla toho přísnou hygienou, uplatněním přírodovědných poznatků, technikou, racionalizací. Zároveň však porodnictví postihl – spolu s celou medicínou – nebezpečný trend, kterému se dnes říká *dehumanizace*: v technice, racionalitě a organizaci se ztrácí nebo alespoň oslabuje osobní vztah mezi rodičkou a tím, kdo jí pomáhá při porodu; a novorozenec je objekt, jakých je v porodnici dvanáct do tuctu – nebo na vozík. Ostatně – soudilo se – novorozenec tak jako tak prakticky nic nevnímá, a jestli snad něco vnímá, hned to zapomene. Jakýpak tedy osobní vztah, jaképak ohledy na to, co prožívá?

V posledních desetiletích začali porodníci myslet více psychologicky. Objevila se myšlenka „*bezbolestného porodu*“, která je dodnes aktuální: bolestivost se snižuje důkladným poučením a promyšleným nácikem, kterým žena prochází během těhotenství a který jí umožní při porodu lépe spolupracovat.

V této kapitole nám však jde více o dítě, které se rodí, než o jeho matku. Dnes se – zvláště zásluhou francouzského porodníka Leboyera – dbá i na to, aby byl novorozenec na světě uvítán co nejšetrněji a nejlaskavěji. Heslem se stal *něžný porod*.

Jde o maličkosti, aspoň ve srovnání s razantními a odborně vysoce náročnými porodnickými výkony, které je někdy třeba podniknout pro záchranu života dítěte i matky, pro zamezení trvalých zdravotních poškození při komplikovaných porodech. Přibývá však lékařů a sester, kteří jsou přesvědčeni, že tyto maličkosti ve svém souhrnu mohou mít značný význam pro dobrou tělesnou i duševní pohodu novorozence a snad i pro jeho další vývoj. I kdyby byl něžný porod *jen* rituálem důstojného vítání nového světoobčana (a nepochybuji, že kromě jiného je právě krásným moderním rituálem!), stálo by za to věnovat mu maximální pozornost.

Něha spočívá už v tom, že se v pravou chvíli ztlumí reflektory, aby dítě nebylo oslněno. Nesahá se mu na hlavičku. Nehlučí se kolem něj. Vynalézavá trpělivost. V pravou chvíli jemné, šetrné, laskající doteky. Žádné násilné narovnávání páteře. Nepřestřihovat předčasně pupeční šňůru, vždyť ještě několik minut může fungovat, a dítě tedy dostává kyslík zároveň už ze svých plic a zároveň ještě z plic matky. A hned položit dítě matce na břicho, kde je mu v první chvíli nejlépe.⁵ – Jsou ovšem různé varianty něžného porodu, např. matka v dřepu rodí do přiměřeně teplé vody, ze které se pak novorozenec vyjímá postupně, aby se „*suchozemský šok*“ co nejvíce zmírnil.

I při něžném porodu dítě samozřejmě zakřičí, když začíná dýchat. Nemusí však naříkat, může se radostně protahovat a může se – jak říkají nadšení pozorovatelé – široce rozevřenýma očima dívat na svět, do kterého se dostalo.

Tak je tedy novorozenec zde, otřesen porodním dramatem, s trávicím a zažívacím traktem „v záběhu“, s nedoladěnou koordinací celého organismu, vystaven přívalu neznámých podnětů zvenčí a nejspíš nijak zvlášť slastných dojmů z nitra. Dorazil na náš břeh, v té první zázračné půlhodině bdělosti se ještě rozhlédl a přihlásil – a jde se na to prospat. Kam? Podle toho nejstaršího programu, který věda nedávno znovu objevila, přirozeně do mámina pelechu.

5 V té první chvíli novorozenec po matce leze, hledá instinktivně prs a pokouší se sát. Tak mu velí moudrá matka příroda. Zřejmě ne proto, že by se musel po té štrapáci hned posilnit, ale proto, aby mámě tou nejprostší a nejsrozumitelnější řečí těla řekl: „Jsem tvůj a ty jsi moje. Musíš!“

Nejdelší rok

(Vývoj v kojeneckém období)

Proč nejdelší? Protože za první rok se toho v lidském životě nejvíce přihodí a vývoj je po tělesné i duševní stránce mnohem rychlejší než kdykoli později.¹ Za první rok se změníme více než třeba za pět let od 15 do 20 nebo za dvacet let od 40 do 60: Zvládneme pohyb v prostoru, někdy už ve vzpřímené poloze, naučíme se jemně manipulovat s předměty a poznávat je s velkou přesností hmatově, zrakově i sluchově. Dospějeme k nepochybné praktické inteligenci, jež nám umožní samostatně splňovat naše nejrozmanitější přání. Navážeme několik diferencovaných vztahů k druhým lidem, a máme-li příležitost, tedy i ke zvířatům; účinně se s nimi dorozumíme, dospějeme přitom až na práh řečové komunikace. Důkladně se citově zabydlíme ve svém prostředí i ve svém těle. Jak v této kapitole uvidíme na podrobnostech, je toho nesmírně mnoho. Pro první orientaci snad stojí za to si pamatovat: *první rok – první slovo – první krok*.

Pro tělesný i duševní vývoj platí *zákon vývojové retardace*, zpomalování vzestupného vývoje s chronologickým věkem. Tento zákon potvrzuje i většina vývojových křivek, které v této knize uvádíme na různých místech – až na výjimky: např. v pubescenci se dočasně zrychlí tělesný růst, a to absolutně, tj. v centimetrech, i relativně, tj. v procentech dosavadní výšky.

Zároveň platí – opět s výjimkami, o kterých bude řeč – *zákon klesající vývojové citlivosti*. Celý organismus i duševní život dítěte je v kojeneckém věku nejzranitelnější, nejovlivnitelnější v kladném i záporném smyslu. Postupně zís-

¹ Četní autoři, mezi nimi náš filozofující lékař starší generace F. Herčík, psali v tomto smyslu o biologickém čase odlišném od času chronologického.

káváme stále větší odolnost, ale na druhé straně jsme stále méně tvární, méně pružní, méně učenliví. To platí pro každou novou funkci, kterou vývoj přinese, třeba pro rozvoj abstraktního myšlení v pubescenci: i ono se musí pěstovat v pravý čas.

Protože je vývoj na počátku života nejrychlejší, stojí za to věnovat prvnímu roku celou kapitolu. Ale proč právě prvnímu roku? Je první rok nějaké výrazné stadium? Musíme přiznat, že není. První narozeniny nejsou vývojovým přelomem ani biologicky, ani psychologicky, ani sociálně. Dokonce ani slovo kojeneц neodpovídá realitě – většina dětí je odstavena podstatně dříve než v roce, aspoň v našich podmínkách. První rok je tedy období, které jsme si takto vymezili v podstatě proto, že je to tak nejjednodušší.

První část kojeneckého období se označuje jako *novorozenecké*. Tím se rozumí někdy první týden, jindy celý první měsíc, nebo dokonce i 6 týdnů. Když se mluví o novorozencích v odborné psychologické literatuře, říká se tím obvykle, že se zkoumaly ty projevy dítěte, které jsou založeny hlavně na jeho vrozené výbavě, to znamená na nepodmíněných reflexech,² a případně na tom, čemu se naučilo v nitroděložním stadiu.

Kojenec roste

jako z vody. Průměrný měsíční chlapec měří asi 54 cm, přičemž 90 % chlapců je mezi 49,5 cm a 59,1 cm. Váží asi 4 kg, v 90 % případů od 3,1 do 5,1 kg. Děvčátka jsou o něco menší a lehčí, ale zato odolnější. Roční chlapec měří už 77 cm a váží v průměru skoro 10,5 kg; děvčátka zůstávají lehce pozadu.

Tělesný růst a duševní vývoj jdou ruku v ruce: dítě, které rychle roste, prospívá obvykle i duševně. Je tomu tak už proto, že obojí je důsledkem tělesného zdraví. Zajímavější je pro nás fakt, že hrubé zanedbávání duševních potřeb dítěte (citová „podvýživa“) může zhoršit jeho tělesné zdraví a zabrzdit tak i jeho růst. A konečně je zde ještě jeden možný vztah mezi tělesným růstem a duševním vývojem: Jestliže dítě roste pomalu a málo přibývá (což se stává i při dokonalém zdraví), může se matka přespříliš, nervózně a nevhodným způsobem

snážit, aby je řádně „vykrmila“. Později (str. 95) se budeme zabývat otázkou, jaké následky to může mít pro duševní vývoj.

Přímý význam má ovšem pro duševní vývoj růst, a zejména zrání mozku. Mozkových buněk sice podstatně nepřibývá, ale zlepšuje se jejich funkční schopnost a tím i schopnost dítěte učit se.

Určitý psychologický význam má *dentice, růst zubů*. První zoubek (řezák) se prořizne obvykle mezi šestým a devátým měsícem a brzy následují další. Dítě mívá při dentici zvýšenou teplotu, bývá mrzuté, často pláče, někdy i zvrací. Je zřejmé, že má bolesti.³ Ohledává pilně nové zuby jazykem a kouše jimi do nej-různějších předmětů; kouše i těmi místy dásní, kde se právě prořezává nový zub.

Abychom si přiblížili *psychologický význam dentice*, musíme vzít v úvahu, čím vším jsou pro kojence ústa. I když dnes už méně pracujeme s Freudovou teorií orálního stadia⁴ (viz str. 95), nemůžeme přehlédnout, že ústa a rty slouží sání; rty mají také za úkol pátrat po zdroji potravy. To je životně důležitá funkce. Je proto jisté *biologicky účelné, aby sání bylo příjemné* nejen tím, že kojenci chutná mateřské mléko, nýbrž i samo o sobě. Proto kojeneц tak horlivě dumlá, často i ve spánku. Ústní dutina je prvním prostorem, v němž se dítě zabývá. Je to místo pohody a slasti (i dospělý řekne: „Mám v puse jako v pokojíčku.“). Zároveň jsou ústa orgánem poznávání světa, jakousi fyzikální a chemickou laboratoří. Fyzikální analýza zjišťuje tvar, tvrdost, hebkost, pružnost a rozmočitelnost vložených těles. Chemická analýza – toť chuťové testy, rozhodující o tom, zda má být obsah polknut, nebo vyplivnut. Pracovníkem této laboratoře není profesionálně klidný odborník, nýbrž zanícený, vzrušený, k výsledku analýzy dychtivě upnutý badatel.⁵

A teď to drama *dentice*: v *tomto* prostoru, tak důvěrně známém a milém, se objeví bolestivý hrbolek, sabotér rušící dosavadní řád a pohodu. A cosí mě nutí – snad je to instinkt – právě tímto bolavým místem kousat do všeho, co se namane, sám si působit bolest! – Když je pak zub venku a kousání už nebolí, přijde další velký zážitek, tentokrát pozitivní: Objevím slast kousání. Představte si, co cítíte i dnes, jako dospělí, když se zakusujete do zralého jablka; a všechno, co prožíváme poprvé, má navíc zvláštní půvab novosti. Zároveň je zub novým, skvělým zařízením pro fyzikální analýzu, kterou v pra-laboratoři úst provádíme.

2 Reflexy se v literatuře o novorozencích vždy zdůrazňují, snad proto, že jsou nejlépe zjištěitelné a jejich vyšetřování je důležité k tomu, abychom poznali, zda je dítě zdravotně (neurologicky) v pořádku. Reflex je reakce, odpověď organismu na vnější podnět nebo na podnět z vlastního těla; např. vyprazdňovací reflex je odpovědí na naplnění konečníku. Pro psychologa je však novorozenec především spontánně aktivní: nečeká na žádný podnět, vykonává samovolné pohyby, pátrá ve svém okolí po bradavce atd. Není to tak zřetelné jako u půlročního kojence, nebo dokonce u tříletého dítěte, ale tím se nesmíme nechat klamat. *Základním „motorem“ duševního vývoje je právě spontánní aktivita*. Prostředí, ve kterém kojeneц žije, tuto aktivitu různě usměrňuje, omezuje, poskytuje příležitosti, ale zdrojem iniciativy je především dítě samo.

3 Dospělý se dovede s bolestí vyrovnat: odvrací od ní pozornost, soustředí se na nějakou zajímavou činnost, upne se k vědomí, že to přejde, že v nejhrošším případě pomůže zubař. Přinejmenším si aspoň řekne: „Safra, to to bolí!“ Už fakt, že dokáže svůj stav pojmenovat, znamená, že zlo je nějak ohraničeno a tím je snesitelnější. Kojeneц je však bolesti vydán na milost a nemilost. Pomůže mu jen matka, která ho rozptýlí, odvede jeho pozornost od bolesti.

4 Z latinského *os*, 2. pád *oris* = ústa.

5 Někdy si tento badatel také „jen tak“ hraje: do laboratoře se vpravují předměty již vícekrát ohledané, shledané nepoživatelnými a málo vhodné k dumání.

Lze předpokládat, i když to někomu připadá fantastické a spekulativní, že všechny tyto zážitky jsou nejen důležitou součástí kojencova okamžitého duševního života, nýbrž že se i nějak „zapíší“ do vývoje osobnosti, podobně jako význačné historické události poznamenají život národa. Záleží ovšem i na tom, jak se k prořezávání zoubků postaví matka. K tomu se vrátíme později.

Vývoj pohyblivosti a vnímání v prvním roce

Dětská vývojová psychologie v posledních desetiletích stále posunuje časové údaje o tom, kdy se objevují první účelné akce různého druhu. Tyto posuny mají vždy též směr: ukazuje se, že kojenci jsou aktivní, koordinují své pohyby a orientují se ve svém okolí *dříve, než se domnívaly celé generace pečlivých vědeckých pozorovatelů*. „Naivní“ matky, které si byly jisté, že „to jejich“ dítě už umí, vidí, rozumí, cítí, signalizuje – měly často pravdu proti odborníkům.⁶ Nejen v učebnicích, ale i ve vědecké literatuře se překvapivě dlouho tradovalo, že novorozenecké období i další měsíce jsou stadiem pasivity, bezmocnosti, nepatrného kontaktu se světem – s výjimkou sání ovšem. Proto také klasická psychoanalýza tolik zdůrazňovala oralitu: orální stadium se podle ní táhlo celý první rok nebo i déle.

Příčiny podceňování kojenců byly asi především ideologické – věřili jsme, že dítě je v okamžiku narození mnohem více *nepopsanou tabulí*, než je tomu ve skutečnosti; věřili jsme, že výchova je mocnější, než zatím – aspoň při známých prostředcích – opravdu je.⁷ Věřili jsme, že dítě „čeká“, až je budeme formovat. – Stejně závažné byly překážky dané nedokonalostí výzkumných metod. Přitom šlo někdy o překvapivě prosté chyby: Zkoumáme-li dítě v prvním týdnu života a necháme-li je ležet na zádech, uvidíme toho málo, protože dítě je spavé. Zvedneme-li je do šikmé polohy a vystihneme-li vhodnou chvíli v jeho denním rytmu, v němž se střídá spánek a bdění, vidíme podstatně lepší výkony. Mnoho pomáhá i videotechnika spolu s počítači.

Často prokáže účelnost pohybů dítěte teprve statistika: zjistíme například, že výskyt určitých poloh těla je častější, než by odpovídalo náhodě. Tak se může ukázat, že se

dítě za den šedesátkrát pokusí něco udělat rukou a z toho pět pokusů je úspěšných; „pouhým okem“ se i zkušenému pozorovateli zdá, že jde jen o náhodné pohyby.

S jakou *vrozenou výbavou* – kromě základní tendence k aktivitě – začíná novorozenec svůj vývoj motoriky a vnímání?

Především jsou zde už zmíněné *vrozené reflexy*. Obranný reflex vede např. k tomu, že dítě při mytí odvrací hlavičku. Vrozená je zřejmě i brzká reakce na viděný předmět, který se blíží k obličeji: dítě odvrací hlavu, ruka se pohne v náznak obranného gesta. Sílu úchopového reflexu snadno zjistíme, když novorozenci vložíme do dlaně přiměřeně silný podlouhlý předmět, třeba prst. Dále jsou zde reflex polykací, vyměšovací, a ovšem životně důležitý reflex kašle a zvracení. Reflexem je i ono plazení, které se objeví, položíme-li novorozence na nahé tělo dospělého člověka. Tento reflex ovšem brzy vyhasne a pozdější lezení po čtyřech se kojenec musí učit „od nuly“ – na základě jiných vrozených mechanismů.

Smyslové vnímání je připraveno, částečně už rozvinuto z nitroděložního stadia: „Novorozené dítě od samého počátku vidí a některé podněty sleduje dokonce se značným zájmem ... rozlišuje dobře základní tvary i barvy ... zvláště přitažlivým objektem je především lidský obličej a všechny obrazy, které jej připomínají ... ale dospělé ostrosti dosáhne až kolem jednoho roku.“ (Langmeier, Krejčířová, str. 32) Chuť je vyvinuta, jak víme, už prenatálně. U novorozenců se podle výrazu obličeje pozná, zda dostali napít sladkého, kyseleho či hořkého. „Suchozemský“ čich se objeví hned po narození. To se pozná podle toho, že na některé pachy novorozenec reaguje zrychleným dýcháním.

Získávání vlády nad vlastním tělem postupuje jednak od hlavy ke kostrci, jednak od ramen a kyčlí k prstům na rukou a na nohou.⁸ Od počátku fungují okohybné svaly. Velmi brzy ovládneme také svaly šíje – kojenec zvedá hlavu, položíme-li ho na břicho. Ve třetím měsíci se opírá o předloktí – „pase koníčky“. V osmi měsících se na okamžik sám posadí a začíná lézt po dlaních a kolenou, sám se také přitáhne do stoje u opory; brzy je pak schopen i chůze, vedeme-li ho za ruku.⁹

U některých přírodních národů se kojenecká lokomoce vyvíjí rychleji. Příčinou je patrně to, že matky nosí kojence stále s sebou v jakémsi vaku, který mají připoutaný někde na těle, nejčastěji na zádech. (Není to tak dávno, kdy i u nás

6 Dokud si psychologie pod vlivem Američanů, odmítajících brát vážně prožívání a prosazujících, aby se zkoumalo jen vnější chování (behavior, tedy *behavioristé*), nezačala zakládat na své „přísné objektivitě“, smýšleli mnozí odborníci jinak. Známý psycholog Cooley napsal ještě v roce 1908, že u svého dítěte starého 4 měsíce a 20 dní pozoroval zřetelný výraz triumfálního pocitu moci, když se mu podařilo uchopit jeho vousy nebo jiný předmět. Dnes jsme si možná až příliš jisti, že tak malé dítě něco takového ještě cítit nemůže.

7 Psychologie a pedagogika zatím ani zdaleka nevstoupily do stadia, ve kterém by se realizovaly myšlenky vědeckofantastické literatury, jako je tomu v technice. Zázraky se zde ještě nedějí – přiznáme si, že je to uklidňující vědomí.

8 V odborné literatuře se mluví o směru kefalokaudálním a proximálním. Třetí směr je ulno-radiální: prsty se „probouzejí“, resp. dostávají pod vládu centra, od malíků k palcům.

9 Lokomoce, pohyb v prostoru, je jednou z klíčových kompetencí, jimiž disponujeme. Pojmu kompetence užíváme ve velmi širokém smyslu pro všechny schopnosti, dovednosti a další vlastnosti, které jedinec získal a které mu slouží k tomu, aby se uplatnil a přizpůsobil ve světě, v němž žije. Patří sem schopnost užívat logických operací, ovládnutí cizího jazyka nebo počítače, schopnost vydržet u činnosti, která přinese uspokojení až po delší době, obeznamenost s rolemi, jež máme zastávat, schopnost vést druhé i podřízovat se atd.

ještě někde venkovské ženy takto s sebou nosily děti na pole.) To je pro dítě samozřejmě mnohem méně pohodlné než povalování v postýlce, ale prospívá to vývoji pohyblivosti: dítě musí udržovat rovnováhu, hledat pohodlnou polohu, odvracet hlavičku, když mu něco brání v dýchání atd. Je však těžko říci, zda a jaké dlouhodobé výhody nebo nevýhody má tato praxe pro vývoj motoriky, případně snad i pro citový vývoj dítěte. Předpokládáme, že stálá fyzická blízkost matky posiluje vyvíjející se citové pouto.

Probrali jsme vývoj, jehož cílem je nejběžnější lidská lokomoce, tj. chůze a později běh po dvou nohou. *Druhá vývojová linie směřuje k ovládnutí ruky*, lidského „biologického nástroje“ číslo jedna. V prvním měsíci nás dítě překvapí tím, že drženo na klíně sahá po předmětech, které vidí, a asi ve 40 % případů zasáhne cíl. To je vrozený reflex, který koncem prvního měsíce zmizí. Ruka však stále „umí“ uchopit to, co vložíme do dlaně (a co není příliš velké, ani příliš malé, protože prsty jsou ještě neobratné), ve čtyřech měsících nese předmět do úst a už „se třese“ na to, aby ho sama uchopila. „Uchopit“ ho zrakem a sledovat ho pohybem očí i hlavy dokáže dítě už ve třech měsících, rukou to jde až v pěti měsících.

V šesti měsících dítě aktivně zatřepe chřastítkem. (Až asi v devíti měsících však dokáže *aktivně, úmyslně pustit* držený předmět.) Prsty jsou stále šikovnější a kolem jedenáctého měsíce uchopí malý předmět klíškovým úchopem palce a ukazováčku (nebo palce a prostředníčku). Mezitím se už kojenec naučil sám držet láhev, ze které pije, a dokonce – i když s pomocí a s bryndáním – pít z hrnečku.

Vývoj inteligence

Kdy se u člověka objevuje inteligentní chování? Odpověď závisí na tom, jak si inteligenci definujeme, jak elementární psychické projevy do ní započítáme. O předstupních inteligence můžeme mluvit už u novorozence, jehož *nepodmíněné reflexy se zdokonalují a získávají přizpůsobivost*. Zdokonaluje se především sací reflex: dítě saje šikovněji a dokáže sát i různé jiné předměty než bradavku. Bradavce ale dává přednost před jinými předměty, tedy ji poznává. Rádo si s ní „jen tak hraje“ svými rty, aniž by sálo, takže původní automatický reflex se rozvíjí do různých činností a postupně jako reflex zaniká, sací pohyby se stávají volnými; později jsou řízeny výhradně vůlí.

Podmíněné reflexy, které jsou také předstupněm inteligence, vytváříme už v prenatálním životě (str. 70). Příklad z prvních dní po narození: Matka podá dítěti prs neobratně, dítě se dusí. Napříště se prsu brání, „bojí se“ ho. V sedmi dnech pozná pach své matky, odliší ho od pachu jiných matek, to je další důkaz, že se učí.

Asi v půl roce (ale není nic zvláštního, když se to objeví až v osmi měsících, nebo naopak už ve čtyřech měsících) začíná dítě *záměrně jednat*, tj. *působit ve svém okolí změny*, které předvídá. Nejjednodušší takovou akcí je tzv. *kruhová reakce*: Dítě něco bezděčně způsobí, uvědomí si, že to, co se stalo, je výsledkem jeho činnosti, a opakuje (to se rozumí tím „kruhem“) stejnou akci, tentokrát úmyslně. Má-li například v kočárku nad sebou zavěšenou řadu chřastítek a víceméně náhodou ji rozhoupe, je tím příjemně překvapeno a několikrát to zopakuje. Jinou kruhovou reakcí je plácání do vody při koupání.

V osmi měsících dokáže dítě *odlišit prostředek a cíl* svého jednání (což u kruhové reakce ještě není). Vybírá si napřed cíl, např. zmocnit se předmětu, který je mimo jeho dosah. Pak hledá prostředky, např. vede ruku dospělého k žádoucímu předmětu. To už nesporně je inteligence, i když krajně praktická.

Krátce před prvními narozeninami dítě obvykle pokročí ještě dále: začne *hledat nové prostředky*. Můžeme vzít stejný příklad, dosažení vzdáleného předmětu, ale v jiné situaci: není po ruce žádný vyzkoušený prostředek. Tu může dítě úvahou přijít na nápad, že zatahne-li za ubrus, na němž předmět leží, přiblíží si jej na dosah ruky.

Ve stejné době nebo o něco dříve udělá kojenec převratný objev: *předměty existují trvale!* Jde o samozřejmost, ovšem jen pro nás dospělé – a třeba pro koťata, která to zvládnou ve třech měsících.¹⁰ Ve světě šestiměsíčního dítěte ještě platí, že co sejde z očí, sejde z mysli, přestane to prostě existovat.

Nyní tedy dítě *udrží v mysli* (ať už jakýmkoli způsobem) představu předmětu, který mu zmizel z očí. Nejenže ten předmět znovu pozná, když ho uvidí; to umí už dávno. Ale *myslí na něj*, když zde není, a může ho také hledat, může s ním počítat. To je nesporný skok ve vývoji, i když nenastane ze dne na den; jsou i přechodná stadia.

Desetiměsíční dítě nám dokáže, že ví o *trvalosti předmětů*. Stačí k tomu prostý pokus: Vezmeme hračku a před jeho očima ji přikryjeme plenkou. Jestliže pro ně tím okamžikem přestane existovat (jak je to pravidlem v šesti měsících), bude možná chvilku mrzuté, ale nebude ji hledat. Hledá-li ji, odhrne-li plenku, tak pro ně hračka existuje, i když ji právě nevidí.

Napadne nás asi: a co matka? Je *matka, předmět všech předmětů*, trvalým předmětem stejně jako hračka, objeví malý badatel její trvalost ve stejné době jako trvalost hračky, se kterou jsme dělali pokus? Expert odpovídá: V zásadě ano, ale je to na „delší povídání“. Čím je matka pro kojence?

10 Abychom byli přesní: tříměsíční kotě je schopné takového chování, z jakého u dítěte poznáme, že chápe trvalost předmětů. Na základě jakých psychologických mechanismů to dokáže kotě, a zda to „běhá“ v psychice dítěte jinak – to je jiná otázka.

Jak už víme, Piaget měl sklon izolovat vývoj inteligence od vývoje celé osobnosti, případně vidět ve vývoji inteligence *základ* vývoje osobnosti, protože ho zajímala především teorie poznání, gnozeologie. Nás v této knize naopak gnozeologie zajímá jen potud, pokud nám pomůže při poznání osobnosti a jejího vývoje.

Kojenec mezi lidmi

Kojenec je samozřejmě stále v sociálním poli, i všechny předměty, které ho obklopují, mu nějak „přihrávají“ pečovatelé. Ale teď nám půjde o přímé vztahy s lidmi, o kontakty kojence s jeho nejbližšími.

Nejbližší je zpočátku ovšem matka. Už jsme se zmínili o té podivuhodné první hodině, kdy novorozenec dokáže lézt po matčině těle, snaží se o kontakt z očí do očí a energicky saje. Biologický smysl tohoto počínání je jasný: zajistit si přežití. Takovéto chování totiž působí na matku mocným dojmem, citově ji připoutává k dítěti.¹¹

Když se tato akce podaří, lze odpočívat, poměrně pasivně o sebe nechat pečovat. Dítě je asi měsíc spíše utlumené,¹² většinu času prospí, ale má i chvíle dosti čilé bdělosti, a tehdy můžeme pozorovat *úsměv*. Zpočátku je to úsměv bezděčný, vyjadřuje spíše tělesnou pohodu, není nám adresován. Ale přesto z něj máme radost, citově nás připoutává, vyvolává v nás ochranné city. A je-li takto účelný pro přežití dítěte, je nám asi přece jen adresován – genetickým programem, bez něhož by se neobjevil (a nepůsobil).

Jak se dítě vyvíjí, je jeho úsměv stále zřetelnější a roztomilejší. To však není jediná změna. Mění se i okolnosti, za kterých se úsměv vyskytne. V prvním měsíci je možné jej vyvolat šmráním, houpáním, vysokým lidským hlasem (vysoký hlas – nádro s mlékem), od třetího měsíce věku přiblížením lidské tváře, ale i přiblížením velké panenky nebo masky – hlavně, že jsou na té masce výrazně zobrazeny oči, nos a ústa.¹³ Na detailech nezáleží, instinktivní reakce dítěte na takový útvar je spolehlivá. Dítě také očima „ohledává“ obrys tohoto útvaru – podobně jako to dělávají milenci. Úsměv je stále krásnější a zdravé dítě jím nešetří. Má to jen jednu přehlédnutelnou chybičku: když se na vás usmívá, *nemyslí to nijak osobně*. Teprve asi v půl roce si úsměv začne vybí-

rat: je zřejmě sociální, dítě se už neusmívá na věci ani na neznámé lidi, nýbrž jen na své blízké a známé.

Stejnou funkci jako úsměv mají různé zvuky, které dítě vydává (tzv. vokalizace, z latinského vox = hlas) a které jsou zároveň tréninkem pro nácvik řeči. Jsou účinné, dojmají nás, snažíme se přimět dítě k jejich opakování a ono nás tím u sebe drží. Je bezbranné – a přece nás takto dovede ovládat. Čím více se vokalizace blíží lidské řeči (v půl roce jsou to vlastně už skoro hotové slabiky), tím jsme šťastnější, tím více máme dojem rozhovoru, hodnotného kontaktu se vzájemným porozuměním.

Aby nebylo mýlky: *On to v podstatě rozhovor je!* A dochází k němu mnohem dříve, než dítě začne se svým broukáním. Již v prvních měsících je zde zřejmá *vzájemnost*. Často vidíme toto: Matka, otec nebo jiný dospělý se k dítěti skloní, něžně mu stiskne hrudník nebo ramena, usměje se, promlouvá. (Všimněte si: promlouvá dosti stereotypně, repertoár našich něžných výroků ke kojenci je malý, neděláme žádná řečnická cvičení, a to je právě dobře.) Není-li dospělý citově tupý a jestliže něhu pouze nepředstírá, dělá ve svých projevech přestávky, při kterých se naléhavě dívá dítěti do očí a žádostivě vyhlíží *odpověď*, ať už odpověď úsměvem, pohledem z očí do očí, nějakým pohybem, zvukem. A na jakýkoliv projev dítěte hned radostně reaguje hlasem, přiblížením hlavy, dotykem. To je skutečný dialog. Matka, která s dítětem stráví hodně času, získá v těchto rozhovorech velkou praxi, vede je vlastně stále, kdykoli o dítě pečuje. Pečovatelské úkony jsou součástí tohoto dialogu. Zvláštní půvab má pro dospělého i pro dítě napodobování, tzv. biologické zrcadlo: Napodobujeme přitom výraz tváře dítěte, samozřejmě v rámci laskavosti a konejšení, stále „transponujeme“ do polohy roztomilosti a něhy. Dítě tak ovládá naši tvář a miluje tuto hru. Později se samo snaží napodobovat při ní dospělého.

Kdo není citově tupý¹⁴, počíná si způsobem, který jsme právě popsali a který má instinktivní základ – proto je podobný u ostrovana z Tichomoří i u pražského univerzitního docenta. A co dítě? Může být také „tupé“? Může, a takové dítě má smůlu. Není roztomilé, nepoutá pozornost – bývá méně milováno, se všemi důsledky, které z toho plynou.

Od začátku je důležité, aby matka rozeznávala, co dítě právě cítí a co potřebuje, čeho se dožaduje. Už v prvním týdnu lze podle křiku poznat, zda má dítě hlad, zda je bolí bříško, nebo je mu nepříjemně v mokřích plenách, zda se vzteká, nebo zda se chce chovat.¹⁵ Jsou matky, které to rozeznají, a jiné, které to nerozeznají, takže třeba pokaždé nabídnou prs. Což je možná dost velká chyba – později se k tomu vrátíme (str. 95).

11 Stejný smysl zřejmě má to, že již novorozenec reaguje na lidský hlas živěji než na jiné zvuky, že jeho reflexní plazivé pohyby jsou výraznější na lidském těle než v postýlce, podaný prst svírá silněji než stejně silnou hůlku atd. (Langmeier, Krejčířová, s. 34).

12 První dva měsíce života zabere tzv. *autistická fáze*: dítě žije převážně ve světě dojmů z vlastního těla a jeho nejbližšího okolí, přičemž obojí mu do značné míry navzájem splývá. Je to tedy, samozřejmě nikoli doslova, jako by existovalo jen ono samo („autos“ znamená řecky „sám“).

13 Dítě preferuje obecně složité tvary, zejména křivky, před jednoduchými.

14 Odborný termín je *neempatický*; empatie = vcítění.

15 Prý to pozná i dobře naprogramovaný počítač.

Kdy si dítě zamiluje matku jako osobu? Kdy se k ní – řečeno odborným termínem – *specificky připoutá* (přikloní)? A co to pro dítě znamená? – To je velká a složitá otázka. V první polovině roku zřejmě není k matce takto specificky připoutáno. Poznává ji sice podle hlasu¹⁶ a podle vůně (to už v prvním týdnu života), později podle tváře, ale nevádí mu příliš, když o něj místo matky pečuje někdo jiný, když se pečovatelé střídají – až na to, že je velmi těžké postupovat stejně dobře jako milující a obratná, s dítětem dobře sešraná matka, tedy stejným způsobem jako právě tato matka, včetně onoho stálého „milostného“ dialogu, o kterém jsme mluvili.¹⁷ V prvních měsících si dítě potrpí na ustálené procedury, na pravidelnost.

Kojenec přilne nejen k matce, případně k dvojici či trojici pečovateli, ale i k místu, kde je doma. Je *připoután k domovu*. To hraje značnou roli, musí-li v první polovině roku do nemocnice bez matky,¹⁸ což je dnes naštěstí výjimečný případ, protože matka bývá přijata do nemocnice spolu s dítětem. Často i při kvalitní péči sester upadá do apatie, která může ohrozit jeho zdravotní stav. Ale stesk po matce jako po určité osobě („ta a žádná jiná!“) zde ještě není.

Tedy celý první půlrok se dítě učí matku znát a obvykle jí pomalu zřetelně začíná dávat přednost před jinými pečovateli (případně dává přednost jiné osobě, která o ně pečuje více než matka, a to, o čem mluvíme, se pak týká tohoto hlavního pečovatele).

Specifické připoutání přichází nejčastěji asi v sedmi měsících. Není tak nápadné jako pozdější „zamilování“, kdy batole nebo předškolák nějakou dobu chodí za otcem nebo matkou „jako pejsek“. Nepozná se to, dokud o dítě stále pečuje matka jako hlavní pečovatel.¹⁹ Jestliže však hlavního pečovatele změníme a matka zmizí, dítě ostře protestuje, odmítá náhradníka. Jeho reakce bývá prudká a dlouhá, dítě pláče, stáhne se do pasivity, nemocniční léčba (o kterou v těchto případech obvykle jde) je ohrožena. – Děti vychovávané v ústavech přijímají v tomto věku změnu pečovatele snadno a bez protestů, což považujeme za známku defektního citového vývoje.

Specifické připoutání k matce souvisí se *strachem z cizích lidí*. Tento strach se objevuje o něco později, obvykle v osmi měsících (tzv. „strach osmého měsíce“). Dítě v přítomnosti cizí osoby „ztuhne“ nebo se „lepí“ k matce, často se rozpláče nebo aspoň kňourá, omezí svou aktivitu.

16 Už novorozenec otáčí hlavičku ve směru, odkud zazněl matčin hlas.

17 Uvažme, že to nevědomé dítě už ve dvou týdnech věku lehce znervózní, promluvíme-li na ně jiným jazykem než jeho mateřštinou.

18 Snažil bych se mu dát s sebou aspoň co nejvíce předmětů, na které je zvyklý.

19 Je trochu problém, co si představit pod pojmem hlavního pečovatele. Žijí-li např. v rodinném domku rodiče dítěte, jejich rodiče nebo i prarodiče, sourozenci rodičů a případně další osoby, které se kolem dítěte hodně vyskytují a střídají v péči, bude dítě jednomu z nich dávat přednost, ale nemusí to být výrazné.

Strach z cizích je ovšem složitý jev! Někdy stačí, aby se cizí návštěvník odvrátil, a dítě se uklidní. Ale může také podobným strachem reagovat na matku, která si vezme neobvyklé černé brýle, protože ji v nich nepozná! Nasadí-li si otec v jeho přítomnosti masku, může se ho bát, ale může se také rozesmát; v bezpečí mateřského náručí může na cizince reagovat místo strachu zvědavým zájmem. Přichází-li do bytu, kde je dítě doma, hodně návštěv, bývá strach z cizích minimální. Je tedy dnes poněkud nejasné, o jaké vývojové změně vlastně svědčí tento strach z cizích lidí.

Dalším typickým vývojovým jevem ve vztahu k matce je *separační úzkost*. Souvisí se specifickým citovým připoutáním. Objevuje se obvykle v *devíti měsících*. Dítě lpí na stálé matčině přítomnosti, někdy nesnese ani její odchod do vedlejší místnosti. Jde o normální jev, který je ovšem také v normálních případech překonán – ve své akutní podobě – během několika týdnů, nejvýše během málo měsíců. Separační úzkost nemusí být vždycky nápadná, dítě třeba bez protestů přijme na večer místo matky babičku, na kterou je zvyklé – i když je tato náhrada zrovna nenadchne. Tato úzkost může doznívat dlouhou dobu. Dvouleté dítě, pokud ještě špatně snáší odloučení, si už pomůže třeba tím, že má u sebe matčinu fotografii. Třileté děti se těší na odloučení, je-li před nimi lákavý víkend u dobře známé tety nebo babičky.

Specifické pouto k matce se považuje – a v tom je pointa tohoto pojmu – za *prototyp všech dalších silných citových vztahů*: přátelských, milostných a patrně i rodičovských. Jestliže dítě nevytvoří toto pouto, máme vážné obavy o celý jeho další citový vývoj: jeho vztahy budou patrně povrchní, neuspokojivé pro ně i pro jeho partnery, nebude mít blízké přátele, nepozná snad ani skutečnou oddanost nějakému ideálu, nějakému společenskému hnutí, nenajde v životě své poslání. To všechno je totiž nějak odvozeno, citově živeno z pramenů, které se musí otevřít v raném dětství. A musí u toho být matka nebo osoba, která ji nahradí: otec, pěstounka apod.

Proto se také ptáme: *Jak pomoci* dětem, které neměly „v normálním termínu“ příslušnou příležitost, tj. neměly nikoho, kdo by v nich vyvolal specifický příklon a kdo by je přijal? To je typický problém dětí vychovávaných v ústavech a v rozvrácených rodinných poměrech.²⁰

Pomoc musí zřejmě spočívat v tom, že se *dodatečně vyskytne* někdo, kdo dítěti umožní, aby se k němu citově připoutalo: adoptivní matka, pěstounka, teta. A že se přitom bude postupovat psychologicky moudře, ale i obětavě, vřele a šetrně, taktně. Ale *dokdy je ještě možno pomoci*? Příhodné (senzitivní) období trvá asi do dvou let. Po třetím roce je už pomoc velmi obtížná a vyžaduje dlouhou dobu, po šestém roce je naše věc pravděpodobně ztracena – i když ovšem nikdy nesmíme dítě odepsat.

20 Spořádané rodinné poměry však nejsou ještě zárukou, že se dítě citově dobře vyvine. Spořádané žijící rodiče mohou být citově chladní, krutí, případně si mohou s dítětem nebezpečně citově zahrávat. Na tento problém budeme opakovaně narážet – netýká se jen raného dětství.

Langmeier a Matějček líčí dramatický vznik příklonu u čtyřiapůlletého děvčátka, které přišlo do náhradní rodiny z dětského domova. „Bylo první dva dny zamlklé, pasivní a zdálo se, že jeho přizpůsobení bude probíhat pomalu. Matka však sama od sebe provedla to, co bylo možno označit za psychologický experiment – vzala totiž děvče na noc k sobě do postele. Dítě té noci vůbec neusnulo (matka ovšem také ne), bylo radostně vzrušené, aktivně se k matce tulilo a jako by si užívalo nového pocitu intimity. Druhého dne bylo jako vyměněné – radostné, sebejisté, s vyrovnaným, důvěřivým vztahem k matce i k ostatním dětem v rodině, jako by získalo náraz nejen nové sebevědomí, nové „já“, ale i nové společenské postavení. Celé další sledování ukazuje, že tento náhle vzniklý rys chování je dnes již trvalou součástí jeho osobnosti.“ (25²¹, str. 194) – S definitivním hodnocením musíme ovšem počkat, až se k této dívence specificky přikloní její vlastní děti.

Naše čtyřiapůlleté děvčátko nebylo – podle uvedených autorů – příliš těžce poškozeno, mělo patrně v dětském domově relativně uspokojivý přísun citových podnětů, na tomto přísunu se však podílelo příliš mnoho osob, byl tedy „rozptýlený“.

Z logiky výkladu plyne i další otázka: Jak dlouhá doba kvalitního specifického připoutání je dostatečná, aby byl splněn příslušný vývojový úkol, tj. aby dítě natrvalo získalo schopnost navazovat hluboké citové vztahy? Odpověď není jasná, záleží přece tolik na tom, co se bude dít v dalších měsících a letech! Ale snad lze aspoň odhadnout, že několikaměsíční specifické připoutání může dítěti stačit k tomu, aby přestalo i těžké citové strádání, jež bude následovat. Může, nemusí. Naše otázka je důležitá teoreticky, v praxi platí: nikdy nespolehat na to, že dítě vydrží bez vážného duševního poškození pobyt v prostředí, kde nemá koho mít hluboce rádo.

Psychologické narození

Řekli jsme, že přibližně v sedmi měsících se kojenec specificky přikloní k matce, a popsali jsme, čím se to projevuje navenek. Ale co se při tom děje v dítěti, v jeho vědomí (pokud už lze mluvit o vědomí)? Jak se mění struktura jeho duševního života, jak se vyvíjí jeho osobnost? Jak dítě chápe své okolí a sebe?

Slyším námitku: Jak chcete po půlročním dítěti, aby chápalo své okolí a sebe? Vždyť ještě nemluví a koncem kojeneckého období nanejvýš rozumí, že „ne-ne“ je zákaz,²² na výzvu „paci-paci“ zatleská. Cvičené štěně dokáže podstatně

víc. Nechte napřed ten malý mozek trochu biologicky dozrát a pak se ptejte na osobnost a na to, jak chápe své okolí a sebe!

Nenechám. Myslím totiž, že svým primitivním, čistě praktickým způsobem (jak jinak!) kojenec tuto otázku chápe, lépe řečeno, že ji *žije*. A že je pro něj na psychologické úrovni stejně významná, jako byl porod na úrovni biologické²³. S tím rozdílem, že biologický porod končí přestřížením pupeční šňůry, zatímco ta duševní pupeční šňůra funguje ještě dlouho (a je to v pořádku). Někdy i dospělý člověk jedná tak, jako by nebyl od matky docela odloučen, jako by nebyl samostatnou bytostí (což už zřejmě v pořádku není).

Psychologické narození, o kterém mluvíme, spočívá v tom, že se původní *neurčitě MY* změní ve velmi jednoduché, ale *jasné JÁ-TY*. Přesněji řečeno, původní *neurčitost se proclení*, vztah získá dokonalejší strukturu. To je hlavní událost prvního roku života, resp. hlavní dění, které se uskutečňuje řadou drobných i větších událostí a přeměn. Je to dění tak závažné, složité a zajímavé, že se o něm píše knihy, konají se drahé výzkumy a pořádají se rušné vědecké konference. A co víc, někteří psychologové a lékaři užívají jeho znalosti k výchovným opatřením a k léčení porušených lidských vztahů.

Ale vraťme se ještě jednou na začátek, kde dosud není ani to původní *neurčitě MY*. Dítě začíná s vrozenou výbavou spontánních akcí a reflexů, které už známe. Sbírá první zkušenosti z kontaktu s novým prostředím, kde jednak ono působí na své okolí, jednak toto okolí působí na ně. A tyto zkušenosti se mu nějakým způsobem (o kterém zatím máme jen domněnky) seskupí do základní struktury osobního světa: na jedné straně zprvu neurčitý a neutrální svět věcí, který je v pozadí, na druhé straně oblast živého dění, kterého je ono samo účastno. V této oblasti se střídá hlad s nasycením, nepohodlí s komfortem, doteky a jejich nepřítomnost, vlastní ústa sající bradavku a ústa bez bradavky, houpání s otřesy nebo s klidem, šimrání a úsměv (vlastní) s tím, že se neděje nic, vlastní křik plus konejšení s tichem. V tomto „děje se“ se klíčí JÁ jakoby vznáší na vlnách matčiných pečovatelských úkonů, vlastních automatických reflexů dítěte a jiných tělesných dějů, které „zde jsou“. (Co teď říkám, je spekulace, ale odněkud začít musíme.)

Symbiotická struktura, ono *neurčitě MY*, vzniká tak, že dítě odliší své vlastní činnosti od činností matčiných, své tělo od jejího těla.²⁴ Nemá sice – a dlouho ještě nebude mít – sjednocený a dobře organizovaný obraz vlastního těla (tzv. tělové schéma) ani sjednocený obraz matky, ale už odlišuje svá ústa

21 Číslo v závorce odkazuje zde, podobně jako v dalších případech, k seznamu literatury na konci knihy.

22 Vlastně rozumí ještě méně: naše „ne-ne“ je pro ně signálem, aby přestalo dělat, co právě dělá, aby zastavilo svou činnost.

23 Americká badatelka M. Mahlerová napsala po mnohaletých výzkumech, při nichž pozorovala dvojice matka-dítě v nejrůznějších situacích, knihu *Psychologické narození malého dítěte*. Tato kniha ještě dnes, po 30 letech, inspiruje badatele i klinické pracovníky.

24 Pozoroval jsem tříměsíčního kojence, který si při kojení zároveň dumal paleček. Snad si tím „nadlepšoval“ slast, kterou skýtá sání bradavky, slastí trochu jiného druhu. Toto počínání vzdáleně připomíná některé milostné hry dospělých.

od matčiny bradavky, dotyk své ruky a matčiny ruky, bolest břicha od nešetrného skřípnutí při oblékání. Mocnost, která poskytuje ňadro i dudlík, pohoupání a koupel a všechno ostatní dobré přicházející zvenčí, se zvolna nejasně rýsuje jako někdo nesmírně blízký, kdo je stále k dispozici, kdo mě zahrnuje péčí, kdo často poskytuje příjemnost dříve, než jsem po ní zatoužil. Někdo, pod jehož hladicí rukou se mohu slastně zachvívat a nemusím k tomu nijak přispět, ničím si to zasloužit. Někdo, kdo dává rytmus vzájemnému citovému dialogu, napovídá mi při něm, a když neodpovím, odpoví za mě tak, že mi to „jde z duše“. Matka vyjadřuje, co cítím, pomáhá mi cítit. Tiskne-li mě v náručí, není už ničeho třeba.²⁵ Prototypem kojencova symbiotického MY je pasivní spočívání v matčině náručí: být chován a naslouchat třeba ukolébavce – to je klasická symbiotická zkušenost. Je samozřejmé, že matka ví, co mám rád a co je mi nepříjemné, co mě zajímá a co bolí, že chce to, co chci já. A nad touto nádhernou jednotou se vznáší hřejivé slunce matčiny tváře.

Symbiotická matka (matka vnímaná, prožívaná, zakoušená jako takováto dobrá mocnost) mě učí něžnými doteky, že mé tělo je dobré, a to tak, že se to dovidám o krůček dříve než to, že vůbec mám nějaké tělo, že ruka, kterou si strkám do úst, je moje a že moje jsou i nohy, které občas zahlédnu.

Velká část bdění v prvním půlroce života je věnována zrakovému prozkoumávání okolí, které dítěti zřejmě působí velikou libost. Oči dovedou – jak jsme řekli – uchopit předmět dříve než ruka a dělají to patrně stejně vášnivě jako později ruka. Zrakové vnímání je v prvním pololetí vysoce aktivní funkce, která se rychle vyvíjí; snad je kojenci příjemná podobným způsobem jako později předškolákovi jeho divoké pobíhání.

A je to opět matka, kdo organizuje toto zkoumání, kdo mě nosí k zajímavým vyhlídkám, upozorňuje mě na ně, otáčí předměty a umožňuje mi prohlížet je z různých úhlů. Dává mi je do ruky k ohmatání, když ještě sám nedovedu nic uchopit. Vede mi ruku, abych si sáhl na zajímavé předměty, které vidím. Je mýma rukama a nohama! Opakuje moje broukání a svým nadšením z něj dělá něco nádherného dřív, než vím, že to já broukám a působím tak její nadšení.

Ale dosti ód na sladkou mateřskou náruč! To hřejivé slunce matčiny tváře září jen nad polovinou kojencova světa. Je zde i černá hvězda²⁶, která vévodí té druhé polovině, bolesti, hladu, nepohodlí, bezmoci, matoucímú chaosu opuštěnosti, příliš silným podnětům, neobratnému a nešetrnému zacházení, chladu,

25 To ovšem neplatí, tlačí-li mě zrovna větry.

26 Když kojeneček srdcervoucně řve, říkáme, že „on to tak nemyslí“, že to pro něj není tak vážné, jako kdybychom takto nařikali my. Ale možná v tom není žádný rozdíl. Možná je dítě v té chvíli skutečně tak zoufalé, vzteklé, smutné, vyděšené, jak se nám to jeví. Pouze s tím rozdílem, že ten cit netrvá, že stačí, aby se nablízku objevila matčina slunečná tvář a vše je pryč – až na to, že to zůstává zapsáno v hlubinách paměti, do nichž nedosáhnou slova, a tedy ani vědomé vzpomínky.

nervozitě, smutku – i zlobě. Symbiotická matka má tyto dvě tváře, můžeme mluvit o dvou matkách, dobré a zlé. Je to samozřejmě „nesprávná“ dětská konstrukce, ale je pokrokem proti té tříšti, která předcházela. Ohlasy této podvojnosti snad nacházíme v pohádkách o matce a maceše, o dobré královně a zlé královně, a ovšem v různých mýtech o Dobru a Zlu.

K tomuto „osobnímu pravěku“ snad odkazuje i příznačné jednání a cítění některých psychiatrických pacientů: pro ně je často určitý člověk buďto úplně dobrý, nebo úplně zlý. Nic mezi tím. Prudké přechody od maximálně pozitivního hodnocení člověka (třeba manželky!) ke zcela negativnímu – a zase naopak.²⁷ To by mohlo odpovídat kojenecké neschopnosti vidět současně, tj. integrovat matčiny dobré i zlé vlastnosti. U kojence se ovšem chvíle, ve kterých je matka buďto andělsky dobrá, nebo démonicky zlá, mohou střídát mnohem rychleji než u našeho pacienta.

Jak se to, co jsme právě popsali, srovnává s faktem, že se dítě v prvním pololetí života jen zvolna učí poznávat svou matku a že mu nevádí, aspoň nijak výrazně, nahradí-li ji dočasně či trvale jiný pečovatel? Odpověď je prostá: symbiotickou matku mohou „hrát“ různé osoby, poskytují-li to, co matka: otec, babička atd. Jsme v období před specifickým poutem. (Po jeho vytvoření tomu ovšem bude jinak.)

Symbióza, jak jsme ji popsali, je přirozeným vývojovým stadiem. Dítě z tohoto stadia zvolna vyrůstá, když mu posloužilo tak, jak mělo, když mu umožnilo spustit svou nehlubší a nejpevnější kotvu naděje a důvěry²⁸ v lidi, v sebe, ve svět a existenci vůbec. Aktem této naděje a důvěry je všechna činnost, která přijde později, včetně zlézání velehor a intelektuálních výbojů: i toto vše bylo nastartováno v symbiotickém náručí.

Symbióza ustupuje krok za krokem, jak se kojencova osobnost osamostatňuje, jak pro něj roste důležitost a zajímavost okolního světa. Zároveň se vyvíjí schopnost a potřeba odlišit se od matky, duševně se od ní oddělit, separovat, ohraničit vůči ní své Já. Tento psychologický porod začíná zvolna a může probíhat hladce, bez znatelné krize. Může však být také dramatický, bolestný a konfliktní, jestliže jej matka zdržuje – nebo naopak uspišuje.

Separace se připravuje „v lůně symbiózy“, když se dítě seznamuje s vlastním tělem, jež získává – právě především v kontaktu s matkou – jasné a bezpečné hranice. Jde i o citové bezpečí – máme na paměti, že se tyto hranice vytvářejí něžnými doteky při koupání, oblékání atd., a samozřejmě při mazlení.²⁹ Pomáhá i „biologické zrcadlo“. Zároveň se pro dítě ohraničuje a sceluje matka.

27 Koneckonců není třeba chodit na psychiatrii – s citovou nedozrálostí tohoto typu se setkáme ve slabší formě dosti často.

28 Tuto myšlenku, stejně jako mnohé jiné v této knize, by bylo možno vyjádřit přísně vědeckým jazykem, ale mnohem zdoluhavěji – a nakonec asi i méně výstižně.

29 Na vytváření hranice Já–matka se podílejí i nepříjemné zkušenosti a snad je jejich účast dokonce nezbytná; předpokládáme však, že mají podřízenou úlohu.

Asi od šesti měsíců provozuje už dítě s oblibou *separační hry*, při nichž prozkoumává matčino tělo. Tahá ji za vlasy, za uši, za nos, dává jí do úst jídlo, odchyluje od ní své tělo (je-li drženo v náručí), aby na ni mělo lepší výhled. Bývá zřejmě silně zaujato průzkumem oděných i neoděných částí jejího těla, od kterého se učí odlišit brýle, brož nebo náhrdelník. Miluje první hru „na schovávání“, kterou ovšem musí hrát matka, dítě jen přihlíží, až v dalších měsících je v této hře iniciativní. Porovnává matku s jinými osobami.

Celý zbytek prvního roku života odlučování od matky pokračuje a „procvičuje se“. Můžeme si tento proces představit jako ustavičné oddalování a opětné přibližování. Tuto viditelnou stránku separačního procesu můžeme dobře pozorovat, když dítě začne lézt a může se z vlastní iniciativy od matky vzdálit. Jeho průzkumné výpravy jsou stále delší a návraty stále kratší. Později mu stačí jen krátký dotek a ještě později jen pohled na matku, aby „natankovalo“ pocit bezpečí a pustilo se do nových dobrodružství.³⁰ Ale nejde jen o vzdálenost v prostoru. Starší kojenec podniká také delší, složitější akce, jimiž se zabývá bez matčiny pomoci a účasti: snaží se zmocnit špatně dostupného předmětu, prozkoumává vlastní tělo, nacvičuje vstávání, lezení a chůzi, stále více se baví vokalizací – vyluzováním teď už rozmanitých zvuků, které mu působí veliké potěšení.

Celý vývoj lokomoce můžeme považovat za přípravu a součást separace. Vzpřímená poloha, ke které kojenec dospěje, není nadarmo symbolem samostatnosti, hrlosti, mužnosti.

Zároveň se separací musí růst *citová samostatnost* dítěte, jeho sebejistota, schopnost čelit překvapením, jež je čekají na průzkumných výpravách, ať už jsou to výpravy do vzdáleného prostoru, nebo do tajů skutečnosti, které se mu otvírají kognitivním vývojem. Zde může – podle Mahlerové – docházet k disproporcím, když separace předstihne citovou samostatnost. Jestliže se např. dítě brzy naučí lézt a vzdálí se od matky více, než odpovídá jeho citové samostatnosti, snadno se poleká vzdálenosti, ve které se ocitlo, snad i snadnosti, se kterou této vzdálenosti dosáhlo, a dá se do pláče. To je miniaturní příklad disproporce, která může být závažnější a trvalejší.

Matka může dítě v osamostatňování brzdit, nebo tento proces naopak až příliš urychlovat. Zdravá, spokojená, neúzkostná matka s radostí vítá každý pokrok dítěte, dává mu pro něj dostatek prostoru. Existují však i matky, které nejrozumnějším způsobem překážejí separaci. Může to začínat už způsobem

držení v náručí, kterým matka nadměrně brání dítěti v pohybu, třeba ze strachu, aby jí nevypadlo. Jindy matka vnucuje svou péči a laskání ve chvíli, kdy dítě právě chce být samo a hrát si na vlastní pěst, kdy ji sice chce mít blízko, ale ne příliš blízko (častěji a výrazněji je to u batolete). Necitlivá matka nebere na vědomí náladu dítěte, snaží se vyloudit nebo vynutit úsměv, přitulení nebo předvést jeho výkony návštěvě: „Tak přece ukaž, jak jsi velká!“

Abychom pochopili chyby, které matky někdy dělají, musíme vzít vážně fakt, že existují *závislé matky*. Matka může být citově závislá na dítěti, a to už na kojenci. K projevům závislosti patří, že jí vadí každý projev autonomie jejího mazlíčka – podobně jako závislému partnerovi v milostném vztahu.

Brzdou separace je i příliš pevný, rigidní rozvrh péče o dítě, zvláště kojení a jiné krmení. Když dítě křičí hlady, ale na matčino jednání to nemá žádný vliv, dítě se pomaleji učí, že může působit na své okolí; totéž se týká i pochování, kterého se dítě dožaduje.

Na druhé straně existují i matky, které z nějakého důvodu – třeba proto, že jim symbiotická závislost dítěte vadí, je pro ně citově příliš náročná – očekávají větší samostatnost, než na jakou je dítě už připraveno. Málo se s ním mazlí,³¹ vyžadují od něj výkony, na které ještě nestačí, předčasně nacvičují udržování čistoty, nejsou v jeho blízkosti, když to potřebuje k tomu, aby se cítilo jistě, v mnoha maličkostech s ním jednají jako s rozumnějším, než zatím je. Nutí je tedy opustit *symbiotické bezpečí* dříve, než je na to plně připraveno.

Separační problémy jsou podstatně menší, má-li kojenec blízký vztah ještě k někomu jinému než k matce, např. k otci, který ho často krmí, přebaluje atd. a který má šťastnější povahu než matka.

Celý člověk je ústy

Při výkladu o tělesném vývoji kojence čtenáře možná překvapilo, jak mnoho místa jsem věnoval ústům. Důvod je v tom, že ústa jsou orgánem základní životní činnosti – přijímání potravy. K této činnosti jsou dobře připravena už v nitroděložním stadiu a po narození se v ní rychle zdokonalují. Otevřít se a sát, později také kousat, a ovšem polykat, to je první velká úloha úst. Avšak přijímání potravy je – jak zdůrazňuje Erikson – jen *prototypem celé řady dalších lidských činností a prožitků*, které můžeme souhrnně nazvat *receptivní* (přijímací). Ústa jsou tedy „ohniskem“ kojenecké receptivity. Receptivní však není jen sání mateřského mléka, nýbrž také poddávání se něžným dotekům

³⁰ Tyto „cesty do světa“ můžeme dobře pozorovat v laboratoři, kde posadíme matku do křesla a dítěti dáme volnost pohybu po místnosti plné lákavých hraček. Při tom se ukáží i poruchy v souhře mezi matkou a dítětem, které tento kontakt zhoršují. Když se dítě podívá směrem k matce, mělo by dostat jasné, beze slov vyjádřené poselství: „Jsem zde, fandím ti, kdybys měl problémy, hned přiskočím na pomoc.“ Některé dvojice si v tomto směru nerozumějí, výpravy dítěte jsou nejen krátké, ale i nejisté, málo radostné.

³¹ Mahlerová pozorovala, že tento nedostatek může zmizet, když dítě pokročí v separaci: pro řadu matek v naší kultuře je láska ke zralejšímu dítěti snadnější než ke čtyřměsíčnímu kojenci.

matčiných rukou, vnímání příjemné koupele, pohupování v matčině náruči nebo aspoň v pérovaném kočárku, naslouchání zpívané ukolébavce. (O těchto slastech už byla řeč v souvislosti se symbiózou, teď se jimi zabýváme znovu z jiného hlediska.) Všechny smysly, celý povrch těla jsou nástrojem této receptivity.³² Trochu (vlastně dost) sentimentálně bychom mohli říci: Kojeňátko je celé jako ústa nastavená k políbení!

Receptivita je *způsob činnosti, který později zcela nemizí*, i když nikdy už není tak nápadně v popředí jako v prvních měsících života. Jde o pasivitu, ale nikoli ve smyslu netečnosti. Právě naopak: je tu otevřenost, nastavení se, dychtivé vystavení se tomu, co je poskytováno. Později se receptivita obohatí o aktivnější *braní si* toho, co se nabízí. Něco z ní zbývá i v pozdějším vědomém dožadování se a snad i v dobyvačném zmocňování se toho, po čem toužíme – ale to bychom příliš předbíhali.

Receptivita brzy přesahuje sféru přímého tělesného dotyku a smyslové bezprostřednosti včetně *hltnutí očima*. Jsme receptivní i vůči sugestivnímu povzbuzení, vůči slovům útěchy a vedení, vůči učiteli, lékaři, dobrému rádci, duchovnímu vůdci, vůči partnerovi v milostném životě, vůči příteli a skupině přátel i vůči myšlenkám a ideálům, jež nás oslovují.

Dobře přijímat znamená důvěřovat a tomu se člověk učí právě v prvním roce a snad nejvíce v prvních měsících života, v symbiotickém stadiu.³³ Erikson mluví o *základní důvěře*.³⁴ Právě ona má být základním citem, nejhlubší vrstvou citového života: radostné očekávání, že to, co přijde, bude dobré. Ať se děje cokoli, *svět je v podstatě dobrý, je dobré narodit se a žít v něm*. Podle Eriksona je tato důvěra i *základem spirituality, niterného náboženského života*; v každém náboženství je tou nejhlubší „vrstvou“ citového vztahu k tomu, co nás přesahuje.

Základní důvěra se tedy má v prvním stadiu života *vytvořit* (snad: vyrůst ze svých biologických kořenů), *rozvinout a upevnit*. To je složitý proces, protože kojenec kromě příjemných pocitů, které posilují jeho důvěru, prožívá i četná zklamání: každá bolest, nepohodlí, opuštěnost je zklamáním důvěry ve svět, v matku, ve vlastní tělo. Základní důvěra se upevní a o něco nabude na robustnosti vždy tehdy, když po *únosném zklamání* následuje obnovení pohody, např.

32 Mimořádně zajímavým případem receptivní činnosti je dýchání. Dýcháme stále, většinou plně automaticky a jen zřídka věnujeme svému dechu pozornost. Už český jazyk nás však upozorňuje, jak těsně je tato funkce spjata s citovým životem: „vydechnout si“, „ztratit dech“, „zatajit dech“ atd. Tento význam dechu někdy probleskne v neurotických obtížích jako bezdůvodný strach z dušení. – Jogínské praktiky pránájámy, vědomého dýchání (které mohou mít i léčebný účinek), otvírají jednu z dimenzí tělesnosti, která v naší kulturní tradici zůstala nepovšimnuta.

33 Příznivý, klidný, „pohodový“ průběh těhotenství vytváří předpoklady pro toto učení.

34 V pozdějších pracích Erikson užívá více výrazu „základní naděje“, neboť, jak říká, naděje může trvat i tam, kde už člověk nedůvěřuje ničemu a nikomu.

po únosně dlouhém opuštění laskavá, konejšivá přítomnost matky. Dítě se učí snášet stále těžší a delší nepříjemnost a samotu. Zde se kladou základy oné v našem na aktivitu orientovaném světě opomíjené dospělé statečnosti, která spočívá ne v tom něco velkého vykonat, nýbrž *trpělivě čekat a mnoho vydržet*.

Vraťme se však od velkých slov k té nejprostší tělesné realitě, k ústům a k jejich základní funkci – přijímání potravy. To je, jak jsme řekli, prototypem receptivních činností. Jestliže se kojenec učí přijímat potravu, co všechno se má naučit? K čemu má toto učení směřovat?

Nejde jen o dovednost pozřít jídlo a nápoj, nýbrž i o vztah k potravě a o způsob jejího přijímání, který je charakteristický pro duševně vyrovnaného, kulturního dospělého člověka. To si má dítě jednou osvojit a první průpravou k tomu je kojení a další krmení v prvním roce.

Pro dospělého člověka je přijímání pokrmu a nápoje něčím velmi významným, a to nejen biologicky, nýbrž i psychologicky. Jíst a pít znamená mnohem víc než čerpat suroviny nebo pohonné hmoty pro tělo-stroj! Jídlo – zvláště společné – je významný požitek, radost, útěcha. Jídlo zahání úzkost a smutek. Jíst a pít má i symbolický smysl: podat chléb a sůl, připít si atd.³⁵ Vyrovnaný člověk jí a pije rád, ale střídme. Jídlo se nehltná, nýbrž klidně žvýká. To není jen návyk sloužící dobrému trávení. Jídlo se přitom také lépe vychutná a vyjádří se zároveň i určitý odstup od přílišného („zvířecího“) zaujetí potravou, snad i ochota v případě potřeby se o pokrm rozdělit s někým potřebnějším.

Jako nápoj úplně stačí čistá voda, ale oceníme požitek z půllitru piva, sklenky vína, doušku koňaku; vychutnáme i kávu a čaj – a do kulturního životního slohu je zabudováno i jemné ovlivňování nálady chemickým účinkem těchto drog.

Nešvary spojené s jídlem a pitím jsou dobře známé, často však podceňujeme jejich *psychologickou škodlivost*. Máme celonárodní problém s obezitou, a to ještě většina těch, kteří se přejídají, neztloustne³⁶. Chvatně hltáme jídlo, a to nejen z nedostatku času, ale i z nervozity, z jakési netrpělivosti, s prominutím: z nenažranosti. I žaludeční vředy mají vztah k tomu, s jakým duševním vyladěním, v jaké pohodě jíme a pijeme. Víme, jak žalostně selhává novoroční předsevzetí, že upravíme životosprávu, omezíme kalorie (totiž jouly), snížíme navykly počet pív... Vysvětlíme toto selhávání mechanicky, jako „sílu zvyku“ – nebo připustíme, že by mohlo být něco v nepořádku s naší receptivitou, s nejhlubší vrstvou naší žité tělesnosti?

35 Klasickým příkladem z naší duchovní tradice je křesťanská *eucharistie*. Dobře prožitý rituál přijímání chleba (hostie) a vína by v tomto případě měl být vrcholem receptivity.

36 Zdravé tělo se dokáže zbavit nadbytečné potravy, stojí je to však dost námahy; to se projeví zejména na slabším výkonu v duševní práci. Snad stojí za připomenutí i taková banalita, jako jsou zbytečně projedené peníze a *závislost na společnosti*, která plyne z nutnosti vydělat tyto peníze – to všechno je totiž psychologicky ve hře, když jdou večer vyplnit lednici.

I na pití alkoholu se můžeme dívat jako na receptivní akt, přičemž nejde jen o tu samozřejmost, že nápoj prochází ústy a chutná, nýbrž i o chemický účinek. Příjemné pocity, které alkohol působí, se podobají pocitům při konejšivém, povzbuzujícím pohlazení. Jakmile ho požíjeme, nemusíme už nic dělat, příjemnost se dostaví sama: to je receptivní pasivita. Z této úvahy nám vychází alkoholismus jako porucha receptivity!

Podobně jako u dítěte, i u dospělého jsou příjemné pocity při jídle a pití dány nejen chutí pokrmu a nápoje, ale také fyzickým drážděním sliznic úst a rtů; určitou roli hraje i hlubková citlivost tkání pod sliznicemi a dásní, na něž tlačí kousající zuby. Rozhodně bychom ovšem nechtěli vyložit půvab polibku³⁷ jen tím, že při něm dochází k příjemnému tlaku a tření: instinktivní základy našich milostných předeher jsou jistě mnohem důmyslnější. – Nicméně i dospělí mají svůj cumel – cigaretu, dýmku, žvýkáci gumu. U dospělých neurotiků pozorujeme někdy úporný návyk sát vnitřní stranu tváře nebo jazyk.

V posledních odstavcích jsme probrali, co je cílem výchovy ve vztahu k potravě a jaká nebezpečí zde hrozí. Z tohoto hlediska se vraťme ke kojenci s otázkou: Co dělat, aby se jeho receptivita rozvíjela ke zdravé, vyrovnané a kulturní receptivitě dospělého?

Chvilé kojení jsou hlavními událostmi dne. Mají být plné pohody, klidu, laskavosti. I při krmení z láhve máme dítě držet v náručí, podle některých autorů dokonce na obnažených nadrech, aby se krmení co nejvíce podobalo kojení. Prs nesmí dusit. Nesmíme pospíchat. Už tříměsíční kojenec si chce někdy při jídle „popovídat“, přerušuje sání, rozhlíží se se zájmem po okolí, usmívá se na pozorovatele a opět se vrací k prsu. Když se nasytí, může bradavku už jen rozkošnický dumlat – a přitom blaženě usíná.

Tento výklad nemá být instruktáží pro techniku kojení. Chci jen upozornit, že *kojení je základní školou sociálního kontaktu*, školou důvěry, která má zůstat, jak jsme řekli, na celý život základním vyladěním. Na ní mají stavět nejdůležitější interpersonální vztahy.

Při kojení může dojít – podle Eriksonova postřehu – k této drobné události: Matka uhýbá prsem, protože ji dítě dásněmi nebo už zuby štíplo do bradavky (která je navíc možná už z nervozity přecitlivělá) nebo se tohoto štípnutí bojí. Dítě chňapne po unikající radosti, tím spíše štípne – a tím odmítavěji se matka zachová. To je miniaturní pravzor bludného kruhu, ve kterém se můžeme octnout kdykoli později: z nedůvěry, ze strachu, že nás partner opustí, po něm „chňapneme“, křečovitě se ho snažíme udržet – a čím více a křečovitěji se o to snažíme, tím spíše nám uniká!

Kojení je první školou *svobodného receptivního vztahu*. Dítě vypije z prsu tolik, kolik potřebuje, nic víc. S láhví už se na ně dá vyvinout lehký nátlak, aby pilo

37 O polibku víme více od básníků než od vědců, citujme tedy Šalomounovu milostnou píseň: „...rtý tvoje rosí med, má nevěsto, a s mlékem med je pod tvým jazykem... Tvůj klín je mísa vykroužená, nechť nechybí v ní víno.“

víc, než má chuť, a lžící lze krmit i násilně. Zde rozhoduje autorita, co je pro mě dobré – při kojení o tom rozhodnu já sám.

Už jsme se zmínili o tom, jak některé matky reagují, když dítě kňourá, protože je něco škrtí, bolí je břicho, chce se chovat: nepoznají, o co si dítě říká, a stereotypně nabídnou prs (str. 83). (I mnohem později často dospělý, který nerozumí, co dítě potřebuje, a chce je nějak uspokojit, nabídne pamlssek.) Kojenec, který není zrovna přesycen, si dá říci a na chvilku se uklidní. Taková drobná událost samozřejmě nemá žádné následky, ale jestliže se opakuje často, může v dítěti vypěstovat nebezpečný sklon: hledat v jídle a pití útěchu, pocit bezpečí, a to i tehdy, když by bylo záhodno podniknout něco aktivnějšího, překonat třeba nějakou překážku.³⁸

Když se objeví první zuby, stává se přijímání potravy aktivnějším. Zub – to je možnost ukousnout si, ale také kousnout *někoho*... a pochopení, že bych také mohl být *kousnut*. Psychoanalýza přišla s pojmem *orálního sadismu*. Předpokládá se, že kojenec může spojit příjemné pocity z kousání s představou, že ničí kousaný objekt, matčino ňadro nebo vůbec matčino tělo – a že může dostat strach: sám budu kousnut, nebo dokonce pohlcen! Doklady nacházíme v pohádkách (drak, lidojed, vlk polykající celé osoby) a také ve snech a fantaziích lidí trpících duševními poruchami.

Jiný kraj – jiný mrav

V péči o kojence jsou značné rozdíly mezi kulturami. Jaký vliv mají tyto rozdíly na další vývoj jedince v dětství? A jsou znát i na dospělé osobnosti?

Tyto otázky jsou velmi zajímavé a prakticky důležité, ale odpověď na ně je nesnadná. Přesný výzkum by zde musel spočívat v tom, že bychom po skončení prvního roku života vychovávali kojence z různých kultur stejně, aby se ukázal rozdíl způsobený právě a pouze v prvním roce života! To je absurdní myšlenka, i kdybychom věděli, jakým jednotným způsobem je vychovávat. Ale i bez této nedosažitelné experimentální „čistoty“ lze na leccos usoudit promyšlením odporovaných praktik péče o dítě a života dospělých v dané společnosti.

Podle Eriksonových pozorování (2003) *Sioux, lovec bizonů a divoký válečník*, byl kojen neobyčejně dlouho, tři až pět let (jako bohatýři v některých ruských pohádkách), a to ve kteroukoli denní i noční dobu. Dlouho po jeho narození patřila matka jen jemu: věřilo se, že by jí soulož kazila mléko. Neopouštěla ho, nosila ho všude s sebou ve vaku, který Eriksonovi připomínal mateřské lůno. Nic se mu neodpíralo. Matka mu projevovala maximální laskavost. Pak při-

38 Krásně říká v jedné filmové veselohře bezmocně se zlobící psychicky nezralá žena: „Kdybych aspoň měla hlad!“

cházel – naplánován – první šok. Došlo k němu ve chvíli, kdy dítěti rostly zoubky a poprvé kouslo do matčiny bradavky. Za to dostalo řádnou ránu do hlavy a matka se radovala z jeho divokého vzteku: jen ať křičí, aspoň z něj bude dobrý lovec a bojovník.³⁹

Erikson jako psychoanalytik pohotově interpretuje: *Dlouhé a klidné orální stadium je základem citově vyrovnané osobnosti s neotřesitelným pocitem základního bezpečí ve světě.* Proto je Sioux nezištný a štědrý ke svému lidu. Zafixovaný orálně-sadistický komplex kousání je zde základem lovecké a válečnické zuřivosti.

Yurok, trpělivý a pokorný rybář, začínal svůj život docela jinak. Už jsme se zmínili o tom, jaké chování požadoval tradiční mrav od matek vůči plodu (str. 72). Po narození matka prvních deset dní dítě nekojila, bylo krmeno jakousi ořechovou polévkou. V šesti měsících bylo odstaveno a matka přitom často odešla z domova na několik dní, aby na ni „zapomnělo“. Dospělý Yurok byl úzkostný, nutkavě pečlivý, usedlý, bál se cestování, na rozdíl od Siouxe hromadil zásoby a užíval peněz (už před příchodem bělochů). K jeho ctnostem patřilo plakat, když prosil své božstvo – Lososa – o dobrý lov. Erikson opět – tentokrát složitější úvahou – nachází spojitost mezi výchovnými praktikami a celkovým způsobem života indiánů tohoto kmene.

Matějček a Langmeier popisují, jak v různých společenstvích afrických přírodních národů je obvyklé dlouhé kojení, přičemž se matka v prvních měsících od dítěte vůbec neodloučí, krmí je při sebemenším zavrnění, a i širší okolí projevuje dítěti mnoho laskavé pozornosti, více, než by u nás bylo myslitelné. Vývoj motoriky i řeči je v prvním roce rychlejší než v našich podmínkách. S tímto „rozmazlováním“ snad souvisí, že starší dítě a později dospělý má tak silný pocit příslušnosti ke skupině, že si to jen stěží dovedeme představit. Jedinec je na své skupině citově závislý, její opovržení ho deptá. „Úplné opovržení skupinou, k němuž může dojít pro nějaké vážné provinění, je již přímo otázkou přežití, a to nejen u dětí, ale stejně i u dospělých. Závislost na skupině je totiž zdrojem veškeré životní jistoty a všech hodnot. Vyloučený člověk je vlastně odsouzen k zahynutí podlomením duševních sil a ztrátou životního prostředí, neboť i příroda kolem něho má smysl jedině tehdy, má-li člověk oporu ve svém lidském společenství.

Příkladem je třeba smrt „vůdce“, jak ji nazývají australští domorodci, která byla pro cestovatele s evropskou kulturou dlouho naprostou záhadou. Postiženému jedinci byla jen symbolicky naznačena jeho vina a chování ostatních členů kmene se vůči němu změnilo sotva postřehnutelně. On to však vnímá jako odsudek a ortel.“ (25, str. 168–169)

Zajímavá je také souvislost mezi péčí o kojence a povahou jedince v dospělosti u kmene Mayů ve vysokohorské oblasti jihovýchodního Mexika. „Tam také nosí matky děti stále při sobě, ale ve vodorovné poloze a navíc přikryté kvůli zimě. Pohybová a hmatová stimulace je tu maximální, jiná smyslová a sociální sti-

mulace je naproti tomu malá. Na téže vývojové škále, jaké použili badatelé v Africe, jsou tyto děti proti normě poněkud opožděné. Jeví se jako klidnější, neaktivní, málo zvědavé. Nemají onu typickou dravou snahu výzkumnou a poznávací. Toto chování pak velice dobře zapadá do jejich společnosti, v níž se zdůrazňuje konformita a spolehlivé zachovávání rolí. To umožňuje přežít i v tvrdých životních podmínkách.“ (25, str. 171)

Český psycholog Lát shrnuje z literatury: „K národním zvykům matek na Okinawě patří jejich mimořádná péče o dítě. Matka nosí dítě na zádech i do práce, a kdykoli pláče – ať z jakýchkoli příčin – nabídne mu prs, vytvářejíc tak v dítěti pocit sociálního bezpečí a důvěry v okolí. Doba kojení se prodlužuje až na tři roky. Naproti tomu matka v Alorézii se plně věnuje dítěti pouze prvních deset dní, pak je předá do péče starších sourozenců. Od šestého dne dostává dítě kromě mléka matkou předem přezvýkanou potravu. Doba kojení je velmi krátká. Dospělá populace Alorézanů projevuje tyto národní rysy: bojácnost, podezřívavost, nedůvěru, stavy úzkosti, celkovou labilitu. Opačný charakter má populace na Okinawě. Za války při bombardování byl počet emočních otřesů a neuróz na Okinawě velmi nízký.“⁴⁰

V řadě zemí „třetího světa“ je aktuálním problémem vliv podvýživy v kojeneckém věku na vývoj osobnosti. Uplatňuje se přitom tento mechanismus: Podvyživené děti jsou malátné, nedovedou získat citovou odezvu a tím také větší pozornost a kvalitnější péči matky. Jsou na tom tedy hůře, než kdyby se dožadovaly její pozornosti energicky a se vším šarmem zdravého, dobře živého kojence.

Stejně poučný jako pohled přes hranice současných kultur je i *pohled do historie*. Praktiky péče o kojence se v historii naší civilizace různě měnily a značně se lišily i po psychologické stránce od naší současné praxe.

V rukopisu Ludvíka z Perštejna *Naučení rodičům* z konce 15. století⁴¹ nacházíme verše, které jsou ilustrovány obrazem dítěte těsně zavinutého, jak bylo v té době zvykem (aspoň v některých společenských vrstvách):

„Aj teď ležím v plénkách tiše,
utažen jsa ledva dýše,
pro nezbednost mého dětství
jináč mě nedají, na rukojemství
ten žalář snášeti musím,
leč když povyrostu, tuť se vyprosím.“

Těsné spoutání povijanem bylo u nás časté ještě na začátku minulého století – kupodivu nevíme, čím se to tehdy matkám zdůvodňovalo, ačkoli by to jistě byl

39 Erikson bohužel neříká, jak zacházely matky s děvčátky.

40 Lát, J.: Biologické pojetí normality. In: Syřišťová, E. a kol: *Normalita osobnosti*. Praha 1972, s. 49.

41 Rukopis objevili pro psychohistorii Langmeier a Matějček.

důležitý historický poznatek. Z citovaného Perštejna bychom mohli usoudit, že zavinití mělo dítě chránit před nějakými hříšnými „nezbednostmi dětství“ – a později se snad našly různé dodatečné, pseudoracionální výklady.

Podle toho, co víme o vývoji kojenecké motoriky, nemuselo být těsné zavinití v prvních měsících pro dítě žádným velkým neštěstím: ruce jsou stejně prakticky bezmocné, dítě jich užívá nanejvýš k dumlání (šlo snad o tuto nezbednost?), a nohy nedokážou vůbec nic. Záleží na tom, jak sytou „výživu“ dostává zrak, který se rozvíjí s předstihem. Když pomyslíme na druhou polovinu prvního roku života, dělá se nám z této praktiky trochu úzko. Můžeme jen hádat, že povijan dokázal zlomit první kojenecký vztek a vychovával – z hlediska dnešních měřítek – *nepřirozeně poddajné děti*. – Kromě toho je však bezmocné *vzhlížení* k všemohoucí, dobrotivé tváři (což je jediná perspektiva zavinitého dítěte) *ztělesněním určitého ideálu zbožnosti*: takto má vzhlízet pokorný věřící k Bohu. Nemohu si pomoci, vidím v povijanu houževnatě přežívající středověk, praktiku, která je bezděčným nositelem určitého životního postoje, určitého typu zbožnosti, který bych nazval duchovním nevolnictvím – a zároveň nedůvěrou v lidskou přirozenost.⁴²

V první polovině 20. století se střetaly – velmi jednoduše řečeno – *dva pedagogicky-psychologické styly péče o kojence*. Jeden tradiční, v němž se spojovala přísnost s citovou vřelostí a dozníval „povijan“. Dítě bylo dosti omezo-
váno, ale když křičelo, matka je konejšila a krmila. Druhý, „moderní“ styl, propagovaný příručkami a praktikovaný nejvíce v měšťanských rodinách, spočíval hlavně v „racionální“ výchově s důrazem jednak na striktní řád, jednak na iniciativu. Řád se týkal především toho, co kojenec dostává: dítě bylo krmeno v pravidelných hodinách, na minutu přesně, ať si třeba zmodrá úporným křikem. Něžností se mu mělo dostávat s mírou. Na druhé straně mělo mít plnou svobodu pohybu: žádné omezování, jsme přece liberálové, demokraté, podnikatelé! Tato výchova, vedená striktně podle příruček, možná skutečně vypěstovala hodně úspěšných, i když asi citově chladnějších podnikavců. O to však dnes většina rodičů příliš nestojí. Zdá se nám, že vidíme jasně, jak určitý ideál, který bychom dnes spíše označili jako předsudek, posloužil za základ „racionálních“ praktik v péči o kojence. Otevřeným problémem ovšem zůstává, *zda i my nepodléháme ve výchově kojenců nějakému předsudku*, který – jak je to vlastností všech předsudků – se nám jeví jako samozřejmá, věčná pravda.

42 Těsné zavíjení dětí bylo – a někde dosud je – běžnou praktikou i v jiných kulturních okruzích. Nemáme bohužel k dispozici studii, které by tento jev a jeho smysl podrobně prozkoumaly zároveň historicky i transkulturně.

Co vydrží takový kojenec?

Křehký novorozenec je možná biologická velmoc. Když se po zemětřesení odklízely trosky jedné mexické nemocnice, našlo se (podle novinových zpráv) po několika dnech mnoho dospělých mrtvol – a několik žijících novorozenců.

Ale jak je to s duševní odolností? Jak jsme uvedli na několika místech této kapitoly, podle řady odborníků lze dítě v prvním roce života vážně psychicky poškodit: nedostatkem vhodných příležitostí a podnětů, kterých je třeba k vytvoření pozitivních citových vztahů, lhostejností, krutostí, ale i tím, že dítě omezujeme v přirozeném tíhnutí k samostatnosti, že mu v dobrém úmyslu něco vnucujeme, že je zaplétáme do svých vlastních problémů a konfliktů. Poškození může být trvalé, někdy je pozdější náprava obtížná, někdy snad dokonce nemožná. Následkem bývá ochuzení citového života, zhoršená schopnost navazovat citové vztahy (včetně vztahů k vlastním dětem) a setrvávat v nich. O slovo se hlásí i psychiatři. V prvním roce se hledají kořeny deprese, která se projeví akutním psychickým onemocněním v dětství i v dospělosti nebo chronickým „smutněním“, depresivní povahou. Také schizofrenie, nemoc, při které pacient ztrácí normální orientaci ve světě a podléhá svým halucinacím a bludům, může mít příčiny v duševním strádání během prvního roku.⁴³ Rovněž u povahových odchylek, které trvale ztrpčují život svému nositeli nebo jeho okolí (nebo oběma stranám), je vážné podezření, že první rok mohl sehrát důležitou roli. Podobně je tomu snad u hypochondrie a u tzv. psychosomatických onemocnění, kde se duševní porucha projeví tělesnou nemocí a pacient není psychiatricky nápadný.

Dětská psychologové už desítky let navrhuji a probouzejí lepší péči o duševní vývoj kojenců, zejména o to, aby měli dostatek osobního, láskyplného lidského kontaktu, jako je tomu v dobrých rodinách – na rozdíl od technicky snad perfektní, ale málo osobní a spíše profesionálně chladné péče v ústavech a nemocnicích. Promýšlejí do podrobností, v čem a jak je poškozován duševní vývoj ústavních dětí. Ještě náročnější jsou autoři, kteří hledají nebezpečí pro citový vývoj dítěte i v prostředí rodiny, která není na první pohled nijak nápadná (viz str. 262). Mnoho laiků, ale i někteří odborníci se domnívají, že nebezpečí není tak veliké, jak se líčí. Existují i vědecké výzkumy, jejichž výsledky vyznívají nejednoznačně. K tomu je třeba uvést aspoň dvě poznámky:

1. Všechny důkazy ve vývojové psychologii jsou statistické, to znamená, že v jednotlivém případě můžeme jen těžko s jistotou říci, jaké příčiny povedou

43 Snad nikdo dnes nehájí názor, že by v raném psychickém poškození byla *jediná* příčina deprese nebo schizofrenie. Rozumí se, že může jít jen o *jednu z příčin*. I v tom případě však logika vede k prostému závěru: Existují lidé, u nichž by všechny ostatní příčiny dohromady nevyvolaly duševní nemoc a u nichž právě duševní strádání v prvním roce rozhodlo.

k jakým následkům. Proto se výzkumy konají vždycky nejméně na desítkách osob. Nikdo např. netvrdí, že se dítě v kojeneckém ústavu *nemůže* psychicky vyvinout úplně normálně.⁴⁴

2. Dítě dobře geneticky vybavené, s robustním nervovým systémem, přitažlivým zevnějškem atd., které mělo při narození mimořádně dobré vnitřní předpoklady rozvinout se v harmonickou, šťastnou, tvořivou osobnost, může v citově chudém nebo duševně zraňujícím prostředí vospět po všech stránkách průměrně – což v jeho případě už znamená značné poškození! My je však při výzkumu i při běžném laickém hodnocení budeme vidět jako průměrné, tedy nepoškozené.

Psychologický význam prvního roku života je vědecky prokázán, ale plně ho doceníme jen tehdy, když se opřeme i o odborné přesvědčení těch, kteří se prakticky angažují v úsilí o zlepšení péče v ústavech i v rodinách a kteří se snaží odstranit nebo aspoň zmírnit následky raného poškození.

⁴⁴ Roztomilý kojeneček si často dokáže i v ústavním prostředí zajistit ne-li dostatečný, tedy aspoň v daných poměrech nadprůměrný přísun příznivých podnětů: přivábí sestry, aby se u něj často zastavovaly, usmívaly se na něj, hladily jej. Tyto sestry – jak ukázal výzkum – obyčejně nevědí, že svým „miláčkům“ věnují více pozornosti než ostatním dětem.

Na vlastních nohou

(Vývoj ve věku batolete – od prvních do třetích narozenin)

Od prvních do třetích narozenin – proč právě do třetích? Protože nástup do mateřské školy ve třech letech je pro většinu dětí skutečným životním mezníkem. Jinak se vývoj batolete podobá bystřině, kde se na každém kroku vyskytne nějaká větší nebo menší peřej. Batole je po celé dva roky čím dál tím roztomilejší, pro dospělého stále zajímavější, zvláště proto, že se s ním takřka den co den můžeme lépe domluvit – a říci mu něco, co uslyší poprvé. Hledáme nejvýznamnější téma duševního vývoje v tomto období. Je jím *autonomie*, samostatnost. Jestliže se toto téma vyhrotí v konflikt dítěte s rodiči, nazývaný často *vzdorem třetího roku*, bývá na čas po roztomilosti.

Jak rosteme a jak je to s tím batolením?

Od prvního do třetího roku vyroste chlapec ze 77 na 97 cm, dostane se přibližně z 10 na 15 kg; děvče je o maličko menší a lehčí. Ke konci stadia se tělo často zaoblí, přichází tzv. první plnost. Ve třech letech je už obličej výrazně modelován, mléčné zuby jsou kompletní. Mozek váží už více než kilogram. Někteří badatelé tvrdí, že mozek zraje mezi 15. a 24. měsícem života zvláště rychle, a spojují to s rychlými pokroky v uvědomování sebe samého. – Dítě zpravidla překypuje životní energií – a tu také potřebuje, má-li zvládnout všechny vývojové úkoly, které před ním stojí.

Pokud jde o *lokomoci* (pohyb v prostoru), dostaneme se ve druhém roce od nejistého batolení k suverénní chůzi, takže vlastně slovo batole přestane odpovídat skutečnosti. Před třetím rokem dokonce běháme, dokážeme stát na jedné noze, chodit do schodů (a to do schodů dimenzovaných pro nohy dospělého!),

kopneme si do míče, a dokonce si poskočíme. Někteří z nás jsou už odvážnými lezci po nábytku – často ke zděšení úzkostlivých rodičů.

Ruka už umí všechny základní pohyby, zbývá doladit klíštkový úchop a jemnost pohybů, abychom např. obraceli v knize list po listu a abychom postavili z kostek – což je teď jedna z našich nejoblíbenějších hraček – všechno, co si dokážeme vymyslet.

Když nám v roce dají *do ruky tužku*, nevíme ještě, co s ní, tlučeme s ní o papír, jako ostatně s čímkoli jiným o cokoli jiného. Brzy však pochopíme, že jí můžeme táhnout po papíře – a hele! – se zajímavým výsledkem. Ve dvou letech už dokážeme napodobit dospělého, když nám předvádí, jak se kreslí kruh nebo přímka.

Během těch dvou let se naučíme jíst docela sami, oblékat se s menší pomocí. V příštích letech zbývá ještě mnoho co zdokonalovat, ale nic podstatně nového nás už v tomto směru nečeká.

Začínáme doopravdy mluvit

Kojenec rozumí řadě pokynů, zákazů, výzvá, signálům toho, co s ním hodláme dělat – přibližně tak, jak jim rozumí malý šimpanz nebo štěně. Když říká aktivně slova, je to, jako když dělá paci-paci: jde o výkon, za který, jak ví, bude pochválen. Mohou to být také výzvy, kterými se něčeho dožaduje, na něco upozorňuje, zase jako šimpanz nebo pes. („Brm-brm!“ = „Dejte mi napít!“) Dokonce i ono vydrežované (promiňte to slovo, vím, že šlo o tu nejlaskavější drezúru!) „má-ma“, „tá-ta“ nebo „bá-ba“ znamená nejspíše „Pojď sem!“ nebo „To je fajn, že jsi tady!“ – a ne slovo lidské řeči označující určitou osobu nebo věc, slovo, kterého bude možno použít v tisících různých vět. To je totiž největší *vymoženost lidské řeči: skládat slova do vět*.

Vývoj řeči je v batolecím věku fantastický. Ne od začátku, to si dítě ještě hraje s různými těmi „haf-haf“ a „tú-tú“. Pak však – nejčastěji v roce a půl – *pochopí, že každá věc má své jméno*, svůj název. Od té doby podstatně zrychlí tempo: pochyť každý den přibližně dvě nová slova, takže ve třech letech jich zná kolem 900. A to není všechno: ve dvou letech skloňuje, sestaví větu o několika slovech a učí se krátké říkanky. Jde mu to samo – na záměrné učení by ještě nemělo trpělivost. Do tří let svede bez chyby podřadné souvětí.

Příhodův syn Dalibor se zapsal do učebnice ve věku 2;7 výkonem „Já se paní Fundové zeptám, jestli Evžička přijde.“ Batole svými zázračnými pokroky příliš nezpychne, protože si je nepamatuje, žije převážně přítomností.

1 Všimněte si: Mohl říci „Dalibor se paní Fundové zeptá...“, ale přibližně ve věku 2;6 se objeví ve slovníku většiny dětí právě tahle pozoruhodná novinka: „Já“!

Jak si batole hraje?

U dítěte není tak lehké říci, ve kterém bodě svého vývoje si vlastně začíná hrát. U dospělého snadněji rozlišíme, co je práce a co hra – hra je něco, co děláme bez dalšího účelu, jen tak pro radost. Kojenec má plno vážné „práce“, např. když prozkoumává okolí a své tělo nebo když se učí lézt. Můžeme takovouto činnost prohlásit za hru? Patrně ne.

Ale už u kojence v prvním čtvrtletí života zjistili pozorovatelé tzv. *primární kruhové reakce*, do kterých je zapojeno pouze tělo dítěte.² Dítě např. zabrouká, ten zvuk z něj zřejmě „vyběhne“ bez záměru, jako výsledek samovolné činnosti mluvidel a dýchadel. Protože však je dítěti tento výkon příjemný, zopakuje ho ještě jednou nebo několikrát. Stejně si – patrně také „jen tak pro radost“ – v tomto věku opakuje i pohyby hlavou nebo rukama, které se mu náhodou povedly. To jsou asi *první hry*. Později odlišují pozorovatelé stále jasněji tyto hry od experimentování s věcmi kolem a s vlastním tělem. Experimentování je jakési pátrání, jehož výsledek není předem známý. Ve hře bývá už záměr: Hraju si, protože mám chuť si hrát – zrovna tuhle hru!

Batole miluje *smyslové zábavy*, zejména vyluzování nejrůznějších zvuků. To jsou nesporně hry. (Tichou, pasivní smyslovou zábavu vidíme už u kojence, který nemůže odtrhnout oči od víření vody v pračce nebo od běhu šicího stroje.) Ve velké oblibě jsou hry s vodou a s pískem, dvěma materiály, z nichž každý jinak, ale přece podobně, zaujímá dítě svou tvárností, poddajností a stejnorodostí. Batole s kyblíčkem a lopatičkou vydrží na pískovišti celé hodiny při činnosti, která dospělému připadá nesmírně nudná. Spíše chápeme vynalézavější a pestřejší hru staršího batolete na pískovišti – vyhrabávání tunelů.

Z *pohybových her* tohoto období se jednou vyvine řada sportovních disciplín. Batole chodí po kládě, chodí pozpátku, válí sudy, kutálí míčem (který už také chytí, házíme-li velmi zblízka a velmi pozorně).

Napodobivé hry spočívají v horlivé imitaci nejrůznějších činností, jež dítě vidělo u dospělých: zametání, „mytí nádobí“ (dítě si namočí ruce, to mu stačí). Když se batole více odpoutá od reality, když se stává princeznou, drakem, koněm nebo psem, když použije kostku jako koláč, mluvíme už o *symbolické hře*, což je vyšší stadium.

Dětská fantazie vystačí s miminem rekvizit. Litujeme batolata, která jsou nucena *obsluhovat* technicky dokonalé hračky, jež jsou navíc drahé a musí se s nimi zacházet šetrně – ač právě destruktivní hry patří k nejpřitažlivějším.

2 Do vývojově vyšších, sekundárních kruhových reakcí, o nichž jsme se zmínili v souvislosti s vývojem inteligence u kojence, je zapojena i nějaká věc, např. chrastítka zavěšená nad postýlkou – jde tedy o náročnější výkon.

Pěkně to vyjadřuje Příhoda: „Jestliže tedy dítě nepotřebuje ke hře vůbec předmětů nebo stačí-li mu jen hůlka, aby představovala koně, je naturalismus, s kterým jsou vyráběny mechanické dětské hračky, v rozporu s jeho překypující představivou tvořivostí... Je pravděpodobné, že jsou děti vychované v jakémisi domácím hračkářském krámě povrchnější, blazeovanejší, zakrnělejší v nejtvůrčivějších vlastnostech, v iniciativnosti, představivosti a v intuici.“

K čemu slouží batoleti hra? Proč tak mocně ovládá jeho život, proč je pro ně tak důležitá, že je od ní musíme honit, aby se najedlo, přestože má hlad?

Na tuto otázku máme víc než jednu dobrou odpověď. Především hra prostě dítě tak *silně zajímá, baví*. Tomu rozumíme, i když sami si asi už dávno nedokážeme tak vášnivě hrát. Ale to je spíš subjektivní vysvětlení. Ptáme se také: Jakou funkci má hra? Dítě při ní rozvíjí své schopnosti, intenzivně a mnohostranně se cvičí. Hra je tak *přípravou* na práci a zastávání jiných důležitých úloh, které stojí před dospělým ve společnosti. Z tvořivé hry se rodí tvořivé činy.

To však není všechno. Hra slouží batoleti také k tomu, aby se *citově vyrovnávalo* s těžkostmi, které je potkávají, s konflikty, ve kterých je bezmocné (protože dospělí jsou v přílišné přesile), aby se nějak vypořádalo s rozrušením, zklamáním, zahanbením. Prostinká je hra na pana doktora, který panence píchá injekci: Zde jsem ve fantazii *já sám tím, kdo ovládá situaci*, a nemá se proto čeho bát!³ – Ve hře není strašné být mrtvý, ve hře psi nekoušou, anebo se jich děti nebojí. Hra může – aspoň v určité formě – splnit všechna přání, lze v ní být nejkrásnější princeznou na světě a smí se být i ukrutným lidožroutem.

Batolecí hra *buduje svět fantazie*, ve kterém i jako dospělí budeme trávit velkou část svého času.⁴ Bez tohoto světa si ani nedovedeme představit kulturní život. Dětskou hru nám později nahradí román, divadlo, televize. Naše dospělé fantazie jsou většinou méně tvořivé než fantazie dětí, jsou pasivnější, protože např. při sledování běžného konzumního zábavního filmu nás režisér pěkně vede za ruku – ale mají podobnou úlohu.

U her tohoto období si musíme všimnout ještě jednoho: Batole si hraje rádo samo, *samostatně*. Společnou hru můžeme sice zorganizovat a na chvíli jí batolata zaujmeme, ale nemají z ní takové potěšení jako později předškoláci. Batole často nestojí ani o nás dospělé jako o partnery své hry. Zbytečně někdy ztrácíme čas, vždyť chceme-li mu jej věnovat, naopak mu překážíme. Ono potřebuje také *na vlastní pěst* objevovat a budovat svůj fantazijní svět. Naše místo je poblíž, ale nerušíme jeho kruhy!

3 Piagetův příklad: Holčička byla rozrušena pohledem na mrtvou kachnu. Odpoledne si lehla na pohovku se zavřenýma očima. Na oslovení odpověděla: „Já jsem mrtvá kachna!“

4 Přesněji řečeno: fantazijní svět bude tvořit stále pozadí našeho jednání a bude mít po celý náš život nenahraditelnou regulační úlohu.

Pokroky ve škole myšlení

Nová kvalita hry a pokroky v řeči, které jsme popsali, by nebyly možné, kdyby se nevyvíjelo i myšlení batolete. Co je tedy nového?

Viděli jsme, jak daleko se dostal kojenec ve svém praktickém myšlení: Byl schopen zvolit si cíl a přijít na nový prostředek, jak cíle dosáhnout. Ten prostředek ovšem musel být před jeho očima, musel být částí „úkolové situace“. *Kojenec myslel jen o tom, co viděl.*

Batole naproti tomu dokáže myslet v představách. Představuje si své možné akce a možné prostředky, a když přijde na řešení, zkouší je. Kojenec tápe, hledá řešení ve zkusmé manipulaci s věcmi, batole jde najisto. Když nemůže dosáhnout na vzdálený předmět, zamyslí se, představí si, že by ho mohlo dosáhnout holí, vzpomene si, že příhodná hůl je nablízku, přinese si ji a jedná.

Krásný příklad odpozorovali Piaget a Inhelderová: batole dostane do rukou potvorenou krabičku od zápalek a zpočátku se snaží otevřít ji zkusmou manipulací, „ale když se mu ji nepodaří otevřít, začne se chovat zcela nově: znehybní a pozorně zkoumá situaci. Přitom některé dítě pomalu otvírá a zavírá ústa, jiné otvírá a zavírá ruku, jako by chtělo napodobit výsledek, kterého má dosáhnout. Pak jeho prstíček rychle vklouzne do štěrbinu a otvírá krabičku.“ (32, str. 20)

Při myšlení v představách se objevuje nám všem dobře známý „aha-zážitek“ při *náhlem vhledu do situace*. Člověk, který se hodiny nebo dny mořil s nějakým problémem, rázem přijde na jeho řešení, jako by se mu „rozsvítilo“.

Další epochální objev: *Představa je odlišná od věci, kterou si představujeme*, je to něco jiného! Patří k představované věci, ale není s ní totožná, nýbrž *reprezentuje* ji. Věc, která zde právě není, je možné nějak zastoupit, napodobit. Dítě si to ovšem takhle nemůže říci, ale jedná tak, jako kdyby si to řeklo. Vidíme to dobře na jeho hře: Hraje si na umývání nádobí, i když tu právě není matka, kterou by bezprostředně napodobovalo. Co tu není, je možné *symbolizovat* nějakou jinou věcí – na tomto objevu se zakládá symbolická hra. Proto může být – jak jsme už řekli – kostka ze stavebnice docela dobře koláčem. Symbolem tříkolky bývají sotva znatelné šlapací pohyby.

Další krok vede k *domluvenému znaku*, jak jsme to sledovali na vývoji řeči. „Haf-haf“ – to byl symbol psa neboli charakteristická část jevu „pes“; ale slovo „pes“ – to už je znak, který je od skutečného psa úplně odlišný, znamená psa jen proto, že je to tak dohodnuto.

Ještě větší vymoženost je *pojem*. Batole začíná chápat, že slovo „pes“⁵ neznamená jen jednoho určitého psa, ale také kteréhokoli z mnoha psů. To zároveň

5 Předpokládáme pro jednoduchost, že všichni psi jsou černí trpasličí pudlové a že po dítěti ještě nechceme, aby chápalo, že psem je černý trpasličí pudl i obrovská bílá doga. To bychom žádali příliš mnoho najednou.

znamená pochopit, že pes, kterého vidím teď, může být jiný pes než ten, kterého jsem viděl před pěti minutami tamhle za rohem.

Jsou to všechno samé „samozřejmosti“, o nichž si nezasvěcený dospělý člověk ani nedovede představit, že by pro někoho mohly být nesamozřejmé – a přitom milové kroky na cestě poznání.

Batole prožije také něco jako *koperníkovskou revoluci*. Musí se rozloučit s dosavadním obrazem vesmíru, ve kterém ono samo bylo středem podobně jako Země před Koperníkovými objevy. Batole pochopí, že ono samo je jen jedním z mnoha objektů, které se pohybují v prostoru kolem něj. Pochopí také – o něco později – že zavře-li oči, neschová se tím před druhými.

Tento objev děláme na své cestě životem vícekrát, vždycky na nové, vyšší úrovni, například když pochopíme, že druzí lidé mohou mít na něco jiný názor než my. A i když to intelektuálně pochopíme na všech myslitelných úrovních – můžeme se přesto dál chovat a cítit, jako by naše malá osobní planeta byla středem všehomíra.

Společenský život batolete

K obohacování a diferenciaci společenského života batolete dává impulz především *zlepšená pohyblivost*. Dítě čile podniká výpravy po celém bytě i po zahradě, zmocňuje se věcí, jež jsou v jeho dosahu, manipuluje s nimi, ničí je. Aktivně navazuje kontakt se všemi členy domácnosti a s domácími zvířaty. Ke každému z nich si vytvoří jiný vztah podle toho, jakou s ním udělá zkušenost. Vzbuzuje pozornost svou roztomilostí, ale má i četné konflikty, když zarputile trvá na svých požadavcích a když přestupuje zákazy – těch zákazů teď vůči hledně přibývá, protože je stále více toho, co batole dokáže a co přitom nesmí. „Nikdy patrně není dítě tak roztomilé, ale současně ani tak vzdorovité a náročné na čas a trpělivost rodičů.“ (20, str. 69)

Někdy kolem druhých narozenin si batole vytvoří *rodinnou identitu* (Matějček): pochopí, že patří ke „svým lidem“ a že za hranicemi této malé pospolitosti je velký svět „cizích“ lidí. Hranice ovšem nemusí být ostrá, jsou zde příbuzní a přátelé, kteří jsou jaksi „napůl naši“.

Zlepšené výrazové prostředky umožňují batoletě, aby *zřetelněji projevovalo své city*. Proto je nám zřejmá prudkost jeho citových reakcí. Dovede vztekle křičet, zmítá sebou, dupe. Příhoda pozoroval: „Při překonávání překážek, které maří dosahování cíle, vzniká z umíněnosti zlostné chování, projevující se ztuhnutím a ohýbáním páteře dozadu, zrudnutím v obličeji, rozhazováním rukama a kopáním, zvláště když se dítě vrhne k zemi ... K zlostnému chování se druzí od poloviny druhého roku jiný instinkt, bojovnost. Batole tluče matku nebo chůvu, bije se do prsou, kouše sebe nebo ty, kteří mu brání v činnosti, a hází

předměty ve směru objektu, proti kterému se vzpouzí.⁶ Tytéž nebo podobné projevy pozorujeme i u zvířat, jmenovitě u lidoopů.“

Batole nejen lépe vyjadřuje své city; jeho *citový repertoár se také obohacuje*. Vedle citů k dospělým, které jsou stále na prvním místě, se objevují i city k dětem. Kojenec svého vrstevníka zvědavě prozkoumával a dovedl se s ním potahat o hračku. Teď už je běžná náklonnost k druhým dětem, radost z jejich přítomnosti. Vyskytuje se – byť vzácně a jen u některých dětí – i *soucítění chování* k druhému dítěti, jež pláče. Některá batolata už na začátku druhého roku života utěšují druhé dítě pomazlením, později nabídnutím pamlsku nebo hračky. Zdá se, že zde hraje velkou roli příklad rodičů i přímé vedení, zahrnující „teorii“ (příslušná slova) a ovšem i praxi. Nepřekvapí nás *žárlivost*: ta bývá nejvýraznější vůči mladšímu sourozenci. Ke konci batolecího období je zde pak už zárodek *solidarity* partnerů ve hře (jednou to bude solidarita v práci) i zárodek *soupeřivosti*. Některé děti se také rády předvádějí, suverénně odříkávají básničky před publikem a žádostivě očekávají potlesk. Zakoušejí tedy už cosi jako *ctízádnost*. V bezpečí domova je i repertoár jejich chování k návštěvníkům bohatý, svou roztomilostí snadno získávají sympatie a patřičně toho využívají.

Osou sociálního života zůstává ovšem *vztah k rodičům, obvykle zejména k matce*.⁷ Závislost na ní je hlavním tématem zvláště ve druhém roce života. Řekli jsme, že kojenecké období zahrnuje separaci, psychické narození dítěte, nebo aspoň jeho počátek. Tento proces pokračuje dalším osamostatňováním a *každý krok k samostatnosti jednak umožňuje, jednak vyžaduje trochu jinou vzájemnost*.

Batole je „*zamilováno do světa*“, je jako opilé svými schopnostmi a výboji, stále se raduje z nových objevů, snad i z toho, jak se dovede – když právě chce – vymanit z mateřského náručí. Rádo hraje hru na utíkání od matky, při níž matčina role spočívá v tom, že je nechá kousek utéci, pak je dohoní a těsně sevře v náručí. (Někdy si takhle zahraje už kojenec.) Tato hra je miniaturním vzorkem řešení konfliktu: Utíkám z mateřského náručí, protože mě hrozí uvěznit ve své majetnické lásce⁸ – a zároveň potřebuji ujištění, že mě matka stále chce.

6 Ke konci období batole pochopí, že se může agresivních impulzů zbavit i hravým způsobem, bojovou hrou. To je velká vymoženost – v dalších stadiích se rozvine v bohaté rituály.

7 Badatelům není dosud jasné, do jaké míry má batole sklon *koncentrovat* svou závislou lásku na jednu osobu, k níž se upíná, u níž se cítí bezpečné, na jejíž přízni mu záleží. V naší kultuře většinou dochází k takové koncentraci, a to ovšem na matku, protože matka a) stráví s batoletem nejvíce času, b) je s ním v nejužším tělesném kontaktu, c) nejvíce o dítěti rozhoduje a má u něj autoritu, jež z toho plyne, d) citové pouto k matce se tradičně považuje za něco jedinečného. Otcové, tety, babičky i starší sourozenci sice soutěží o přízeň batolete, ale spíše mezi sebou než s matkou, jež má výsadní postavení. Situace může být složitější, ale zde budeme mluvit o vztahu k matce tak, jak se obvykle utváří tam, kde si otec (případně další blízký člověk) s dítětem většinou jen hraje a nevěnuje mu mnoho času.

8 Tento strach je samozřejmě v normálním případě jen jedním z řady rozmanitých citů k matce; převládají pozitivní city.

Je zde tedy energické pokračování v separaci – a zároveň strach z přílišného oddálení. Batole si přeje, aby matka sdílela radost z každé dovednosti a zkušenosti, kterou ono získá. V některých obdobích, nejčastěji po půldruhém roce, se závislost na matce dokonce přechodně zvyšuje. Matka musí být odjinud citově dobře „zásobena“, nesmí žít jen citem ke svému batoletě, jinak by těžko splnila svou úlohu být mu stále k dispozici – a přitom snášet jeho vrtkavost, výraznou ambivalenci vůči sobě, střídání velké závislosti se sebezprosazováním, při kterém je náhle třeba i agresivně odstrčena, ne-li udeřena. (Nejde o to nechat si líbit všechny vrtochy, ale být nad nimi.) Střídavé „lepení se“, které připomíná kojenickou symbiózu, a přehnaná demonstrace samostatnosti – to je skutečný nárok. Batole tímto chováním, jež plyne z vnitřní rozkolísanosti, dokáže matku vyčerpat, „vynervovat“. Může dojít k recidivě separační úzkosti i strachu z cizích lidí. Dítě je více zranitelné, cítí se náhle pobouřeno a pokořeno i docela mírným trestem.

Typická chyba v chování matky je – podle Mahlerové – v tomto postoji: Před chvílí jsi ty nechtěl být se mnou, nechtěl ses se mnou ani pomazlit, ukazoval jsi, že mámu nepotřebuješ – tak dobře, teď zase já nechci být s tebou!

Matka (nejen ona, ale především ona) má dítěti usnadňovat orientaci v jeho vlastních citech. Má tyto city „zrcadlit“, to znamená reagovat na ně mimicky a slovně je komentovat, pojmenovávat. Když se dítě raduje, má matka tuto radost spolu-cítit. Když se dítě zlobí, může reagovat slovy porozumění, může kriticky komentovat jeho projevy a může se zachovat i jinak – jde jen o to, aby dítě v jeho citech nemátla.

Podstatou „lekce“ je: „Ano, teď cítíš tohle. S tím citem se dá udělat to či ono, ale je to právě teď tvůj skutečný cit.“

Až ke konci batoletčího věku bývá podle badatelů překonáno „rozdvojení“ obrazu matky na „dobrou matku“ a „zlou matku“, vzniklé v období symbiózy (str. 89). „Obraz matky (její mentální reprezentace) je v tomto období internalizován, „dobré“ i „špatné“ (uspokojující i frustrující) vlastnosti matky jsou v této reprezentaci integrovány...“ (20, str. 65)

Už v tomto věku se někdy role vymění – matka může být i ve vnějším projevu na chvíli závislejší než batole. Sociální pracovnice vypráví o zvláštní zkušenosti z návštěvy v rodině: „Pozorovala jsem, jak osmnáctiměsíční dívka utěšovala svou matku, která byla v silném napětí a plakala: Nejdříve holčička odložila láhev, ze které pila. Přešla místnost, obratně se k matce přiblížila, dotkla se jí a uklidnila ji (s čímž já jsem si neporadila). Když viděla, že je matka zase v pořádku, šla zpět, lehla si, vzala láhev a dala se znovu do pití.“

Úplné odloučení od matky a od domova vůbec budí u batolete zejména ve druhém roce života velmi silnou reakci. Tato reakce je nápadnější než reakce kojence v podobné situaci, protože je i navenek bouřlivější. Zda má toto odlou-

čení také větší škodlivé následky pro vývoj dítěte, zůstává otevřenou otázkou.⁹ Reakce na odloučení od matky má tři typická stadia: 1. *Stadium protestu*: Dítě pláče a volá matku. Není schopno pochopit, že by mohla nepřijít, že je skutečně opuštěno. – 2. *Stadium zoufalství*: Dítě už méně nařiká, ale stahuje se do sebe, odmítá se s kýmkoli bavit, odmítá i lákavé hračky. – 3. *Stadium odpoutání od matky*: Dítě se upne k náhradní osobě (pokud je nějaká k dispozici) a jeho chování se přiblíží normálnímu. Přejde-li matka na návštěvu, pak při loučení dítě opět pláče a zdá se, že mu návštěva psychicky uškodila. Trvá-li však odloučení delší dobu bez přerušení, pak batoletě po návratu domů trvá zase déle, než se obnoví normální vztah k matce.

Několikatýdenní nebo i několikaměsíční odloučení od matky, ke kterému dochází při hospitalizaci dítěte, je obvykle bolestnou a zraňující zkušeností; při dobrém psychologickém přístupu sester však lze škodlivé následky odloučení opět překonat. Jaké následky však má dlouhodobé citové strádání, nedostatek jakékoli laskavé péče? V naší literatuře byl popsán případ chlapců-dvojčat, kteří byli asi v 18 měsících uzavřeni do malé nevytápěné komůrky, odkud nebyli nikdy vypouštěni. Psychopatičtí rodiče s nimi udržovali jen minimální kontakt, krutě je bili a špatně živili. V sedmi letech byli objeveni a od té doby jim byla věnována maximální péče a pozornost. Jejich rozumový a citový vývoj byl v sedmi letech těžce opožděn, avšak v jedenácti letech už byli rozumově průměrní a také citové vztahy, které navázali ke své pěstounce, byly podle všech známek normální, intenzivní a hluboké.

Jiný případ: Podle Matějčka a Langmeiera byly „na podzim 1971 objeveny v jedné rodině na Mělnicku tři děti ve stáří jednoho a půl roku, dvou a půl roku a necelých šesti let – všechny byly těžce podvyživené a v každém směru zanedbané. Nejmladší bylo blízko smrti. V poslední době žily totiž většinou z toho, co vzaly psovi v sousedství z misky. Zárok zdravotníků znamenal pro ně doslova záchrana života. Psychologické vyšetření dva měsíce po přijetí do nemocnice vykazovalo výrazné opoždění duševního vývoje, které u nejmladšího dítěte dosahovalo hranice středně těžké mentální retardace. Při kontrolním vyšetření po dvou měsících, když v nemocnici byla mezitím dětem věnována soustředěná péče, byla patrná už mírné vzestupná tendence. To naznačovalo, že opoždění je způsobeno zanedbaností, a nikoli vrozeným postižením. Za těchto podmínek byly děti přijaty do jedné rodiny v naší první dětské vesničce.“ (26, str. 84) Během čtyř let se obě starší děti dostaly – pokud jde o inteligenci – do pásma průměru, nejmladší zůstalo mírně opožděno (o citovém vývoji se autoři bohužel nezmiňují).

Uvedené příklady nám dovolují – ovšem s velkou opatrností – vyslovit názor, že batolata jsou, aspoň za určitých okolností, psychicky velice odolná. V těchto případech bylo snad citové strádání zmírněno vzájemností v malé skupině

9 Při dobré náhradní péči někdy batolatům odloučení od matky nejen neuškodí, nýbrž dokonce prospěje. Dokonce i počáteční stadium odloučení snesou některá batolata bez protestu.

a vývoj byl spíše pozdržen než škodlivě usměrněn (děti snad nebyly – laicky řečeno – účinně „kaženy“). To jsou však pouhé spekulace. Je nutno počítat s tím, že ty děti byly dlouhodobě těžce postiženy, a je-li náprava možná, tedy jen mimořádně kvalitní a odborně vedenou péčí.

Jiný kraj – jiný mrav (dokončení)

V minulé kapitole byla řeč o tom, jak se různé národy nápadně liší v péči o kojence. Jaké jsou zvláštnosti v batolecím věku? Někdy dost překvapivé.

U některých afrických kmenů pokračuje krajně přející a laskavý vztah celého okolí i ve druhém a třetím roce života, podobně jako u zmíněných Siouxů. Jinde dochází ke změně, např. takto: „Dítě bylo dosud mimořádně zásobeno mateřskou vřelostí a láskou, avšak s matčíným novým těhotenstvím a s odstavením dítěte se všechno mění v pravý opak. Nastává jakési vyhnání z ráje. Tak například u jihoafrického kmene Zulu se v jediném dni, který matka nebo babička určí jako den odstavení (někdy mezi osmnáctým a čtyřicátým měsícem), změni shovívavost v nevšímavost a tvrdé odmítání. Dítě na to reaguje obvykle jakýmsi stavem deprese nebo zvláštní vzrušenosti. Jeho dosa- vadní rychlý vývoj se ovšem zastaví a nadále zaostává. U kmenových společ- ností v Ugandě, které byly zvláště důkladně studovány, dochází k odstavení mezi dvanáctým a patnáctým měsícem, opět v jednom určeném dni. Dítě pře- stane být kojeno a musí se žít samo ze společné mísy. Obvykle jde na delší čas k babičce, která bydlí odděleně. A když se vrátí, nachází na svém místě mladší dítě, které zaujalo jeho dřívější, nyní definitivně ztracené místo. V osmnácti měsících je už patrný pokles vývojového kvocientu, dítě často pláče, není zda- leka tak čilé jako dříve. Ve čtvrtém roce je jeho vývoj na úrovni znatelně nižší než u dítěte evropského. Původní důvěřivý postoj k cizím lidem se změnil v podezřívavý a ostražitý.“ (25, str. 169)

Co máme vidět za tímto jednáním, které nám připadá nepřírozené a zvrá- cené – jak vůbec může matka, která ještě včera své dítě něžně kojila, k němu náhle být nevšímavá, a dokonce je od sebe s hrubým posměchem odehnat? A jak od ní společnost může něco takového žádat? Může to vůbec mít nějakou logiku? Odpovídá to nějaké *strategii*, třeba neuvědomělé, jež je účelná pro pře- žití daného společenství? Nebo za tím máme vidět jen hloupost a surovost „pri- mitivů“? – Pravděpodobně je logika tohoto jednání zcela prostá: kmenové spo- lečenství se již v útlém věku stane pro dítě matkou a tato vazba může trvat celý život! (Výraz „matka vlast“ říká něco ještě i nám, kteří jsme do velké míry ztratili smysl pro symboly.) Naproti tomu celé dětství *trvajícím silným* *vazbou na matku* může posilovat, *spíše individualitu dítěte a jeho samostatné rozhod- vání*. (25, str. 170)

Hrníček

Jednu část minulé kapitoly jsme nazvali „Celý člověk je ústy“. Pravověrný psy- choanalytik by možná navrhl, abychom – v souladu s tím – v této kapitole jednu část nazvali „Celý člověk je řití“. Neuděláme to, už z estetických důvodů ne. A také to nesedí věcně.

Anální¹⁰ sexualitu ovšem nepopíráme. Řitní sliznice hraje roli ještě u dospě- lých mužských homosexuálů a v jiných, více či méně perverzních sexuálních praktikách. Příjemné pocity při nerušené defekaci zná snad každý zdravý člo- věk. – Batolata mají živý zájem o vyměšování a libují si jak při vypuzování sto- lice, tak při jejím zadržování. Dobře známe jejich zájem o výkaly – významný předmět experimentování a hry.

Stěží je také náhodné, jak hojně je vulgární mluva v naší kultuře prošípaná výrazy, které jsou spjaté s vyměšovací funkcí a jejichž metaforická pointa je zřejmá. Tyto výrazy většinou vyjadřují určitý typ agrese – a jestliže Freud mluvil o análně- sadistickém stadiu, není to čirý výmysl. Problém však byl patrně zveličen a jeho význam byl poněkud přeceněn.

Celá anální tematika byla v naší kultuře nadmíru *zdůrazněna* *časným výcvi- kem k udržování čistoty* v batolecím, a často již v kojeneckém věku. Některé pří- rodni národy, méně citlivé k problému čistoty, vedou výchovu po této stránce velkoryse: Když dítě už umí chodit, posílá je matka se staršími dětmi, aby konalo svou potřebu na určeném místě. Návlek tak proběhne skoro spontánně.

V našich rodinách tomu bylo donedávna jinak. Nejenže příručky pro výchovu dětí nabádaly „Po prvním roce už ani jednu plenku!“ Matky přivazo- valy sotva sedící kojence na nočník a nechávaly je na něm i desítky minut, bez ohledu na křik dítěte. Za „výrobek“ přišla pochvala, za nezdar trest; a víme už, že jako tvrdý trest postačí matčina mrzutá nálada a strohé zacházení. Matky mezi sebou soutěžily v tom, která dříve bude mít dítě „čisté“; kibicování babi- ček a tchyní ještě stupňovalo napjatou atmosféru kolem tématu „hrníček“. I tehdy, když je návlek mnohem laskavější a trpělivější, než jsme právě vylíčili, pokud je *časný*, hraje v životě a asi i v duševním vývoji dítěte určitou úlohu. Konflikty mezi batoletem a rodiči na téma „hrníček“ bývaly (a někdy dosud jsou) vskutku vyhrčené. Mnoho rodičů i dnes ví, jak batole (někdy už kojeneček) dovede naprázdno posedět na nočníku, a jakmile sezení ukončíme, ihned – (jako) naschvál – uvolní řitní svěrač. Hovínko zde bylo použito jako „munice“ v boji proti rodičům.

Zároveň však může být hovínko i *podivuhodným předmětem*, jehož produkce je pro batole překvapením; objevuje fakt, že z jeho těla vychází něco, co předtím

10 Z latinského anus = řiť.

neexistovalo, „nová věc“. A je to věc, kterou dospělí vysoce cení – je-li na správném místě.

Někdy ještě i starší batole přichází a hlásí: „Maminko, já jsem udělala takový krásný párek!“ Načež se matka podívá a uznale řekne: „No, to tedy opravdu je krásný párek, ty jsi moc šikovná a hodná holčička!“

Zároveň má dítě pochopitelně zakázáno si s výkaly hrát, učíme je ošklivosti (která by se patrně časem dostavila i sama od sebe), projevujeme při tom někdy málo tolerance. Nelze se divit, že batole tuto „logiku“ hned nechápe a že mu to vrtá hlavičku.

V našich jeslích je dost aktuální otázka, *kdy má být tedy vlastně dítě vedeno k čistotě*. Většina rodičů si ještě přeje, aby jejich děti zvládly nácvik co nejdříve, a zlobí se, jsou-li sestry tolerantnější („línější“) než oni sami. Odborníci dnes často doporučují začínat s nácvikem až po osmnáctém měsíci. V této době je totiž nervové ovládání svěračů na takové úrovni, že dítě může vyměšování řídit vůlí a že může svou potřebu včas spolehlivě hlásit. V této době lze provést nácvik během několika málo dní a téma „hrnec“ je tím prakticky odstraněno ze života batolete. Papírové plenky na jedno použití jsou dobrým argumentem pro tuto praxi.

Z hlediska teorie dětského vývoje zde však vidím – a proto se tím tolik zabývám – zajímavý a závažný problém. Provádí-li se nácvik dříve, než dítě může vyměšování snadno řídit vůlí, pak úspěch závisí na souhře s matkou, která, je-li pozorná, pozná, kdy má dítě posadit – a výsledek je pak *společným úspěchem*, který je možno už staršímu kojenci osladit malým pamlskem.¹¹ Tak může batole získat k „oné“ části svého těla vztah nejenom neproblematický, ale přímo *radostně pozitivní*. A nejen k oné části těla, nýbrž i ke svému nitru, ze kterého, jak začíná chápat, produkt pochází.¹² S trochou nadsázky můžeme říci: jedno z tajemství vlastního těla se při takovémto nácviku stává pro batole tajemstvím slibujícím, nikoli hrozícím.

Já jsem já!

Nějaký zárodek vědomí sebe, vlastní odlišnosti od ostatního světa, lidí a dalších živých bytostí má už kojenec. Můžeme dokonce spekulovat o tom, že jestliže novorozenec reaguje na svůj vlastní křik (ze záznamu) jinak než na křik jiných dětí, je to projevem počínajícího jáství. Batole udělá v tomto směru velký pokrok, umožněný kromě jiného ovládnutím řeči a zkušeností, že může prosazovat – daleko víc než dosud – svou vůli. Jak se toto nové vědomí sebe samého

11 V mých záznamech je případ osmiměsíčního kojence, který se zjevně naučil očekávat za úspěšné sezení kousek čokolády.

12 Klasická psychoanalýza odtud odvozuje i radostný a něžný vztah k nejrůznějším dalším výsledkům lidské činnosti, jež mají fyzicky nebo symbolicky podobu nějaké hromádky: ke sbírce známek, k vědecké kartotéce, ke spořitelní knížce.

projevuje? Americký psycholog Kagan, zaměřený na vývoj osobnosti v raném dětství, uvádí devět neklamných známek:¹³

1. Sebechvála: Dítě často říká, že je hodné, hezké atd., zabývá se tedy hodnocením vlastní osoby.
2. Sebeovládání, při kterém batole užívá řeči. Když má např. chuť udělat něco zakázaného, řekne si někdy: „To neudělám!“
3. Citlivost k selhání, k nezdaru, např. v takovémto případě:

Experimentátor předvádí dítěti scénku s hračkami: tři zvířata jdou na procházku, najednou „jako“ začne pršet a zvířata se schovávají před deštěm. Pak řekne dítěti: „A teď to udělej ty!“ Batole se pokusí, ale je možné, že se mu to nepodaří. Tu může reagovat různě. Jestliže se rozpláče, uteče k matce, přestane si hrát apod., prozradí tím, že se ho nezdar dotkl a že je pro ně důležitým tématem *vlastní výkon*.

4. Snaha udělat samo, na co jen trochu stačí, např. při oblékání.
5. Vítězný úsměv, který se objeví na tváři batolete, když se mu podaří nějaký nový výkon.
6. Poznání vlastní osoby v zrcadle.

Už kojenec reaguje živě na svůj obraz v zrcadle, snad proto, že tento obraz kopíruje jeho pohyby lépe než kdokoli jiný (víme už o významu „biologického zrcadla“ pro kojence, viz str. 83). Ale uděláme-li kojenci na nos skvrnu rtěnkou a pak mu podáme zrcadlo, nijak zvlášť na to nereaguje. Většina dvouletých batolat si už na tu skvrnu sáhne – to znamená, že vědí: ten obraz v zrcadle, to jsem já!

7. Ve hře batolat se objevují některé nové prvky: batole např. nahradí svou vlastní osobu hračkou, „nechá“ medvídku za sebe telefonovat.
8. Věty v první osobě a užívání zájmena já. Užití první osoby znamená, že dítě o sobě mluví zcela jiným způsobem než o komkoli jiném¹⁴ (viz str. 102).
9. Dětský vzdor – ale to je trochu větší téma, než abychom je odbyli pouhou zmínkou. Výklad o něm nazveme:

Ne a nechci!

(Negativistické stadium ve vývoji batolete)

„Výrazné projevy „vlastní vůle“ pozorujeme u dětí už od tří čtyř měsíců. Omezují se většinou na zlostné výbuchy odporu proti zásahům vychovatelů – když

13 Kagan, J.: The emergence of self. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 23, 1982, s. 363–381.

14 Vágnerová (str. 89) uvádí zajímavý příklad Johanky, která ve věku 2;5 „považovala za značnou nespravedlnost fakt, že se i další holčičky mohou jmenovat Johanka. Vnímala to jako ohrožení své identity.“

mu brání v nějaké činnosti, když je překvapí nějakým náhlým zásahem (chtějí mu např. vyčistit nos) nebo když nesplní nějaké jeho očekávání. Po navázání takzvaného specifického citového vztahu po sedmém měsíci života je samozřejmě k takovým výbuchům nelibosti příležitosti více – když matka jde kolem a dítěte si nevšimne, když je vytrhne ze zajímavé hry, když je nutí do jídla a podobně. A po jednom roce bývá rozhodně „ne“ trvalou součástí slovníku.“ (25, str. 116.)

Mezi druhým a třetím rokem nastává pak přímo období vzdoru neboli *negativismu*. Mívá průběh těžší nebo mírnější, kratší nebo delší – až rok, a může doznívat někdy i po celý předškolní věk. Jeho projevy mohou být roztomile hravé, např. když večer řekne: „Já nedám dobrou noc!“ nebo když denně oznámí babičce svůj opoziční program slovy „Babi, já nechci!“ (aniž je řečeno, co nechce). Dochází k vážnějším projevům svéhlavosti: batole prosazuje svou vůli ne už proto, že by o něco tolik stálo nebo že by mu něco tolik vadilo, ale samoučelně – je to *vzdor kvůli vzdoru*. Domlouvání, křik i rány se míjejí účinkem. Někdy lze dítě obelstít, odvést jeho pozornost k oblíbené hračce nebo k něčemu jinému, ale silnější povahy na to nenaletí. Batole se chová zlostně, provokuje nebo tiše a vytrvale truceje, odmítá i nejoblíbenější jídlo nebo hru.

Batolecí vzdor dobře znal již Komenský. Říká: „Začínají se při některých hned v druhém a třetím létě vášničky zjevovati, kteréž jako mezi kvítím bodláčí za mládí vyplívati nejlépe. Ku příkladu při některém jest svávu a vzpoura, co sobě upře, to míti chce, křikem i jinak; při jiném hněvivost, zlobení a mstivost, hází, bije.“ Komenský radí represí: „Tak chce-li vzpouru provoditi, nefolkuj mu, okřikni, přemršť, to, po čem křičí, dej v stranu; vyrozumí jistě, že na tebe pozor míti má, a ne, co se jemu zamane, než co se tobě líbí, to činiti. Není k navedení na to dvouleté dítě nic mladé. Však šetřiti zase, aby se s dítětem nedráždil a jeho nepopouzel; to by zajisté více k zvášnění posloužiti mohlo.“¹⁵

Při vši své osvícenosti vidí Komenský v dětském vzdoru *hřích, který je třeba potlačit*. Ale i mnozí současní vychovatelé, hrdí na svou pokrokovou racionalitu, smýšlejí v podstatě podobně. Když jsou konfrontováni s tímto krásným jevem, vzdávají se všech pedagogických zásad a stáhnou děcku kalhoty. Protože „*tohleto* si tedy dovolovat nemůže! Kam by to za chvíli došlo!“ Cítí, že už nemají co dělat s poddajným mazlíčkem, ale s rebelem, který nad nimi chce mít vrch – a tady končí všechna legrace.

Ovšem i vychovatelé, kteří neztratí nervy, se snaží odbýt dětský vzdor jako něco méněcenného, jako zkratové jednání, které dítě „vlastně ani tak nemyslí“. I Matějček doporučuje jednat s ním ve chvíli, kdy projevuje odpor, jako by to bylo z jeho strany nějaké nedopatření. Záchvat vzdoru podle něj neplatí

vlastně vychovateli, vždyť je to nejčastěji ten, koho má dítě nejraději, kdo s ním jedná nejlaskavěji!

Václav Příhoda je zde modernější: „Zde jsou kořeny k růstu osobnosti, která chce žít podle své individuality a zamítá být loutkou, s níž se může libovolně jednat.“ Dítě chce být „přesvědčováno, nikoli komandováno. Tohoto sebecitu a snahy po uplatnění je možno užít k výchově charakteru, ale také surovým lámáním vůle k zárodečné fázi skety.“¹⁶

Zkusme jít ještě o krok dál: Málokdo je ochoten připustit, že negativistické batole může mít často v *konfliktu s dospělým prostě pravdu*, že dospělý zneužívá moci, kterou nad ním má. To je něco, co rodičům v klinickém poradenství ani neříkáváme, nepřijali by to. Praktičtější je poradit, aby vzdor ignorovali jako „nedopatření“, protože této rady jsou schopni použít. Dospělý, který zneužívá své moci nad dítětem, si to velmi těžko přiznává, náš rozbor výchovného problému nepřijme a ještě nás pomluví. A přece zneužívání moci nad dítětem je běžná událost rodinného života (čímž netvrdím, že k němu dochází ve všech rodinách). Když k němu dojde, neznamená to, že by rodiče neměli dítě rádi – stejně jako neřekneme, že se manželé nemají rádi, když jeden druhému ukřivdí. Znamená to jen, že interpersonální vztahy bývají složitější, než jsou lidé ochotni nebo i schopni si přiznat. Rodiče jednají často s batoletem jako se svým majetkem. S naprostou samozřejmostí předpokládají, že jeho roztomilost jim bude kdykoli k dispozici, že se s ním pomazlí, když *oni* mají chuť, že si s ním budou hrát, kdykoli oni pocítí, že je mají rádi. Vlastně i prosazování různých zákazů má v sobě něco příjemného: když prosazují správné zásady a „formují žádoucí návyky“ proti svévoli dítěte – co naplat, jsem-li upřímný, občas se přistihnu, že si pochutnávám na moci, že si hraju na malinkého pánaboha. A je v tom veliký příslib, když se čerstvě narozené Já vzepře proti tomuto zneužívání se vši vášní „reflexu svobody“ – i když to navenek vypadá dětsky křečovitě, nelogicky, nesmyslně.

Zaznamenal jsem incident, při němž se plachý chlapec ve věku 2;10 zamkl v pokoji, aby se nemusel setkat s tetou, jež přijela na návštěvu. Matka mu přes dveře namluvila, že „už jsou pryč“, a chlapec otevřel. Byl ihned uchopen a za všeobecného veselí nesen tetě ke zlíbání. Několik týdnů pak odmítal veškeré matčiny něžnosti. Když mu byla po roce příhoda žertem připomenuta, utekl, schoval se na půdě a vrátil se až po několika hodinách.

Co tedy prakticky s dětským vzdorem? Rozhodně netvrdím, že bychom měli ustupovat rozmarům a výbuchům batolete.¹⁷ Lze-li dát recept, pak spočívá

¹⁶ Citovaná slova jsou i na Příhodův temperament silná. Z toho je vidět, jak mu na této myšlence záleželo.

¹⁷ Americké střední vrstvy, které ve 20. století lehce přijímaly různé jednostranné názory na výchovu dětí a prakticky je zkoušely, aplikovaly – samozřejmě ne masově – také zásadu, že se dítě *nemá frustrovat*: Když se mu vše dovolí, přijme později rozumné zásady z vlastní vůle. „Nefrustrované děti“ – plod této módy – se vyvinuly v nešťastné, nesnesitelné sobce, neschopné sebeovládání.

v laskavé, šetrné, respektující pevnosti,¹⁸ se kterou dítěti podle potřeby i fyzicky zabráníme v tom, co opravdu nesmí dělat, čím by ublížilo sobě nebo jiným, čím by zničilo cenné předměty apod. Ale *vzdejte se veškerých pokusů přinutit dítě, aby udělalo, co dělat odmítá* – není-li to nezbytné. V těchto dvou aktech – zabránění a přinucení – je zásadní rozdíl, a to jak z hlediska psychologických mechanismů učení a odnaučování, tak z hlediska výchovy charakteru. Jestliže dítěti násilím zabráníme, aby jednalo, jak právě chce, jestliže je třeba i odneseme na místo, kde si nepřeje být, je vše v pořádku: narazilo na větší sílu, než je samo, a muselo se podrobit, ale nemuselo jednat proti své vůli. Jestliže však batole hrozbami a surovostmi přimějeme, aby šlo, kam nechce, a aby případně ještě poděkovalo, že tam smělo jít (kdysi se v takových situacích musela i políbit ruka milostivé vrchnosti), vychováváme – Příhodovým výrazem – zárodek skety.

Svoboda v řádu

Na začátku této kapitoly jsem označil za hlavní téma duševního vývoje batolete *autonomii*. Na různých místech jsme pak na toto téma narazili, ať už šlo o myšlení, hru, řeč, vztah k matce, hrníček nebo vzdor. Vraťme se k němu ještě jednou, soustavněji. Jaké *hybné síly* jsou zde ve hře, jaká je *dialektika krize*, kterou batole prochází, aby se autonomie stala jedním ze základních integračních principů jeho osobnosti?

Vraťme se na chvíli ke kojenci, do věku asi devíti měsíců. To je doba, kdy se naučil věci ve svém okolí *nejen uchopovat, ale také podle své vůle pouštět*. A to, co se nově naučil (platí to i pro mnoho jiných „poprvé“ v našem životě), vykonává s velikou vervou a rozkoší – někdy k zoufalství matky, která musí znovu a znovu sbírat předměty vyhozené z kočárku.

Tato hra dominuje – na různých úrovních – celému batolecímu období. Ve své původní podobě je to jakási předehera toho, čím bude žít batole.

To je jedna z hlavních myšlenek E. Eriksona. Erikson se snažil využít co nejvíce postřehů Sigmunda Freuda. Kritizoval ho, ale rozhodně přitom nikdy nevyhlídal s vaničkou dítě. To „držet–pustit“, jehož význam Freud tolik zdůrazňoval v anální zóně, pojal Erikson jako *dva ze základních způsobů činnosti člověka ve světě*.

Jde o něco víc než jen o hru. *Přání prosazovat vlastní vůli a podle ní držet – nebo pustit, až i násilně odstrčit*, proniká také (a později především) lidskými

vztahy. Hravá svévole se uplatňuje na všechny strany a s intenzitou, která si neklade meze, zkouší všechny své možnosti, vnější i vnitřní: i ve fantazii se dítě rozbíhá – až „na doraz“.

Jak se svévole batolete střetne s vůlí dospělých, o tom jsme mluvili: stadium negativismu, vzdor. Teď nám jde spíš o *vnitřní konflikt*, o kterém jsme se zmínili už v první kapitole v souvislosti s pojmem krize (str. 47). Proti autonomní svévoli stojí *zahanbení a jeho „sestra“ – pochybnost* (Erikson). To jsou nové vymoženosti citového života nebo – z objektivního hlediska – možnosti autoregulace individua. Jejich vznik nedovedeme beze zbytku odvodit z dosavadního duševního života a vývoje. Víme však, že vstupují na scénu v tomto období. K pocitu zahanbení je dost příležitostí: dítě denně zakouší, jak je malé, bezmocné, jak je pro dospělého průhledné, jak snadno jeho svévole končí krachem: nejen lidé, i věci kladou odpor a vlastní tělo neposlouchá, jeho nešikovnost je tak ubohá, tak snadno je druhým pro smích! – Nebrzděné vnitřní impulzy, citové bouře, jež dostávají s rozvojem fantazie větší razanci a jež dítě snadno vyděsí (snad i ve snu), vedou zase spíše k rozvoji pochybností o sobě, o svém nitru; může být zpochybněno a zoškliveno i to neurčitě ohraničené, na začátku období zvlášť silně matoucí nitro týkající se hrníčku, „temný kontinent“ našeho mikrokosmu.

V každém případě jsou tyto nové vnitřní síly zde – a jsou v příkrém protikladu k oné slastné svévolné autonomii. Hrozí převážit a tím rozložit sebedůvěru, spoléhání na sebe sama, jež je ziskem tohoto stadia.

Řešením krize je *přijetí řádu*. V ostrých kolizích s okolím dítě pochopí: Omezení, která mi rodiče ukládají, jsou součástí pevného vedení – a toto pevné vedení mě chrání jak před nebezpečím zvenčí, tak před nebezpečím přicházejícím zevnitř, z nespoutané živelnosti mého vlastního nitra. Řád je dobrá věc! Aby dítě toto pochopilo, aby si to skutečně osvojilo, musí pocítit pevnost řádu na vlastním těle, v onom konfliktu, který samo vyvolá svou vzdorovitostí. Dětský negativismus se nám tak jeví jako úsek klasické vývojové cesty k pochopení a přijetí principu řádu.

Dítě tedy objeví řád, samozřejmě s pomocí rodičů, jež je jak praktická, tak – díky pokrokům řeči – také „teoretická“: starší batole se dozvídá, co nesmí a proč. Dítě najde v řádu zalíbení, stává se dokonce jeho *pozorným strážcem*. Je to řád, který mu zaručuje autonomii: Co smím, co mi bylo dovoleno, na to mám také právo. A když poslechnu, nic se mi nemůže stát.

Nově objevený řád není – nemá být – příliš tvrdý. Nebere dítěti slast z uplatňování vlastní vůle, ta zůstává trvalou možností, spontánní silou, snad lze říci „vrstvou osobnosti“. Zahanbení a pochybnosti vyvažují, regulují autonomii tam, kde se prosmýkne v ničivou svévoli, ale i ony jsou podřízeny řádu. Řád je dobrý, vyzkoušený, bezpečný. Jsem-li poslušen řádu, nemám se zač hanbit, nemám důvody k pochybnostem.

18 Největší problémy s dětským vzdorem mívají rodiče nedůslední, zmatkáři, kteří střídavě nervózně okřikují, smlouvají, fackují a vzápětí třeba rezignovaně ustupují. Střet s přirozenou, klidnou, mocnou autoritou proběhne obvykle bez křečí a bouřlivých scén a přitom lépe splní svou vývojovou funkci (viz str. 117).

A ještě něco: Batole by mělo pomalu chápat, že řád platí i mimo rodinu, v tom velkém světě, o kterém si začíná vytvářet neurčitý a naivní, ale pro jeho socializaci a celý vývoj osobnosti důležitý obraz. Mělo by přinejmenším cítit, že jeho rodiče se mohou na řád (spravedlnost, zákon) plně spolehnout, že věří ve spravedlivý řád. Doléhají-li z „velkého světa“ příliš silné ohlasy chaosu, neřádu, je tím vývoj dítěte už v tomto stadiu ohrožen – i když se to projeví třeba až po letech.

Kouzelný svět předškoláka

(Vývoj dítěte od 3 do 6 let)

Tělesný i duševní vývoj je v předškolním věku už pomalejší, takže můžeme zabrat do jedné kapitoly celé tři roky – od třetích do šestých narozenin. Proč ne do šesti a půl roku, tedy do průměrného věku dětí nastupujících do školy? Protože průměrné i lehce podprůměrné dítě je v šesti letech už pro školu zralé; jestliže se narodilo v září, pak vlastně těch jedenáct měsíců do příštího prvního září tak trochu „přesluhuje“ (což je, mimochodem, spíš výhoda).

Poetický název období jsem si vypůjčil od Matějčka. Vystihuje dobře nápadný rys dětské psychiky – *živost a odvahu fantazie*, která ještě není spoutána pozdější racionalitou a kázní, bohužel do jisté míry nutnou.

Jednou větou, jedním heslem samozřejmě nemůžeme vyjádřit všechno, oč v tomto období běží a čím se odlišuje od jiných období. Dalo by se uvažovat o názvu „období, kdy se kladou základy socializace“, tj. začlenění člověka do společnosti – ale právem by někdo mohl namítnout, že o to jde už v kojeneckém věku, až na to, že to tolik nebije do očí, protože kojenci úplně stačí jako společnost jedna osoba. – Dále nám imponuje, s jakou dravou zvědavostí si dítě v tomto období vytváří obraz o světě, svůj první „světový názor“, počínaje otázkami o vzniku a smyslu světa a konče nejsoukromější sférou vlastního těla: je to *věk tisícínásobného „Proč?“* – Ať použijeme jakéhokoli názvu, vždycky to bude jen záchytný bod pro naši paměť. Chceme-li tomuto životnímu období porozumět, musíme se seznámit nejen s teoriemi, ale i s mnoha detaily – a pokud možno také s dětmi tohoto věku žít.

S trochou nostalgie si uvědomujeme, jak mnoho se z tohoto kouzelného věku zapomíná a jaká je to škoda, pro nás i pro naše děti a vnoučata. Fotografujte, natáčejte, zapisujte! Nahromadí se vám toho kupa, co jen toho předškolák nakreslí a namaluje! Občas je třeba většinu vyhodit a při tom už se vzpomíná, v užším a širším rodinném kruhu. Děti určitě ocení vaši kronikářskou práci už za deset, a tím víc za dvacet let. A nejde jen o zábavu. Stejně jako v historii národa i v rodině je třeba si připomínat, odkud jdeme, co jsme měli rádi, čím jsme se trápili, na čem nám záleželo. Abychom lépe rozuměli své přítomnosti a abychom viděli dále do budoucnosti.

Tělesný vývoj a pohyblivost

Průměrný chlapec v předškolním věku vyroste z 97 na 117 cm, přibude z 15 na 22 kg. Děvčátka jsou ještě v šesti letech o něco málo menší a lehčí než chlapci, později se to obrátí. Ke konci našeho období se poněkud mění tělesné proporce: Trup, který byl dosud spíše válcovitý, se stává plošším a hrudník se zřetelněji odlišuje od břicha. Svalové tkáně přibývá, zvláště u chlapců, tukové spíše ubývá. Postava se celkově protahuje, ruce i nohy se prodlužují. Hlava se v poměru k tělu zmenšuje, což ovšem platí od narození až po dokončení tělesného růstu. Zda tělesný vývoj odpovídá věku, a to nejen výškou a hmotností, nýbrž také proporcemi, to můžeme v šesti letech zhruba odhadnout podle tzv. filipínské míry: dítě si má přes vzpřímenou hlavu dosáhnout na ušní lalůček (jde o poměr délky paže k velikosti hlavy).

V předškolním věku mají už velký význam *tělesné individuální rozdíly*. Větší a silnější dítě totiž lépe obstojí v dětském kolektivu, má tam lepší pozici, snadněji se dostává do vedoucí role. Hůře tělesně vyvinuté dítě bývá někdy plaché a obtížněji se druzí – je dobře mu v tom nenápadně pomoci. (Ještě v dospělosti mají podle některých výzkumů vyšší muži po mnoha stránkách lepší vyhlídky, protože působí příznivějším dojmem, mimo jiné při přijímání do zaměstnání.) Nejde však jen o tělesnou výšku, nýbrž také o tělesnou přitažlivost, krásu. Hezčí děti mají – taková je skutečnost, ať už si přejeme cokoli – snadnější život, získávají více sympatií učitelů (při větším počtu dětí v rodině někdy i více sympatií rodičů). V dětském kolektivu hrají v tomto věku roli patrně jen závažnější estetické vady jako rozštěp patra („zaječí pysk“) nebo tělesné vady, a ovšem vážnější smyslové vady, jež dítě handicapují po mnoha stránkách.

Mozek v předškolním věku ještě podstatně dozrává, jeho nervová vlákna se opouzdřují a zvyšuje se tak rychlost vedení vzruchu. Dítě dýchá pomaleji a hlouběji, jeho srdce bije pravidelněji a pomaleji, celý organismus je výkonnější.

Pohyblivost se v tomto věku zlepšuje jen zvolna a ne příliš nápadně. Spíš než nové výkony pozorujeme větší rychlost, pohotovost a obratnost pohybů, které už dítě dovedlo provádět dříve, a také jejich větší eleganci. I zde mají individuální rozdíly pro život dětí značný význam: obratnější a rychlejší dítě má lepší pozici v kolektivu.

Ve Spojených státech se zjistilo, že černošské děti jsou rychlejší a obratnější v řadě „disciplín“, jako je běh, skok, házení, lezení po všem možném, rovnováha. Uvažovalo se o rasových rozdílech, větší úlohu však patrně hraje rozdíl ve způsobu výchovy: bělošské matky jsou úzkostlivější a poskytují svým dětem méně volnosti.

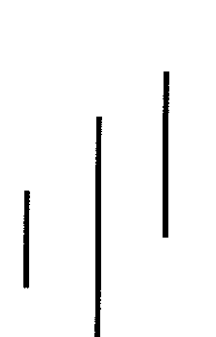
Růst obratnosti umožňuje předškolákovi, aby se naučil sám se obléknout, obsloužit se (i na záchodě) – a pomáhat doma při jednoduchých pracích. Vyžadujeme to od něj ani ne tak proto, aby skutečně pomohl, ale abychom v něm pěstovali smysl pro povinnost a abychom podporovali jeho sebevědomí.

Nastupuje matematika

(Rozumový vývoj předškolního dítěte)

Předškolák začíná chápat první matematické vztahy. Naučí se počítat asi do deseti. Ne že by to jen mechanicky odříkával. Spočítá tři kuličky a ví, že to je víc než dvě nebo jedna. Ví také, že čím silněji udeří míčem o zem, tím výše se míč odrazí – a máme tu přímou úměrnost. Zvládne i nepřímou úměrnost – čím víc limonády naleju z láhve do skleničky, tím méně tam zbude. Chybí jen „maličkost“: Dítě nepozná, že když jsem část limonády odlil do sklenice, je celkové množství limonády (v láhvi plus ve sklenici) pořád stejné. Stejně tak nepozná, že udělám-li z plastelínové kuličky placku, množství plastelíny se nezmění. Odpoví podle toho, jak věci vidí – a tedy často chybně.

Obr. 5.1 Pokus předškoláka seřadit špejle podle velikosti



Jak je to s geometrií? Daleko se nedostaneme, ale aspoň poznáme, která úsečka (špejle) je delší,¹ a když nás o to zvědavý psycholog šikovně požádá, pokusíme se je seřadit podle velikosti. Úspěch je sice problematický (viz obr. 5.1), ale bezesporu už víme, co se po nás chce.

Co množiny? Když dostane mladší předškolák hrst barevných trojúhelníků, čtverečků a kotoučků a řeknete mu, aby je dal k sobě tak, jak patří, udělá z nich třeba řadu nebo kruh. V pěti letech však už opravdu třídí, i když všelijak: začne třeba podle barvy a udělá hromádku červených obrazců, pak dá na další hromádku čtverečky různých barev atd.

Je otázka, dají-li se tyto pokroky urychlit. Mnozí rodiče by rádi poskytli svému dítěti výhodu, náskok před ostatními, nebo by z něj dokonce chtěli vypěstovat matematického génia. Jiní mají zase strach, že jejich dítě nedokáže to, co ostatní, a rádi by je už preventivně začali přiučovat. Jak se zjistilo, je možné naučit dítě řadit špejle podle délky nebo třídít předměty důsledně podle barvy či tvaru. Celkový rozumový pokrok se tím však nijak podstatně neurychlí, protože zvládne právě jen to, co jsme je naučili, a podobné úkoly řeší dál s chybami.² Podobně můžeme naučit dítě v páté třídě vyřešit několik příkladů z látky pro osmou třídu, ale bude umět (mechanicky) právě jen tyto příklady – a i ty za několik dní poplete.

Otázka urychlování duševního vývoje tím ovšem není vyřízena. U dětí, které zaostávají, protože neměly pro svůj rozvoj dostatek podnětů, je možné „zanedbanou látku“ dohonit, *pokud jsou pro ni zralé*. Není důvod bránit rodičům, aby v tomto směru experimentovali. S jedinou podmínkou, která je ovšem dvakrát červeně podtržena: pro dítě to musí být radostná hra, *musí je to bavit!* Jinak vývoj jejich rozumu naopak brzdíme a je lepší dítě nechat, ať si samo hraje, s čím chce a jak chce.

Rozumový vývoj předškoláka má i další složky a ty lze výchovou podporovat více než matematické a logické myšlení. Sem patří *vývoj řeči*. Když s dítětem hodně mluvíme, čteme mu pohádky, odpovídáme na jeho nekonečné otázky, bude v šesti letech schopno užívat dvou a půl tisíce slov a rozumět bude – více nebo méně dokonale – dalším tisícům slov. I to je inteligence.

Skeptik se však ptá: Je oč stát? Má smysl popohánět dítě v rozvoji inteligence? Nehrozí, že rozumový vývoj předběhne citový vývoj a že se dítě bude zabývat otázkami, pro které nebude zralé? Nedolehne na ně například předčasně skutečnost, že všechno krásné a dobré je stále ohroženo? Nemělo by si raději bezstarostně hrát a užívat si naplno svého pohádkového světa?

U předškolních dětí můžeme už dost spolehlivě *měřit inteligenci*. Řádné vyšetření inteligence představuje kus práce a v podrobnostech je složité. Nemůže je provést laik. Základní princip je však jednoduchý: Dáváme dítěti různé úkoly, přičemž postupujeme od lehčích k těžším; musíme mít především jistotu, že dítě neodpadlo zájmem a pozorností. Výsledek porovnáme s *věkovou normou*, to znamená s průměrným výkonem dětí stejného věku. Je-li výkon našeho dítěte stejný nebo lepší, jsme hotovi.³ V opačném případě musíme velmi pečlivě analyzovat zjištěné slabiny, abychom našli příčinu zaostávání a mohli rodičům poradit, co dělat. A jaké úkoly jsou v testu inteligence? Nic mimořádného: dítě plní jednoduché příkazy, kreslí, počítá, říká nám, k čemu která věc je, čím se věci podobají a čím se liší atd. Vtip testu je hlavně v tom, že vybrané úlohy jsou vysoce *citlivé k individuálním rozdílům v inteligenci*, časově úsporné, že snadno odlišíme úspěch a neúspěch a také že úlohy jsou různorodé, takže všechny složky inteligence jsou v testu rovnoměrně zastoupeny.

Myšlení předškoláka je ještě hodně egocentrické. Tím se nemyslí egocentrismus ve smyslu egoismu, sobectví. Jde o *kognitivní egocentrismus*. Už batole sice zjistilo, že není středem vesmíru, nýbrž jen jedním z těles, která se pohybují v prostoru (viz str. 106), a byl to obrovský skok ve vývoji – ale tím není egocentrismus ani zdaleka překonán. Předškolák ještě např. nechápe, že druzí lidé mají své vlastní hledisko, odlišné od jeho hlediska. Když vám něco vypráví, předpokládá automaticky, že víte všechno, co ví on.⁴ Když s ním hrajete nějakou hru, předpokládá, že uznáváte stejná pravidla. Co se neshoduje s jeho názorem, to často prostě neslyší. A když mu náhodou rozbijete hračku, chápe jen velmi těžko, že to nebylo schválně! Je nasnadě, že dva takoví egocentrikové se brzy dostanou do konfliktu, a že proto dětská přátelství nemívají v tomto věku ještě dlouhé trvání.

Předškoláci nám ochotně poskytnou mnoho roztomilých příkladů svého egocentrismu. Jestliže se čtyřletá holčička ptá: „Tatínku, ta řeka tady teče pořád? I když spíme?“ – tak to právě její egocentrismus dostává drobnou trhlinu, protože si uvědomuje, že svět neexistuje jen kvůli ní. (Když se stejnou otázkou trápí dospělý psychiatrický pacient, u něhož došlo k hluboké regresi, spíš nás to vyděsí.)

Egocentrismus je jen jedním z nedostatků dětského myšlení. Dalším nerealistickým rysem je *magičnost*. Předškolák se jen těžko loučí s představou, že jeho slovo nebo myšlenka má, abychom tak řekli, výkonnou moc. I dospělý, který je

3 Záleží-li na tom, můžeme určit ještě inteligenci kvocient, IQ. K tomu slouží jednoduché (i když složitým způsobem sestavené) tabulky. Průměrnému výkonu odpovídá IQ = 100, směrodatná odchylka odpovídá 15 bodům, tedy např. IQ = 130 znamená, že dítě je 2 směrodatné odchylky nad průměrem, srozumitelněji řečeno: patří ke dvěma procentům nejbystřejších dětí.

4 „Tak tam přišel a ona ho chytila, pak tam byl kouzelník, hádali se, on ho přemohl a tamto bylo velikánský a ty zvířata je chtěly kousnout...“

1 Úplně matematicky naivní není ani batole – i ono pozná, která krabička je větší: je to ta, do které je možné tu menší vložit. Ale to je opravdu matematické „embryo“.

2 To je Piagetův názor. Podle některých jiných autorů je určité urychlení přece jen možné.

k sobě vnímavý, se občas přistihne: Vyhlížím tramvaj a mám při tom dojem, že ji svým přáním jaksi „vytáhnu“ zpoza rohu. To je u dítěte mnohem silnější – a má to například za následek, že dítě dostatečně neodlišuje čin a přání. Jestliže si přeje něco, co se potom stane, mívá skoro tak silný pocit viny nebo strach z pomsty, jako by to skutečně způsobilo – anebo naopak vítězný pocit úspěšného kouzelníka.

Dětské myšlení je dále *antropomorfní*.⁵ Dítě připodobňuje člověku neživé věci, stromy, zvířata, hvězdy atd., předpokládá, že myslí, cítí, hněvají se, jedí. (Maminka „vaří autu benzin.“) Není vždycky jasné, co už je jen hra a co je ještě míněno docela vážně. Slunce svítí, protože je hodné, mrak zase chce lidi postrážit. Když nám šestiletý řekne: „Sníh leží, je asi nemocný“, je to už jen vzdálená narážka na antropomorfismus u dítěte, které pojedlo vtipné kaše.

Realita vzpomínky se v předškolním věku snadno zamění či smísí s fantazií a vznikne *konfabulace* neboli nepravá, bezděčná lež.

Předškolák dospívá se svými věčnými „proč“ a „jak“ až k základním otázkám o světě a o lidském životě. Jak vznikl svět? Kde je slunce v noci? Z čeho je obloha? Mohl by ji blesk zapálit? Dětskému myšlení je blízký *mýtus*, má sklon chápat vznik světa jako stvoření, „někdo to musel udělat!“ Vědecká vysvětlení jsou pro ně příliš abstraktní, nedávají smysl. Zbytečně ho jimi obtěžujeme, vytvoří si hravě své vlastní vysvětlení, přiměřené jeho způsobu myšlení.

Ještě více dítě zajímá, jak vzniklo ono samo, tedy *zplození a zrození člověka*. Často myslí, že existovalo už před narozením. V Čechách se říká: „Když jsi byl ještě pod kamenem...“ nebo „na houbách“. Je to míněno jako žert, ale tříletého to uspokojí stejně jako vysvětlení čápem nebo vránou. Dnes už ví i starší batole, že matka nosí dítě před narozením v břiše. Mívá pak k matčinu tělu zvlášť něžný vztah, chce si nastávajícího sourozence „pohládit“ – přijme vysvětlení o zplození, např. že se matce dostalo do břicha semínko, samozřejmě ústy. Před šestým rokem může už vědět o plození „všechno“, rozmnožovací orgány však bývají do té míry tabuizovaným tématem, že vlastně – jakkoli to zní paradoxně – zároveň ví i neví.

O *smrti* přemýšlí předškolní dítě často. Jednak je pro ně zajímavou záhadou, jednak se jí bojí. Představuje si ji jako pobyt v hrobě zaživa, jako bezmocnost, nehybnost, samotu, ohrožení nějakými zlými bytostmi. Strach ze smrti však dokáže i obrátit v žert, když např. vidí pohřební vůz vezoucí rakev a ptá se: „A nemohl bych já, až umřu, sedět vedle šoféra?“ (Příhodův odposlech.) K symbolickému výkladu svádí fantazie dívky ve věku 5;4: „Až umřu ... vyhrabu se z hrobečku, poběžím do nemocnice, vlezu pod prostěradlo, v tom prostěradle bude díra, tou dírou prolezu na koupaliště, přeplavu, poběžím na nádraží, pojedu vlakem ... A půjdu domů.“ V téže době tato dívka ujišťovala rodiče, že člověk se po smrti znovu narodí. – Chlapec, kterého jsem pozoroval ve věku pěti

5 Řecky *anthrōpos* = člověk, *morfé* = podoba.

let, však odmítal útěchu, že se člověk po smrti zase narodí, těmito slovy (pronesenými vyčítavým tónem): „Jo!? A tak nač jsou tam na hřbitově všechny ty hroby, nač?“ – Zemře-li blízký člověk, předškolní dítě ještě doopravdy netruchlí, nedovede pochopit smrt jako něco definitivního, co se nemůže odestát.

Dítě mezi dětmi

Už pro kojence je *druhé dítě přitažlivým objektem*. Batolata se na sebe usmívají, osloví se, podají si hračku (ještě dříve se o ni ovšem dokážou potahat), mnohá se těší do jeslí, protože jsou mezi dětmi ráda a docela pěkně si s nimi pohrají, když ovšem hru organizují dospělí (viz str. 107). Předškolák je v dětském kolektivu ještě spokojenější, protože si s druhými dětmi dovede už složitě a zajímavě hrát. Rodina mu už nestačí, ke svému rozvoji potřebuje pronikat do „velkého světa“ mimo ni. Až na výjimky patří do mateřské školy – samozřejmě je-li dobře vedena. Jak jsme řekli, přátelství (či spíše kamarádství) trvají v tomto věku krátce. Přesto znamenají nesmírně užitečnou zkušenost, proto je podporujeme, jak můžeme, zvláště u jedináčka. I zklamání a jiné záporné zkušenosti jsou zde ziskem. Některé děti žádné takové kamarádství nenavážou, aspoň ne bez *promyšlené pomoci dospělých*. Mohou projít mateřskou školou i řadou dalších let, kdy sice mají zkušenost s dětmi ve větším kolektivu, ale to je také všechno; nesblíží se. Většinou tyto děti touží po bližším vztahu, toto toužení však zůstává platonické: dítě sní o citové vzájemnosti, o vedoucí úloze, na kterou nemá. Taková zkušenost je pak nebezpečná, protože zaostávání v tomto důležitém předmětu školy života se prohlubuje. Náš plachý samotář má stále menší naději, že naváže trvalejší přátelství, protože ostatní děti o něj nestojí: jejich vztahy jsou již dynamické, dokážou se pohádat a usmířit, trochu intrikovat a pomlouvat, poprat se, aniž by si ublížily, pomazlit se, aniž by propadly zmatku, žertovat a neurazit se. *Handicap plachého samotáře* se může táhnout až do dospělosti, vadit v milostném životě, v přátelství, ve spolupráci.

Předškolní děti mezi sebou mluví, ale je to rozhovor, který se často skládá fakticky z monologů. Jedno dítě čeká, až druhé domluví, ale neodpovídá (nebylo ostatně ani tázáno), mluví o něčem jiném. Jde o tzv. *egocentrickou řeč*.

Příklad rozhovoru dvou dětí ve věku kolem čtyř let:

Petr: „Co budeme mít dnes k obědu?“

Věra: „Už budou prázdniny.“

Petr: „Asi bramborovou kaši a karbanátky.“

Věra: „Půjdeme s maminkou koupit plavky.“

Petr: „A maminka uvaří pudink.“

Věra: „Pojedeme k moři, do Bulharska.“

Kognitivní egocentrismus nebrání *citové vzájemnosti* mezi dětmi, která má zřejmě *instinktové základy*. Již měsíční dítě pláče, když slyší pláč jiného dítěte – snad jde o biologicky účelné napodobení, dva se snáze dovolají pomoci. U batolat lze někdy, jak jsme řekli, pozorovat utěšování plačícího druhu. Předškolák dovede říci podle výrazu tváře, co asi druhé dítě cítí, a zajímá se o to, i když je sporné, jak opravdového, hlubokého soucítění je schopno průměrné předškolní dítě. Někteří jedinci v tomto věku však přinejmenším dokážou přebročit kognitivní egocentrismus natolik, že účinně *využijí vcítění ke společenskému manévrování mezi vrstevníky*. Získávají tak – třeba jen na chvíli – vedoucí úlohu ve hře, a na tom jim už dost záleží. – Schopnosti vcítění využívá také mravní výchova předškolních dětí. Argument: „To nesmíš dělat, kočičku to bolí!“ má již smysl.

Předškolák už také obratně a s naprostou samozřejmostí *střídá role*. Jinou roli hraje doma vůči rodičům, jinou ve škole k učitelce, jinou k dětem. Na tom není nic špatného, z hraní rolí se skládá celý náš společenský život.⁶ V každé roli dítě jinak mluví, jinak gestikuluje, jinak jedná – dokonce *jinak myslí a cítí*. V každé roli se od něj očekává něco jiného, má jiné povinnosti. V dětském kolektivu se předškolák učí zastávat vedoucí úlohu toho, kdo se nechává vést. Nacvičuje ve hře i roli spolupracovníka, který ani nevede, ani se nepodřizuje; výkon této role není myslitelný bez zaujetí pro výsledek společné činnosti, jako je třeba krásný hrad z písku.

Předškolák se pomalu začíná učit také *rolí soupeře*. Přemoci druhého, předstihnout ho, to je silný motiv a odpovídající chování nacházíme zřetelně už na subhumánní úrovni. Role soupeře je úplně jiná než role spolupracovníka. Umožňuje uplatnit, odžít (někdy se ošklivě říká „kanalizovat“) agresivní popudy. Soupeřivá role, které děti učíme, dává jejich agresivitě přijatelnou formu a „zapřahá“ ji do služeb vývoje ve směru, který společnosti prospívá.⁷ I bez našeho přičinění děti závodí, kdo rychleji, kdo výš, kdo dál, a zápasí „kdo s koho“, ovšem *s pravidly*,⁸ jež *agresi odnímají ničivost*.

6 *Role* je jedním z hlavních pojmů sociální psychologie. Zjistilo se, že jednání lidí nelze vždy dobře vysvětlit jednotlivými návyky, motivy, situacemi atd. Daleko praktičtější je zjistit, jakou roli daný člověk hraje v daném prostředí. Je ovšem pravda, že slovo „role“ trochu příliš připomíná divadlo a že se někdy ptáme: Jaký je člověk, *jací jsme my sami, když vystoupíme ze všech svých rolí?* A je vůbec možné to udělat?

7 Pracujeme s tradiční vědeckou představou, že *existuje agresivita jako nějaké kvantum napětí či energie*, kterou je třeba vybit či „odreagovat“. (Jiná otázka je, kde se tato energie bere.) Eto-logové tuto starou představu kritizují a podle všeho ji časem v psychologické teorii i praxi nahradí jiné pojmy, více přihlížející k různorodosti popudů a situací vedoucích k agresivnímu chování.

8 Nejde ovšem o formulovaná pravidla, jaká uznávají školáci, nýbrž spíše o vrozené a výchovou dále rozvinuté reakce na protivníkovy projevy slabosti, na pasivně ochranná gesta, sténání a pláč – podobně jako je tomu už na subhumánní úrovni.

Velkým nárokem je dosáhnout *rovnováhy mezi soupeřením a spoluprací*. Není snadné objektivně posuzovat společnost, v níž žijeme, ale těžko se ubráníme dojmu, že v naší výchově – počínaje rodinou – je stále ještě nadbytek soupeřivosti, a ne vždy zrovna zdravé, tj. správně vyvážené se solidaritou, se spoluprací. Pro některé lidi je soutěžení (třeba sportovní) jedinou dimenzí hodnot, jediným citem ovládajícím všechno myšlení a jednání. Jejich děti se nakazí snadno a brzy.

Fantazie, fantazie, fantazie!

(Hra, výtvarný projev a pohádka v životě předškolního dítěte)

Hra

Člověk si hraje – aspoň má hrát! – celý život, ale v předškolním věku to platí dvojnásob. Kojenec a batole ještě více experimentovali, než si hráli, a od školních let začne hru vytlačovat práce. Proto je předškolní věk klasickým obdobím hry. Předškolák si hraje intenzivně, s velkou vážností a vášnivostí. Dovede se do hry tak zabrat, že úplně zapomene jít včas na záchod, a dokonce se do ní vžije natolik, že se směje, vztekale křičí – i pláče.

V předškolním věku se rozšiřuje *repertoár her*. Některé jsou projevem radosti z rostoucí obratnosti a síly: náruživě běháme, skácame, balancujeme, házíme, a tyto hry získávají zvláštní přitažlivost ještě soupeřením. Soupeřit se dá v lečems, například v paměti, a zde pětileté dítě suverénně poráží i své rodiče. (Hráli jste s dětmi pexeso?) Intenzivně prožívané soupeření se však rozvine až v dalším období.

Hry na písku jsou teď mnohem vyspělejší, hrají se společně a výtvoř jsou tak pozoruhodné, že bychom se někdy s chutí přidali. Oblíbené je *prohlížení obrázků*, ale i *kaleidoskop*. Zajímavým hrovým jevem je tzv. *imaginární společník*, kterého si děti vymyslí, kterému dají jméno, se kterým mluví a hrají si. Když to rodiče u svého dítěte zpozorují, snadno se polekají, bojí se, že to je příznak duševní poruchy. Zbytečně – v nejhorším případě může imaginární společník signalizovat, že předškolák má nedostatek dětské společnosti.

Nejzajímavější a patrně vývojově nejdůležitější jsou *námětové hry*, které se ovšem prolínají s honičkami (hra na celníky a na zloděje) a mohou se odehrávat i na pískovišti (bitvy mezi hrady). S námětovými hrami začíná už batole, viz hru na mrtvou kachnu (str. 104). Předškolák se však nespokojí s jednoduchým napodobováním a chudými rekvizitami jako batole. Tomu ještě stačí mámina kabelka ke spokojené hře na listonoše. Předškolák použije např. ve hře na obchod mnoho rozmanitých předmětů, vyrobí si peníze a obvykle si hraje – má-li možnost – společně, minimálně ve dvojici prodavač-kupující.

Když však začne fantazie pracovat naplno, přejde hra do hrané pohádky, kde nic není nemožné. Dítě je pak jako autor a režisér hry v podstatě kouzelníkem.

Jak jsme vyložili u batolete, hrou si dítě pomáhá z duševní tísně: *vyrovnává se se svými strachy, zmatky, smutky a konflikty*. Hra je také u dětí tohoto věku hlavním prostředkem *psychoterapie*. Při této léčbě jde vlastně jen o promyšlené, zvlášť uzpůsobené použití „přírodního léku“, hra tady plní svou přirozenou funkci.

Z Eriksonovy psychoterapeutické praxe uvádím epizodu v léčbě pětiletého Samuela, který trpěl prudkými záchvaty vzteku (při lehce abnormálním elektroencefalografickém nálezů). Na vznik duševní poruchy u něj měla vliv událost, kdy byl ponechán sám doma s nemocnou babičkou, kterou nesměl zlobit, protože měla nemocné srdce a snadno se rozčilila. Babička tehdy dostala srdeční záchvat a krátce poté zemřela. Terapeut mimo jiné hrál se Samuelem domino. Jednou se přitom chlapec rozčilil a dostal svůj typický záchvat. Když se uklidnil, začal z kostek domina stavět podlouhlé uzavřené „krabice“, tečkami dovnitř. Terapeut uhodl, že jde o rakve, a odvážil se výkladu: „Ty si myslíš, když se takhle rozvztekáš, že za trest umřeš?“ – V tomto případě bylo pro Samuela úlevou poznání, že terapeut rozumí jeho tajemství, zašifrovanému do hry, že není se svým strachem sám.

K nejběžnějším hračkám předškolních děvčátek patří *panenky*, což schvalujeme a podporujeme. Chlapci si hrají raději s *hračkami technického rázu*, k nimž patří i různé druhy *zbraní*. Toho se někteří rodiče děsí: „Proč si má moje dítě hrát na zabíjení?“ Většinou nakonec neodolají nátlaku a koupí šavli i pistoli. Zdá se, že přitahování ke hračce-zbraní je odpovědí na historický program vývoje. (Nebo snad i na genetický program? To bych se neodvážil tvrdit.) *Zbraň patří k tradiční úloze muže* jako bojovníka, ať už při spravedlivé a vysoce ušlechtilé obraně vlastní rodiny a obce – anebo při velkolepých výbojích, o kterých se nakonec také skládají oslavná vyprávění. Je prakticky nemožné úplně vyloučit zbraň z duševního obzoru předškolního chlapce nebo ji zbavit v jeho očích přitažlivosti. Jedinou možností asi je *kultivovat⁹ postoj ke zbraním* a podle možnosti nabízet chlapcům jiné, lákavější hračky. Notoricky známá jsou varování psychologů a pedagogů před televizními programy, ve kterých je mnoho zabíjení a jiných krutostí.¹⁰ Tyto programy jsou pro děti přitažlivé a je bezpečně prokázáno, že podněcují jejich agresivitu. Námitka, že chlapec, který vidí ve filmu násilnost, tím svou agresivitu „odreaguje“, a bude naopak ve svém jednání mírnější, má pravdu v tom, že skutečně dojde k *vybití*, ale o to větší bude *příští nabití*! Zároveň je prokázáno, že agresivitu

9 Krásným příkladem takové kultivace, přiměřené věku, je nápis na meči v jedné Říhově pohádce: „Slabé chraň, silným se braň, zbabělých se straň – cti zbraň!“

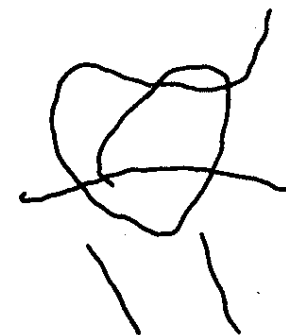
10 Tato škodlivost je prokázána dokonce bezpečněji než škodlivost tabákového kouře pro lidské plíce. Skutečnost, že násilí není v televizi v zájmu dětí regulováno tak jako pornografie, svědčí o slabosti naší demokracie vůči zájmu „kečupového byznysu“.

předškolních, ale i mladších a starších dětí zvyšují přísné, bezcitné tělesné tresty a špatný příklad rodičů: hádky, případně ve spojení s násilím.¹¹

Výtvarný projev předškoláka

Nevíme přesně, kdy dítě pochopí, že čáry, které po sobě nechává tužka na papíře, mohou něco znázornit, že tedy je možno nakreslit něco, co vidíme v realitě. Víme však, že to pochopí dříve, než to dokáže uskutečnit, a že se svou kreslířskou neschopností nijak netrápí. Jednoduše čmárá a pak svoji čmáranici nějak pojmenuje. Někdy také oznámí: „Nakreslím pejška!“ – a když je hotovo, řekne: „Je to ptáček.“ Jedním z prvních námětů dětské kresby je člověk. Na obrázku 5.2 je kresba typická pro první, neumělý způsob znázornění lidské postavy. Horní část je zřejmě míněna jako hlava a nohy jsou nesporné, je zde tedy už „hlavonožec“. Kreslí dítě staré dva a půl roku (na svůj věk mimořádně vyspělé) s určitostí pojmenovalo jednotlivé části hlavy jako nos, pusy a klobouk; to je ovšem jeho vlastní dodatečný výklad.

Obr. 5.2 První stadium kresby člověka – „hlavonožec“

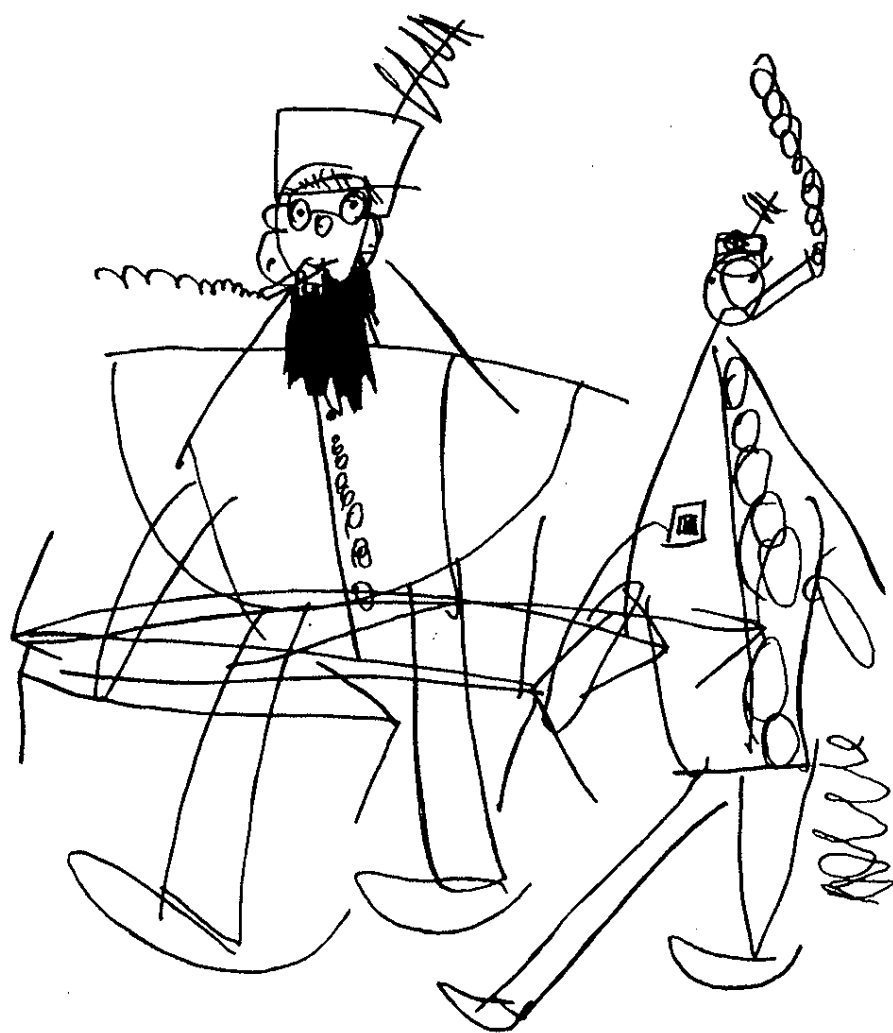


Pro dítě je kresba hrou a zároveň tím nejpřirozenějším vyjadřovacím prostředkem. *Dítě kreslí stejně samozřejmě, jako my dospělí mluvíme*. Stojí za to umět tuto dětskou řeč číst! Dítě mnohdy kresbou poví mnohem víc, než by

11 S rozvojem etologie již dávno odpadla abstraktní otázka, zda je člověk „od přírody agresivní“. Kladná odpověď kdysi obhajovala názor, že války jsou neodstranitelné, že jsou nevyhnutelným údělem lidstva. Dnes mají psychologové, pedagogové, sociologové a další odborníci plné ruce práce s úkolem, jak tlumit, usměrňovat, zneškodňovat nejrůznější typy jak zděděných, tak získaných agresivních popudů a reakcí, jež ohrožují dobré vztahy ve dvojicích, v malých i větších skupinách, a ovšem i řád a bezpečnost ve všech moderních společnostech.

dovedlo nebo než by se odvážilo říci slovy. Jako příklad uvádíme kresbu čtyřletého Jakuba (obr. 5.3). Námět je: Kuba s tátou jdou na lov. Mají luky a šípy. (Pozor: Otec je pacifista, mezi chlapcovými hračkami v té době nebyla puška ani pistole.) Na kresbě oba kouří – ve skutečnosti je otec nekuřák a kouření odsuzuje. Kresba zdůrazňuje zápalky, které má Kuba v kapse – ve skutečnosti jsou pro něj zápalky nejpřísnějším tabu. Tuto kresbu lze jistě vykládat různým

Obr. 5.3 Otec a syn na lovu – tematická kresba předškoláka



způsobem, v každém případě se v ní však zřejmě projevují zakázaná přání, ve fantazii legalizovaná tím, že do jejich realizace je zapojen i milovaný a obávaný otec. Tak kresba plní jednu ze základních funkcí hry i jiných fantazií: aspoň částečně, náhražkově splnit dítěti přání, které je ve skutečnosti nesplnitelné. (Stejnou funkci má pro leckterou starší dámu třeba film ze svatby anglické královny: i on povzbuzuje fantazii, jež aspoň náhražkově splní přání jinak nesplnitelné, totiž být sama vdávající se královnou.)

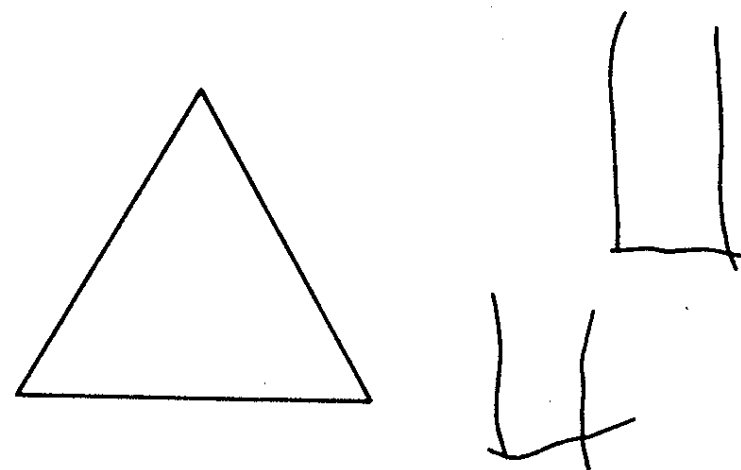
Stejně rád jako s tužkou si předškolák hraje i s *barvami*: zpočátku s pastelkami nebo – naučíme-li ho malovat prsty – i s vodovkami nebo s plakátovými barvami. Později ocení štětec. Miluje *nůžky*, kterými vystřihuje do papíru (bohužel i do ubrusu) více či méně estetické otvory, a zejména rád tvoří z plastelíny. Ve výtvarném projevu je rozeným realistou, ale nedá si příliš diktovat tím, co *vidí*. Kreslí především to, o čem *ví*, takže leccos je na kresbě vidět lépe než ve skutečnosti.

Ve výzkumu a v psychologické diagnostice užíváme dětských výtvarných projevů různým způsobem:

- Necháváme dítě volně kreslit nebo malovat, co samo chce.
- Zadáme určité téma, např. „Nakresli pejska!“ nebo „Nakresli život celé vaší rodiny!“

Vyzveme dítě, aby kreslilo podle předloh, které mu jednu po druhé předkládáme. Bývají to geometrické obrazce. Víme, že dítě ve třech letech již obkreslí kruh, čtyřleté kříž, pětileté čtverec, šestileté trojúhelník, sedmileté kosočtverec. Nám dospělým se zdá kříž stejně těžký jako trojúhelník, možná bychom řekli, že čtverec je těžší. Ovšem percepční analýza předlohy, kterou dítě musí provést, a opětová syntéza tužkou na papíře je u trojúhelníku ve skutečnosti obtížnější. Na obrázku 5.4 máme výsledek pokusu, kdy jsme normálnímu čtyřapůlletému dítěti dali obkreslit trojúhelník: při nejlepší snaze to nešlo.

Obr. 5.4 Pokus normálního čtyřapůlletého dítěte o nakreslení trojúhelníka podle předlohy



Pohádka

I pohádka, třetí bujný oř dětské fantazie, patří neodlučně k dětskému věku. Láska k pohádce a citlivost k jejímu působení nyní vrcholí, i když ovšem ještě v mladším školním věku je vztah k pohádce intenzivní a v jistém smyslu by nám měl vydržet celý život. Pro každého je škoda, když ho pohádky přestanou oslovovat, když k nim zlostejní.

Psychologii dítěte a pohádky výstižně charakterizuje Příhoda. Pohádka je podle něj blízká dětské mentalitě svou časovou neurčitostí („Byl jednou jeden král...“), záhadným umísťováním („Za sedmi horami a za sedmi řekami“) a tajemností, která z toho vyplývá. Postavy jsou výrazné typy: král, uhlíř, princezna, kouzelník. Dítěti je blízké i proměňování zvířat v lidi a naopak, fantastika – a surová morálka (usekávání hlav, rozčtvrcování těl, oko za oko).¹² Pohádka vyhovuje dítěti svými primitivními rysy, „hloubkou jednoduché duševnosti“. Lidé se v ní rozdělují na dobré a zlé, buďto – anebo, jak to odpovídá dětskému zjednodušenému, černobílému obrazu skutečnosti. Popisy jsou jednoduché a působivé; černokněžník má černé vlasy, černé šaty, černé vousy a v ruce drží černou knihu. Dějové motivy představují v mohutné nadsázce typické základní kameny lidského údělu: vykonat nadlidský úkol, důvěřovat neuvěřitelnému, osvědčit dobrotu srdce. V pohádce je hrdinství dokonalé, láska věčná, zrada černá, štěstí až do nejdelší smrti.

Předškolák už dokáže sledovat dosti dlouhý děj, vžívá se do něj, považuje ho zprvu za realitu, teprve postupně poznává, že jde o totéž „jakoby“ jako ve hře. Vyžaduje vyprávění a předčítání pohádek znovu a znovu, i když je třeba už umí nazpaměť a pohotově opravuje náhodné drobné chyby předčítajícího. *Prostřednictvím pohádky přejímá nejstarší dědictví své kultury (i s jeho problematikými, temnými prvky)* a značnou část historického programu, jímž se řídí jeho duševní vývoj. V tom také je funkce pohádek.

Reformátoři výchovy, kteří se snažili nahradit historický program svým vlastním, plně racionálním programem, byli často nepřáteli pohádek, např. proto, že údajně odvádějí předškoláky od reality, což prý je v tomto věku výchovně nebezpečné, jindy proto, že jsou kruté i jinak nemravné a že je třeba chránit děti před jejich zločinným vlivem! Zatím nikdy neuspěli, podobně jako tvůrci moderních pohádek, pokud se příliš vzdálili od ducha klasické lidové pohádky.

Naslouchání pohádce má pro dítě *podobný citový (neváhám říci hojivý) význam jako hra*. Může se při něm hravou formou vyrovnávat se svými strachy a konflikty, které jsou zde promítnuty do bezpečné vzdálenosti onoho „bylo-nebylo“,

12 Ze záliby v těchto hororech nelze soudit na dětskou krutost. Dítě se na pohádkovou smrt, čtvrcení apod. dívá se zvláštní objektivní naivitou: když mrtvý, tedy pořádně mrtvý – a neznamená to, že by za chvíli nemohl být pořádně živý! Jsou však i děti, které se v pohádkách takovýchto motivů děsí, snad proto, že téma krutosti je pro ně z nějakého důvodu bolestně živé.

„za sedmi horami“. Předškolák si ten hravý strach přímo užívá, když leží v bezpečí své postýlky a vyprávějící matku má v těsné blízkosti. Připomíná to zálibu dospělých v hororech – i jejich funkcí je ulevovat od skutečných životních děsů.

Sám sobě soudcem

(Vývoj svědomí u předškoláka)

Kde se vlastně bere u člověka svědomí? Kojenec se brzy naučí, že když na rodičovské ne-ne neposlechne a bude pokračovat v akci, přijde trest. Můžeme říci, že reguluje své jednání strachem z trestu. Současně se učí, že když vyhoví výzvě dospělých a udělá „paci-paci“, bude odměněn jásáním a něhou.

U batolete dostávají odměna i trest novou dimenzi. U něj vstupuje, jak jsme viděli, do hry sebecit. Když je pochválen nebo ukážeme obdiv, cítí hrdost, a když pokáráme, pocítí vedle strachu z případného tělesného trestu, z matčina hněvivého hlasu atd., navíc také zahanbení, pokoření, pocit, o němž říkáme „propadl bych se hanbou“ nebo „radši bych se neviděl“ (viz str. 117). Tento způsob regulace je pružnější a jemnější. Pochvala a zahanbení zasahují – obrazně řečeno – více řídící centrum osobnosti. Pochvala nahrazuje různé druhy odměn, zahanbení je univerzální a silně působící trest. Batole se ovšem zpravidla cítí zahanbeno jen v přítomnosti někoho, kdo je svědkem jeho selhání.

U předškoláka se objevuje navíc i svědomí. Jak už slovo napovídá, svědomí má co dělat s *vědomím*. Dítě je si teď dobře vědomo, co je jeho povinností, a také co nemá dělat a proč. (Toto „proč“ může být velmi naivní, jak to odpovídá dosažené rozumové úrovni.) Zároveň ví, proč má dobré svědomí (vědomí, že dobře splnilo drobný úkol, že nepodlehlo pokušení a nemlsalo cukr) – anebo proč je trápí výčitky svědomí, proč má *pocit viny*.

Svědomí je bytostně *vnitřní činitelem*¹³, to znamená, že reguluje mé jednání i tehdy, když můj čin (nebo nečin) je naprosto soukromý: Mohu mít jistotu, že se o mém zásluhném, nebo naopak špatném činu nikdo nikdy nedozví, a svědomí přesto mluví.¹⁴

Dětské *svědomí je zpočátku především negativní* – jeho obsah je složen z různých zákazů. Tak je tomu ostatně i v nejstarších mravních kodexech – také v Mojžíšově Desateru silně převažují zákazy. Dobré svědomí je u dítěte v podstatě nepřítomností špatného svědomí a u mnoha lidí to tak zůstane po

13 Jde o internalizovanou sociální kontrolu.

14 Nemusím jistě dlouze zdůvodňovat, proč je svědomí jako vnitřní činitel pro společnost tak hodnotné a výhodné. Odměňovat a trestat přesně a důsledně podle zásluhy není vždy možné: například ve zdravotnictví je šetrné, laskavé a trpělivé jednání s pacientem, zvláště s těžce nemocným nebo umírajícím, pro společnost prakticky neviditelné, nelze je vykázat.

celý život. Teprve v adolescenci, kdy prudce stoupá autonomie rozhodování a jednání, může zde dojít k obratu, takže převáží pozitivní mravní motivace. Ani pak to však není běžné.

Obsah svědomí bývá v tomto věku dosti náhodný a různorodý: nerozbití hrníček, nezašpinit šaty, nebít kamaráda, neříkat hovno, nehrát si se zápalkami. Soustavná mravní výchova v rodině, zejména v souvislosti s náboženskou výchovou (spravedlivý a zároveň vševědoucí Bůh, potřeba litovat svých vin, vztah odpuštění a odčinění atd.), může vývoj svědomí pozoruhodně stimulovat a kultivovat, někdy ovšem i závažně komplikovat.

Svědomí předškoláka je heteronomní v tom smyslu, že jsou to vnější autority, kdo určuje, co se smí a nesmí, má a nemá. Bezprostředními autoritami jsou rodiče, kteří se ovšem mohou odvolávat na vyšší autority, disponující sankcemi, jež mohou být velmi tvrdé (až i pekelné) nebo jinak emočně naléhavé (plačící Panna Maria zarmoucená špatným chováním dítěte).

Někdy nás dítě překvapí *skrupulózností, nadměrnou citlivostí svědomí*. Trápí se pro nepatrnou škodu, kterou způsobilo, přičemž se ovšem výčitky svědomí mohou mísit se zahanbením i se strachem z rodičů a z jejich hněvu. Dítě se přiznává a ochotně přijímá trest, dokonce jej vyžaduje. Cítí, že provinění je třeba nějak odčinit, odstranit, „smazat“. – Mnohem častější je ovšem případ, kdy je svědomí slabé a dítě se řídí daleko více – jako dříve – hrozbou trestu, příslibem odměny. A jsou také děti i dospělí, u nichž se svědomí nevyvine vůbec.

Dětské svědomí bývá *realistické, „zákonické“*: Platí jen provedený čin, např. rozbitý hrníček. Pohnutka v předškolním věku nemá ještě váhu, je tedy jedno, jestli jsem škodu způsobil schválně nebo nerad. Lhát a krást se prostě nesmí; že by bylo možné udělat to pro nějaký dobrý cíl, to je pro předškoláka příliš složitě. Stane-li se tedy svědkem nevinné společenské lži rodičů, může být hluboce zmaten. Ovšemže: jeho normou je pohádka – a zkuste to představit si princeznu se zlatou hvězdou na čele při drobné, trapné, byť i nezbytné a ohleduplné společenské lži!

Jak podporovat vývoj dětského svědomí? Trestáním, zejména tělesným, sice dítě účinně zastrašíme, ale svědomí nepodpoříme, spíše naopak jeho vývoj přibrzdíme! Účinnější je odměňovat žádoucí chování tím, že projevíme lásku, a nežádoucí chování trestat tím, že takovéto projevy potlačíme. Důležitější než záměrné působení však je poskytnout *identifikační model*, tj. dát dítěti příležitost, aby bylo svědkem našeho vlastního mravního jednání i rozhodování. Nejsilněji zapůsobíme svým jednáním ve vyhrocených, kritických situacích, kdy na výchovu vůbec nepomyslíme.

Já s tátou, já s mámou

Předškolák utíká mezi dětmi, jak jen může, táhne ho to k nim neodolatelně. Aby však měl pro tyto nezbytné výboje volné ruce, nohy i hlavu, musí se mít kam vracet. Potřebuje *hlubinu citového bezpečí v rodině*. A nejen hlubinu bezpečí, nýbrž také orientační bod, maják, který mu pomůže vyznat se v jeho stále složitějším světě, kde hrozí i nebezpečná úskalí. Každého z rodičů potřebuje teď už výrazně jinak. Otec je pro něj spíše autoritou (usměrňující, schvalující, případně trestající), matka je spíše tím, kdo ochrání, přijme, polituje, pohladí.

Tato dělba rodičovských rolí je dnes poněkud oslabena, tradiční patriarchální mentalita je na ústupu. Někdy stačí, aby byla matka povahově ráznější, dominantnější a otec zase měkčí, případně i laskavější – a dělba rolí se obrátí. Jsou matky, které suverénně dirigují celou rodinu, otce nevýmáhají, a nezdá se, že by tím děti nějak trpěly. Dovolují si však být zde poněkud konzervativní. *Tradiční výrazný protiklad a komplementarita mužské a ženské role jsou součástí historického a zčásti i genetického programu vývoje. Neobyčejně usnadňuje dětem orientaci ve světě – i v sobě. Existuje něco jako mužnost a ženskost a toto něco se netýká jen pohlavních orgánů, nýbrž celého způsobu života. Chceme po dětech (zvláště po holčičkách), aby se naučily obojímu?*

Vztah k matce, zejména pokud s ní dítě tráví podstatně víc času než s otcem a je-li k ní tedy pevněji připoutáno, prochází v předškolním věku různě výraznými a různě prudkými výkyvy. Jak říká Mahlerová, dítě si nebývá vždy jisté matčinou přízní, touží po větším bezpečí a něze – a současně cítí potřebu více se od ní odpoutat, být na ní méně závislé. Tento problém „pupeční šňůry“ jsme sledovali už u kojence a batolete. Nyní je mírnější, ale bývá stále ještě bolestný, zejména je-li matka citově nejistá a hledá-li ve vztahu k dítěti náhradu za nešťastný citový vztah k partnerovi. Může docházet až k citovému vydírání, které se schovává za výchovné působení: „Když nebudeš hodný,“ (a dítě dobře cítí, co se neříká: „Když mě nebudeš mít rád“) – „budu nemocná. Ach, to mě bolí hlava...“

Citová pohoda mezi rodiči a dětmi je potřebná pro všechna stadia zdravého duševního vývoje. V předškolním období na ní záleží zvláště proto, že usnadňuje *splnění jednoho ze základních vývojových úkolů – identifikaci s rodiči*.

Identifikace (ztotožnění) je teoretický pojem. Předpokládáme, že se dítě s rodiči – samozřejmě obrazně – *psychologicky ztotožní*, že „do sebe pojme“ jejich názory, hodnoty a přání tak silně, že si už ani nebude uvědomovat původ těchto názorů, hodnot a přání. Identifikace je *pevná a trvalá vazba*, která společnosti umožňuje, aby dítěti vstúpila¹⁵ to nejlepší – a bohužel i to nejhorší – z osobnosti rodičů.

15 Obraznost slova „vstúpiti“ vyjadruje přesně, oč tu jde: pláne a štěp tvorí nejužší spojení, jaké je možné.

Podle psychoanalytické teorie je *identifikace pro dítě východiskem ze dvou konfliktů*: 1. Dítě se bojí, že ztratí lásku rodičů. Jestliže však rodiče „pojme do sebe“, je tato hrozba zažehnána. Kromě toho má nyní rodiče v jistém smyslu stále s sebou, a může proto být mnohem samostatnější. 2. Dítě má z rodičů strach, zejména chová-li se agresivně, ale i tehdy, když si myslí, že je budou chtít krutě potrestat, že se mu mají za co mstít (třeba za nějaké nenávistné nebo opovážlivé přání). Pak je *identifikace s agresorem* obranou proti tomuto strachu: Jestli já jsem on, jsem chráněn před jeho krutými tresty.

V koncentračních táborech za druhé světové války bylo pozorováno něco podobného u dospělých vězňů s primitivnější osobností: přejímali slang svých věznitelů, napodobovali je v chování a snažili se, aby se jejich oblečení aspoň vzdáleně, v nějaké drobnosti, podobalo esesácké uniformě.

Všechny teoretické výklady identifikace jsou spekulativní, těžko dokazatelné. My však nemusíme čekat, až bude k dispozici plně vyhovující a prokázaná teorie. Nemusíme přesně vědět, jak vzniká ta zvláštní silná vazba k rodičům (nebo k někomu jinému). Pomůže nám i pouhé *vědění, že existuje a jak se projevuje*.

Dívka, která si přeje mít *ňadra* přesně jako maminka, nám názorně předvádí, co je tzv. *sexuální identifikace* neboli identifikace se sexuální rolí. Jde o jednu z nejdůležitějších „samozřejmostí“, se kterou bývají velké nesnáze: v dětství se musíme naučit a přijmout, že jsme buď muž, nebo žena, vytvořit si obraz o tom, co všechno to znamená a jaké to má důsledky, a pokud možno tomu „přijít na chuť“. Sexuální identita by se pro nás měla stát naprostou samozřejmostí, takže nás *ani nenapadne si představovat, že jsme opačného pohlaví*,¹⁶ nebo se dokonce trápí tím, že jsme to, co jsme. Měli bychom se také naučit chovat tak, jak společnost očekává od chlapce a od dívky.

Jak se tedy identifikace projevuje? Jedním z jejích nejdůležitějších projevů je vznik *svědomí* převzetím rodičovských norem, identifikací s těmito normami. To už známe. Dále je zde *přání zastávat roli rodiče*. Pozoroval jsem například tříletého chlapce, který se nemohl nabažit hry, při které se vyměnily role: on byl tatínkem a tatínek byl jím. Dítě si ovšem také přeje *vypadat jako ten, s kým se identifikuje*.¹⁷ Krásný příklad nám poskytlo tříapůlleté děvčátko, které pozorovalo matku při svlékání. Řeklo: „Maminko, já chci mít taky takový pi-pi

(ňadra) jako ty!“ Matka na to: „Ale to víš, že budeš mít taky takový, budeš mít ještě větší!“ Pointa: „Ne, já nechci mít větší, já chci mít *takový, jako ty*.“ – Dítě napodobuje rodiče bezděčně i úmyslně: jejich gesta, způsob řeči, jejich práci i hádky. Identifikace se projevuje také zvláštní něhou, touhou po těsném sblížení, úplném tělesném spojení. Výborně to vystihla pětiletá holčička, která matce vyznala lásku trochu zvláštním způsobem: „Maminko, já tě mám tak ráda, že bych tě chtěla roztrhnout a přikrýt se tebou.“¹⁸ Identifikované dítě se také svými rodiči pyšní a hájí jejich názory, výkony, postavení ve společnosti.

Každá společnost očekává od dětí chování, které je v souladu s tzv. *sexuálním stereotypem*. Tento stereotyp je ovšem pro každou společnost jiný. Rozhoduje hlavně to, jaký stereotyp sdílejí rodiče, kteří své děti vychovávají. U nás rodiče dovoluují chlapcům více sebeprosazování až agresivity. Když nás půlroční „boxer“ náhodou uhodí do nosu, radostně se smějeme, jaký už je to mužský. Jsme rádi, projeví-li později dominanci, třeba pokusí-li se nás komandovat. Oceňujeme u něj houževnatou snahu o výkon, snadněji než dívce mu promíjíme vzdor. U děvčátek naopak více než u chlapců oceňujeme roztomilou poddajnost, hru s panenkami, ústupnost, parádívnost, čistotnost, pořádnost.

Ve Spojených státech, kde společnost – zvláště vrstvy s tradičnější mentalitou – prosazuje sexuální stereotypy dosud silněji než u nás, se zjistilo: Dívčák se promíne „chlapecké“ chování (lezení po stromech, zájem o chlapecké hračky, divokost) spíše než chlapcům „dívčí“ sklony. Chlapec musí počítat s výtkou, že se chová jako *sissy*, což znamená panenka, ale – jak praví slovník – také padavka nebo teplouš. Americké psychologové protestují proti tomu, že dětské učebnice a jiné pomůcky prosazují sexuální stereotypy v neprospěch žen: na obrázcích jsou lékař, ředitel a policista příliš často muži, žena je spíše v podřízené roli jako sestra, sekretářka, letuška.

Sexuální identifikace má svůj víceméně zákonitý průběh. Určité předpoklady se pro ni vytvoří již prenatálně (viz str. 70). Po narození příprava pokračuje už tím, jak se k dítěti chováme, když projeví náznaky chování, jež je v souladu se stereotypem. Identifikace dostane nový impuls, když se batole dozví, že existují dva druhy dětí – holčičky a chlapečkové, kteří se liší oblékáním, kteří si jinak hrají a z nichž jednou budou buďto páni, nebo paní, tatínkové, nebo maminky. Ještě pětileté děvčátko z našich záznamů se ujišťuje: „Já jdu k obědu v sukýnce a ty v kalhotkách, protože já jsem holčička a ty pán.“ Vzápětí se ptá, jak mohl mít myslivec z pohádky v uchu náušnici.

Anatomické rozdíly mezi pohlavími objeví děti většinou někdy před koncem druhého roku života, v období, které je podle některých autorů rozhodující pro psychickou sexuální diferenciaci. Není však jasné, jaký to má pro ně význam. V literatuře (psychoanalytické) najdeme záznamy o žalostném pláči děvčátek

18 Jak je ta láska složitá! Jak to míváme s rodiči těžké!

16 Je možné namítnout: Proč bychom měli dítěti jeho sexuální identitu vtlačovat do hlavy tak tvrdě, aby je to ani nenapadlo? Nesmí si snad ani pohrát s představou, že je opačného pohlaví? – Je to dobrá námitka a vrátíme se k ní (str. 209).

17 Identifikace se někdy vykládá zjednodušeně jako napodobování. Sklon napodobovat je všeobecně známý, vyskytuje se již u zvířat, má zřejmě dědičné, instinktové základy a upevňuje se učením: dítě je za napodobování obvykle odměňováno. Záměrné napodobování, které vyžaduje využití představy toho, co má být napodobeno, je možné až v batolecím věku. Identifikace je ovšem něco *víc než napodobování*, je to složitější děj. *Napodobování je jen jeden z mechanismů, ze složek identifikace*.

v batolecím věku, když poznala, že jim něco chybí. – V předškolním věku je pak zájem o anatomické rozdíly značný, ale to už se musíme také ptát, jaký je celý sexuální život a sexuální vývoj dítěte.

Tak pravil Freud...

Freudova zásluha je v tom, že přiměl většinu dětských psychologů, aby uznali význam dětské sexuality. Podle jeho teorie prochází dítě – jak už víme – třemi hlavními stadii psychosexuálního vývoje: orálním, análním – a *falickým*, ke kterému jsme se právě dostali. První erotogenní zónou je oblast úst a rtů, u batolete převezme „vládu“ řiť a v *předškolním věku genitálie*. To je velmi zjednodušené schéma, skutečnost je složitější: například děti už v prvním roce při prozkoumávání svého těla objeví pohlavní orgány a mnohé z nich zjistí, že jejich dráždění je příjemné. A tak pozorujeme u obou pohlaví masturbaci, snad o něco častěji u dívek. U chlapců při tom bývá erekce, u obou pohlaví lze soudit na jakousi zárodečnou formu orgasmu. To dnes nikdo nepopírá, většina odborníků to považuje za bezvýznamnou předeheru budoucího pohlavního života. Vylekaní rodiče toho však mohou svými represivními opatřeními už v tomto stadiu dost pokazit.

V *předškolním období přichází nová vlna zájmu o pohlavní orgány*, tentokrát však nejde jen o hru s vlastním tělem (jež je podle různých autorů různě častá); děti se zaměřují i na druhé pohlaví. Můžeme přistihnout chlapečka a holčičku při hře „na pana doktora“ – oba se staženými kalhotkami. U přírodních národů pozorovali antropologové dokonce děti napodobující dosti úspěšně soulož – což budilo nepohoršené veselí přítomných dospělých; berou to tam prostě docela jinak než my. Chlapečkové pořádají závody v močení do dálky i do výšky (odtud přenesený význam slova „přečurat někoho“), holčičky se někdy snaží vyrovnat chlapečkům a močit vstoj. Velkou pozornost budí anatomické rozdíly mezi dětmi a dospělými a ovšem sexuální akt (také mezi zvířaty). Děti se učí, kdy je dovolena a kdy zakázána *nahota*, co se nemá okukovat, na co se nemá sahat před lidmi a na co se nesmí – probůh! – sahat vůbec. Většinou stačí jemné náznaky k tomu, aby děti pochopily a přijaly jako samozřejmost, že zejména pohlavní orgány rodičů a sourozenců jsou pro ně „tabu“. Někdy však dítě při tomto učení získá nadlouho *dojem, že celá sexualita je něco špatného*.

Freud umístil do předškolního období své *falické stadium*.¹⁹ Fallos je řecké slovo pro pohlavní úd, někdy také pro klitoris. V psychoanalýze se jím obvykle

rozumí *symbolické znázornění* pohlavního údu. Tento symbol byl uctíván při bakchických orgiích. Falické stadium psychosexuálního vývoje je takto „ve znamení“ pohlavního údu.

Řada autorů se domnívá, že sexuální zájem a sexuální zkušenosti předškolních dětí jsou jen letmé a pro další vývoj nevýznamné. Snad to platí o některých dětech, snad dokonce o většině. Málokdo však popírá, že Freudova teorie aspoň částečně přispívá k *vysvětlení neuróz*. Právě u neurotiků lze předpokládat, že se jejich psychosexuální vývoj zkomplikoval v předškolním období represivní výchovou, psychotraumatickými zkušenostmi apod.

Když řekneme „falické stadium“, znamená to jen tolik, že vládoucí erotogenní zónou je oblast pohlavních orgánů.²⁰ Lidskou sexualitu však nelze vykládat jen jako dráždění a doteky určitých částí těla při sexuálním aktu. Sexualita – to jsou *vztahy mezi lidmi* a předškolní období zde není výjimkou. Dítě nyní prožívá to, co Freud popsal jako *oidipovské drama*. Toto drama zanechává na celý život jizvu (u různých lidí různě hlubokou či různě dobře zhojenou), zvanou *oidipovský komplex*. Falické stadium se proto také někdy nazývá oidipovské stadium.

Oidipus byl podle řeckého mýtu, zpracovaného klasicky Sofoklem, královský syn, jehož osud byl od počátku tragický. Pro nepříznivé věštby neměl být ani počat, a po narození ho proto otec zmrzačil a pohodil. Shodou okolností byl však nalezen a vychován na jiném královském dvoře. Pýthie ho vyhnala z delfské věštírny se slovy, že zabije svého otce a ožení se s vlastní matkou. Proto Oidipus opouští své domnělé rodiče – aby nevědomky vykročil za naplněním strašné věštby. Svým hříchem přivolá na město (kde se sňatkem se svou matkou stal králem) trest bohů v podobě moru. Pátrání po příčině trestu má dramatický průběh, vzdáleně připomínající psychoanalytický proces v jeho ideální podobě (pacient se zvolna, s rostoucím odporem a děsem, blíží k odhalení svého komplexu). – Když se Oidipus dozví o svém zločinu, sám se oslepí a odejde do vyhnanství. Vzrušuje nás snad toto drama tak hluboce proto, že se každý z nás ve svých dětských fantaziích provinil stejně jako Oidipus – milostnou touhou po matce a přáním odstranit otce, který mu stál v cestě?²¹ Je typická neuróza v podstatě zoufalým útekem před touto strašnou vinou, pohřbenou v nejtemnějších sklepeních naší duše?

Freudův žák Jung zavedl podobný pojem *Elektrín komplex* (pro ženy). Elektra podle pověsti přiměla svého bratra, aby zabil matku a otčima, a tak

19 Jiný název je „rané genitální stadium“, od puberty se pak mluví o „zrale genitálním“, jindy prostě o „genitálním“ stadiu.

20 Ostatní erotogenní zóny mají od nynějška jen podřízenou úlohu. Jejich dráždění vede k sexuálnímu vzrušení, uplatňuje se při milostné předeře. Například orální zóna se dráždí polibkem.

21 Freud možná podcenil *aktivní roli rodičů v oidipovském dramatu*. Dnes jsme mnohem ostražitější vůči zneužívání dětí ze strany rodičů, které může mít podobu dosti masivní (str. 263), ale i mnohem jemnější.

pomstil milovaného otce. Freud však tento pojem zavrhl, protože podle jeho mínění neodpovídá psychosexuálnímu vývoji falického děvčátka (viz dále).

Oidipovský chlapec je tedy podle Freuda eroticky zamilován do matky a touží po sexuálním styku s ní; o sexu má více či méně přesné představy opírající se o pozorování rodičů v nestřežené chvíli, o pozorování kopulujících zvířat a také o zkušenost s masturbací. Otec mu stojí v cestě, přeje si tedy, aby otec neexistoval. Toto přání při magickém myšlení jeho věku znamená už nejméně polovinu odpovídajícího vražedného činu. Je tedy chlapec také vinen a musí se bát pomsty. Největší tíživost konfliktu je však v tom, že chlapec má otce zároveň velmi rád! Mísí se zde tedy láska, nenávisť, žárlivost a strach²². Z této krize (které nebylo možno se vyhnout) je nutno najít východisko. Ale jak?

Zájem o anatomické rozdíly mezi pohlavími přivede ve stejné době chlapce k názoru, že žena je bytost, která byla za trest pro podobnou vinu, jaké se nyní dopouští on, zbavena pohlavního údu. Zachvátí ho panický strach, že se mu stane totéž.²³ Tak vzniká ještě ke všemu *kastrační komplex*.

Klasické řešení spočívá v tom, že se chlapec vzdá matky, vytěsni svou sexuální touhu po ní do nevědomí. Současně vytěsni i kastační strach, a to *identifikaci s otcem*. Identifikace s otcem je tedy determinována jak láskou, tak i strachem; je to vždycky – pokud vývoj probíhá normálně – zčásti také identifikace s agresem (mstitelem). Celá dětská sexualita je utlumena, odložena do vzdálené budoucnosti. Identifikace znamená mimo jiné: Jednou budu jako táta! Vůči matce zůstává chlapec jen neškodná, dovolená dětská něha. Jestliže chlapec řekne: „Až budu velký, ožením se samozřejmě s mámou!“ – pak je to jen nezavadný pozůstatek potlačené sexuální touhy, anebo předehra oidipovského dramatu, jež má teprve propuknout.

Jakou paralelu oidipovského dramatu prožívá podle Freuda *falická dívka*? Freud užívá termínu falická, protože i pro ni je pohlavní úd psychologicky významný. Především ji trápí, že ho postrádá. Zde je opravdu určitá nerovnováha mezi mužem a ženou. Děvčátko se může těšit, že *jednou* bude mít „pi-pi“ jako matka a že sama porodí dítě, to je však velmi vzdálená perspektiva. Chlapec má v penisu už teď *viditelný* závdavek svého mužství. Jestliže dívka

22 Podobné, méně významné konflikty může chlapec prožívat ve vztahu k sourozencům.

23 Zdá se nám absurdní, že by předškolák, kterého vidíme vesele řádit na zahradě u školky, měl jen stín takovýchto starostí! Ale stejně absurdní nám vlastně připadá, že by tamhleta nádherná žena, vesele vířící v tanci, mohla zítra navštívit psychiatra a v zoufalství si mu stěžovat, že se jí hroztí manželství, protože náhle začala k manželovi pociťovat nepřekonatelný odpor a nemá tušení, jak k tomu mohlo dojít. Vzpomínám, jak se mi svěřila středoškolsky vzdělaná matka, jinak vzorně a laskavě pečující o své děti, že honila svého synka po zahradě s nůžkami v ruce a křičela na něj, že mu „to“ ustříhne; nevěděla si totiž rady, jak zarazit jeho předčasnou sexuální vybojnost, použila tedy této hrozby. Předškolák se takové hrozby poleká, i když je míněna žertem. Ve Freudově buržoazní Vídni kolem roku 1900 byla sexualita – a k tomu dětská! – ještě konfliktnější a choulostivější záležitostí než dnes. Rodiče se jí více děsili a tvrději ji potlačovali.

masturbuje, může získat dojem, že pohlavní úd je bohatším zdrojem rozkoše než to, co má ona. Freud aspoň soudil – vycházel přitom z fantazií a z různých prožitků dospělých neurotických žen – že falické děvčátko chlapečkovi *závidí penis*; dále že si nedostatek penisu vyloží jako následek kastrace, která u ní už byla provedena a za kterou je nějak zodpovědná matka. Touží po sexuálním styku s otcem a žárlí na matku, ráda by sama měla s otcem dítě. Kromě strachu z matky, jež by se jí za taková přání mohla pomstít, prožívá i strach z otcova penisu, který by ji mohl svou velikostí zranit.

Řešení spočívá u děvčátka nakonec v *identifikaci s matkou*. Fantazie o nenávratně ztraceném penisu se změní ve fantazie o dítěti, jež se bohatě vyžívají ve hře s panenkami. Vztah k otci zůstává oddaný a něžný. Šestiletá dívka řekne třeba (z mých záznamů): „Tatínku, já se celá třesu, když tě mazlím!“

Některé psychoanalytičky svému učiteli Freudovi vytýkaly, že jako „mužský šovista“ považoval ženu za méněcennou, když v ní viděl pouhého „kastrovaného muže“ s věcnou, byť nevědomou, závisí penisu. Vyanalyzovaly (snad Freudovi natruc?!) u svých mužských pacientů závisť nader a závisť dělohy – možnosti родit. Dokazovaly, že žena závidí muži – a to právem – jeho nadřazené *sociální postavení*, nikoli penis; zdrojem jejich pocitů méněcennosti je bezpráví, které musí od mužů snášet. Emancipační hnutí se tedy nevyhnulo ani psychoanalýze.

Vyložili jsme jen zlomek Freudových názorů na dětskou sexualitu. Ani jsme se nedotkli různých variant oidipovského komplexu, nejrozumnějších traumatických zážitků a jejich následků pro pozdější psychosexuální vývoj atd. Desetitisíce stran knih a časopisů byly věnovány více či méně přesnému popisu a více či méně spekulativnímu výkladu nejrozumnějších kuriozit a poruch, jež se mohou vyskytnout v sexuálním vývoji dítěte, ať už jej zkoumáme přímo, nebo ať jej poznáváme ze vzpomínek dospělých.

Píše se rok 2004. Před devadesáti lety se Freudovým názorům na psychosexuální vývoj dítěte posmívala celá odborná Vídeň a s pohoršeným rozhořčením je odsuzovala i drtivá většina vzdělané veřejnosti (i když časem se staly v určitých společenských kruzích naopak módou). Postupně je začala věcně kritizovat stále větší část stále se rozrůstající obce *Freudových žáků a následovníků*. Dnešní psychoanalýza se už méně zabývá sexualitou dětí i dospělých, řeší v teorii i v praxi řadu jiných problémů, které bývají u současných pacientů naléhavější.

Dnes je už otázkou psychohistorie, do jaké míry odpovídala Freudova teorie dětského vývoje aspoň skutečným problémům jeho pacientů. Současná sexuální výchova dětí je od prvních let života ve velké většině případů mnohem *osvětlejší a tolerantnější*. Změnily se i erotické vztahy mezi dospělými, které mají děti možnost pozorovat, změnilo se manželství, role otce a matky. *Dnešní děti strádají více nedostatkem pevných citových vazeb, vlačností, chladem, nedostatkem řádu a smyslu v rodinném životě – a méně konflikty plynoucími z pří-*

lišné přisnlosti a z potlačování pudového života. Freudova teorie je tedy již zčásti zastaralá. I těm jejím částem, které dosud nebyly vyvráceny, přisuzujeme jen omezenou platnost. Zůstává však faktem, že hluboce ovlivnila jak vývojovou psychologii, tak většinu psychoterapeutických směrů, beletrii, poezii (surrealismus), antropologii i sociologii. A současná psychoanalýza, která rozvíjí Freudovo dědictví novým způsobem, žije velmi intenzivně.

Odvaha – a strach

Jaké je ústřední vývojové téma předškolního období? Jaký základní protiklad, jaká krize?

Do čtvrtého roku vjíždí čilé zdravé dítě na tříkolce. Miluje toto vozidlo – příslib budoucího automobilu, nebo dokonce kosmické rakety. Miluje slast energického, odvážného pohybu, kterou bude vyhledávat i v dospělosti – nejméně tak dlouho, dokud se bude odvažovat na lyžařskou sjezdovku.

Když Erikson vytvářel svou teorii vývoje osobnosti a uvažoval, co by do ní mohl „vestavět“ z Freudovy teorie psychosexuálního vývoje, podíval se na falické období novými očima. Pojal dětskou sexuální rozkoš, zvláště chlapčenskou, jen jako zvláštní, spíše okrajový případ *rozkoše z podnikání, z konkvistadorského dobývání, ze závratného útoku střemhlav*. Ideálem předškoláka je automobilový závodník, letec, voják. Každý, kdo měl možnost pozorovat děti, jež mají zakázáno běhat, ví: pro předškolní dítě je omezení pohybu velkým trestem a slast z pohybu, často divoce útočného, je jeho živelnou potřebou. Toto je *smyslová tělesná radost zdravého dítěte*. Dětská sexualita je naproti tomu obvykle spíše jen řadou letmých, fascinujících, ale děsivých zkušeností, jež nedávají jasný smysl²⁴. Proto se jich předškolák celkem snadno vzdá – až do doby, kdy se jeho sexualita znovu probudí ve zralejší formě. Teď ho přitahuje možnost zaútočit: poprat se, rámusit, dorážet věčnými „proč“. Ke slastem tohoto věku patří i fantazie a pocity, jež má chlapec při výkřicích „bum“ nebo „ratata!“, jimiž napodobuje zvuky palných zbraní. Rozkoší je vnutit druhým svou vůli a také proniknout břitkou inteligencí k jádru problému.

To, co jsme právě vyjmenovali, jsou součásti či projevy *jednoho ze základních témat lidského života*. Toto téma je aktuální celoživotně, ale v předškolním období se dostává poprvé naplno ke slovu. Máme-li je vyjádřit jediným heslem, pak toto heslo zní: *iniciativa*. Podnikavost, smělá průbojnost, ono energické „jít na věc“, riskovat a dobývat.

²⁴ Dítě nejednou chápe sexuální styk mezi dospělými jako nebezpečnou vzájemnou či jednostrannou agresi, vzdechy při souložích se mu zdají bolestné, někdy se vyděsí, když spatří menstruační krev.

Předškoláková expanzivní iniciativa má ovšem své meze – a na tyto meze tvrdě naráží. Jeho výbojnost není žádná beráncí hra, bývá nebezpečná pro zdraví i majetek. A což teprve fantazie! V těch zachází dítě stejně daleko jako jeho pohádkové horory, a to s nezkrotnou smyslovou živostí.

V této době však už také začíná fungovat nová brzda, kterou společnost „vestavěla“ do dětské osobnosti. Mluvili jsme o ní: je to schopnost prožívat vinu, trpět výčitkami svědomí, varovný vnitřní hlas, který člověka nutí vzdát se toho, co společnost zavrhuje jako špatnost.

Schopnost cítit vinu neodlučně patří k duševní výbavě kulturního člověka. Vytváří se v předškolním období. Freudova teorie oidipovského komplexu je jedním z pokusů vysvětlit tento vývojový pokrok. Jedinec, u kterého se to nepodaří, je trvalým nebezpečím pro své blízké i pro celou společnost. Jenže: může se to také podařit až příliš dobře! *Příliš citlivé svědomí může podlomit iniciativu.* Někteří lidé se celý život úzkostně trápí obavami, že udělají něco špatného, že někomu ublíží, že poruší normu, kterou stanovila autorita – ať lidská, nebo božská. Mívají strach i z vnějších autorit, ale tím se nedejme mýlit. V podstatě jde o to, že jejich „vnitřní hlídač“ je chladný a krutý, neudobřitelný. Člověk s precitlivělým svědomím se bojí autorit, protože si do nich *promítá svou vnitřní autoritu*.

Nerad bych budil pocity úzkosti a viny u rodičů, kteří budou číst tyto řádky a vztáhnou je na své dítě. Pokud jsme nevypěstovali „zárodek skety“ lámáním vzdoru u batolete, můžeme směle předpokládat, že předškolák něco snese! Nejde o to, aby *nikdy* neměl pocit viny, aby tedy netrpěl. Naopak. Mravně citliví lidé jsou cennější než vnitřně neotřesitelní suverénové. Jde o to, aby „vnitřní hlídač“ dovedl také chválit a odpouštět. Aby pokud možno každý vnitřní konflikt mezi iniciativou a vinou končil upevněním, povzbuzením iniciativy. A aby to byla iniciativa vždycky o něco zkušenější a moudřejší, lépe ovládající svou potenciální destruktivnost.

Střízlivý realista

(Vývoj v mladším školním věku – od 6 do 11 let)

Dostáváme se k období, jehož nástup znamená radikální životní změnu. Začíná školní docházka a svět školy udává ráz dalších let více než cokoli jiného. Škola otvírá dítěti – a to velmi rychle – obzory, o kterých nemělo ani tušení, urychluje rozumový rozvoj, učí myslet novým způsobem. Do života, jehož hlavní náplní byla dosud hra, vstupuje nyní školní práce a s ní povinnost. To znamená rázem mnohem vyšší nárok na kázeň, schopnost odložit uspokojení okamžitých potřeb, úsilí o výkon i ve chvíli, kdy by dítě raději dělalo něco úplně jiného. Zároveň školák dostává možnost uplatnit se v mnohem větší skupině než dosud a někdy musí napnout všechny síly, aby se této nové situaci přizpůsobil, aby ji zvládl.

V učebnicích se toto období nejčastěji nazývá „*mladší školní věk*“ (v této knize říkám místo „dítě v mladším školním věku“ prostě „školák“), „*pozdní dětství*“ i jinak. Užívá se i psychoanalytického pojmu *latence*, protože podle Freuda jde o dobu, kdy sexualita je latentní; to znamená, že se jak v chování, tak ve vnitřním životě projevuje jen slabě a skrytě a že se málo mění, její vývoj jako by přešlapoval na místě.

Proti názvu tohoto období jako *stadia latence* mluví skutečnost, že jde o negativní pojem: říká, co není. Raději toto období nazveme podle něčeho, čím je, co se v něm děje.

Mladší školní věk je období ve srovnání s tím, co předcházelo i co bude následovat, *poměrně klidné, nebouřlivé a také šťastné*. Život dítěte samozřejmě ani teď není stojatá voda, ale nejsou to také přejeje. Spíše rychlý proud potoka, který je – chceme-li to přirovnání ještě trochu rozvinout – uměle silně regulován. Společnost posadí dítě do školní třídy, dá mu za úkol zabývat se objektivní,

poměrně neosobní látkou a chrání je před různými rušivými vlivy. Využívá tím příležitosti, kterou jí nabídla příroda, protože i tělesný vývoj je sice rychlý, ale nikoli převratný.¹ Převažuje kvantitativní růst a plynulé zdokonalování toho, co zde už bylo. Příroda i společnost tedy dávají spojenými silami tomuto období ráz poměrně harmonického rozvoje.² Dítě se může soustředit na osvojování základních znalostí a dovedností, jež mu jednou umožní plné společenské uplatnění. Střízlivý realismus je právě ten postoj, který k tomu potřebuje.

Abychom však psychologickou charakteristiku tohoto období příliš nezjednodušili! Dítě i teď prochází těžkostmi a zmatky, divočí a pláče, hraje si – a sní, že bude slavným vynálezcem, mistrem světa v šachu či karate, prezidentem, moderním Janem Žižkou. Rozhodující však je, že prostředkem k tomu je pro ně jednoznačně škola a školní práce, která je má vyzbrojit na cestu k těmto nejvyšším metám. V tomto směru je svět zázračně přehledný, uspořádaný, vše podstatné je hmatatelné a zvládnutelné.

Ještě poznámku k horní věkové hranici tohoto období. Proč právě jedenáct? V té době jednak končí harmonie, jak psychologická, tak biologická, a připravují se převratné změny, jednak se mění ráz školního vzdělávání. Není to však ostrý předěl.

Tělesný vývoj školáka

Průměrný chlapec vyrostle od 6 do 11 let ze 117 na 145 cm, jedenáctiletá dívka je asi o centimetr vyšší než chlapec. Váhově se chlapec dostane ze 22 na 37 kg, dívka je sotva o půl kilogramu těžší, přestože má již o něco širší pánev a trochu více podkožního tuku než chlapec. Děti obojího pohlaví jsou znatelně větší a silnější, než tomu bylo ještě před třiceti lety. Dítě dostává druhý chrup, přitom se mění postavení čelistí a tvar spodní části obličeje. Pozmění se i tvar rtů. Čelo ztrácí typicky dětskou klenutost, rysy obličeje jasněji vystoupí a přiblíží se své dospělé podobě. Tváře jedenáctiletých jsou opět rozmanitější, zajímavější, individuálnější než tváře šestiletých.

Mozeček v této době stále ještě roste, kolem desíti let se však jeho růst výrazně zpomalí. Vcelku je nyní plně vyvinut, ale až asi do jedenadvaceti let se ještě budou zdokonalovat spojení mezi jeho buňkami: některá jeho vlákna se budou rozvětlovat a dokonaleji opouzdřovat.

Výkonnost dětského organismu je obdivuhodná, uvážíme-li, jak jsou děti neustále v pohybu při svém typickém „řádění“. Dítě ještě špatně hospodář se

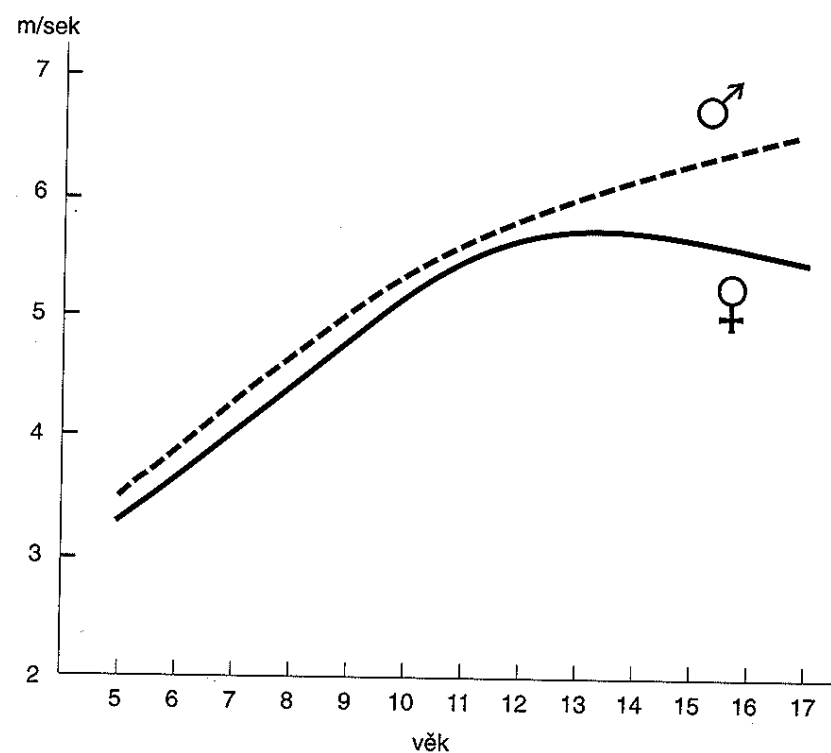
1 Proto nám na celých pět let stačí jedna kapitola.

2 V prvních školních letech převažuje sociální determinace vývoje nad biologickou. Změny, které se nyní odehrávají v duševním životě, má více „na svědomí“ společnost než příroda.

silami, snadno se vyčerpá, ale dokáže – ve srovnání s dospělým – neobyčejně rychle nabrat nové síly.

Pohyby vykonávané velkými svaly jsou již obratné: děti krásně skáčou přes švihadlo, jezdí na kole, stále prudčeji a dovedněji házejí míčem a sněhovými koulemi – bohužel i kamením. Házení je typický prvek bojových a loveckých her; zde je výrazný rozdíl mezi chlapci a dívkami, které v házení většinou nevidí smysl. Nově získávané dovednosti a stoupající výkony působí školákům velkou radost, také proto, že si své pokroky dobře uvědomují. Výcviku v obratnosti věnují často stejné nebo i větší úsilí než teoretickým školním předmětům.

Obr. 6.1 Vývoj maximální rychlosti v běhu: Srovnání průměrných chlapců a dívek



Mají k tomu kromě té radosti i další dobré důvody. Tělesná síla a obratnost rozhodují – zvláště u chlapců – o jejich *postavení v kolektivu*. Malí, slabí, neobratní se dostávají do nevýhodné situace outsiderů, a to se projeví i na jejich povahovém vývoji – ještě více než v předškolním věku. Vliv dospělých na skupinu stejně starých dětí totiž postupně klesá a každý si musí hájit své postavení sám, jinak je prostě bit a odstrkován. Teď nelze spoléhat ani na soucit, ani

na džentlmenství. Jakmile se dospělí vzdálí z dohledu, může převládnout krutý zákon smečky.

Růst síly a zdokonalování hrubé motoriky dobře dokládá obrázek 6.1 znázorňující, jak rostou výkony chlapců a dívek v běhu na krátkou vzdálenost. Jde o průměrné výkony a všimneme si, že u dívek nastává po 14. nebo 15. roce pokles, zřejmě v důsledku pubertální přestavby organismu. V mladším školním věku však vidíme u obou pohlaví zřetelný vzestup.

Pohyby drobných svalů jsou ještě nepřesné, mimo jiné i proto, že se teprve dotváří koordinace mezi zrakem a jemnými pohyby prstů. Proto měli někteří z nás takové potíže, když se v prvních ročnících učili psát! Ať jsme se snažili sebevíc, písmo bylo beznadějně kostrbaté; asi jako když se dnes snažíme psát v jedoucím autobusu.

Na *smyslovém vnímání* je také ještě co zlepšovat. Například pětileté dítě rozezná potěškáváním pětigramové závaží od patnáctigramového, devítileté už vnímá rozdíl mezi závažími lišícími se o jediný gram. Oči plně sladují svou činnost a dokážou také odlišit podstatně více barvových odstínů než dříve. Čím přesněji vnímáme, tím se svět stává barvitějším a zajímavějším.

Co znamená mítí filipa

Rozumový vývoj dostává ostruhy. Jednak tím, že škola přiměje dítě pracovat, jednak i tím, že je učí myslet. Podobně jako hráč dámy se učí nastražovat různé druhy pastí a šachista přemýšlí, kde by mohl nasadit „vidličku“, tak i při zvládnání školní látky se dítě učí *myšlenkovým obrátům, které se stávají běžnou rutinou*, a lze je proto různě kombinovat, skládat ve větší celky. Tím se myšlení zrychluje a je stále efektivnější, hlubší, pronikavější. Také proto, že teď dítě udrží v mysli více fakt najednou, může tedy uvažovat složitěji.

Teď konečně dítě pochopí *konkrétně-logický princip „konzervace“*: Ať naliju limonádu z láhve do jakékoli nádoby nebo nádob, její množství se nezmění. Pohled na láhev a na nádoby, do kterých jsem ji nalil, může klamat, ale dítě se už neřídí jen tím, co vidí, nýbrž jednoduchou logikou: kdybychom limonádu nalili zpět, byla by láhev zase plná, a tedy je jí pořád stejně! Zase jedna samozřejmost dospělé logiky je tedy zvládnuta, desetiletý se už diví, jak se můžeme tak hloupě ptát.

Také *logické třídění*, bez kterého není možné přesně myslet, udělá důležitý skok. Dáme-li dítěti obrázek se třemi vrabci a pěti kosa a zeptáme-li se, zda je na něm víc kosů, nebo víc ptáků, může se ukvapit a „naletět“, ale svou chybu dokáže opravit. Také seřazení hůlek podle délky už pro ně není problémem.

Rozum školáka je nejen výkonnější, ale má také větší vládu nad tím, co dítě dělá. Například paměť teď lépe funguje proto, že nad ní tolik nevládnou dětská přání a city,

nýbrž je řízena střízlivým realismem. Samozřejmě nejen proto; zlepšuje se i paměť sama o sobě, mechanická i logická.

Řeč školního dítěte se zdokonaluje rychleji, než když se dospělý učí cizímu jazyku. Dítě disponuje již aktivně asi pěti tisíci slovy a rozumí ještě mnohem většímu množství. Slova jsou dosud blíže předmětům než u nás dospělých, mají „syrovější význam“ (Příhoda), proto je myšlení dítěte přece jen ještě hodně emoční – a těžkopádné.

Vážným problémem je ovšem *způsob, jakým je řeč používána*. Děti lépe vzdělaných rodičů jsou z domova většinou zvyklé více užívat obecných pojmů, gramaticky složitějších vět a dalších prvků, které znamenají pro školní práci významný náskok. Osvojují si tzv. *Bernsteinův kód* řeči. Tento náskok v průběhu školní docházky trvá, patrně proto, že trvá rozdíl v sociokulturní úrovni rodin. Tak je vážně handicapováno mnoho dětí, jež přitom mohou mít velmi dobré dědičné i vrozené předpoklady pro rozvoj rozumových schopností a pro úspěch ve školní práci. Tento problém je notoricky známý u velké části romských dětí a je nejvyšší čas začít s jeho řešením.

Jakmile se školák naučí číst tak rychle, že jeho zájem neochabne pro příliš pomalý přísun informací, otevře se mu *svět knihy*, a to je skutečný vývojový skok. Některé děti se už stávají tak vášnivými čtenáři, že je nutné je od knihy honit. Pohádky ztrácejí na oblibě, děti láká dobrodružná četba přijatelné úrovně, pokud možno s realistickými ilustracemi. Vyučování, četba, televize poskytují dítěti denně nové informace o světě kolem něj. Tyto informace dítě umísťuje v čase a v prostoru mnohem lépe než předškolák, který měl „časoprostorovou mapu“ primitivní a mezerovitou. Mladý školák už dobře ví, co znamená „blízko“ a „daleko“, nejsou to pro něj jen neurčité pojmy. Také užívá dobře slov „zítra“ a „později“ a každým rokem se těší na prázdniny s lepším pochopením toho, co znamená „za týden“ a „za měsíc“.

Na počátku období je dítě ve srovnání s dospělým nápadně lehkověrné, důvěřuje rodičům i učiteli na slovo, nepochybuje ani o žertem pronesené hrozbě. Doslova *vzhlíží k autoritě*. Postupně však přicházejí pochybnosti o Ježíškovi a Mikulášovi i o jiných mýtech, a to i když se rodiče snaží, aby je dítěti uchovali.

Střízlivý realista se o mýtus zajímá málo. Informace o světě, které dychtivě saje (zpočátku nekriticky, později přemýšlivěji), jsou *praktického rázu*. Musí odpovídat jeho zkušenosti o tom, jak se věci dělají, jak se jich užívá, jakým způsobem je lze zničit.

Inteligenci školního dítěte můžeme měřit tím přesněji a spolehlivěji, čím je starší. Jednak proto, že se intelligence projevuje ve stále větším množství různých výkonů, jednak i proto, že se dítě více ovládá a podává stabilnější výkon. Inteligenci jednotlivého dítěte udáváme inteligenčním kvocienem, který je v každém věku u průměrného dítěte roven 100. Intelligence průměrného dítěte ovšem stoupá, ale průměrný inteligenční kvocient nikoli: je to *číslo normované*

vzhledem k věku. Musíme se však zbavit předsudku – dosti rozšířeného – že inteligenční kvocient jedince je veličina stálá, neměnná, že jednou změřený IQ s námi jde celým životem a určuje naše možnosti, náš osud. Toto číslo, získávané tak trochu tajemným způsobem, dostalo v laické veřejnosti váhu moderní věštby – nebo vypáleného cejchu, jak názorně dokumentuje tento případ:

U chlapce s opožděným vývojem inteligence byla při testování zjištěna středně těžká mentální retardace (dříve označovaná jako imbecilita), a měl být proto zařazen do pomocné školy. Tato škola nebyla dostupná, proto byl zatím zařazen do zvláštní školy, vhodné pro méně opožděné děti. Příčina opoždění však byla – jak se ukázalo – zaviněna léčitelnou poruchou štítné žlázy a dítě začalo při příslušné léčbě ve zvláštní škole vynikat. Nicméně, když bylo později jeho převedení do pomocné školy uskutečnitelné, kompetentní úředník na něm trval i přes protesty psychologa: „Jednou je to imbecil, tak půjde do pomocné!“

Jak velké změny *inteligenciho kvocientu* lze očekávat v individuálním vývoji? Pokles může být libovolně veliký v důsledku úrazu nebo mozkového onemocnění. Vzestup může být značný u výchovně zanedbaného dítěte, které je převedeno do prostředí, v němž má dost příležitostí a podnětů k rozvoji. Při těžké zanedbanosti (takzvané pseudodebilitě) nás neudiví, zvýší-li se IQ během několika let až o 40 bodů, tedy k průměru nebo i nad něj. Je to však výjimka připadající v úvahu jen při radikálním zlepšení původně velmi špatných podmínek. U dítěte, které žije v podnětném a harmonickém prostředí, můžeme jen vzácně čekat větší vzestup než 15 bodů IQ, protože zde nejsou podstatné „rezervy“.

Jaké je to ve škole?

Řekli jsme, že v prvních letech školní docházky má škola na dítě největší vliv. Vstup do školy znamená skutečně velkou změnu proti předcházejícímu věku hry a změna je pro některé děti příliš prudká i tehdy, když chodily do mateřské školy.

Snahy zmírnit prudkost změn, kterým se musí dítě na počátku školní docházky přizpůsobit, jsou oprávněné, ale dosud málo úspěšné. (20, str. 101) Poměrně snadné je alespoň snížit význam známkování v prvních ročnících, případně od něj zcela upustit.

Čím vším škola působí na dítě a jaké nároky na ně klade? Rozdělíme výklad do tří bodů: školní práce, dětský kolektiv a učitel.

Školní práce

Za starých dobrých časů, kdy byla step plná bizonů a žilo se tradičním způsobem, dostával malý Sioux k prvním narozeninám hračku – luk. S ním se učil

zacházet, aniž ho k tomu někdo vedl. Prostě napodoboval starší chlapce a muže. Ke každým dalším narozeninám dostával luk trochu větší a silnější, jak rostla jeho zdatnost.³ Ještě jako dítě dokázal ulovit malé zvíře. Postupně to byly úlovky stále větší a jejich získání vyžadovalo větší sílu, vytrvalost, obratnost i odvalu. Když pak hoch ulovil svého prvního bizona, byl považován za zralého, aby se stal mužem.

U indiánů *nebyl tedy zřetelný přechod mezi hrou, učením a prací.* Chlapec byl od malička na jasné cestě ke svému povolání lovce. Podobně na tom byl i u nás ještě v předminulém století syn sedláka i chalupníka, kováře i krejčího. Chodil sice do školy, ale doma pomáhal v produktivní práci a viděl její výsledky. Dívka to měla ještě jednodušší, od malička se zacvičovala do práce v domácnosti a do péče o děti, v níž bylo její životní poslání.

V naší společnosti je podobná idyla nemožná, cesta k uplatnění v dospělosti není zdaleka tak přehledná. *Dítě musí přijmout dlouhou okliku*, řadu let, ve kterých se jeho činnost bude sice částečně podobat práci dospělých, ale nebude – až na výjimky – přinášet viditelně prospěšné výsledky. Ví sice, že jednou bude dospělý a zařadí se do světa práce jako jeho plnoprávný a hodnotný občan, ale toto vědění je mlhavé a perspektiva tak vzdálená, že se lehko ztrácí. Žije tedy v dlouhodobém provizoriu, ze dne na den, z roku na rok.

První, co z toho plyne, je *nutnost zabývat se věcmi, jejichž smysl dítě plně nechápe nebo jejichž smysl je vzdálený*, jako motiv psychologicky neúčinný. Například uvolňovací cviky psacích pohybů odvozuji svůj smysl od umění psát, k němuž jsou průpravou, a umění psát opět odvozuje svůj smysl od nějaké (zatím neznámo jaké) konkrétní pracovní činnosti, při níž jednou v dospělosti dítě použije tohoto umění. Na tu činnost by se mohlo těšit, ale je zde příliš dlouhý řetěz na sebe navazujících účelů, takže prakticky dítě koná ty průpravné cviky proto, aby vyhovělo učiteli a rodičům. Tato činnost pro ně může být zajímavá, může ji přijímat jako hru, ale musí ji vykonávat, ať chce, nebo nechce.

Již samo soustředění na školní práci souvisle po desítky minut (i když se učitel snaží o pestrost hodiny) vyžaduje schopnost tlumit impulzy ke hře, ke kontaktu s jinými dětmi atd. Není divu, že o přestávce, pokud neudržíme kázeň hrozbami a tresty, dochází k vybití nahromaděné energie: děti se škádlí, šťouchají do sebe, běhají, křičí, až uši zaléhají. Je-li dozor z dohledu, pošuchování ihned přechází ve rvačky připomínající vzájemné hravé, nekrvavé kousání štěnat (ale někdy i v nepěkné surovosti). – Jsou i děti, kterým pře-

³ To je systém ideálně přizpůsobený individuálním potřebám dítěte, vývoji jeho schopností a kompetencí. Skupinové vzdělávání ve školní třídě vyžaduje naproti tomu dosažení určitého standardu, jednak pokud jde o *zralost centrální nervové soustavy* (na ní závisí řada věcí, od schopnosti odlišit podobná písmena až po adaptaci na školní režim), jednak pokud jde o *psychosociální připravenost* (vztah ke škole a ke vzdělání vůbec, pochopení role žáka atd.) – viz Vágnerová, str. 136–146.

stávka není dost: Při hodině prostě nevydrží sedět, klekají si na židli, vstávají, chodí po třídě, aby si ulevily. Dnešní učitel se nesnaží (ani nemůže) pouštět na děti takovou hrůzu, aby tomu zabránil, nebo je tělesně trestat, aby je udržel v klidu na místě. Může trvat týdny i měsíce, než se některé děti ke školní práci opravdu usadí.

Vydržet u práce sedět, to samo o sobě nestačí. Školák se musí také naučit *prát se s překážkami, s nezdarem*, zkoušet to znovu, případně se smířit s nevalným výsledkem. Při hře se nemusel prát s žádnými překážkami, prostě nechal toho, co mu nešlo (nebo to aspoň mohl udělat). Dávno jsme zapomněli, jak je to pro prvňáčka velká věc zatnout zuby a dělat dál, co se nedaří, zvlášť když něco děláme jen z povinnosti a smysl díla je nejasný, vzdálený.

Další těžká věc: Někdo – ve třídě je to učitel – kontroluje a *posuzuje, zda dítě splnilo určitý standard*: rozhoduje, co stačí a co se musí předělat, případně pronese ortel, že tohle je prostě špatné, nedostatečné, na pětku. Pro nás, kterým se práce už tisíckrát podařila, je nezdár jen epizoda, i když třeba krajně nepřijemná. Vyrovnáme se s ním. Pro chlapce, který dosud byl mámin a tátův nejchytřejší kluk na světě, je to katastrofa. Stane-li se to jednou, dlouho se tím netrápí, naopak mu to možná udělá dobře. Ale jestliže se stejná situace opakuje několikrát denně, cítí se ve škole asi jako zvíře v pasti. Pak už se nedaří vůbec nic a jsme v bludném kruhu, který se někdy rozmotává až u dětského psychologa nebo u psychiatra. Zvlášť když se rodiče rozhodnou, že to „do té holky dostanou“, ať jí to jde, nebo nejde: Vysedávají s ní pak – jaksí z principu – u sešitů a knih hodinu za hodinou, i když jim už musí být jasné, že nevnímá – dokud vše neskončí křikem, pláčem, fackami a všeobecným vyčerpáním.

V sázce je mnoho: zájem dítěte o jednotlivé školní předměty, které mu můžeme na léta otrávit. V sázce je dokonce *celoživotní vztah ke vzdělanosti*, ke knize vůbec, k autoritám školním i rodinným, šťastná léta dětství, snad i duševní zdraví. A jsou rodiče, kteří toto vše riskují ne kvůli tomu, aby dítě nemuselo do zvláštní školy (to vcelku chápeme), ale kvůli jedničkám, protože dvojka už není pro jejich ratolest dost dobrá.

Komplex handicapů, kterým trpí na počátku školy (a bohužel i později) řada dětí, shrnuje perfektně Vágnerová (44, str. 143): „Rodiny s nižším sociokulturním statusem charakterizuje stereotypie v chování, omezenější výběr aktivit, preference pasivního přístupu k problémům a málo pružné, autoritářské vztahy mezi členy rodiny. Typická je jednoduchost pravidel, která zde platí, jejich rigidita a zároveň srozumitelnost. Dospělí, kteří je vytvářejí, potřebují, aby bylo takové, protože pak jsou schopni jeho nároky snadno splnit. Větší proměnlivost a složitost by je činila nesrozumitelnými, a tudíž subjektivně ohrožujícími, vyvolávala by strach a obranné reakce. Tito lidé se v závislosti na svých kompetencích drží vlastního stylu života. Nejsou aktivní a svůj osud i osud svých dětí považují za daný, ovládaný vnějšími vlivy a nezávislý na jejich konání. Chybí jim důvěra ve vlastní schopnosti, jež jim většinou také reálně chybí. V těchto rodinách je kladen důraz na konformitu. Tato tendence může být dána jejich omezenou schopností hledat jiná než běžná a zafixovaná řešení, která pro ně představují určitou variantu jistoty.“

První obec

První politickou⁴ zkušenost udělá dítě ve školní třídě. Třída ovšem není jen součet třiceti dětí, které se scházejí v určité místnosti. Je to skupina, jejíž členové se dobře znají, mají rozdělené role v práci a v zábavě, jsou schopni společné akce, ke které se sami rozhodnou.

Takovou třídou děti v prvním ročníku ještě nejsou. V sedmi letech převládá *psychologie hordy*: Děti se chovají jako stádo, které jde za vůdcem, a nemá-li ho, rozpadá se nebo se neorganizovaně hrne za nějakým lákadlem, prchá před nějakou hrozbou. Všichni jednotlivci jsou vázáni na vůdce – učitelku. Bližší vztahy se vytvářejí mezi dětmi sedícími vedle sebe a za sebou, případně mezi těmi, které mají společnou cestu do školy. Tu a tam silnější jedinec, především fyzicky silnější, získá přechodný vliv v malém kroužku, takže je vůdcem; není toho ale mnoho, k čemu lze takovou skupinku vést.

Po celý mladší školní věk se třída jako skupina (kolektiv) *postupně strukturuje*. Ve třetím ročníku už můžeme pozorovat výraznou *kamarádskou solidaritu*. Autorita a vliv učitele pomalu ustupují – často více, než si přejeme – autoritě a vlivu fyzicky silných a sociálně obratných jedinců nebo skupinek, a nakonec i třídy jako celku. Tento celek dokáže ve 4. či 5. ročníku projevit i svůj postoj k různým událostem, svůj zájem a své požadavky. Jednotliví žáci teď tomuto celku „adresují“ své jednání ve škole, oslovují jej a jeho veřejné mínění je pro ně zákonem. V kolektivu získávají oblibu a vliv postupně nejen tělesně silní a průbojní, ale i ti, kteří se chovají kamarádsky a jsou ochotni pomoci druhým.

Rostoucím problémem je *násilí mezi dětmi*, a to především ve škole (na ulici může napadený spíše agresorům uniknout). Situace je komplikována současným poklesem autority učitelů i jejich postavením ve třídě (prosazování práva dítěte na soukromí vede například k tomu, že učitel nesmí nahlédnout do jeho aktovky, což znemožňuje vyšetření řady přestupků). Upadající kázeň má za následek, že učitel často nemůže ochránit slabší dítě před agresí silnějšího jedince nebo rvácké bandy. *Šikana*, která je bohužel dosti běžná, znamená pro celý kolektiv třídy výsměch základním principům demokracie, ke kterým má škola vychovávat. (Říčan, 1995)

Kdy přestávají děti *žalovat*? V našich podmínkách obvykle kolem desátého roku. Zpočátku žalují horlivě, bez jakéhokoli ostychu a nelitostně, ať se jich „žalovatelný“ čin spolužáka týká, nebo netýká. Nakonec džentlmen nežaluje ani na svého nepřítele, který mu ublížil, považuje to za ponižující, nemůžné: raději si to s ním vyřídí sám nebo – nemá-li k tomu dost sil – snese příkoří i násilí. Pak už je zde v plné síle to, co pedagogové hodnotí jako falešnou solidaritu: děti mlčí, i když jsou přísně vyslýchány. Je to věc cti.

4 Politikou zde rozumíme aktivní kontakt s každou skupinou, která je širší než rodina. Bylo by možno namítnout, že tedy dítě začíná politicky žít už ve školce, nebo dokonce v jeslích. Nebudeme se přit, něco na tom je. Avšak ve školce je ještě kontakt s druhými dětmi chvilkový a málo strukturovaný, předškolák se upíná k osobě učitelky, která zastihuje všechno ostatní.

Autorita a vliv třídy (také vrstevníků mimo třídu) nutí dítě, aby hrálo společenské role, které se od sebe liší a jsou vlastně protikladné. Rodiče mívají ještě dojem, že jejich dítě má doma srdce na dlani, že se jim se vším svěřuje. „To bych přece věděla, kdyby moje Danuška...“, říká se sebejistým úsměvem matka školáčky. Jenže teď už to není vždycky pravda. Dítě zvládá protikladné role většinou hladce, jako když jde z role do role herec hrající v různých kusech, s potěšením *experimentuje s různými „tvářemi“*, které nasazuje při kontaktu s kamarády, rodiči, učiteli.

Solidarita nevylučuje *soutěživost*, na kterou jsme narazili už u předškoláka. Zpočátku se soutěží o přízeň učitelky, přičemž účel světí prostředky. Postupně však jde stále více o to, co začalo už v předškolním věku: výše, dále, rychleji, obratněji, chytřeji! Školní třída dává mnoho možností k soutěži. Přitom soutěžení o lepší prospěch má – jak školák ví – pozorné a mocně povzbuzující rodičovské publikum. Dítě se musí naučit soutěžit, v naší kultuře se bez toho neobejde. Zůstává však otevřenou otázkou, zda toto soutěžení nepodporujeme příliš. Solidarita a soutěživost jsou protiklady. Nikoli nesmířitelné, dítě má umět obojí střídat. To však znamená, že má převažovat solidarita a soutěžení nesmí být smrtelně vážné.

Zde jsme u otázek *pedagogické filozofie, nejvlastnějšího smyslu, cílů výchovy* v rodině a ve škole. Nemíváme na ně bohužel čas pro samé starosti, jak zajistit dětem nejlepší podmínky, jak si udržet jejich lásku a poslušnost. K hlubšímu zamyšlení se obvykle dostáváme, až když se dítě vymyká kontrole, ztrácí dětskou roztomilost a poddajnost, jde si bezohledně za svým.

Školák se většinou snadno druží, je extravertní, orientován navenek. Převládá u něj kladné citové ladění, radostnost a bezstarostnost, je hovorný, citově spíše povrchní, mělký. Nevyráží se dlouho zlobit, svůj vztek rychle odreaгуje, ale není také ještě věrným kamarádem. Výjimky se objevují po desátém roce, kdy se už navazují přátelství na základě povahových rysů, tj. mezi dětmi, které se v něčem podobají a v něčem doplňují. Tyto výjimky znamenají vlastně předběhnutí průměrného vývojového tempa. Soucit je v tomto věku ještě vzácné kvítí a ve skupině, jako je průměrně vedená školní třída, snadno převládá opačný cit: děti se např. krutě posmívají těm, které trpí nějakým defektem. (A mimochodem: naivně zlomyslné trápení zvířat není žádnou vzácností.)

Učitel

První učitel je *takřka bez výjimky milován*. Děti k němu (obvykle k ní) vzhlížejí jako k autoritě, která převyšuje i autoritu rodičů: vždyť rozhoduje v tom novém světě, do něhož dítě vstoupilo a který je tolik zaměstnává.⁵ Učitelovo slovo je

5 Dnes mají učitel i rodiče těžkou konkurenci v televizi, která je pro školní dítě – snad nejvíce právě ve věku, o němž mluvíme – velmi vysokou autoritou.

zákonem. Snad všichni rodiče poznali ono překvapené až dotčené: „Ale paní učitelka říkala...“ Školák se ochotně podrobuje autoritě, aspoň zpočátku.⁶ Snadno se s učitelem identifikuje – i když už zřídka v tom silném smyslu jako předškolák s rodiči. Přejímá jeho hodnoty, touží se mu podobat. Využit této identifikační pohotovosti má být základní strategií výchovy v prvním a druhém ročníku. Pak střizlivý realista přechází – zvolna nebo i náhle – ke kritičtějšímu postoji. I to je v pořádku. Školák přece, jak jsme viděli (str. 148), právě nyní rozumem překonává zdání smyslů, které ho klamaly (např. že udělám-li z plastelínové kuličky hada, bude plastelína víc než předtím). Děti se mají učit co nejvíc vlastní praktickou činností, mají se přesvědčovat o tom, co se učí, na vlastní oči i „na vlastní ruce“. Obecně platí: *jen cestou pochybností lze dospět k pevnému přesvědčení*. Tento základní pedagogický princip se však má uplatňovat nejen ve způsobu výuky, nýbrž i ve vztahu mezi žákem a učitelem. Učitel má být pro dítě příkladem zaujetí pro vědění a pro dovednosti, jež mu předává, příkladem osobní pravdivosti, poctivé práce, spravedlivé vlády, ochoty pomáhat. Zpočátku dítě bez přemýšlení důvěřuje, že takový opravdu je, stále více se o tom však potřebuje přesvědčovat, ověřit si to v konkrétním, „hmatatelném“ kontaktu. Ani toto přesvědčení není možné bez pochybností, bez určitého experimentování, což je – mimochodem – hlubší smysl mnohého zlobení a drobných provokací.

Co s načatým odpolednem?

Škola zabírá dítěti velkou část dne, a vezmeme-li v úvahu i domácí přípravu, je to *asi polovina denní doby*, jež je k dispozici po odečtení „prostojů“ (spánek, doba strávená jídlem, hygienou, dopravou a drobnými provozními povinnostmi). Ale tím, že zabere polovinu dne, vytváří škola něco nového, a to je – volný čas. Jak ho dítě využije, čím ho naplní?

Přirozeně především hrou, která dříve byla jeho celodenním zaměstnáním. Školák si hraje stále vášnivě, ale přece jen – není už ve hře *celý*, celou svou existencí, není do ní tak ponořen, a tím je hra o něco ochuzena. Co naopak získává?

Ve školním věku si už hraje střizlivý realista, nikoli bezhlavý fantasta. Jde mu o *věrné napodobení skutečnosti*. Imponuje mu technika, miluje technické stavby a domáhá se *nože* jako základního nástroje své hry. Obvykle trvá nějakou dobu, než přesvědčí rodiče, že jeho psychomotorika a sebekázeň pokročily natolik, že tohoto symbolu mužnosti nezneužije a že si neublíží. Dívčí hry, mezi nimiž je teď nejdůležitější hra s panenkou-děťátkem, jsou také realističtější

6 Dnešní děti jsou již v rodině vedeny často daleko volněji než dříve a učitelé si stěžují, že i jejich autorita slábne. Z hlediska vývoje osobnosti by to byla velká škoda.

a věrné napodobení skutečnosti v nich hraje velkou roli; *hra s panenkou je i promyšlenější a plánovitější* – v bývalé prostinké podobě by už děvčata nebavila.

Velikou věcí je pro školáka *hra se zvířaty*. Zvíře patří k lidskému světu (i když na to městský člověk skoro zapomněl) a o světě dětí to platí dvojnásob. Má to být pokud možno teplokrevné, srstnaté zvíře. Nemůžeme-li si dovolit psa ani kočku, tedy – prosím – aspoň morče, křečka nebo něco podobného!

Děvčata i chlapci mají teď rádi *stolní hry*: halmu, dámu, mlýn, nadanější také šachy. Půvab získávají hry s momentem náhody, počínaje prostým Člověče, nezlob se a konče složitými karetními hrami s řadou pravidel. Moment náhody je silným lákadlem, hráč však musí mít možnost uplatnit také svou bystrost; kdyby byl výsledek pouze náhodný, hra by nebavila.

Skupinové hry: To jsou zpočátku jednoduché honěné a schovávané s prostými pravidly, nenáročnou organizací a rychlým průběhem, každý účastník má možnost mnohokrát zvítězit. Odtud vede vývoj ke složitým hrám na celníky a zloděje, celníky a pašeráky i k rozsáhle organizovaným bitvám podle dohodnutých – i když nakonec nejednou porušovaných – pravidel; tyto hry mají ovšem pravý půvab pouze tehdy, zorganizují-li je chlapci o něco starší, jinak se zapomene na pravidla a hra skončí nějakou primitivní rvačkou nebo se prostě rozpadne.

Od hry vede cesta ke sportu: Školák si zprvu hraje dosti jednoduše s míčem a rád závodí „kdo bude dřív támhle u toho stromu“. Chlapci kromě toho rádi zápasí a nyní už stále důsledněji dodržují pravidla – rituál (str. 126). Z těchto zárodečných forem se vyvíjejí sporty jednak závodivé, jednak takové, ve kterých soupeři stojí proti sobě.

Pro vývoj osobnosti jsou patrně nejdůležitější *týmové rvavé sporty* jako fotbal a hokej; později k nim přibude košíková. Dochází při nich k těsnému kontaktu – tělo na tělo. Hráč musí riskovat srážku a případné zranění, hra cvičí odvalu. Vybíjí se při ní agrese, tyto hry jsou ritualizované boje. Při těchto sportech je sociální trénink bohatší než při zápase nebo boxu: ve hře je nejen soupeř, ale i spoluhráč. Úspěchu lze docílit pouze souhrou, hráči jsou na sobě navzájem závislí. Je možno dát gól a tím se „vytáhnout“, ale důležité je také „neužírat“ a v pravý čas přihrát, dát příležitost spoluhráči. Obětavost, individualismus, kapitulantství a houževnatost, schopnost nadchnout se pro společnou věc, schopnost čestně hrát (i prohrát!), všechno je tu jako na dlani. Proto v těchto sportech roste osobnost, tvoří se realistické sebehodnocení, zdravá hrdost i zdravá skromnost. Dítě se učí oceňovat u druhých cenné charakterové vlastnosti. Z těchto zkušeností vznikají krásná kamarádství. Tělesnost rvavého sportu reguluje, zdravě tlumí i sexuální dráždivost, která v tomto období může oslabovat účinnost výchovy.

Rvavé sporty jsou *pro některé děti příliš drsné*. Ty zůstávají na okraji, prohlubuje se jejich plachost, případně neurotické rysy. Dítě se pak někdy snaží vyniknout a upozornit na sebe jakýmkoli způsobem, třeba „šáskováním“ ve

třídě. Těmto dětem je třeba najít sport nervavý, spíše závodivý, ať už se závodí v rychlosti, síle nebo obratnosti; jindy naopak sport sice rvavý, ale individuální; v nejhorším případě intelektuální sport, jako jsou šachy. Není-li ani to možné, tedy aspoň zájmovou aktivitu, ve které lze vyniknout: hudba, malování, tvorba modelů, sbírání čehokoli, pěstování čehokoli.

Nechci ani v nejmenším podceňovat výchovnou hodnotu nervavých sportů a dalších vyjmenovaných činností, které jsem označil za náhradní. Jeví se jako náhražky pouze v jedné perspektivě: neposkytují pro vývoj osobnosti něco z toho, co mohou dát právě jen rvavé sporty. V pozdějším věku jsou však výborné – podle Matějčka dokonce hodnotnější – i sporty, při kterých se jen kooperuje a protivníkem není člověk, nýbrž divoká voda, po které se sjíždí, nebo skála, kterou je třeba zlézt.

Také netvrdím, že rvavé sporty jsou to nejlepší pro každé dítě, které je schopno se jich zúčastnit! Je to spíš chlapecká záležitost a i mezi chlapci se najdou povahy, které se sice nebojí poprat, ale kterým to z nějakých důvodů nesedí.

Skutečný, vážný sport je v mladším školním věku podle mého názoru předčasný. Není totiž hrou, a tak bere dítěti hru. Je soudobou řeholí, problematickou z hlediska dalšího tělesného i duševního vývoje. Často se v něm uplatní děti všestranně tělesně i duševně nadané, takže vývojové poškození nebije do očí: dítě, které by mohlo třeba vyniknout v matematice nebo se dostat na úroveň slušného amatéra v hudbě, zůstane ve všem – kromě toho sportu – průměrné.

Ale nechci zjednodušovat. Má-li se z dítěte stát virtuos na hudební nástroj, cirkusový artista nebo baletka, musí začít stejně brzy jako sportovec a prožije stejně problematické výjimečné, z psychologického hlediska riskantní a v něčem ošizené dětství. Opět jsme u otázky hodnot, kterou nelze nikdy definitivně uzavřít.

Školák ve volném čase také rád čte, případně žádá, aby se mu četlo. Škola mu nestačí, žádá další přísun informací. Toto je věk dětských encyklopedií i zábavné literatury, o které jsme se už zmínili.

Vývojově důležitou zábavou, chlapeckou a v menší míře i dívčí, je vytváření malých *tajných skupinek*, které mívají tajné jméno a hesla, znaky a místa schůzek. Tyto minispolky nemívají jasný program, zdá se, že hra na tajemství je jejich hlavní náplní a sblížení, které vzniká kolem tohoto tajemství, jejich hlavním půvabem. Nemívají dlouhé trvání, ale jsou krásné a trénují vzájemnost, která se později uplatní v rámci jiných vztahů.

Kluci a holky – muži a ženy

V mladším školním věku není zájem o sexualitu zvlášť živý. Naše kultura jej záměrně tlumí, na rozdíl od některých přírodních národů, méně orientovaných na výkon a vzdělávání: tam je zájem o sexuální život časnější, děti se více a volněji zabývají sexuálními hrami.

Důležitou ochranou před předčasným sexuální zájmem je *vznikání izosexuálních (stejnopohlavních) skupin*, chlapeckých i dívčích. Hoši prohlašují, že „holky jsou nemožné“, děvčatům vadí na chlapcích velkohubost, rozkřičenost, hrubost; snad jsou dívky skutečně v průměru o něco jemnější a sociálně zralejší, vyspělejší. Izosexuální skupiny nemají ovšem jen tuto ochrannou funkci, jsou cenné samy o sobě i jako trénink pro různá izosexuální společenství v dospělosti.

Někteří, zvláště američtí autoři s oblibou tvrdí, že se Freud mylil, když toto období prohlásil za stadium psychosexuální latence. Konstatují u obou pohlaví častou masturbaci i heterosexuální hry, čilou výměnu informací o nejrůznějších záležitostech souvisejících se sexualitou, vzájemné prohlížení pohlavních orgánů, schematické kreslení genitálu, u nás ženského (Seifert: „líbezná geometrie plotů“), v jižních krajích spíše mužského. Protože jsou tyto aktivity časté, považují se za normální. Odtud plyne, že se pedagogové nemají zbytečně rozčilovat a přistižené děti trestat. Každá funkce se totiž vyvíjí od nižších stupňů k vyšším, dokonalejším, a to platí i pro sexualitu.

Plně souhlasím, že zatracování a tresty jsou velmi špatnou sexuální výchovou. Není však tak jisté, že se Freud mylil právě v této věci. Od jeho časů se totiž úloha sexuality v našem životním slohu zvýšila.

Příčin je celá řada, zde jen některé z nich: Lidé jsou lépe živeni, konzumují také více alkoholu a jiných dráždivých; k těm patří i koření. Máme více volného času, jsme méně unaveni těžkou tělesnou prací. Antikoncepce umožňuje pohlavní styk s malým rizikem otěhotnění. Ženy mají méně dětí, tedy menší část jejich života připadá na období sexuální nečinnosti. Je-li méně dětí, „spotřebují“ méně citového příklonu,⁷ je méně starostí s jejich nemocemi, méně truchlení po jejich pohřbech. Prosadily se povolnější postoje k mimomanželskému a předmanželskému milostnému životu. Bez významu nejsou ani základy moderní kosmetiky, zubní protetiky, plastické chirurgie. Sdělovací prostředky přinášejí stále více sexuálních podnětů, počínaje náznakovými kresbami nahých žen v denním tisku a konče vysoce sexuálně dráždivými scénami ve filmech a televizních pořadech, nemluvě o záplavě specializovaných erotických publikací, pornografických filmů a videokazet.

Lidé se tedy dnes docela prostě více zabývají sexualitou a tato konjunktura doléhá i k dětem, nepřímou i přímo (mládeži nepřístupné, ale fakticky sledované pořady v televizi). Tím je ohrožen tradiční, poměrně klidný průběh zrání sexuality a celé osobnosti ve školním věku. Je ohroženo něco, co se v naší kulturní tradici možná dobře osvědčilo a čím se my, Evropané, lišíme např. od tichomořských ostrovanů. Rozšířenost sexuálního zájmu neznamená ještě jeho normalnost.

7 Někdy však naopak, je-li dětí málo, tím více na nich lpíme a ony opětvují náš mimořádný citový příklon, protože si méně „užijí“ se sourozenci, jsou na nás závislejší.

Děti předčasně sexuálně aktivní v tomto i v pozdějším věku hůře přijímají hodnoty naší kultury, jsou méně disciplinované a méně úspěšné v práci. Sexuální předčasnost a horší přijímání kulturních hodnot mají patrně společné příčiny – rozvrácené nebo příliš povolné rodinné prostředí a nízkou sociokulturní úroveň.

Nenavrhuji mravnostní cenzuru ani žádnou reformu nebo sexuální kontrarevoluci. Pouze navrhuji, aby se o problému diskutovalo, protože je.

Na závěr ještě pro zajímavost nevinný sexuální vtip z repertoáru amerických školáků: „Chceš povědět vtip?“ – „??“ – „Holka spadla do bláta.“ – „??“ – „Chceš říct ještě jeden?“ – „??“ – „Kluk spadl do bláta.“ – „??“ – „Chceš ještě jeden?“ – „??“ – „Vstali tři.“ (Raději bych uvedl podobný vtip našich školáků, ale dostupná literatura v tomto směru mlčí.)

Doma přece jen nejlíp

„Jsem domááá!“ zakřičí Věrka ve dveřích, setře se z kabátu snůh, protože se cestou ze školy koulovala, mrskne aktovkou do kouta a vrhne se k lednici. S plnou pusou vykládá každému, kdo je v doslechu, co a jak bylo ve škole, hlavně o přestávkách. Ve spěchu se přezuje do suchých ponožek a sněhulí a „Čau – já letím!“, protože venku je po kolena krásného sněhu a holky už určitě čekají.

Potřebuje školní dítě vůbec ještě rodinu, nebo aspoň: potřebuje ji opravdu nezbytně? Potřebuje, a bude potřebovat ještě dlouho, i když v každém věku trochu jinak, k něčemu jinému; a to platí jak o rodině v celku, tak o každém jejím členu.

Matku potřebuje školák nejen k tomu, aby ho dobře živila („Co toho ty děti snědí!“) a oblekala, pomáhala mu s učením, chránila před skutečným i zdánlivým nebezpečím, učila spoustě praktických věcí a ošetřila odřené koleno. Potřebuje, aby skrze tyto ryze praktické činnosti byla jedním z nosných sloupů jeho domova, jistotou něhy a radosti. Zdůrazňuji: skrze tyto praktické činnosti, nikoli v nějakých zvláštních chvílích věnovaných něze; ty také existují, ale jsou, a mají být, stále výjimečnější. Střízlivý realista se ještě rád pomazlí, ale už ne tak často a ne každý. A zdůrazňuji spolu s něhou radost, protože něha a láska neradostné matky jsou jako voda z otrávené studně.

Dále školák od matky potřebuje *otevřenou komunikaci*, upřímnost. Týká se to především citových problémů, kterých je i v tomto období dost, přestože vztah k rodičům je celkově snadnější, samozřejmější a kladnější, než byl v předškolním věku a než bude v pubescenci. Otevřenou komunikací se dítě učí vyznat se v tom, co cítí, přijímat své city takové, jaké jsou. Učí se, že city je na jedné straně třeba dobře ovládat, na druhé straně však není správné je falšovat, potlačovat, sám sobě něco zalhávat. Jako příklad uvádím rozhovor psychologicky poučené matky s devítiletým Standou.

(Standa mlčí a mračí se.)

Matka: „Vypadáš dnes nějaký vztekly.“

Standa (odsekává): „To taky jsem!“

Matka (vlídně, věcně, s trochou soucitu): „Cítíš se hodně naštvaný?“

Standa (stejným způsobem): „To's uhádla!“

Matka (věcně, jemně): „Máš asi na někoho vztek.“

Standa (o něco mírněji): „Jo. Na tebe.“

Matka (stejným způsobem): „Povíš mi proč?“

Standa (vyčítavě): „Nevzala jsi mě do cirkusu, a Káju jsi vzala!“

Matka (věcně, vlídně, ale nijak zvlášť soucitně): „Tak tohle tě naštvalo. Určitě sis řekl:

„Má ho radši než mě.““

Standa (ještě ukřivděně, ale zřejmě rád, že se o tom mluví): „Jo.“

Matka (laskavě, s porozuměním): „Ty máš opravdu někdy takový pocit.“

Standa (už klidně): „No ... to určitě mám.“

Matka (stejným způsobem): „Tak víš co, Stáňo, vždycky když budeš mít takový pocit, přijď za mnou a řekni mi to.“

Všimněte si: Matka se neomlouvá, ví, že v tomto případě jednala správně (jsou ovšem i případy, kdy jediné správné je omluvit se). Nezdůvodňuje své jednání, to samozřejmě udělala ještě před cirkusem. Bude-li opakovat vysvětlení, Standův pocit křivdy se nezmění. Umožňuje chlapci pouze, aby řekl, co cítí. Když to řekne, nerozmlouvá mu to, neřekne třeba: „Ale ty hlupáčku, jak si můžeš něco takového myslet?“ Bere jeho pocit naprosto vážně, pomáhá ho chlapci formulovat jednak jasněji, jednak otevřeněji, než by byl v dané chvíli sám schopen. Závěrečná věta tak posiluje vztah důvěry a vybízí k otevřenosti pro příště.

Náš dialog je z učebnice a v učebnici je obvykle všechno pro názornost trochu zjednodušeno. V praxi někdy dítě reaguje jinak, uzavírá se, nemluví s námi, provokuje nějakou drzostí a musíme manévrovat trpělivěji a složitěji. Výsledku jako Standova matka docílíme třeba jen jednou, ač se budeme pokoušet mnohokrát. To neznamena, že ty nezdařené pokusy byly marné. *Sama (nevnucující se!!) nabídka rozhovoru* už dítěti ukazuje, že respektujeme, co cítí, a to na ně příznivě působí – ať odpoví jakkoli.

Také k *otci* mívá školák dobrý, neproblematický vztah. Jeho úloha je ovšem trochu jiná, jak plyne částečně z tradičního stereotypu mužské role (viz str. 220), částečně z toho, že muži stále ještě bývají fakticky mužnější, náročnější a doveďou si získat větší autoritu. I zde sice platí všechno, co jsme řekli o úloze matky, ale otec přece jen *věcněji oceňuje výkony a úspěchy, důrazněji, přísněji domlouvá, případně trestá*. Pro chlapce je těžko postradatelným vzorem.

Trest je u školáka choulostivou záležitostí. Zejména *tělesný trest* ho pokořuje mnohem víc, než kdysi pokořoval jeho rodiče, nebo dokonce prarodiče. Trestáme jen v nutných případech. (Obecné pravidlo: čím více a pedagogicky obratněji odměňujeme to, co zaslouží odměnu, čím štedřejší po zásluze chválíme, tím méně jsme nuceni trestat.) Trest formou nadávky uráží a provokuje vzpouru. Jsme-li na dítě hrubí, učíme je hrubostí.

Desetiletý Láďa při obědě hlučně srká a mlaská. Otec na něj zakřičí: „Jdi od stolu! Jíš jako čuně. Víš, co je to čuně?“ „Jo,“ odpovídá Láďa zdráhavě, ale pevně, „syn prasete.“

Nemohu si odpustit poznámku o ironii. Je to zbraň, které všichni občas užíváme. Patří k životu a často úzce hraničí s neškodnou legrací. Příliš často však slyším z úst rodičů vůči dětem ironii, která podráždí nohy, posměch, který drtí dosud křehké sebevědomí školáka. Ironii vůči dítěti bychom měli odvažovat na lékárnických vážkách.

O *sourozencích* se dnes málo píše a bohužel se také méně sourozenecky žije. Jednak je mnoho jedináčků, jednak školní děti tráví i mimo vyučování mnoho času s dětmi stejného věku. V dospělosti se pak sourozenci odstěhují každý jinam a málo se stýkají. Je to škoda, protože sourozenci jsou – když se vztah vydaří – skoro stejně cennými souputníky na cestě životem jako manželé. Ne nadarmo si některé organizace zvolily oslovení „bratr“ a „sestra“ pro vyjádření vzájemné solidarity a věrnosti společné myšlenky.

Sourozenecké vztahy nejsou vždy a pořád idylické. Bývá v nich mnoho revnivosti a žárlivosti, závisti, sporů. Zlý, agresivní, lstivý, nadměrně panovačný nebo jinak obtížný sourozenec může svému bratru či sestře celé dětství pořádně zkomplikovat. Jsou-li naopak vztahy mezi sourozenci dobré, vzniká mezi nimi *přirozená koalice*, jež trochu vyvažuje jinak příliš velkou mocenskou i psychologickou převahu rodičů. Už množství společně stráveného času vytváří velkou blízkost; sbližuje i fyzická podoba, podobný hlas, podobnost duševních vlastností získaných na dědičném základě, společně spáchané „hříchy“, společně vytrpěné tresty, společné iluze i zklamání, společné úspěchy. Starší sourozenec je učitelem, vzorem, ochráncem. To je právě to, co ve skupině stejně starých dětí nejvíce chybí! Školák cítí k mladšímu sourozenci už nejen žárlivost, ale i pečovatelskou něhu. Je dokonce geneticky „předprogramován“ k péči o kojence a reaguje na něj stejnými gesty, slovy a mimikou jako dospělí (viz str. 83).

Rodina jako celek, rodinné hnízdo, má být útočištěm ve světě, kde je často příliš mnoho honby za úspěchem, tvrdosti, přetvářky, vysokých nároků, anonymity. Zde si lze nejrůznějším způsobem hrát, je možné se i nezávazně pohádat, snad si i zazpívat (zatímco jinak všude vládne reprodukováná hudba). Lidské vztahy jsou zde přednější než výkon a prestiž – a to je jedna ze základních lekcí, které má právě školák v rodině dostat pro celý další život.

Oáza je však málo. Prostor domova má být pro školáka *nástupním prostorem* ke všem velkým výbojům, které podniká. Tady se mu radí, důvěřuje i fandí – a podle potřeby je i mírně popostrčen, když si netroufá.

Rodina je prostor pravdivosti, upřímnosti, otevřenosti, vzájemnosti; odborným souhrnným termínem pro toto vše je v rodinné psychologii *mutualita* (z latinského mutuus = vzájemný). Mutualita je základem a podmínkou všeho, o čem zde mluvíme. Jen mutuální rodina může být skutečnou oázou i nástup-

ním prostorem. A největším nedostatkem rodinného života je naopak *pseudo-mutualita*, předstírání vzájemnosti a pravdivosti. Dítě může žít uprostřed zdánlivě dokonalé péče, v prostředí, kde se nikdo nehádá a nekřičí, kde však je prostě nemožné o určitých věcech mluvit: nesmí se zapochybovat o dogmatu, že všichni všichni milují, a to stále a stejnoměrně, že záporné city neexistují.

Zhruba každý pátý školák dnes žije v neúplné rodině. Obvykle je to rodina bez otce, i když v současné době už přibývá i případů, kdy je dítě po rozvodu svěřeno do péče otci. Jaké jsou tyto děti? Informace máme spíše o dětech žijících bez otce, který buďto odešel po rozvodu, nebo tráví z nějakých důvodů většinu času mimo domov, anebo zemřel. Tyto děti se rozvíjejí v průměru hůře než děti z úplných rodin. Chlapcům chybí identifikační vzor. Bývají závislí, hůře se kontrolují, jsou méně zodpovědní, úzkostnější, někdy se nevhodným způsobem snaží dokázat svou mužnost a hůře vycházejí se svými vrstevníky. Dívky vychovávané bez otce bývají nervózní a neukázněné. Psychologové, kteří to zjišťovali, však nemohli říci, zda je nepřítomnost otce přímou příčinou těchto poruch. Je totiž stejně dobře možné, že *vývoj dětí poškozuje osamělá matka*. Její projevy bývají poznamenány pocitem krivdy a nepřátelství k bývalému manželovi⁸ nebo nepřiměřeným smutkem, jestliže manžel zemřel. To může na děti působit hůře než samotná nepřítomnost otce.

Co dokážu ve velkém světě?

Vývoj dítěte je – jak jsme viděli – i v mladším školním věku složen z řady linií, které se navzájem proplétají. Oč jde v celku, to nelze vyjádřit jednou větou. Můžeme se však přesto na závěr kapitoly zamyslet nad tím, co je v tomto období nejdůležitější, co je *hlavním vývojovým úkolem* a co je *hlavním vývojovým rizikem*.

Hlavní motiv udává škola, která především učí dítě pracovat, otvírá mu tak velké perspektivy, ale klade na ně také nebývalé požadavky. Tím vzniká v osobnosti napětí, nejmocnější hybný protiklad tohoto období.

Co všechno znamená pro člověka práce! Snad nám ideologická vulgarizace Marxových myšlenek znechutila a tím zastřela starou pravdu, že práce má a může být *radostí, tvorbou, ctí, tím, co lidi navzájem spojuje, co dává jejich životu smysl, čím sami sebe vytváříme a přetváříme*. A přece to je právě to, co má školák pochopit, co se má stát jeho vlastní hmatatelnou zkušeností, co má prožít, má-li se harmonicky vyvíjet a stát se platným členem společnosti.

8 Zkušenosti našich soudních znalců, kteří se vyslovují ke svěření dítěte do péče po rozvodu, potvrzují tento dohad. Popouzení proti otci a ztěžování styku jsou běžné.

Vztah k práci je – psychologicky viděno – složitý útvar. Je to především vztah k té konkrétní práci, kterou člověk dělá. To je u školáka školní práce, učení. Ale to by nestačilo. Musí zde být i *vztah ke světu práce*, s nímž má dítě kontakt prostřednictvím rodičů: ví, co pro otce a matku znamená práce v zaměstnání, jak je těší, jak na ni myslí, jaký má pro ně smysl. Chodí kolem lidí pracujících na stavbě, v obchodě, na ulici, slyší je mluvit o práci a vytváří si tak celkový obraz i představu, jak se ono samo jednou bude podílet na světě práce.⁹

Ve vztahu k práci, který si školák vytváří, odlišíme několik složek:

- *Prostá záliba ve vykonávané činnosti*, jež přináší smyslové uspokojení z manipulace s materiálem, jak to dítě dávno zná už z batolecích her. Sem patří i příjemnost kontaktu s lidmi, ke kterému dává práce příležitost, a také intelektuální zajímavost. V tomto směru se práce neliší od hry: Je to prostě zajímavá, přitažlivá činnost, v níž lze uplatnit i fantazii a jež někdy vede k nečekaným výsledkům.
- *Očekávaná odměna*, která znamená hmotné zajištění, nezávislost, možnost koupit si věci a zaplatit služby podle vlastního přání. To školní práci chybí, ale naše dítě o odměně za práci dobře ví (snad až příliš dobře).
- *Bezprostřední užitečnost práce*: upečený chléb, bezpečný provoz na křižovatce, ovázaná rána. Toto školní práce postrádá a dítě přijímá vděčně každou příležitost zkusit si, jaké to je. Potřebuje však i patřičné ocenění od těch, jimž je jeho práce užitečná. Zvláštní význam pro ně má, překročí-li užitečnost vykonané práce rámec rodiny. Dítě totiž už dávno ví – a toto vědění je základní složkou jeho životního scénáře – že jeho budoucnost není u rodičů, ale právě v tom velkém světě, který se mu otvírá, a touží dokázat si svou užitečnost právě v něm.
- *Vědomí vzdáleného cíle*, který je osobně, případně společensky žádoucí. Tento cíl učitel dětem patřičně zdůrazňuje, snad až nadbytečně: „Učíte se pro život!“ Je důležité pěstovat u dětí tuto perspektivu, ale nelze v ní vidět bezprostředně působící motiv pro to, aby se dítě věnovalo nezajímavé nebo neobratně podávané látce.
- *Hrdost technického věku*: Dítěti imponuje technika, zpočátku zejména těžké bagry, letadla a rakety. „Podmanit si přírodu“ – to je heslo, které děti ochotně přijímají jako součást toho, co „my lidé dokážeme“, identifikují se s ním. (Dnes už je důležitější vštěpovat dětem ekologické vědomí a svědomí, je

9 Naléhavé doporučení: Udělejte všechno, co můžete, aby vaše děti viděly vaše pracoviště, vaše pracovní místo, vaše spolupracovníky, váš stroj, vás v pracovním oděvu, pokud možno při nějaké činnosti, jejíž užitečnost snadno pochopí a jež jim zaimponuje. Investujete tím mimo jiné i do vlastní prestiže a autority.

však obtížné vzbudit v nich nadšený obdiv pro to, jak člověk zachraňuje přírodu sám před sebou.)

■ *Virtuozita práce:* Být v něčem dobrý, dokázat sám sobě i druhým svou kvalitu. Může jít prostě o to předstihnout druhé, ale dítě už si dovede postavit „pravidla hry“ tak, že se učí kvůli vlastnímu uspokojení, má svůj standard dokonalosti. Pak dokáže ocenit i virtuozitu jiného, mít radost z toho, že někdo – kdokoli – je na vrcholu dokonalosti. Obdiv k dílu druhého je krásný, kulturní a vývojově důležitý cit.

■ *Příležitost k soutěži:* Být lepší než ten druhý a také být členem týmu, který vyniká. Tento motiv dělá z práce přitažlivou hru. Zde dostává i osobní ctižádost realistické rozměry a stává se hybnou silou vývoje osobnosti.

■ *Smysl pro spolupráci:* Společenství práce, která má jasný cíl, kde výkon každého je podmínkou úspěchu, kde silnější pomáhá slabšímu, kde se všichni podřizují vedení a podle potřeby se také podílejí na vedení – to je pro řadu lidí hlavní důvod, proč mají rádi svou práci.

■ *Pracovní disciplína:* Mnoho lidí přijímá práci jako mravní povinnost. Poctivá práce je pro ně poslušností vůči životnímu řádu, a tedy zdrojem dobrého svědomí. Snad jde o „prodlouženou“ poslušnost malého dítěte, které právě v poslušnosti vůči rodičům vidí (či spíše podvědomě cítí) záruku svého bezpečí: Když budu dělat rodičům radost, nemám se čeho bát.

Všechny složky, které jsme vyjmenovali (a patrně i další), tvoří v psychologii dospělého i dítěte celek, strukturu. U jednotlivých lidí jsou některé z těchto složek slabší nebo silnější a více nebo méně uvědomované. Známe lidi s defektním, nedostatečným vztahem k práci. Jiní mají k práci neurotický vztah plný rozporů. Jsou i lidé posedlí prací, kteří jí věnují veškerý svůj čas, je pro ně vášní – nebo také zdánlivou vášní, únikem před volným časem, jež nedovedou naplnit, nebo před interpersonálními vztahy, ve kterých selhávají. V zárodečné formě můžeme to všechno vidět už u školáků: v jejich vztazích k učení, učiteli, známám i v jejich fantaziích o budoucnosti.

Zatím jsme mluvili o vztahu k práci v pozitivní poloze (až na negativní zmínky v posledním odstavci). Mysleli jsme na ty děti, které se dobře učí a bez větších konfliktů se přizpůsobují učiteli i dětskému kolektivu. Ty si klidně budují vztah ke školní práci i k dospělému světu práce. I ony mívají trému, prožívají nezdary a zklamání. I pro ně je bolestné ztrácet velikašské iluze o sobě (být prezidentem!) nebo zklamávat iluzi svých rodičů, že jejich dítě bude v nějaké disciplíně mistrem světa. Vcelku snadno však dospívají k jasné osobní perspektivě a zdravému sebevědomí toho, kdo se dokáže uplatnit a v něčem i vyniknout. Takový je klasický, osvědčený vývojový program tohoto období. Zdravé sebevědomí se přenáší i na vlastní tělo, na psychické soukromí denního snění, zvýší i hrdost na rodinu, ze které tak znamenitá osoba – to jest já – pochází. Dětské sebevědomí získává také větší autonomii, je čím dál tím méně

závislé na okamžitém úspěchu nebo nezdaru. – Dítě využilo nových šancí, které mu přineslo vývojové období mladšího školního věku. Jestliže si s sebou z předškolního období neslo nedořešené citové problémy, jsou teď překonány nebo aspoň překryty „novou, zdravou tkání“ (můžeme-li použít přirovnání k tělesnému vývoji).

Jenže jsou tu ti druzí. *Menšina, která nestačí nárokům školy* nebo stačí jen s vypětím sil. Příčinou může být nižší inteligence, dyslexie (snížená schopnost učit se číst při jinak dobré inteligenci), neklid a jiné problémy způsobené tzv. lehkou mozkovou dysfunkcí, vady osobnosti, neschopnost dodržet základní kázeň, snížená vitalita při opakovaných infekcích, lehčí i těžší chronické choroby, tělesné a vzhledové vady, smyslové vady, osiření, rozbité rodiny, vážné nemoci rodičů včetně alkoholismu a duševních poruch. A nezapomínejme na romské děti, z nichž jen velmi malá část dojde až do posledního ročníku základní školy. Je mnoho příčin, pro které může i normální, průměrné dítě „spadnout“ do této menšiny a doplácet na to celý život.

Tyto děti samozřejmě nejsou ztraceny. Máme pro ně zvláštní školy, školy pro mládež se smyslovými vadami, a učební obor i pracovní uplatnění se najde i pro dítě s velmi slabým prospěchem.¹⁰ Ale jak se vyvíjí jejich osobnost?

Už v předškolním věku mají postižené děti řadu problémů a často trpí. Ve škole přibývá nový – a velmi těžký – problém: *pocit méněcennosti*. Zmínili jsme se už o tom, jak na dítě působí opakovaný nezdar ve školní práci (str. 152). Teď to vidíme v širší souvislosti: je ohroženo splnění základního vývojového úkolu. Hrozí, že si dítě nevytvoří normální, zdravý vztah k práci se všemi složkami, které jsme probrali, že se pro ně práce nestane tím, čím má a může být. Právě pocity méněcennosti podlomí vývoj tohoto vztahu.

Zde se vrátíme výkladem o *vývoji sebevědomí* až na začátek života, do kojeneckého období.

Sebevědomí je téma, na kterém jsou založeny celé psychologické systémy, a také v praxi s tímto pojmem hodně pracujeme.¹¹ *Mít pocit sebevědomí je jedna ze základních lidských potřeb*. Víme, co všechno lidé dokážou udělat, aby jej získali nebo obnovili, jak daleko jsou ochotni jít v činech i sebeklamech. S tím je spojena potřeba být uznáván (přijímán, respektován, ctěn) druhými lidmi, což upevňuje naše sebevědomí; jen velmi silný člověk odolá pocitům méněcennosti, jestliže jím celé okolí pohrdá po dlouhou dobu.

V kojeneckém období ještě nelze mluvit o sebevědomí, a přece se jeho nejpevnější základy tvoří právě tehdy. Když si kojeneček zvolna skládá první obraz

10 Některým neprospívajícím dětem pomohou speciální dyslektické třídy a vyrovnávací třídy, takže dohoní hlavní peloton. O těch však teď neuvažujeme.

11 Užívá se také termínů s jinými významovými odstíny, jako sebeúcta, respekt k sobě, přijímání sebe samého, pohrdání sebou samým.

vlastní osoby, což je především obraz vlastního těla (viz str. 88), mohou se jednotlivé části těla i jeho celek od počátku jevit jako samozřejmě dobré – nebo naopak nějakým způsobem problematické. K tělovému Já se postupně přidávají další složky, tak jak dítě chápe, že patří k němu, že jsou jeho. Jsou to jeho akce, přání, hry, výkony, výtvořky. Jde i o sexuální výchovu: nemá-li dítě od počátku jistotu, že jeho pohlavní orgány jsou neproblematicky dobré, že nejsou nějakým způsobem nečisté, je ohroženo i jeho sebevědomí, vznikají pocity méněcennosti.

Každý nový hodnotící soud, který je dítě schopno pochopit, znamená i riziko negativního posouzení sebe samého. Neurčité negativní pocity, spojené od prvního roku života s obrazem vlastního těla a se vzpomínkami na vlastní akce,¹² se strukturují v negativní sebeposouzení. Již elementární Já batolete umožňuje pocity zahanbení (viz str. 117).

V předškolní skupině, ať už jde o sourozence, nebo o vrstevníky v mateřské škole, je už dost příležitostí k tomu, aby se dítě srovnávalo s druhými, a je k tomu také vedeno. To jsou však jen letmé zkušenosti, a jsou-li negativní, rychle se zapomínají – nemluvě o tom, že dítě je „pod ochranou“ kouzel svých fantastických her. Když se střizlivý realista těchto kouzel vzdá a s prahem školy překročí i práh velkého světa, kde je všechno doopravdy a naostro, mohou se obnovit jeho staré nejistoty o sobě samém. Jeho dosud křehké a na mínění okolí tak silně závislé sebevědomí je v nebezpečí.

Je zlé být čtyřkařem, nebo dokonce pětkářem, od kterého se už ani nic jiného nečeká a který nakonec odsouhlasí (a ne jen na povrchu), že je budižkničemu. V prvních ročnících se to ještě dá jakžtakž kompenzovat hrubou silou a řvavostí, aspoň v tomto směru může být pětkář také „někdo“. Ostatně se děti ještě příliš nezajímají, jaké známky mají spolužáci. Později je to horší. Méně citlivý učitel může navíc využít příležitosti k odstrašujícímu příkladu pro ostatní děti a ten odstrašující příklad připeřit ironií, posměchem, vysoko zvednout na výstrahu pětkářův ubohý sešit. To je pak katastrofa úplná. Jednou, po letech, dostane pětkář novou šanci někde na stavbě nebo ve skladu, kde bude k pracovnímu uplatnění stačit zdravé tělo a trocha tělesné síly. To však může být už pozdě. Léta ponižování, pokořování a posměchu mezitím stačí dohnat pětkáře k tomu, aby odmítl podílet se na světě práce, který ovládají ti chytří, vzdělaní a uhlazení, jimž on se nemůže rovnat, mezi nimiž se bude vždycky cítit méněcenným cizincem.¹³ Odmítne a zvolí cestu pohrdání tímto světem a jeho společenským pořádkem. Ne pro nějakou vrozenou charakterovou

12 V době, kdy ještě nemohou vznikat vědomé vzpomínky, plní stejnou funkci paměť těla – podmiňené reflexy.

13 Kariéra pětkářky bude trochu jiná, ale v konečném výsledku podobná.

vadu,¹⁴ ale z vášnivě touhy po sebeúctě, kterou nedovede získat jinak. Musí najít společnost, ve které bude akceptován, přijat, a v ní musí hrát roli, která mu toto přijetí umožní. Bude to nejspíše role oddaného přívržence party s kriminálními sklony.

Po sociální stránce se pro pětkáře rýsuje – jako reálná možnost – životní perspektiva trvalé nezaměstnanosti a život „na podpoře“. Jde o jednu z bolestí, které jsou nechtěným důsledkem ekonomické svobody kapitalismu, které je možno mírnit, ale se kterými si v podstatě nevíme rady.

Ale nelitujme příliš pětkáře. Děti s vážnou tělesnou nebo smyslovou vadou jsou na tom hůře, bolestněji si uvědomují, oč jsou ošizeny. Jsou jako oceňovány a skoro nevyhnutelně u nich v mladším školním věku (a ještě více pak v pubescenci) vznikne hluboký pocit méněcennosti. Očekáváme od nich, že budou někde v koutku tiše trpět svým neštěstím, vděčně přijímat náš soucit a blahosklonnou pomoc, že se nějak smíří se svým údělem. Některé to nakonec dokážou, ty druhé si většinou nechají pro sebe, co cítí a na co myslí, jak nenávidí, závidí a snaží se pohrdat – aby si uchovaly sebeúctu.¹⁵

14 Připouštím námitku, že vrozený defekt inteligence se někdy vyskytuje společně s jiným vrozeným duševním defektem, např. s agresivitou. Ale zdaleka ne vždycky! Může jít původně pouze o defekt inteligence, přičemž jinak jsou děti dobře vychovatelné, společenské, dobrosrdečné. Jejich socializace ztroskotává pak právě na pocitech méněcennosti.

15 Poslední odstavec byl napsán pro první vydání této knihy ještě za komunistického režimu, který předstíral, že se o takto postižené děti vzorně stará. V otevřené společnosti je jejich postavení mnohem lepší, i když jim stále zůstáváme mnoho dlužni.

Čas první lásky

(Pubescence – období od 11 do 15 let)

Dostáváme se k období, které je snad z celého života nejdramatičtější a biodromálně nejzajímavější. Tělesná proměna, jejíž nejdůležitější součástí je pohlavní dospívání, by již sama o sobě stačila vychýlit psychickou rovnováhu a vynutit si *novou integraci osobnosti, novou syntézu*. Dítě (nebo to už není dítě? – je-li normální, tedy přinejmenším nechce už být dítětem) zároveň dělá pod vlivem školy velké pokroky v rozumovém vývoji, které mění jeho způsob nazírání na svět i na vlastní život. Nově, mnohem hlouběji chápe svou individualitu a hledá – v přeneseném a často i doslovném významu – svůj osobitý rukopis. Zároveň mění – ať už více z vlastní iniciativy, nebo více pod tlakem společnosti – i své vztahy k vrstevníkům, k rodičům a dalším autoritám. Žádá se od něj, aby zvládlo základy poznání přírody, techniky a společnosti, včetně její historie. Musí se rozhodnout na složité křižovatce volby povolání nebo studijního oboru. Je toho na pouhé čtyři roky nesmírně mnoho i tehdy, když rodina a škola zacházejí s touto bytostí tolerantně a s porozuměním, podle potřeby rozhodně a pevně, ale vždycky s respektem, když jsou mu pevnou půdou pod nohama a solidní střešou nad hlavou. Ve ztížených podmínkách a také tehdy, když dítě do tohoto stadia vchází s nějakým vývojovým mankem, je nutné počítat s těžkostmi: nebude možná stačit na všechny úkoly, vzbouří se proti nim a proti těm, kteří mu je ukládají, psychické strádání překročí možná únosnou míru a dítě si „vybere“ některou z možností, kterou mu nabízí vzkvétající dětská psychiatrie¹ – anebo krizí proklouzne zdánlivě hladce, ovšem za cenu ochuzení osobnosti či omezení svých dalších životních možností.

1 I duševní porucha bývá únikem z neřešitelné situace, a která porucha se objeví, záleží do jisté míry na osobnosti dítěte, na tom, v jakém směru je psychicky nejzranitelnější, k jaké patologii má nejblíže.

Období mezi jedenáctými a patnáctými narozeninami označujeme jako *pubescenci* podle Příhodova vzoru. Pubes znamená latinsky chmýří, vousy, přeneseně ohanbí, vnější pohlavní orgány. *Pubescence* pak znamená doslova získávání dospělého typu ochlupení, přeneseně tělesné dospívání vůbec; do jaké míry přitom člověk dospěje i psychicky a do jaké míry daná společnost uznává jeho dospělost, to jsou ovšem jiné otázky. *Dospíváním se rozumí období zahrnující pubescenci i adolescenci*, tedy obsah této i následující kapitoly.

Jedenáctý rok jako spodní hranice období má své opodstatnění v tělesném vývoji, ve změněném způsobu školního vzdělávání (zahájení odborné výuky celým týmem učitelů – dosud převážně jediný učitel)² a v citovém vývoji: kolem jedenáctého roku dochází k prvnímu (platonickému) zamilování. Horní hranice je přibližně dána biologicky (možnost zplodit dítě), v našem školském systému také rozhodnutím o dalším způsobu vzdělávání a počátkem právní zodpovědnosti za vlastní činy; to symbolizuje i občanský průkaz, který pubescent dostává v patnácti letech. Psychologicky lze po patnáctém roce předpokládat postupnou stabilizaci, zklidnění vývoje (ale někdy bývá adolescence – byť trochu jiným způsobem – ještě bouřlivější).

I laik vidí, že důvody uvedené pro dolní i horní hranici pubescence jsou problematické. Jedenáctý rok neznamena zrovna přelom v tělesném vývoji, patnáctý tím méně. Změna ve způsobu výchovy a výuky také není příliš ostrá. Rozpaky působí i stanovení hranic podle toho, co platí jen v naší zemi; rádi bychom postupovali tak, aby stanovené hranice platily pro širší společenskokulturní okruh. A pokud jde o první lásku: můžeme pochybovat o její důležitosti i o jejím datování – ostatně se tento jemný a typicky tajný děj obtížně zkoumá. Není tedy divu, že se ve světové literatuře objevují i různá jinak stanovená rozmezí a období. Často se vymezuje – podle amerických vzorů – dospívání nazývané adolescence jako věk od 12 do 18, někdy také do 20 i 22 let. Toto dlouhé období se pak – už z praktických důvodů – musí dělit aspoň na dvě části. Často se setkáme s polo-laickým pojmem teenager, který zahrnuje dobu od třináctých do dvacátých narozenin (v té době totiž číslovka vyjadřující věk končí v angličtině na „teen“).

Zamýšlení nad různými rozmezími a obdobími nás vede i k otázce: neztrácí pubescence v důsledku sociokulturního vývoje euroamerického okruhu, zejména jeho západní části, svůj svéráz? Možná ji Američané nevidí, protože v jejich společnosti ztratila svou tvář. Když se rohlédneme po rozmanitosti dospívání v různých kulturách a v různých historických dobách, musíme uznat, že taková změna je přinejmenším myslitelná. Můžeme se dokonce bát, že se v současném překotném vývoji společnosti ztratí něco kulturně cenného, co se může uskutečnit pouze v „čase první lásky“, anebo – osobněji řečeno – že naše děti a vnoučata nebudou prožívat to, co jsme prožívali my a co je nám ve vzpomínkách drahé.

Individuální rozdíly jsou v pubescenci zvlášť výrazné, ať jde o tělesný, nebo duševní vývoj. Většinu dětí lze sice ještě vzdělávat společně (za cenu toho, že část podprůměrných přechází do zvláštní školy), avšak nadanějším dětem se nabízejí

osmiletá gymnázia a školy s rozšířeným jazykovým vyučováním, které kladou vyšší nároky a více stimulují intelektuální vývoj. Ještě větší jsou rozdíly v psychosociálním a citovém vývoji, které se projevují zejména ve způsobu trávení volného času: zde se můžeme setkat s prostými smyslovými hříčkami i s vážnými zájmy na úrovni náročných hobby dospělých. Ovšem i ten nejvyspělejší pubescent občas vytáhne zastrčenou krabici s vojáčky nebo s panenkami a hraje si docela dětsky. (Dělá dobře; i mnohem větší „kyvadlové pohyby“ patří ke zdravému duševnímu vývoji.) Totéž platí pro vývoj vztahů k druhému pohlaví. Zde záleží na době první menstruace a první poluce i na mužnosti či ženskosti vzhledu – ale i bez ohledu na tyto faktory najdeme vedle sebe úplnou nedotčenost i předčasnou vyspělost s koitální zkušeností. Podobně je tomu s vývojem mravním, estetickým i světonázorovým. Proto i když se v této knize snažím respektovat individuální rozdíly, čtenář nemůže očekávat, že výklad bude plně odpovídat jeho vlastní zkušenosti a vývoji, který pozoruje u svých dětí.

Metamorfóza

(*Tělesný vývoj v pubescenci*)

Náš pubescent vyroste ze 145 cm v jedenácti letech na 171 cm v patnácti, dívka ze 146 na 164 cm. Zvláště si musíme všimnout tzv. *růstového spurtu*, dočasného prudkého zrychlení růstu u dívek i chlapců. Dívčí spurt vrcholí nejčastěji mezi jedenáctým a dvanáctým rokem, chlapecký o dva roky později. Proto dívky nejdříve chlapce o něco předhoní, mužský spurt je však prudší a vede k trvalému rozdílu mezi výškou mužů a žen. Po patnáctém roce pokračuje růst již pozvolněji, výjimečný jedinec se však může třeba ještě v sedmnácti náhle „vytáhnout“.

Průměrná dívka vyroste za rok, v němž vyvrcholí její růstový spurt, asi o 9 cm a přibude o 5 kg, chlapec vyroste o 10 až 12 cm a přibere kolem 6 kg. U některých pubescentů je spurt méně výrazný, u jiných naopak ještě výraznější.

Nepřetěžujte pubescenty, zvláště v době růstového spurtu, tělesně ani duševně! Ctižádostiví rodiče jsou schopni do jejich týdenního programu „našlapat“ vedle školních povinností ještě zájmové kroužky, náročný sportovní trénink, výuku cizího jazyka. I když to dítě zdravotně vydrží, ztrácí více, než získává. Není-li výjimečné a nezdá-li se, že by je v životě čekalo nějaké mimořádné poslání, ať má dost času, aby si hrál a „blblo“ s kamarády.

Růstový skok má jeden prostý, ale psychologicky významný důsledek: patnáctiletý už nevzhlíží k dospělému, je s ním doslova na stejné úrovni. Obvykle je už i rychlejší a mrštnější, jen v hrubé síle se mu ještě otec (matka) vyrovná, nebo ho předčí.

Mění se tělesné tvary: Rozšiřují se ramena (hlavně u chlapců) a boky (hlavně u dívek, jejichž pánev roste do šířky i do hloubky), přičemž se linie pasu snižuje a u dívek je výraznější. U obou pohlaví se objevuje na bocích a na nohou vrstva

² Posouvání této změny do časnějšího věku se z psychologického hlediska ukazuje problematické: značná část dětí zvládá přechod k novému způsobu výuky jen s velkými obtížemi.

podkožního tuku, která u chlapců mizí, u dívek zůstává. Paže a nohy nasazují spolu s krkem, k růstovému spurtu o rok dříve než trup a zpočátku rostou také ruce rychleji než paže, koncové části nohou (číslo boty) rychleji než celé nohy. Tyto disproporce (samá ruka, samá noha) působí trochu komicky a nedivíme se, že uvádějí své nositele do rozpaků. U chlapců, kterým mutace (růst hrtanu a hlasivek) znemožní zpívat a řeči dá typicky chraplavý ráz³, dobře chápeme, když své rozpaky zakrývají oním typickým přešlapováním, klátivou chůzí a šklebivými grimasami (nos a brada náhle více vyčnívají). Růst ňader začíná prvními náznaky v 10 nebo 11 letech. Před první menstruací roste ňadro kuželovitě tukovou tkání, po první menstruaci se zvětšuje a zakulacuje růstem mléčné žlázy.⁴ U chlapců i dívek se zvolna vyvíjí typicky dospělé ochlupení, zvětšují se i vnější pohlavní orgány.

Popsali jsme růst, který je vidět. Zároveň však rostou a zrají *vnitřní pohlavní orgány*, především vaječníky u dívek a varlata u chlapců. To je jádro tělesné puberty, o němž už byla řeč na str. 35n. Na povel z hypofýzy zvýší vaječníky produkci ženského hormonu estrogeneru, u chlapce varlata zvýší produkci testosteronu. Pod vlivem těchto hormonů začnou vaječníky produkovat zralá vajíčka a varlata zralé spermie, schopné spojit se a zplodit tak nového jedince. K tomuto dozrání dojde kolem patnáctého roku.

První menstruace je – podobně jako první poluce u chlapců – signálem pohlavního zrání.⁵ Objevuje se nejčastěji po dvanáctém roce, jsou zde však značné rozdíly, prozkoumané pochopitelně lépe než u první poluce; jsou znázorněny křivkou na obrázku 7.1. Vidíme, že určité procento dívek menstruuje už v devíti letech, některé naopak až po patnáctém roce. Nepoučených dívek je dnes již málo, mnohé jsou však poučeny jen „technicky“, tj. jak si při menstruaci počínat, jak zachovat hygienu. Mnohé se přes poučení menstruace bojí – přestože k abecedě sexuální výchovy v rodině i ve škole patří mluvit o ní jako o příznaku zdraví a schopnosti mít děti, jako o něčem, z čeho žena může mít radost, a na co by dokonce měla být hrdá. Podle jednoho výzkumu jen malé procento matek projevilo radost, když jim dcera oznámila, že poprvé menstruuje.

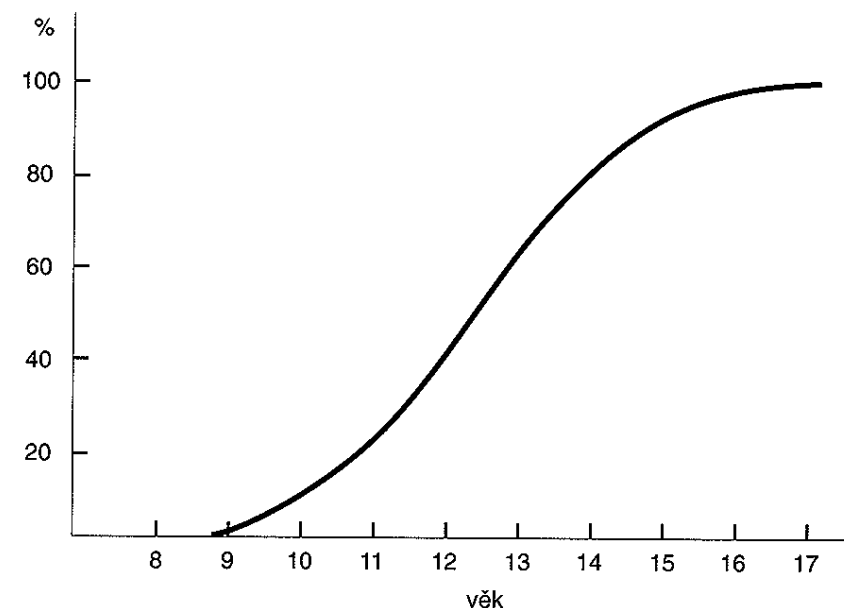
První poluce má podobný, i když o něco menší psychologický význam než menstruace: je signálem nastupující mužnosti. Dostavuje se kolem 13. roku a bývá spojena se sexuálním snem. Opakuje se pak víceméně pravidelně v dospívání i v dospělosti u těch, kteří sexuálně plně nebo převážně abstinuji.

3 U dívek se hlas pouze plynule prohlubuje a získává bohatší modulaci.

4 Dívky se někdy znepokojují tím, že jim jedno ňadro začne růst rychleji. Určitý rozdíl velikosti může zůstat, ale u dospělých ňader je zcela nenápadný.

5 Skutečná plodnost, daná uvolňováním vajíčka z vaječníku, nastává o 1–2 roky později, děloha roste asi do 20 let.

Obr. 7.1 Nástup menstruace v závislosti na věku



U některých přírodních národů má menstruace, případně menstruační krev, velký význam. Menstruuje žena se někde považuje za nebezpečnou, protože může způsobit vyschnutí studny a polekat dobytek, jinde může naopak zvýšit plodivou sílu země; je zranitelná kouzly, může být nositelkou zvláštního požehnání, může být nečistá a soulož s ní je často zakázána. Některé současné příručky považují pohlavní zdrženlivost během menstruace za přežívající důsledek starého náboženského tabu a vyzývají ženy, aby toto tabu ignorovaly.

Záleží na tom, zda puberta nastane u jedince dříve nebo později? Ano, při větších odchylkách od normy na tom může záležet hodně, zejména na vnějších, viditelných důsledcích pohlavního zrání.

Časně dozrávající chlapci bývají – v pubescenci i později – vyšší, těžší, svalnatější. Vynikají ve sportu, bývají mezi spolužáky oblíbenější. Také dospělí se k nim chovají jinak, protože působí dojmem starších a dospělejších a jsou sexuálně atraktivní jak pro dospělé ženy, tak i pro mladé dívky. Mívají proto úspěch při navazování heterosexuálního kontaktu. Jejich výhody trvají až do dospělosti.⁶

6 Trvání těchto výhod může mít příčinu v tom, že časně dozralí muži i v dospělosti vypadají mužněji. Je však také možné, že si prostě zvykli na úspěch, jsou proto průbojnější, suverénnější, nedotkly se jich některé těžkosti pozdě zrajících. Jde o teoreticky i prakticky důležitou otázku, která není – pokud víme – výzkumně dořešena.

Jsou v průměru úspěšnější společensky i v povolání (zjišťováno v USA). Tvrdí se, že bývají více konvenční ve volbě profesionální dráhy a v celém způsobu života. – Pokud ovšem časná zralost vede k brzkému zahájení častějšího sexuálního styku, slábne pracovní či studijní ctížádost a kázeň (zjišťováno u nás) a chlapec je v dospělosti méně úspěšný, aspoň pokud jde o pracovní sféru.

Pozdě zrající chlapci mívají potíže v kolektivu třídy i jinde už proto, že jsou menší, slabší, nenápadnější. Chtějí-li na sebe upozornit, prosadit se, musí se chovat nápadně. Volí si často jiné zájmy než sportovní, protože v nich mohou být úspěšní, zatímco ve sportu mají málo šancí. Trápivají je pocity méněcennosti pro různé společenské neúspěchy. V dospělosti bývají méně úspěšní v konvenčním smyslu, jsou však často tvořivější a dovedou lépe porozumět druhým.⁷

Dívky, které dozrávají časně, jsou z hlediska vývoje osobnosti spíše v nevýhodě. Problém je už v tom, že je u nich častý rozpor mezi rychlým tělesným dozráváním a duševní vyspělostí. Bývají sexuálně atraktivní a budí pozornost ve třídě i mimo ni. Mají dříve schůzky s chlapci, také staršími, což je rovněž nevýhoda (viz str. 204), a někdy se hůře učí – jsou předčasně zaujaty něčím jiným. – Pozdě dozrávající dívky nemají v tomto věku ještě zvláštní nevýhody.

Tak myslí vědci

(Vývoj inteligence v pubescenci)

Patnáctiletý je schopen vědecky myslet! Ovšemže ještě neohrabaně, pomalu a s mnoha chybami, protože mu chybí zkušenost, cvik a trpělivost, ale v patnácti už ovládá všechny podstatné obraty vědeckého myšlení.

Zajímavým novým jevem je *myšlení o myšlení*. Pubescent uvažuje nejen o skutečnosti, ale i o svých úsudcích⁸. Je schopen se zamyslet a říci si: „Ano, já myslím. A já také myslím na to, že myslím. Ale vždyť já také myslím na to, že myslím na to, že myslím. A vždyť to tak může jít do nekonečna!“ Pubescent může v tomto zážitku zakusit závrať filozofa nad nekonečnými možnostmi abstrakce.

Klíčovou novinkou jsou *formální logické operace*. Myslet formálně znamená myslet *nezávisle na obsahu*. Nejlépe to pochopíme na příkladě:

⁷ Toto vše platí ovšem pravděpodobnostně, jsou to pravidla s mnoha výjimkami. Pozdě zrající chlapec může mít vysokou postavu, dobré svaly, úspěch u dívek – to vše nebo cokoli z toho jednotlivě.

⁸ V logice se přesně odlišuje soud a úsudek, zde se bez toho obejdeme. Říkáme „úsudek“, protože toto slovo je běžnější a jednoznačnější.

Všichni Čoru jsou Ungu. Všichni Ungu jsou opice. Co víme o Čoru?

Mladší školák se bude ptát, co znamená Čoru a Ungu. Pubescent se obejde bez této konkretizace, protože při formálním myšlení ji nepotřebuje. Podobně v matematice uvažujeme o *obecných číslech*, která mohou zastupovat jakákoli jiná čísla, třeba také obecná. Například ve známém vzorci:

$$(a+b)^2 = a^2 + 2ab + b^2$$

může „a“ znamenat 2, 17, nebo také $(x-y)^3$. To není mladší dítě schopno pochopit, pokud není nadprůměrně nadané. Můžeme je sice naučit uvedenou rovnici, může nabíjet řadu příkladů, ve kterých se tohoto vzorce užívá, a se štěstím se může „trefit“, i když mu dáme trochu jiný příklad, než který nacvičovalo, ale bude to mechanický postup. Princip zůstane nepochopen. Mladší dítě naučíme mnoha zdánlivě těžším věcem, třeba dlouhé básni, velké násobilce nebo mariáši (i šachu), formálně logické operace – byť sebejednodušší – však zvládne, teprve až k nim dospěje zákonitý vývoj jeho rozumu.

Formálně logické operace také umožňují *myslet o neskutečném, neexistujícím „kdyby“*, např. o tom, co by se stalo, kdyby přestala působit zemská tíže nebo kdyby všichni lidé začali jednat důsledně v souladu s tím, co říkají. Dáme-li pubescentovi takovou otázku, přijde na řadu důsledků i dosti vzdálených, nejen na jeden či dva důsledky, které jsou nasnadě. – Tato schopnost podněcuje i mravní usuzování – a přísné posuzování toho, jak jednají dospělí. Pubescent rád *srovnává realitu s vyhlášenými ideály – a běda realitě!*

Pubescent dokáže nezávisle na pozorované realitě „skákat“ od předpokladu k předpokladu, od hypotézy k hypotéze, uvádět myšlenky do nejrůznějších souvislostí. Myslí o vzdálené budoucnosti a vzdálených prostorech. Proto si znovu, na mnohem vyšší úrovni, klade otázky o vesmíru a lidském životě, včetně smrti. Uvažuje *kriticky o smyslu hodnot*, které mu společnost vštěpuje. Byl-li vychován nábožensky, pochybuje o Bohu – bude však pochybovat o jakémkoli světovém názoru.

Nový rozlet myšlení může mít za následek „kritičnost a nespokojenost, zklamání, nejasné toužení a třeba i vystupňovaný pesimismus“ (20, str. 148). Srovnávání existujícího s tím, co by mohlo být, otvírá však také *cestu k tvořivým nápadům*.

Lze souhlasit, že „takový způsob myšlení je základem organizace moderní společnosti. Dovoluje totiž kritický přístup k vlastnímu myšlení, vyžaduje důkazy a nespokojuje se jen poukázáním na to, co vidíme a slyšíme. Rozlišuje domněnku od prokázaného faktu a je ochoten vzdát se jí, když nevyhovuje, a nahradit ji lepší.“ (19, str. 116)

Zmohutnělý intelekt poprvé proniká *do hloubky pojmů*, jako je hmota, čas, příčina, ale i pravda, spravedlnost a právo. Objevuje se také schopnost psy-

chologického myšlení, zájem o to, jak se lidé povahově liší, jaké jsou pohnutky jejich jednání.

Rozumový vývoj, který jsme popsali, je poměrně nezávislý na školní výuce. Někdy nás překvapí (a jako rodiče zlobí), jak obtížně si děti osvojují matematické a logické operace, které se nám dospělým zdají samozřejmé. Jiné děti nás zase udiví tím, že tyto operace umějí bez učení, jakoby samy od sebe. Ovšem právě jenom jakoby! Formální operace nejsou nějakou vrozenou funkcí mozku, která se objevila, když k tomu mozek dozrál. Po většinu historie lidstva formálně logické myšlení prostě neexistovalo, neexistoval například pojem nuly jako čísla. Nejbystřejší děti si je dnes osvojují v kontaktu s pojmy a obraty běžné řeči, při četbě a hovoru s dospělými. Školní výuka gramatiky, matematiky a dalších předmětů ovšem vydatně urychluje jejich rozvoj.

Osvojí si formálně logické operace každý člověk? Každý rozumově průměrný a přiměřeně socializovaný člověk v naší kultuře ano, silně podprůměrný nikoli. Avšak ne každý, kdo si je osvojí, třeba právě pod tlakem školní matematiky, jich také běžně užívá. Většinou to není nutné, dokonce ani výhodné, tak jako netřeba chodit s kánem na vrabce. Někdy si těmito operacemi pracně pomáháme, když se nám nepodaří dorozumět se s lidmi jinými prostředky, když nechápeme jejich úsměvy nebo lhostejně chladné obličej, když jsme citově dezorientováni. Stává se, že lidé, kterým tato běžná, samozřejmá orientace v životě chybí, užívají racionální kalkulace („vědeckého postupu“) v lidských vztazích jako jakýchsi berlí. Takové „rozumbrady“ najdeme i mezi předčasně vyspělými dětmi (snad se předčasně rozumově vyvinou, protože jsou odkázáni na ty berle).

Volný čas

Zaměstnání pubescentů ve volném čase odpovídá jejich větší rozumové i celkové vyspělosti a má – vedle školy – stále rostoucí význam pro vývoj všech složek osobnosti.

Někteří pubescenti jsou *velcí čtenáři*. Čte se dobrodružná literatura, Verne i May, London, Seton, vědeckofantastická literatura, literatura faktu. Děvčata čtou o něco dříve než chlapci romány, zvláště sentimentální. Nejvyspělejší čtenáři čtou na konci puberty už většinu knih pro dospělé.

Chlapci zpočátku holdují ještě *bojovým hrám*, vyrábějí dokonalé praky i primitivní palné zbraně a pilně se cvičí ve střelbě, vítají většinou vojenské prvky ve výchově. Baví je ještě technické stavebnice, pokoušejí se – často s obdivuhodným úspěchem – o stavbu modelů všeho druhu. Pokud mají dívky ještě zájem o panenku, už na ni spíše šijí, než že by si s ní hrála. Děvčata i chlapci rádi hrají složitější stolní hry včetně karetních, v nichž dosahují už virtuozity.

Zvláštní kapitolou je *pubescentní sport*. Rvavé sporty, o nichž jsme už mluvili (str. 156), jsou velmi oblíbené a jsou teď pro vývoj osobnosti snad ještě významnější než v mladším věku. Chlapec i dívka sní o vrcholných sportovních výkonech, i když v dnešní době jim je už jasné, že nemají prakticky naději, nejsou-li od malička zapojeni do vrcholové sportovní přípravy. Pubescent

dokáže věnovat velkou většinu volného času sportovnímu tréninku, který tak ztrácí ráz hry a stává se tvrdou – byť dobrovolnou – prací. Porovnávání vlastních výkonů s výkony druhých je přitom středem pozornosti, utkvělou myšlenkou: jak daleko mám ke špičce klubového tenisového žebříčku, kolik desetin sekundy mě dělí od nejlepšího výkonu v okrese, kraji, státě? Někdy se zdá, že jednotlivé sportovní disciplíny jsou pro pubescenta (ostatně i pro starší sportovce) jen různými formami velké prastaré hry, v níž jde o jediné: *být lepší než druzí, být první!* Pro duševně zdravější a zralejší sportovce však bývá naopak závodění spíše záminkou k tomu, aby užívali rozkoše z pohybu a z dětinsky nenasytné manipulace s příslušným náradím a také aby si užívali onoho blízkého a citově silného kontaktu se soupeřem i spoluhráčem, ke kterému sport dává příležitost. Pro ty je sport tím, čím má být – hrou.

Pubescenti *milují tajemství a hru na tajemství*. Dovedou ji hrát podstatně lépe než v tajných spolcích předešlého období. Přitahuje je šero, jeskyně, táborák, romantika, skupinové symboly, kterým rozumí jen zasvěcení. Setonův woodcraft vyhovuje této potřebě lépe než Powelův skauting.

V pubescenci se probouzí zájem o umění, které je nyní už něčím více než hrou. Některí pubescenti jsou už vážnými amatéry a vynikají zvláště v hudbě, kde se mohou vyrovnat dospělým. Naproti tomu výtvarný umělec zraje pomaleji. Některí autoři dávají rozvoj uměleckého zájmu v tomto období do souvislosti s rozvojem erotického citění: umění je potravou lásky.

Život na sopce

Pubescence se označuje za období „vulkanismu“, kdy „každá tendence má vyšší teplotu než v dětství i v následujících obdobích“ (Příhoda). Můžeme mluvit o „hormonální bouři“, která rozvíří poměrně klidnou citovou hladinu předchozího stadia. Ať už pubescent navenek ovládá své city, nebo je nepokrytě projevuje, musíme počítat s větším „citovým rozkyvem“; ten může dítě (nebo ne-už-dítě) překvapit, zaskočit, může se jemu samému zdát podivný, nenormální. Pubescent reaguje podrážděně. Jeho nálady bývají labilní, nápadně často se mění, převládají však záporné emoce: rozmrzelost, nepokoj, neklid, horečná aktivita, pak zase apatie hraničící s depresí. Dospívající sám nerozumí tomu, co se s ním děje, vysvětlení hledá přirozeně především v tom, jak se k němu chová jeho okolí. U citlivějších jedinců se objevují poruchy soustředění (a zhoršení školního prospěchu, jež mívá ostatně více příčin), snadná unavitelnost, horší, méně klidný a vydatný spánek, úzkost. Bývají rozháraní, nelze

9 Na začátku puberty se také poněkud mění elektroencefalogram, což patrně souvisí se zrání mozku.

předpovědět, jak kdy zareagují. Mívají pocit nejistoty – a už jen to, co jsme řekli od začátku kapitoly, představuje dostatek dobrých důvodů k nejistotě.

Není vůbec divu, že se problematické, pro dítě nové, protikladné city občas projeví *výbuchem destruktivního chování*, výtržnostmi i násilností. Jako rodiče a jiní vychovatelé nemůžeme ovšem takové chování trpět. Lépe je však zvládneme, jestliže mu rozumíme ne jako zkaženosti, které se musíme děsit („Kam to s ním poroste?“ – ano, jako u vzdorujícího batolete!), nýbrž jako nezvládnutému výbuchu. Někdy takový výbuch sami vyprovokujeme, ani nevíme jak.

Souhlasím s Příhodou, že *výbušnost citů neznámá ještě jejich intenzitu, hloubku*. Kritický pozorovatel má často spíše dojem precitlivělosti, případně prudké sentimentality. Ani to, že se v pubescenci již vyskytují suicidia (sebevraždy),¹⁰ nedokazuje intenzitu citu, nýbrž spíše labilitu, nedostatek sebeovládání, ucelenosti, integrace v citovém životě – pubescent se nechá přemoci citem, který v daném okamžiku náhodou převládne.

Přes nápadnou citovou labilitu je zřejmé, že proti předchozímu období *stoupá sebekontrola* (např. když je třeba vydržet bolest) a *ubývá citové bezprostřednosti*. Je to přirozený důsledek reflexe, pozornosti obrácené k vlastnímu jednání a prožívání. Dobře je to vidět na kresbě, která se sice zdokonaluje, ale ztrácí naivní spontánnost, samozřejmost. Mnozí pubescenti kreslí nyní hůře než dříve – jen z donucení, se zábranami.

Přijmout svou tvář

Nejde jen o tvář, nýbrž o celé tělo, povahu, schopnosti a jiné možnosti, jde o to přijmout sám sebe. To je velký a obtížný úkol pubescentního vývoje. Začneme tou tváří.

„Zrcadlo je důležitou rekvizitou v pubescentově světě“ (Příhoda). Mladší dítě se podívá do zrcadla z povinnosti, aby se upravilo (je-li to chlapec), nebo i z marnivosti (jde-li o děvče; ale ta marnivost je zatím spíše hrou, napodobením matky, starších sester, hereček). Nejsem-li nápadný, třeba zrzavými vlasy, nemám – jako dítě – důvod zkoumat svůj obraz v zrcadle. Mám jiné starosti.

Pubescent ten důvod má. Začne mu záležet na druhém pohlaví, na tom, zda se bude líbit, zda nesklidí spíše posměch. Když se zamiluje, začne mu na pohlednosti záležet dvojnásob. Objeví nově svou tvář. Propátrává ji centimetr po centimetru, rys po rysu. Všimne si, jak daleko od sebe jsou jeho oči, jaký tvar

má nos, kde je jaké mateřské znaménko, jakou linii mají rty při úsměvu, když nasadí vážný výraz, když se ušklíbne, když se tváří koketně, mužně, toužebně, upřímně.

Stane se jedna ze dvou věcí: najde v sobě zalíbení – nebo se zděsí¹¹. V prvním případě hladí očima křivky obočí a obrysy tváře, vychutnává barvu očí. Experimentuje s úsměvy a jinými grimasami a nachází nové půvaby. Stejně častá, a snad i častější, je druhá možnost: zděšení, nebo aspoň nejistota, rozpaky, pocit trapnosti: „Tohle že jsem já?“ – a nacházení drobných až nejdrobnějších vad. Obličej se chvíli zdá příliš dlouhý, chvíli příliš široký, oči nevýrazné, prázdné nebo zase pichlavé, nos – ten nos! – malý, velký, špičatý, tupý, křivý – jakýkoli, jen ne ten správný.

Na čem záleží, jak bude pubescent reagovat na svou tvář v zrcadle? Do jisté míry na tom, jaká jeho tvář skutečně je. Zda se tvář líbí, nebo nelíbí, to je sice zčásti záležitost osobního vkusu toho, kdo se na ni dívá, ale z velké části je to objektivně dáno: dáme-li radě pozorovatelů kvalitní fotografie dvaceti obličejů, aby je seřadili „od nejkrásnějšího po nejošklivější“, posuzovatelé se docela slušně shodnou. A také v pohledu na vlastní tvář se do jisté míry uplatní tato schopnost objektivně posoudit krásu – nebo její nedostatek.

Ale právě *jen do jisté míry*. Jak se sobě líbím nebo nelíbím, záleží i na něčem jiném: *na zkušenosti*, kterou jsem udělal se svým obličejem při nejrůznějších příležitostech, kdy jsem získal obdiv, sympatie, kdy jsem narazil na lhostejnost, nebo jsem se dokonce setkal s pohrdáním. Jenže využít této zkušenosti není tak jednoduché. Nepoznám totiž dost spolehlivě, kdy jsem zapůsobil svou tváří, kdy tím, že jsem řekl přesně to, co chtěl ten druhý slyšet, kdy jsem se prostě objevil nevhod tam, kde by překážel kdokoli, kdy jsem byl trapný a nudný – třeba právě svými pochybnostmi o tom, jak vypadám. Jestliže mám už předem pochybnosti o své ceně, o své lidské hodnotě, snadno si vyložím i nepatrné náznaky v chování druhých ve svůj neprospěch, a naopak jsem-li si sám sebou jist, vyložím si stejně nepatrné náznaky ve svůj prospěch. To známe všichni, ale u pubescentů je to zvlášť výrazné. Jsou v tomto smyslu *vztahovační*, mají dojem, že je okolí stále pozoruje a posuzuje. Podle dotazníkového výzkumu mají mezi 12. a 14. rokem nižší sebeúctu než předtím a potom.

A jsme u toho: záleží na tom, jak si sám sebe cením, vážím, jaké sebevědomí jsem získal v předcházejícím období – a také mnohem dříve. Dítě má být jako kojeneček a na počátku batolivého období považováno za nejkrásnější na světě, má získat *neotřesitelnou jistotu*, že je rodiče cení, že se mu obdivují.¹² Tato jis-

10 Jestliže si přivodí smrt menší dítě, vidíme v tom vždy spíše nehodu při hře, kterou samo dítě ještě plně nechápe, než skutečné suicidium.

11 Nebo se nestane nic, říká skeptik, a do jisté míry má pravdu. Nový, ne už dětský, nýbrž právě pubescentní vztah k vlastní tváři (ať spíše kladný, nebo spíše záporný) se může vytvořit zvolna, nenápadně, pubescent si nemusí být vědom změny.

12 Obdiv k sobě a obdiv k blízkému člověku je cit, který nám, střizlivým Středoevropanům, nějak neseď, připadá nám nevhodný, trapný. Ostýcháme se ho projevit. Naše škoda.

tota, o které se nikdy nemluví a o které se ani neví (tak je samozřejmá), je základní výbavou pro složitou a klikatou cestu pubescencí.

Pubescent se naučí dbát na svůj zevnějšek (i když jeho pojetí toho, co znamená „dbát“, se značně liší od našeho, rodičovského). Svádí urputné boje s rodiči, když odmítá jít do školy v něčem, co považuje za obnošené, dětské, „nemožné“. Trápí se, musí-li nosit brýle, stará se, zda nemá uši příliš velké nebo příliš odstávající. Děvčata mají starosti s postavou: abych nebyla moc tlustá! Snaží se držet dietu a někdy to důkladně přeženou – k tomu se ještě vrátíme. Dívka ovšem s napětím sleduje růst ňader a boků, který ji fyzicky mění z dítěte v ženu. Experimentuje s kosmetikou.

Pohled na sebe sama nekončí u zevnějšku. Pubescent se také musí vyrovnat – předběžně a prozatím, na víc nemá – s tím, jaký je „uvnitř“. Už volba povolání ho přiměje (není-li ještě tak dětský, že ji ponechá rodičům a náhodě), aby zkoumal své představy o vzdálené budoucnosti, aby přemýšlel o svých schopnostech a sklonech a také aby si konkrétně uvědomil, co znamená, že rozhodování v životě záleží na něm.¹³

Také gejzír nových myšlenek, pocitů, impulzů a nálad (život na sopce) upoutává pozornost pubescenta ke *zkoumání vlastního nitra*. Ze šťastného extraverta se může stát zamyšlený, zasněný, těkající, nejasně toužící, trpící a přesto novým vnitřním obzorem okouzlený, fascinovaný introvert. Rousseau označil tento obrat do nitra za druhé narození.¹⁴ O těchto nových zkušenostech nedovede pubescent s nikým mluvit, předem se cítí nepochopen nebo tuší, že „výpravy pod vlastní kůži“ je nutno podnikat na vlastní pěst. Zdá se mu, že nikdo nemůže mít stejné myšlenky a pocity jako on. Cítí se opuštěn, plný nových citů, a přece prázdný. Utíká ze společnosti, kde má pocit, že mu nikdo nerozumí, a za chvíli utíká ze samoty do řadící tlupy. Tuší už, co bude jednou znamenat samostatnost založená na vyrovnání s tímto vnitřním světem subjektivity, ono dospělé ručení za vlastní činy, cílevědomé vedení vlastního života. Když třináctiletý židovský chlapec při náboženské slavnosti zasvěcení do Zákona říká: „Dnes jsem muž!“ (a dívka „Dnes jsem žena!“), není to ještě skutečnost, je to však už zadaný – a v dobrém případě i zčásti pochopený – vývojový úkol.

13 Pro mnoho dnešních pubescentů je volba povolání psychologicky předčasná, nejsou pro ni zralí a dostatečně připravení. Polytechnická výchova dnešní školy je pro ni užitečnou přípravou, ale často chybí bližší seznámení se světem práce dospělých, v němž by si pubescent měl vyhlédnout „to své“ konkrétní, pro něj smysluplné místo. Dobrý poradce pro volbu povolání pomůže – a často poskytne ještě něco navíc: nastaví zrcadlo, povzbudí sebeúctu, ukáže cestu k hlubšímu sebepoznávání.

14 Z méně romantické perspektivy se budeme obávat úniku a uzavírání do vlastního nitra s dením sněním místo adaptivní aktivity. Jiným potenciálně nebezpečným únikem je dnes počítač, zvláště oblíbený (doslova!) počítačové hry. Lepší, často přímo blahodárný, je únik ke zvířeti.

Já a vy – já a my

(Pubescentovy vztahy k rodičům a k vrstevníkům)

Závislost na rodičích klesá vlastně už od kojeneckého věku a od předškolního věku se vytvářejí vazby k vrstevníkům, na něž se dítě stále více orientuje. Tento proces odpoutávání od rodičů a začleňování mezi vrstevníky má v každém stadiu trochu jinou podobu, ale nezastavuje se. Pubescence znamená další krok k samostatnosti. Přesto však jsou vztahy k rodičům, a to nejen existenční závislost, nýbrž i citové vazby, stále ještě na prvním místě. Pubescent potřebuje i výchovné vedení – opatrné a nenásilné, ale pozorné. Autoritativní, případně i razantní výchovné zásahy si rezervujeme pro zcela výjimečné situace.

Osamostatňování v pubescenci bývá bolestné. Dítě si – více či méně jasně – uvědomuje, že se loučí s dětsky samozřejmou loajalitou k rodičům, s dětskou něhou a důvěřivostí. Nově objevené odstíny citového spektra mohou dát vztahu k jednomu či druhému z rodičů (a proč ne k oběma) i novou vřelost, o to krásnější, že o ní dítě dovede uvažovat a že ji i vyjádří, třeba nepřímou a s ostychem.

Převládá však kritika, a dokonce vzpoura. Místo lásky (přesněji: vedle ní!) je zde náhle zloba a snad i nenávisť, místo úcty pohrdání.¹⁵ Objevuje se *pubescentní negativismus*, tentokrát však nejde jen o vzdor jako v batolecím věku, nýbrž o útok na autority. Pubescent sleduje chování rodičů, diskutuje o jejich názorech a někdy až nápadně zastává právě opačné stanovisko než oni.¹⁶ Vzpoura se týká i dalších autorit, zejména učitelů. Doma i ve škole je pubescent alergický na trest. Zejména tělesný trest je pro dnešního pubescenta (pokud se neopozdil v citovém vývoji) nesnesitelný. Ale i jakýkoli jiný trest, zejména v rodině, přijme jako urážku a ponížení, proto máme *trestat jen tehdy, když si už opravdu nevíme jiné rady*.

Pubescentní kritika učitelů je tak běžná, že je skoro zbytečné se o ní zmiňovat. Třída je bystrým kolektivním pozorovatelem: každou chybu, každý osobní nedostatek postřehne a pohotově komentuje. Přezdívkami učitelů bývají nelítostně trefné. Kladný vztah k učitelům se naopak dává najevo jen s ostychem a s opatrností, pubescent se bojí, že jeho sympatie budou označeny za šplhounství.

15 Vágnerová upozorňuje, že vinu je třeba hledat i u rodičů, kteří na jedné straně kladou na pubescenta značné nároky, na druhé straně s ním zacházejí jako s dítětem – včetně obsluhy, kterou mu poskytují: „domov jako samozřejmý zdroj služeb a pohodlí“. Udělaná matka je v kleštích vnitřního, často nevědomého konfliktu: Chtěla by žít svůj vlastní život – a zároveň zůstat s dětmi spojena spolehlivou pupeční šňůrou.

16 Současní pubescenti hodnotí své rodiče nejnižší, tj. jsou k nim nejkritičtější – už v 11 letech.

Našli bychom jistě řadu příčin, proč pubescent kritizuje učitele. Jedna z nich je psychologicky zajímavá a málo známá: Na učitele se snadno přenesou city odporu, vzpoury a nenávisti, které vznikly ve vztahu k rodičům. Už několikrát jsme na to narazili: Ve vztazích k našim nejbližším mohou být mučivé rozpory. Například nenávist k otci je těžké a nebezpečné si vůbec uvědomit, rozvracelo by to nezralou osobnost pubescenta. Je to tedy úleva, když mohu část této nenávisti přenést na učitele, mluvit o něm mezi spolužáky nejhrubšími slovy, ve třídě mu odmouvat a rušit ho v práci, teatrálně explodovat při jeho bezděčné drobné nespravedlnosti. Trináctiletý chlapec z našich záznamů prohlašoval, že učitelka je „blbá krysa“, a svůj názor zdůvodňoval jejími celkem běžnými pedagogickými chybami. Po krátkém rozhovoru, při němž nebyl napomínán, sám uznal, že někdy je „výborná“, má záky ráda, při nějaké příležitosti dokonce koupila celé třídě nanuka, mluvil s pochopením a sympatií o jejich rodinných poměrech. Nešlo tedy o hluboký cit nenávisti – i když pubescent je již takového citu schopen.

Kritika se vztahuje i na další dospělé, zejména vyššího věku. Každý, komu je přes čtyřicet, je už pro pubescenta – nezíská-li nějak jeho sympatie – starý, zkostrnatělý, nemožně zaostalý.

Pubescentní vzpoura je normální stadium a má svůj vývojový smysl. Usnadňuje vymanění z dětinské citové závislosti¹⁷ (a pozdější vytvoření nového, zralejšího citového vztahu), je zkouškou vlastních sil. Kde byly dosavadní vztahy mezi dítětem a rodiči silné, vřelé a bezpečné, málo konfliktní, má i bouřlivá puberta dobrou prognózu.

Vzpoura může proběhnout nenápadně ve třech případech:

1. Dítě je zakřiknuté, nedovolí si postavit se proti rodičům a jiným autoritám otevřeně. Vzpoura je *překryta vynucenou poslušností*. Pubescent přitom často dost ochotně vývojově „couvne“ do pozice mladšího dítěte, protože je to pohodlnější a bezpečnější. Vzpoura pak doutná třeba deset nebo patnáct let a projeví se podivným způsobem – odnese ji třeba tchyně nebo manžel.
2. *Není proti čemu se bouřit*. Jsou-li citové vztahy vlažné a rodiče ze slabosti povolní, probíhá vlastně místo vzpoury bezobsažný odvrát, který nemá pro vývoj osobnosti podstatný význam, leda negativní.
3. *Rodiče vítají každý samostatný projev*, jemně a v pravou chvíli pubescenta sami postrkují k samostatným letům z hnízda a kdykoli ho vítají zpět; vážně s ním diskutují, vychovávají demokraticky. Vzpoura se pak projeví jako řada menších konstruktivních sporů, napětí mezi otcem a synem se vybije třeba i v ritualizované agresí sportu (zaboxujte si s pubescentem!), ve fantazii při kulturně hodnotném zážitku (nemusí to být zrovna Sofoklův *Oidipus*). Aby se podařila tato poslední alternativa, musíte mít i dost štěstí, protože ani ty nejmoudřejší výchovné postupy nejsou zárukou proti vzpouře.

¹⁷ Oslovíme-li pubescenta zdvořilostí, např. „Jaroušku“, dotkneme se ho jednak proto, že odmítá být považován za dítě, jednak proto, že uhadíme na citlivou strunu touhy po mateřském náručí, kterou on sám sobě – jak jinak! – odmítá přiznat, natož projevit.

Testem rodinných vztahů v pubescenci je už zmíněná *volba povolání*. Jsou případy, kdy zdánlivě není o čem rozhodovat, např. když dítě nemá žádné vyhraněné zájmy a schopnosti. Je pak přirozené, že se půjde učit do blízkého podniku, kde jsou dobré materiální podmínky a kde se s učni dobře zachází. Ovšem: i takové rozhodnutí lze udělat *spolu s dítětem*, nebo *za dítě* – a to je velký rozdíl. Zvlášť nebezpečné je rozhodovat za dítě, jde-li o střední školu. Rodiče dost často rozumně uváží, že bude nejlepší dát dítě na gymnázium a pak se uvidí. Dítě se tedy nějak zmanipuluje, případně i protlačí přijímacím řízením a z bezradnosti se podvolí. A zase může po léta doutnat pubescentní vzpoura, která otravuje vztah k rodičům, ke škole i k sobě samému (viz str. 213). Při každém problematickém rozhodování by si rodiče měli udělat čas a získat co nejvíc informací o všech možnostech, zejména o těch, kterým dává – třeba váhavě – přednost dítě. A ne jenom „papírových“ informací.¹⁸ Rozhodnout má dítě samo. My se s ním můžeme i pohádat, máme-li pochybnosti, zda je jeho rozhodnutí rozumné, ale musíme je respektovat. *Svoboda je pro pubescenta vysokou hodnotou*, měla by jí být i pro nás jako pro jeho rodiče.

Pubescent má svá tajemství: myšlenky, pocity, ale také kamarádství a podniky, o kterých nám nechce říci. Je *nebezpečné páčit z něj tato tajemství*, ať už ze zvědavosti, nebo ze strachu, že se „spustí“ se špatnou partou. Otevřete-li mu dopis, bude vám to zazlívát – třeba třicet let.

Podle psychoanalýzy je hlavním obsahem pubescence vývoj sexuality: *tělesné dozrávání oživí oidipovské touhy vůči rodičům*, které byly kdysi vytěsněny. Tyto touhy jsou ovšem tabuizovány, zůstávají tedy převážně v nevědomí a projeví se jen zvýšeným napětím, předrážděností, pubescentním negativismem. Jediným přijatelným řešením je, aby si mladý člověk našel nový, přiměřený objekt sexuálního zájmu – mimo rodinu. Tato stará teorie si podle mého názoru dosud zaslouží pozornost. Žádný badatel se dnes ovšem nesnaží vyložit podle ní celou složitost pubescence, žádný pedagog z ní nebude odvozovat recept k řešení všech výchovných malérů, které nám pubescenti natropí.

Vztah k vrstevníkům je – jak jsme už řekli – jednou z hlavních hybných sil pubescentního vývoje. Skupina vrstevníků, zvláště školní třída, ale i parta vytvořená kolem sportovních a jiných zájmů, má stále větší vliv. Ve třídě i v jiných skupinách se už liší obliba a vliv: pubescent má často v oblíbě někoho jiného, než komu se podřizuje. – Vytváří se *rozdíl mezi formální a neformální autoritou*: žáci si často volí jako oficiálního zástupce třídy pro jednání s dospělými (tedy jako formální autoritu) někoho jiného, než kdo rozhoduje o tom, kam se půjde ve volném čase. Najde-li se v kolektivu opravdu silná neformální autorita, mívá fakticky největší vliv.

¹⁸ Nespokojte se s oficiálními informacemi! Pronikněte do podniku, kam chcete dát dítě do učení, získajte spolehlivými zvědy informace, jak to chodí na školách připadajících v úvahu – a vše probírejte s dotyčným pubescentem.

Tradičně se uvádí, že na počátku pubescence hrají velkou roli izosexuální skupiny (viz str. 158), nyní „stabilnější a výrazněji organizované“, přičemž skupiny chlapců a dívek se navzájem odmítají. Vzhledem k tomu, jak intenzivně současná západní společnost stimuluje děti k zájmu o druhé pohlaví, soudíme, že význam izosexuálních skupin – bohužel – značně poklesl.

Veřejné mínění třídy nebo jiné skupiny vrstevníků je teď už tak silné, že jeho odsudek představuje těžkou hrozbu. Kvůli ní pubescent raději riskuje i dost vážný konflikt s rodiči a učiteli. Zvláště tam, kde v rodině chybí solidní citové zázemí, podléhá pubescent vrstevníkům až nebezpečně. Snaží se být za každou cenu populární, nebo aspoň nevybočovat. Je pak třeba překvapivě sugestibilní vůči partě, dá se vyhecovat k jednání, které neodpovídá jeho povaze: opije se, zkouší drogu, provokuje bezpečnost, zachová se bezohledně ke starému člověku.

Vrstevníci usnadňují nezbytnou citovou emancipaci od rodiny a získání nezávislosti, často je však tento tlak (vlastně tah) příliš silný a dítě se ocitá v bolestném konfliktu.

Pubescent obvykle *touží po věrném kamarádovi*, se kterým by si rozuměl (dívka po kamarádce). Má-li štěstí (čímž rozumím víc šťastnou povahu než šťastnou náhodu), najde ho (ji). Pak spolu tráví spousty času a dospělí se diví, kolik si toho ti dva chlapci (dívky) mají co povídat. Ty dva ovšem ani ve snu nenapadne, že by mohli říci komukoli z dospělých, o čem si povídají; i kdyby chtěli, nedovedli by to patrně v jiném vztahu vyjádřit. Takové důvěrné přátelství může vydržet řadu let, dokonce celý život. Kromě toho, že má velkou hodnotu samo o sobě, je cenné (nevadí, že je izosexuální) i jako příprava pro mileneckou a manželskou důvěrnost; zároveň tlumí – a to je dobře – předčasný rozvoj neplatonické erotiky.

Zamilovanost – a sexualita

Jako začátek pubescence jsme označili jedenácté narozeniny; netvrdili jsme však, že zde je životní předěl, i když jsme uvedli důvody, proč je takto stanovené vymezení výhodné. Bylo by však možné stanovit začátek pubescence individuálně, podle nějaké události, která přijde v životě každého člověka, u někoho dříve, u někoho později?

Václav Příhoda si to troufá. Uvažuje o životních zповědích osobností jako Tolstoj, Rousseau a Goethe a uzavírá: „Přijde den, že se v srdci stíhlého hošíka, ať je mu deset, jedenáct či až dvanáct, děje něco podobného jako u citovaných velikánů. Tímto novým citem, který je ve skutečnosti nejjemnějším destilátem erotiky, zakončuje se u něj prepubescentní období. Jakmile přeskočila jiskra do oka druhého pohlaví, přestává být dítě dítětem ve skutečném smyslu. Život mu odhalil roušku saidského tajemství. Započal u něho nový životní odstavec,

pubescence... Utajená síla neznámého původu – eros-appeal – zažehne intenzivní, blouznivý cit, který přeměňuje právě tuto jedinou postavu opačného pohlaví v okouzující zjev, na němž je všechno půvabné – tvář, účes, zakašlání, chůze, pohyby a nevyzpytatelné oči, které přitahují i zahánějí, působí touhu po blízkosti a zároveň násobí touhu se čtvercem vzdálenosti. První láska... psychicky přeměňuje člověkovu bytost a vytváří charakteristické znaky intelektuálního, volního a citového života pubescenta...”

První zamilování je platonické. Toužíme být v blízkosti milovaného, snad se ho i něžně dotknout, tělesné sblížení nám však připadá jako znesvěcení tohoto citu. Toužíme vykonat veliké činy nebo nějak se obětovat, abychom dokázali, že jsme hodni své vyvolené. Milujeme spíše očima než tělem. Naše láska se mísí s idealizujícím obdivem. Je plachá, často nevyslovená, tajná. Pubescent sám zpočátku ještě nedovede vyslovit, co cítí.

První láska je *často náhlá*, přichází na první pohled, milovaný nám připadá jako zázračné zjevení krásy a půvabu. Tento cit může zasáhnout střízlivého realistu v plném rozběhu jeho šťastné, neproblematické extraverze a rázem změnit jeho život.

Veliký skeptik Schopenhauer prohlásil, že „veškero zamilování, byť se tvářilo sebeéteričtější, má kořen pouze v pohlavním pudu“. Souhlasím s ním, až na to „pouze“, kterým se pohlavní pud degraduje jako něco nižšího, méněcenného. Je to ovšem biologický pohled na věc. Psychologové, pedagogové – a básníci – nespíchají jako Schopenhauer, aby redukovali erotiku na sexualitu, aby v ní viděli pouhý projev sexuality. První láska není jen plachá, neosmělená, nedostatečně sama sebe si vědomá sexualita. Je to *jiná kvalita než pohlavní přitažlivost*. Nepadá samozřejmě z nebe ani není něčím, co by zázračně vytrysklo z lidského nitra, nezávisle na výchově a zkušenosti. Jsme na ni odmalička připravováni pohádkami a milostnými písněmi, kulturní a náboženskou tradicí, je zakotvena v historickém vývojovém programu.

Proud milostné, ale nikoli přímo sexuální něhy se později sblíží se sexualitou v užším slova smyslu a oba proudy se spojují ve zralé, dospělé lásce. V pubescenci však k tomuto spojení (vám říci „splynutí“) obvykle ještě nedochází. Evropská kultura rozvinula téma platonické lásky ve středověkém trůvěství a v novověkém romantismu. V obojím případě je milostná touha něčím velikým a krásným, co nevyžaduje naplnění, co by dokonce bylo svým naplněním ohroženo. A psychická pubescence, tak jak ji známe (i ona je měnícím se historickým jevem, není ničím věčným), je právě tím obdobím, které může dnes uskutečnit, ztělesnit tento starý kulturní ideál. Nyní se platonická, „čistá“, něžná, oddaná láska stává – nebo také nestává, protože ne každému je dána – trvalou vrstvou milostného života nebo (jiným přirovnáním) jedním z hlasů celoživotního zpěvu lásky. Někteří starší myslitelé mluví prostě o protikladu erotiky a sexuality.

Jakýmsi vedlejším proudem či variantou platonické předsexuální milostnosti je takzvané *zbožňování*, jehož předmětem bývají dospělí obojího pohlaví. Zbožňující láska se může týkat učitele, trenéra, hvězdy filmového plátna nebo televizní obrazovky. Je to láska, která nečeká vzájemnost a v tomto „jakoby“ se může rozběhnout do nejvyšších obrátek oddanosti, obdivu a sentimentality. Ke zbožňování mají sklon spíše děvčata než chlapci: bez ostychu „blázní“ po svém idolu. Ani chlapecká sentimentální něha k milovanému učiteli není vzácností – je však více plachá.

Podobnou emoci, která se objevuje v pubescenci a rozvíjí se pak ještě více v adolescenci, je tzv. *horování*, nadšení pro literární dílo, rockovou hudbu, historickou postavu apod. Horování má se sexualitou ještě méně společného než zbožňování, ale i ono je možná kulturním štěpem, naroubovaným na mocné kořeny sexuality.

Pubescentní sexualitě je věnována celá záplava literatury lékařské, sociologické, psychologické, etické, pedagogické. Sexuologové říkávají, že pubescence má pro vývoj sexuality jen aktivační význam; o patřičné, tj. heterosexuální orientaci rozhoduje – pokud vše dobře proběhlo v prenatalním vývoji – rané dětství, navázání citového vztahu k rodiči opačného pohlaví. To může platit, pokud nám jde jen o hrubé poruchy pohlavního života. Nás však zajímá i mnohé z toho, co pro sexuologa jsou podružné detaily a co se objevuje později.

Sexuální zájem pubescenta se projevuje především zvědavostí, s níž shání informace o anatomii a fyziologii pohlavních orgánů, o způsobech soulože, antikoncepci atd. Přináší mu to nejen věcné poučení a jakés takés zajištění před nejistotou a obavami, jež cítí pro svou nezkušenost, ale i příjemné vzrušení.

Běžným jevem je *pubescentní masturbace*, autosexualita. Dlouho byla všeobecně považována za nemorální a zdravotně škodlivou. Dodnes mají někteří mladí lidé a jejich rodiče v této věci nejasno, přestože je většina populárních příruček o sexu ujišťuje, že jde o úplně normální jev.¹⁹ Pedagogové mohou silně znervóznět, přistihnou-li chlapce při společné masturbaci např. v ložnici na škole v přírodě. I když není vzájemná, má v tomto případě homosexuální nádech a tady „končí všechna legrace!“ (viz str. 209). Někdy se taková věc trapně vyšetřuje, a dokonce tvrdě trestá.

Podle dotazníkových výzkumů přiznává masturbaci stále více dětí a mladých lidí. Zmenšuje se v tom rozdíl mezi chlapci a dívkami, muži a ženami; ještě v šedesátých letech se k masturbaci hlásilo podstatně méně žen než mužů. V pubescenci má s masturbací zkušenost většina chlapců i dívek a odborníci varují pouze před příliš častým sebeukájením (snad více než pětikrát denně nebo více než hodinu denně), jež může oslabit vývoj jiných zájmů a osobní kulturní rozvoj, vést ke snížení citlivosti a pracovitosti. Dnes se už neuvažuje o tom, že by masturbace mohla být příčinou duševní poruchy; to bylo jen „předpotopní“ strašení nebo lékařský předpoklad odvozený asi před dvěma sty lety snad z toho, že někteří duševně nemocní tráví autosexualitou mnoho času, ženy i řadu hodin denně. Sexuologa spíše zneklidní, když pacient při rozhovoru

neuvádí masturbaci, nebo ji dokonce důrazně popírá. U dospělých psychiatrických pacientů se setkáváme s pocitem viny za masturbaci a s hypochondrickým přesvědčením, že si jí ublížili.

Začátek masturbace v pubescenci může souviset s první noční polucí doprovázenou sexuální snem, u dívek s orgasmem ve spánku. Pod tlakem sexuálního napětí najdou někteří tento ventil sami, jiní podle návodu nebo i předvedení vrstevníků. Dívce může jako podnět stačit letmá sexuální hra s jinou dívkou, která jen málo překročí rámec něžnosti mezi děvčaty docela běžných. Vzájemná homosexuální masturbace v pubescenci podle většiny autorů nijak neohrožuje pozdější heterosexuální život.

Přes všechno ujišťování sexuálních hygieniků masturbace zůstává – pro pubescenta stejně jako v dalších obdobích – problémem. Nelze o ní napsat báseň, a pokud jde o písňovou tvorbu, známe ji jen z vulgárních posměšných popěveků, jež mi mravnostní autocenzura brání citovat. Jde o *příliš snadno dosahované uspokojení*, jež pociťujeme jako něco ponižujícího. Ke kulturní sexualitě patří napětí a půvab vzájemnosti, dobývání s rizikem odmítnutí.

Opomíjeným tématem jsou *fantazie při masturbaci*. U žen jsou snad o něco méně důležité, větší význam má fyzická stimulace. U normálně psychicky vyspělých, zdravých mužů je však masturbace obvykle spojena s fantaziemi, dnes stále běžněji povzbuzovanými²⁰ erotickou obrazovou literaturou a sexuálně dráždivými filmy. Tyto fantazie jsou rozmanité, někdy perverzní nebo infantilní, a normální pubescent se za ně často stydí.²¹ Další důvod, proč masturbace v naší kultuře zůstane asi pro pubescenta něčím pochybným, spočívá v tom, že *ruší platonickou lásku*, ohrožuje její estetickou a etickou kvalitu. Masturbovat s představou platonicky milované osoby tuto lásku „špiní“, mít fantazie o jiných mužích nebo ženách může být zase cítěno jako nevěra. Zdrženlivost v autosexualitě, založená na tělesné a duševní hygieně, na zdravém zatížení sportem a jinou přitažlivou činností i na volbě hodnotných kulturních zážitků, zůstane asi ideálem těch mladých lidí, kteří nejlépe chápou naši kulturní tradici. Za úvahu stojí i Příhodův názor, že erotika platonické lásky je „velikou katarzí a útlumovou biologickou silou“. Určitou platnost má snad i energetický model, podle kterého každá sexuální aktivita odčerpává síly, které by společnost mohla využít k jiným účelům – proto se mladým lidem různými prostředky brání v uspokojování sexuálních potřeb, dokud si to „nezaslouží“ splněním určitých

19 Někteří křesťanští bohoslovci a duchovní vidí i dnes v masturbaci závažné provinění, přestože v Bibli pro to nelze najít spolehlivé a přímé argumenty. Starozákonní Onan hřešil tím, že *přerušoval soulož* s vdovou po svém bratru, jemuž byl povinen zplodit potomstvo.

20 Je třeba odlišovat povzbuzování fantazie od rozvíjení fantazie. Fantazie povzbuzované nekulturní pornografií mohou být intenzivní, přitom však stereotypní a vulgární.

21 Fantazijní sexuální život při masturbaci i mimo ni zabírá těžko vyčíslitelnou, ale jistě natolik velkou část pubescentova dne i noci, že bychom neměli tento jev opomíjet. Za zmínku snad stojí psychoanalytická teorie: podle ní jsou masturbační fantazie tak choulostivé a tak silně spojeny s pocitem viny proto, že kdybychom se jimi volně zabývali, rozpomenuli bychom se i na fantazie z předškolního věku spojené s erotickou touhou po rodiči druhého pohlaví.

vývojových norem. Některé méně citlivé kultury jsou naopak v tomto směru zcela povolné, pubescenti nejsou nijak sexuálně omezováni.

Heterosexuální kontakty bývají v pubescenci motivovány především zvědavostí a touhou dokázat vlastní cenu a přitažlivost jiným i sobě. Toto experimentování, při němž vztahy bývají na pomezí kamarádství a erotiky, je pro další vývoj pozitivní. Pokud však přitom tělesné sblížení přesahuje nepřilíš smělé doteky a polibky ke konci období, považujeme je za předčasné. Jsou to – Příhodovými slovy – pochybné pokusy o slučování smyslnosti s platonismem. Tendence chlapců a dívek trávit volný čas převážně v oddělených, izosexuálních skupinách je pro jejich vývoj žádoucí. Roste však procento pubescentů, kteří jsou zkušenější, než bychom si přáli. Jedinci, kteří mají v tomto věku častější pohlavní styk, jsou však výjimkou. Weiss a Zvěřina (2001) uvádějí průměrný věk prvního sexuálního styku 18,06 let u žen a 18,17 u mužů.

Zvláštní zmínku zaslouží pubescentní sexuální hry ve skupině, resp. před skupinou vrstevníků. Zde došlo patrně za poslední generaci k dalšímu „uvolnění mravů“. Před třiceti lety patřilo – pokud je mi známo – k bravurním kouskům ohledat na dívčích zádech přes oděv zapínání podprsenky. Tomu dnes odpovídá např. hra „na telefon“, kterou máme dokumentovánu z pozorování v 8. ročníku základní školy: čtrnáctiletý chlapec hodí dívce za výstřih minci a pak ji musí vylovit, přičemž záleží na dívce, do jaké míry svým chováním hru zpestří. Takto si ovšem hrají jen ti odvážnější. Polibek při hře na fanty je však mezi staršími pubescenty běžný.

Křehké ideály

Pokusme se na závěr kapitoly stručně vyjádřit, oč jde ve vývojovém období, s nímž jsme se právě seznámili. Je zde nějaké základní téma, základní vývojový úkol?

Pubescent udělá několik významných cenných zkušeností, kterými začíná cesta od dětství k dospělosti. Setká se přitom nově s několika základními hodnotami naší kultury. Každé z těchto setkání je příležitostí, kterou lze využít – nebo propást.

První z těchto zkušeností je radikální rozšíření obzoru dané rozletem *intelektuální abstrakce*. Tento rozšířený obzor láká i leká. Je možné se mu otevřít a jít za pravdivým, obecně platným poznáním, jež se ovšem liší od pragmatické praxe a kupeckých počtů běžného života. Snaha o poznání pravdy vede vždycky do nesnází. Pubescent je v nebezpečí, že se vzdá na samém prahu, že přijme intelektuální abstrakci jen jako nástroj, který je možné podle potřeby použít při řešení speciálních problémů – a opět odložit, pokud povede k nepohodlným výsledkům. Lze přijmout, nebo odmítnout *závažnost poznání*, které proniká pod povrch běžného, konvencí posvěceného zdání. Většině pubescentů nemůžeme ještě takto vysvětlit, před jakým rozhodnutím stojí, ale de facto je

před ně stavíme. Jejich pozitivní rozhodnutí nemůže v tomto období ještě uzrát, negativní rozhodnutí může být naproti tomu definitivní.

Druhou zkušeností pubescence je *rozpor mezi platonickou erotikou první lásky a sexualitou*, která v dnešní době doléhá s velkou intenzitou již na děti. Je zde příležitost prožít první lásku jako věrnost romantickému ideálu, ať už se zároveň intenzita probuzeného pudu prosadí jakkoli intenzivními a možná i předčasnými zkušenostmi. A odpovídající nebezpečí: ztratit platonickou erotiku nebo ji vůbec neobjevit. Toto nebezpečí je zvýšeno společenským tlakem na pubescenty, aby si co nejdříve i v této oblasti osvojili standardní sebeprosazující chování, které je vlastní dospělým. Nejdále v tom zašla Amerika. Ve Spojených státech se od pubescentů očekává, že budou na určité večírky přicházet v páru. Mít už v pubescenci schůzky ve dvou je nejen tolerováno, považuje se to za žádoucí, asi jako u nás taneční kurzy. Ve světě, kde jsou už od Kinseyho časů předmětem obecné pozornosti statistiky koitů a orgasmů všeho druhu, je romantická láska komická – a vědí to (jen lehce nadsazují) už děti, pokud čtou „comics“, to znamená všechny. U nás se tento trend naštěstí prosazuje pomaleji, ale přece jen se setkáme např. s tím, že učitelky při lyžařském zájezdu uspořádají dvanáctiletým dětem „disko“ – a ne jeden čtenář těchto řádků si řekne: „Kde ten člověk žije, že se nad tím pozastavuje?“

Myšlenka *vzpoury proti starému ve jménu nového* je dalším statkem našeho kulturního dědictví. Pubescent se této myšlenky chápe ještě napůl dětsky, vyhovuje jeho sklonu k negativismu. Má však už dost rozumu a zkušenosti k tomu, aby viděl – v rodině i mimo ni – řadu věcí, proti nimž je na místě se bouřit, o nichž je třeba rozčileně diskutovat, kvůli nimž stojí za to riskovat konflikt. Tento duch vzpoury se má stát trvalou součástí jeho osobnosti. A také zde je nebezpečí, že toto vývojově nové, co se má naplno rozvinout v následujícím období, bude hned v zárodku utlumené předčasnou rezignací: Pubescent nebude vzat vážně jako partner v diskusi, nenajde nikoho, kdo by se zápalen hájil to, co on napadá, proti čemu se bouří. Navrhne se mu, aby se rozumně přizpůsobil stavu věcí, za kterého vzpoura je bezúčelná a nezajímavá – a on se skutečně orientuje na výhodné zařizování ve vykázaném prostoru.

Co platí pro intelektuální abstrakci, pro platonickou lásku a pro myšlenku vzpoury, našli bychom pravděpodobně i u dalších linií pubescentního vývoje: *připraven genetickým a historickým programem, chápe se pubescent dychtivě velkých témat svého individuálního života. Hned na začátku se mu však nabízejí snadné kompromisy, vedoucí k životu bez ideálů, k rozumné prostřednosti úpadkového, konzumního životního stylu.*

Na vrcholu mládí

(Adolescence – vývoj od 15 do 20–22 let)

Mezi patnácti a dvaceti vrcholí mládí. Kdyby bohové měli určitý věk, bylo by Venuši sedmnáct a Apollonovi dvacet. V této době je člověk nejkrásnější, tělesně i duševně nejsvěžejší, nejdychtivější a nejbystřejší. Bere svůj život zodpovědně a svobodně do svých rukou.¹

Zároveň je však dospívání období těžké a plné rozporů. Adolescent² se má vyznat sám v sobě a najít své místo ve světě, ověřit si, co dokáže a co vydrží, sám sebe najít v nějakém přesvědčení a životním programu. Má dokončit přípravu ke společenskému uplatnění v práci nebo udělat důležitá rozhodnutí v tomto směru (vstup na vysokou školu). Ve vztahu k druhému pohlaví má prožít něco víc než pouhé okouzlení, něco, co bude přinejmenším vážným hledáním, pokusem poznat a dát se poznat. To jsou velké úkoly a nelze se divit, že v sobě adolescenti mívají mnoho zmatku a nejasností. Jejich hledání bývá bolestné. Bývá spojeno s vážnými osobními krizemi, kotrmelci a vylomeninami, které jako vnější pozorovatelé těžko chápeme a jako rodiče (i učitelé) těžko odpouštíme. Teprve koncem období se obvykle objevuje radostnější ladění, převládá pocit vnitřní síly, mládí a krásy, dochází k citovému a rozumovému prohloubení a uklidnění.

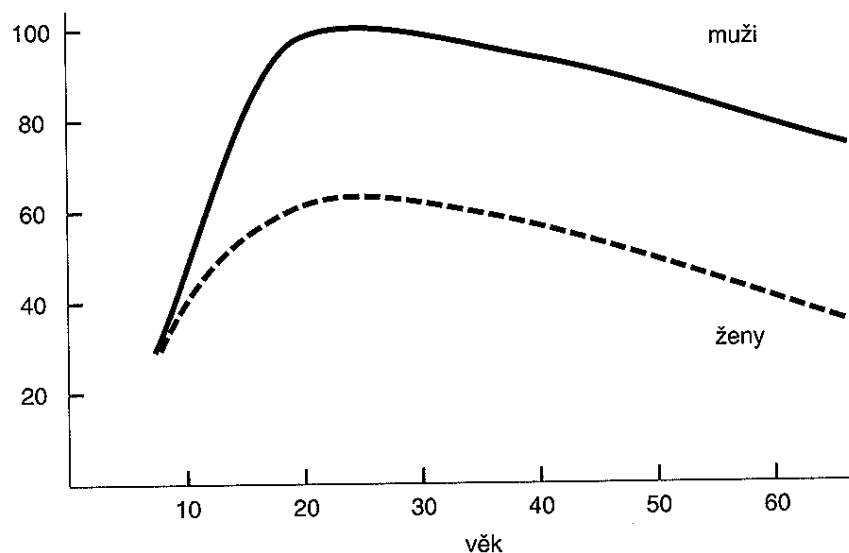
Vstup do adolescence je dán dobou, kdy mladý člověk zpravidla tělesně dozrává jako muž (o něco později) nebo jako žena (o něco dříve), a zároveň dobou, kdy zvolil učební nebo studijní obor a začíná se připravovat na určité povolání.

1 Víme, že tomu tak zdaleka vždycky není. Ale může a má se to stát, je to ideální program adolescence.

2 Slovo adolescence je odvozeno z latinského *adolesco* = dospívat, vyvíjet se, ale také vzrůstat, sílit, mohutnět.

Obr. 8.1 Vzdělání a pokles svalové síly v průběhu života

% maximální síla



Konec období je obtížné stanovit jednoznačně. Nenabízí se žádný předěl v biologickém vývoji a tím méně v sociálním vývoji. Individuálně je významný vstup do povolání, prozaicky řečeno první výplata, tu však dostane mladá dělnice o šest let dříve než začínající lékařka, takže tento sociální předěl není použitelný jako hranice období. Dosažení plnoletosti v 18 letech může být pro mladého člověka toužebně očekávanou událostí (chce-li např. opustit rodiče proti jejich vůli), ale většinou nemá větší význam z hlediska duševního vývoje. Dvacátý rok tedy volíme jako hranici období poněkud libovolně. Pro Václava Příhodu, se kterým se zde shodujeme, bylo patrně důvodem i to okrouhlé číslo. U vysokoškoláků „přidáváme“ tři roky, protože předpokládáme, že ekonomická závislost a pokračování „žakovské“ role jejich adolescenci prodlužují.

Adolescence neexistovala odjakživa a neexistuje v každé kultuře. U nás v minulém století pro většinu lidí splývalo – zhruba řečeno – dosažení pohlavní zralosti s dosažením zralosti sociální. Děvče se mohlo vdát, chlapec mohl (někdy musel) převzít hospodářství nebo se začít sám živit; řada pracujících dětí se sama živila i před patnáctým rokem. Dnes se dosažení plné sociální zralosti posouvá do stále vyššího věku, např. tím, že roste počet vysokoškoláků, kteří se stavějí na vlastní nohy až po promoci, zatímco sexuální aktivizace se – jak jsme už řekli – uspišuje. V patnácti letech zde tedy jsou mladý muž a mladá žena, kteří jsou tělesně téměř dorostlí, silní, rychlí a obratní, zhruba stejně

inteligentní jako jejich rodiče, toužící společensky se uplatnit a sexuálně žít, čeká je však dlouhý odklad, kdy jejich údělem je existenční závislost, podřízenost dospělým a biologicky nezdůvodnitelné omezování pohlavního života³. Tak se v našem sociokulturním okruhu postupně vytvořila adolescence jako zvláštní životní období mezi dětstvím a dospělostí: mladý člověk má určité úkoly, určitá práva, nabízejí se mu určité příležitosti a platí pro něj řada nepřijemných zákazů. Tomuto stadiu odpovídá také určitý způsob trávení volného času, určitý způsob řeči, móda v oblékání, hudební vkus a bezmála i životní filozofie. Období adolescence se postupně prodlužovalo do vyššího věku, takže sem dnes patří i začínající vysokoškolák, a podle některých autorů i do nižšího věku, protože starší pubescenti přijali některé rysy módy, zábavy, hudebního vkusu atd., které jsou příznačné právě pro adolescence.

Na vrcholu krásy

(Tělesný vývoj v adolescenci)

V adolescenci je růst do výšky u většiny chlapců ještě výrazný, u dívek už nepatrný. Průměrný chlapec vyroste ze 171 cm v patnácti letech na 178 cm v osmnácti letech, děvče ze 164 na 165 cm.⁴ Trup roste nyní více než končetiny, takže adolescent už není „samá ruka – samá noha“. Jeho postava dostává konečné, dospělé proporce. Mohutní svalstvo a tím chlapecká postava dále mužní. Dívčí postava se stává výrazně ženskou, a to především růstem ňader a boků, ale i řadou dalších, drobných změn. Odlišnost chlapecké a dívčí postavy, která ještě v pubescenci nemusela být výrazná, je nyní zřejmá. Chlapci se dočkají dychtivě očekávaného chmýří, které lze holit, takže mladý muž přestává být holobrádkem. Radost z toho je bohužel často zkalena estetickým problémem – akné, trudovinou v obličejí. Mutace pokročí: chraptavý hlas se stane kolem 16. roku spíše skřehotavým, pak klesne asi o oktávu, tonálně se vyrovná a zmožutní. Pohyby údů jsou souladnější, mizí jejich klackovitost – nastává vhodná doba pro nácvik tance. Kožní žlázy zvyšují svou produkci, tělo dostává i výraznější, sexuální dráždivý pach.

Pubescent neměl ještě se svým tělesným vývojem vážnější starosti, měl reálnou naději, že případné zpoždění růstu dohoní. Nyní však tato naděje zvolna pomíjí, řada chlapců se vážně obává, že nedoroste ani do širšího pásma

3 Musíme ovšem počítat s velkými individuálními rozdíly. Ještě ve dvaceti letech je mnohý mladý člověk sice již tělesně plně zralý, ale citově, rozumově a sociálně nehotový, závislý na rodičích.

4 Údaje o našich dvacetiletých nejsou bohužel k dispozici. Víme však, že další růst je – až na ojedinělé případy – nepatrný.

kolem průměru. Není to starost, nad kterou bychom měli mávnout rukou. Smířit se s malou postavou není hračka. Jako jiné těžké životní úkoly dává příležitost vnitřně dozrát. Kdo se však s malou postavou nevyrovná, může se stát závistivým, nadměrně ctižádostivým, může se všemi prostředky snažit získat vedoucí postavení („napoleonský komplex“).⁵ Dívka malé postavy nemusí mít starosti, to spíše její kamarádka, která dorostla do basketbalové výšky a těžko hledá partnera aspoň stejně vysokého. Dívky se také starají, zda nevypadají příliš mužsky (velké kosti, malá ňadra, úzké boky⁶) – a nejsou-li příliš tlusté nebo jinak neforemné. – Chlapcům ovšem vadí, jestliže vypadají málo mužně, nemají-li široká ramena a mohutné svaly.

Tím jsme opět u problému těch, kteří pozdě dozrávají sexuálně. Zvláště pro chlapce je v adolescenci nepříjemné mít dětsky vysoký hlas a jemnou pokožku bez vousů. Ve sprchách sledují chlapci odpradáva – za neomalených žertů, které se dědí z generace na generaci – své ohanbí.⁷

Pozdě zrající chlapec se svěřil v důvěrné chvíli matce: „Všichni jsou už chlupatí jako námořníci, jen já mám takový holátko...“

Vlastní tělo je nyní předmětem pozornosti, snad ještě více než v pubescenci. Chlapci a děvčata, kteří se sami sobě nelíbí, někdy doufají, že si zlepší postavu soustavným cvičením, a při dostatečné vytrvalosti je výsledek skutečně vidět – i bez speciálního kulturistického tréninku.⁸ Zaujetí vlastním tělem, jeho krásou nebo ošklivostí (často domnělou), dostupuje někdy až hypochondrické intenzity.

Osmnáctiletí mladíci jsou – pokud jde o hormony i dráždivost – na vrcholu své sexuální aktivity: produkce testosteronu je maximální. (U ženy je vrchol sexuální aktivity až kolem třicátého roku.)

Na vrcholu inteligence?

Řekli jsme, že pubescent už ovládá všechny základní myšlenkové obraty, kterých je třeba pro nejsložitější a nejnáročnější duševní práci – pro vědecké

myšlení. Adolescent myslí rychleji, spolehlivěji, zkušeněji než pubescent, ale žádné zásadně nové myšlenkové operace si už nemůže osvojit, protože neexistují.

Někdy se tvrdí, že adolescenta čeká ještě jeden koperníkovský obrat: pochopení, že není středem světa, což v tomto případě znamená, že není středem pozornosti všech lidí kolem sebe. Dospívající má totiž dojem, že všichni v jeho okolí stále pozorují jeho zevnějšek, všímají si jeho chování, sledují jeho výkony.

S tím souvisí i bezděčné přesvědčení o vlastní výjimečnosti, v němž můžeme vidět zbytky kognitivního egocentrismu (str. 123). Zajímavý je názor, že toto iracionální přesvědčení je příčinou častého nežádoucího otěhotnění u dívek, a to i u těch, které jsou dokonale poučeny o antikoncepci: dívka prostě nepřipouští, že by se něco takového mohlo stát *zrovna jí*.

Popsané jevy jsou jistě důležité, ale váháme označit je za problém nedovyvinuté inteligence. Motivy a city, které jsou zde ve hře, mají málo společného s rozumovou úrovní.

Abstraktní myšlení adolescenta je v takovém rozletu, že ho názorná výuka s množstvím konkrétních příkladů už může obtěžovat: potravou jeho intelektu jsou pojmy, nikoli obrazy. To se ovšem týká jen nadanějších jedinců a jen některých druhů studijní látky. Se zdokonalením pojmového aparátu bohužel klesá živost vnímání a představ, která už nikdy nebude taková jako v dětství.

Jakých výsledků dosahují adolescenti v testech inteligence ve srovnání s dospělými, případně se starými lidmi?

Nejstarší výzkumy odpovídaly: Inteligence vrcholí mezi patnáctým a šestnáctým rokem – a pak nastává celoživotní pomalý, ve stáří rychlý pokles. Později se ukázalo, že to byl hrubý omyl, a to hned ze dvou důvodů:

1. Nebralo se v úvahu, že jakmile člověk přestane chodit do školy, odvykne odpovídat na otázky toho druhu, jaké se kladou v inteligenčních testech, odvykne vůbec zkouškám, a pracuje-li tělesně, tedy i tužce a papíru. Proto ještě nemusí klesat jeho inteligence: problémy, které pro něj mají osobní význam, které se týkají jeho práce a zájmů, může řešit perfektně.
2. Neuvažovaly se rozdíly mezi kohortami (viz str. 66), věková křivka byla zkonstruována transverzálně. Má-li v roce 2000 dvacetiletý v testu vyšší výkon než šedesátiletý, není tento rozdíl dán jen věkem; stačí uvážit procento středoškolačů a vysokoškolačů v naší generaci a v generaci narozené roku 1940.⁹

Transverzální postup je nutný, chceme-li stanovit normy inteligenčního testu. Z výsledků ovšem nesmíme usuzovat na vývoj inteligence. Přesto jsou pro nás záj-

5 Budme spravedliví a přiznejme muži menší postavy nebo jinak nepříznivě nápadnému právo vyrovnat svůj handicap, jak dovede – včetně větší útočnosti a průbojnosti.

6 Strach z nežensky úzkých boků je dnes vzácný. V tom můžeme vidět přechodnou (trvám na tom, že úpadkovou!) „módu“ štíhlosti – ale také rozpaky dnešních dívek ve vztahu k ženské mateřské roli. Za tou módou je patrně i vytěsňený strach dnešních mužů z konfrontace s plnokrevným ženstvím.

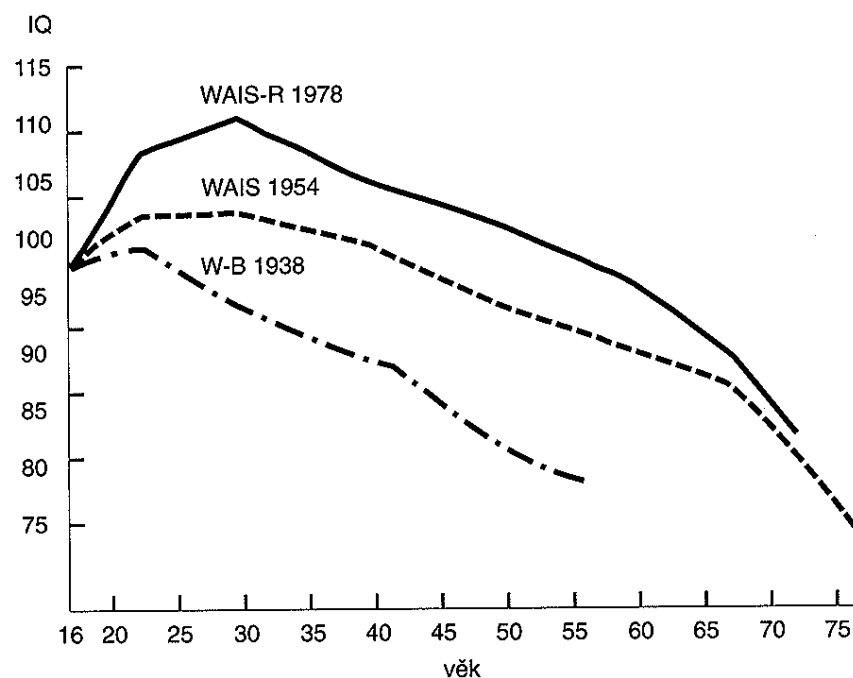
7 S pozdě zrajícím chlapcem jedná jeho okolí jako s mladším. Rodiče, zde je vaše šance: Buďte právě vy těmi, kteří tento klam překonají a budou ve zdánlivém dítěti plně respektovat mladého muže!

8 Nepodceňujeme pokušení anabolik, po kterých se někteří adolescenti tajně pídí bez ohledu na zdravotní riziko!

9 Velkou roli hraje i způsob výuky, který je v současnosti více zaměřen na rozvoj myšlení, dále průměrné vzdělání rodičů, celkový zdravotní stav populace atd.

Obr. 8.2

Věkové křivky inteligence získané v USA ve třech různých obdobích transverzální metodou



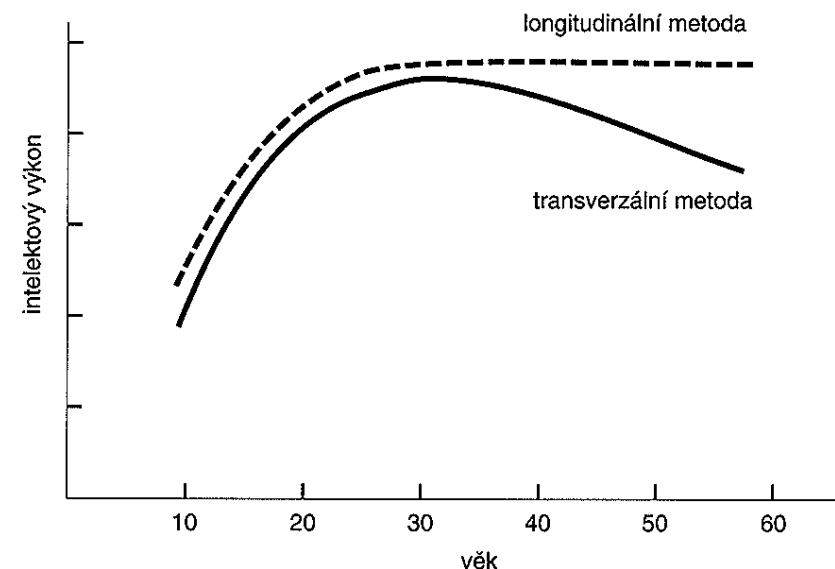
mavé tři transverzální věkové křivky inteligence znázorněné na obrázku 8.2. Jde o výsledky získané při tvorbě norem pro Wechslerův inteligenční test v USA. Jde bohužel o tři různé verze tohoto testu, takže přímé srovnání není možné. Výchozí bod všech tří křivek je společný, jako kdyby výkony adolescentů ve věku 16–17 let byly stejné v roce 1938, 1954 a 1978,¹⁰ což je zcela nepravděpodobné. O to jasnější však je srovnání věkových trendů ve třech různých dobách. V roce 1938 dosahovali nejvyšších výkonů jedinci krátce po dvacátém roce, v padesátých a sedmdesátých letech jedinci kolem třicátého roku. Vzestup křivky nad úroveň sedmnácti let je v roce 1978 mnohem delší a výraznější než v roce 1938.

Skutečnou vývojovou křivku inteligence můžeme získat jen *longitudinální strategií*, opakovaným testováním týchž osob v průběhu jejich života. A tu se ukazuje: u lidí, kteří mají intelektově náročné povolání a kteří se musí celý život vzdělávat (učitelé, vědci), inteligence po dosažení dospělosti stoupá ještě

10 Je pravděpodobné, že při použití stejné formy testu by každá novější křivka byla výše než předcházející. Různé formy téhož testu takto srovnávat nelze.

Obr. 8.3

Dlouhodobý vývoj inteligence: longitudinální a transverzální věková křivka



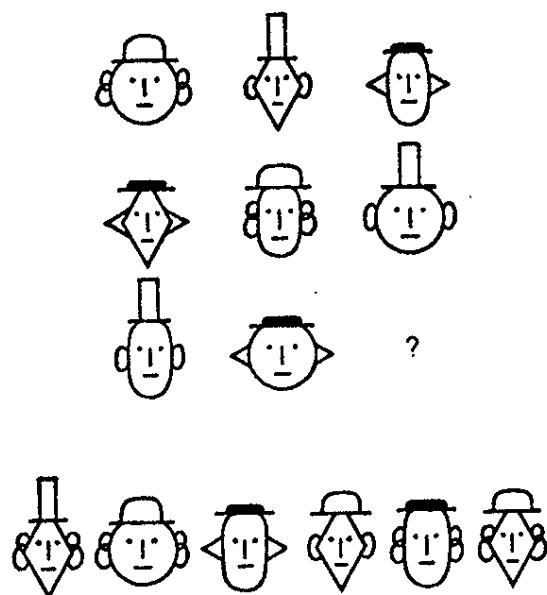
desítky let. Vcelku „longitudinální studie neprokázaly žádný pokles do padesátého až šedesátého roku“, platí tedy horní křivka z obrázku 8.3 (20, str. 164).

Přesnější obraz skutečnosti dostaneme, když nepovažujeme inteligenci za kompaktní celek, ale odlišíme v ní dvě složky. První složka se nazývá *fluidní inteligence*. Je to ta složka, která málo záleží na cvičení, zhruba řečeno přirozená bystrost při řešení logických problémů. Její míra u jednotlivých lidí je dána do značné míry biologicky, tj. závisí na kvalitě mozkové tkáně.

Na obrázku 8.4 je příklad testové položky, jakými se měří fluidní inteligence. Úkolem je vybrat ze šesti očíslovaných obrázků ten, který se hodí na místo, kde je otazník. Odpověď je nutné logicky odvodit ze vztahů mezi ostatními osmi obrázky seřazenými do řádků a sloupců. Správná odpověď je obrázek č. 6, protože každý prvek, kterým se obrázky odlišují (klobouk, uši, tvar a pokrývka hlavy), se vyskytuje v každém řádku a v každém sloupci právě jednou. To je ovšem pravidlo, které testovanému neřekneme, musí se ho sám dovtípit. (*Důvtipnost* je jedno z nejlepších českých slov pro inteligenci.)

Druhou základní složku tvoří *krystalická inteligence*. Jde samozřejmě opět o metaforu, která chce říci: tato složka se vytváří během života na základě

Obr. 8.4 Typický úkol měřící fluidní inteligenci (podle Eysencka)

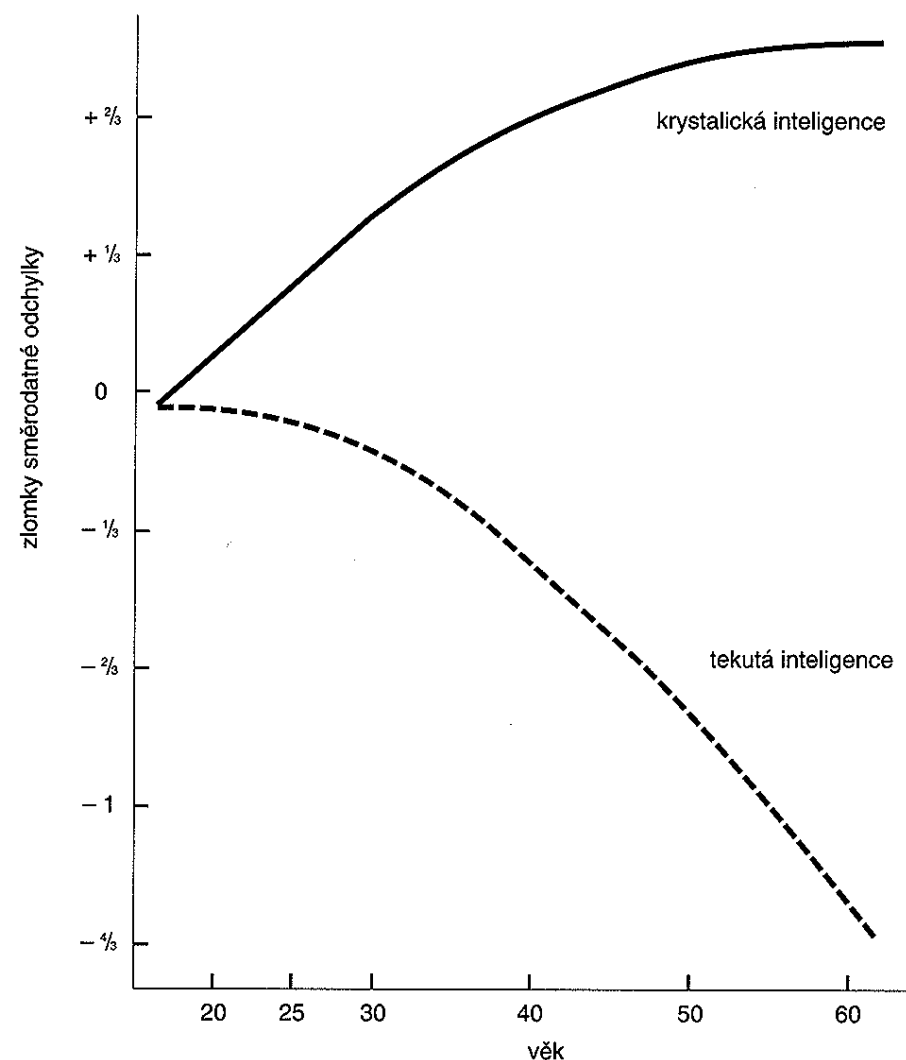


fluidní inteligence. Jsou to naučené, často přímo zautomatizované myšlenkové obraty, kvalitně osvojené pojmy, osvědčené strategie řešení problémů. Krystalickou inteligenci zjišťujeme otázkami jako např. „Co mají společného, čím se podobají ovce a tráva?“¹¹ Krystalická inteligence roste u duševně pracujícího člověka často ještě do 60 let. A jestliže můžeme považovat celkovou inteligenci za součet fluidní a krystalické složky, dostáváme vývojovou křivku, která je z hlediska starších lidí podstatně optimističtější, než odpovídá tradičním představám. Vývojové křivky obou složek uvádíme schematicky podle syntézy řady různých výzkumů, kterou provedli přední američtí badatelé Horn a Donaldson, na obrázku 8.5.¹²

11 Správná odpověď: obojí je živé. Kdyby úkol zněl „ovce a kráva“, byl by lehčí, odpověď by zněla např. „hospodářské zvíře“.

12 Kritický čtenář se zeptá, jak může celková longitudinální křivka na obrázku 8.3 neklesat, když na obrázku 8.5 je pokles fluidní inteligence větší než vzestup krystalické. Odpověď zní: V inteligenčních testových souborech mají testy krystalické inteligence celkově větší váhu.

Obr. 8.5 Věkové křivky fluidní a krystalické inteligence



Chceme-li být ještě přesnější, musíme opustit globální pojem inteligence vůbec a mluvit o *rozumových schopnostech*. Mezi ty patří kromě schopností reprezentovaných testovými úkoly, jež jsme uvedli, také různé druhy paměti, prostorová představivost, schopnost postřehnout nenápadné, ale podstatné

details atd. Tak bychom dostali celou řadu věkových křivek, každá by měla poněkud jiný tvar a jiný teoretický i praktický význam.

Je tedy adolescent na vrcholu inteligence? Není. Ale přiblížil se tomuto vrcholu natolik, aby byl v každé diskusi rovnocenným partnerem svých rodičů a učitelů a aby je často i předčil. Jednak totiž individuální rozdíly bývají nyní větší než věkové, jednak rodiče i učitelé bývají často již za svým osobním vrcholem. Adolescentovy úsudky budou bystřejší, rychlejší, originálnější a přímočařejší, samozřejmě také ukvapenější. Čtyřicátník bude uvažovat opatrněji, bude se více opírat o zkušenost a osvědčené metody, bude trpělivější a moudřejší – co víc si můžeme přát pro krásnou a plodnou diskusi?

Nemám čas!

Adolescent je na tom s časem skutečně špatně. Především ho musí spousta prozáhat, hlavně – s prominutím – prokecat. Ve dvou nebo v malé skupince, cestou ze školy nebo na plovárně, často u telefonu – hodiny a hodiny zaujatých hovorů. Adolescent není zvlášť společenský, potřebuje i hodně samoty, ale tyto rozhovory jsou nutné. Řeší se při nich otázky smyslu života, získávají se zkušenosti všeho druhu, nacvičuje se konverzace jako umění mluvit i poslouchat, brát partnera vážně i dělat si z něj inteligentně legraci.

Druhou adolescentní vášní je *četba*. Čte se literatura dobrodružná, historická, cestopisná. Děvčata na rozdíl od chlapců čtou i poezii. Po šestnáctém roce nastupuje společenský, resp. psychologický román: je bezprostřední školou lidských vztahů, přímo odpovídá na otázku, jací lidé jsou – z jiného úhlu a často vydatněji než psychologie.

Dnes je velkou konkurencí četby *televize* a video, film, zčásti ještě i rozhlas. Reprodukovaná hudba a dramatické umění, převážně na konzumní úrovni a získávající publikum laciným povzbuzováním erotických a agresivních fantazií, zahlcují mládež. Jsou nenáročné: člověk je při nich pasivnější než při četbě, kdy musí zapojit představivost. Jsou pohodlnější a pro většinu přitažlivější. Odnaučují samostatnému vyjadřování. Učí napodobovat gesta, mimiku, způsob řeči, nekriticky přejímat názory. Pedagogové varují, ale nikdo je neposlouchá. Dnešní adolescenti, kteří už byli televizí „odkojeni“, jsou snad o něco kritičtější. Adolescentní vášeň pro knihu se udrží – snad.

Adolescent dozrává k vážnému *dramatu*. Nevyžaduje již happy end a sentimentální, zajímá ho životní pravda, i když je drsná a tragická. Je přístupný otřesu, roztrpčení, nadšení, které v něm drama vyvolává. Rozhovory o společně zhlédnutém představení trvají hodiny a bývají bouřlivé – sotva co jiného (kromě činů ovšem) má větší význam pro mravní vývoj mladého člověka. Někteří adolescenti rozumějí už vážné hudbě, opeře, symfonii. Všechny umělecké dojmy jsou nové a svěží.

Taneční! V čase diskoték, v nichž rituál tance upadl a kde si – bez velkého nacvičování – zatančí i pubescenti, nejsou ničím tak novým a vývojově významným jako před třiceti či více lety. Přece jen však svým rituálem, obřadností a oficiálností stále ještě jsou jakýmsi mezníkem ve společenském vývoji adolescenta, krokem k dospělosti. Šestnáctý rok je snad dobou, kdy je nejjednodušší naučit se společenskému tanci („senzitivním obdobím“ ve velmi volném smyslu). Kdo propase tuto dobu, tomu už později těžko tanec vejde do krve.

Aktivní zájmy, které v adolescenci začínají, mají v dnešní době velký význam i pro další život. Jednak proto, že přibývá volného času, jednak proto, že umožňují – ve srovnání s prací – obvykle svobodnější sebevyjádření, rozvíjejí osobnost i pospolitost.

Aktivním zájmem číslo jedna je v adolescenci *sport*. Jeho význam pro vývoj osobnosti ovšem postupně klesá, řada dospívajících dává nyní přednost kulturně tvořivějším, vážnějším zájmům. Sport zůstává jedinečnou *rekreací*, ventilem soupeřivosti a agresivity, příležitostí porvat se s druhými i s vlastní únavou nebo strachem, pobýt v dobrém kolektivu. Sportovní trénink nacvičuje současně dobrovolnou kázeň, schopnost odříci si, na co mám právě chuť (starý, kulturně cenný motiv askeze), učí odhadnout vlastní síly, pěstuje systematickosti, vytvářejí se při něm návyky správné životosprávy na celý život. V tomto smyslu je závodní sport pro adolescenta školou vůle a charakteru. – Jestliže však sport vyplňuje většinu volného času, je to v tomto věku přece jen už na úkor činností, které mohou dát víc. Jde o ulpívání na pubescentní (i dětské) hravosti a soupeřivosti. Sport pokleslý na pouhé fandění na tribunách, nebo dokonce sport jen u televize kombinovaný s diskusemi u piva je sice pořád ještě pro řadu mužů přitažlivou, uvolňující a únikovou zábavou, ale ničím víc.

Aktivně provozovaná *hudba* je v adolescenci velkým potěšením, při kterém člověk může dát výraz svým citům a vytvořit cenné vztahy k posluchačům i ke spoluhráčům. Nejoblíbenější je v tomto období ovšem „sladké dřevo“ – kytara, ideální nástroj k táboráku, do vlaku a kamkoli, kde se dá v partě zpívat. Nadaný adolescent může zvládnout techniku hudebního nástroje na úrovni, která se podstatně neliší od úrovně zkušeného dospělého hudebníka. V tomto věku lze také už úspěšně komponovat. Reprodukovaná hudba na špičkové profesionální úrovni je ovšem nepříjemnou konkurencí každému, kdo si chce zahrát nebo zazpívat, třeba jen pro vlastní radost; aktivní hudebnost našich dnešních adolescentů se omezuje pouze na ty, kteří jsou silně motivováni.

Stejně hodnotným zájmem je *ochotnické divadlo*, které má pro adolescenty (ale už i pro pubescenty, dáme-li jim příležitost!) velké kouzlo. Možnost vžívat se do různých postav, být „jakoby“ v různých rolích, dobře vyhovuje tomu, kdo právě hledá svou pravou roli v životě. A to je právě případ typického adolescenta, který hledá – jak o tom budeme později mluvit podrobně – svou životní

identitu. Kromě toho herecký úspěch je dnes díky kouzlům filmové techniky těžko předvídatelný a mladý amatér má aspoň teoretickou naději, že bude jednou objeven jako typ vhodný pro velkou filmovou roli. Pro adolescenta znamená taková naděje mnoho.

Výtvarné umění vyžaduje delší osobní zrání než hudba a obyčejně i delší cvik. Zde mohou vyniknout jen nejnadanější adolescenti. Každému je však přístupná fotografie, s jejíž pomocí může i bez náročného výcviku vyjádřit své vidění světa.

Literární pokusy adolescentů mají zřídka vysokou uměleckou hodnotu. Známe-li však autora osobně, čteme jeho tvorbu s velkým zájmem a často s dojetím. Bývá to upřímná výpověď o sobě – vždy nová, protože každá generace začíná v jistém smyslu znova. Zvláště lyrická báseň umožňuje adolescentům, aby vyjádřili své niterné pocity, vzrušení nově viděnou krásou – a často rozpolcenost, smutek nebo úzkost, pocity nesmyslnosti a odcizení i pohrdání (kým jiným: námi starými, v nichž vidí spolustrůjce absurdit, jež na ně doléhají), bolestné hledání jistoty. Svérázným žánrem je adolescentní (někdy již pubescentní) deník. Dospívající rád zaznamenává své zážitky a úvahy. Nejasně očekává, že jednou jeho deník najde čtenáře, kteří ocení upřímnost zápisů a jedinečnost pisatele; v tomto smyslu je deník také literárním pokusem.

Velkým tématem adolescence je *sebevzdělávání*. Dospívající cítí zodpovědnost za výkon a dovede – má-li zájem – věnovat cizímu jazyku, cvičení na hudební nástroj nebo už zmíněnému sportovnímu tréninku stejně houževnaté úsilí jako dospělý. Navíc tam, kde dospělý už poznal své meze a rezignoval, nebo aspoň zvolnil tempo, adolescent ještě tajně doufá, že mimořádným úsilím vynikne a získá všeobecný obdiv, jedinečný úspěch.

Láska a sexualita dospívajících

Milostný život je v adolescenci intenzivní a rozmanitý, šťastný i nešťastný. Na sex a erotiku se myslí, o vztazích se mluví více než kdykoli jindy v životě. Čte se sexuologická literatura. Kámasútra i porno. Rodiče a učitelé by měli mít více informací o tom, jací jejich adolescenti po této stránce skutečně jsou, a měli by mít tuto problematiku také dobře promyšlenou. Nemohou vystačit se zkušenostmi z vlastního dospívání. Jednak bylo naše mládí jiné, jednak mnoho zapomínáme a stejně mnoho retušujeme své vzpomínky.

Erotika bývá poznamenána rozporností tohoto období, jak se to projevuje např. v dopisech dospívajícího Karla Čapka dívce jménem Anielka:

„Cítím-li správně, dotkl se Vás můj poslední dopis nemile, snad tím, že jsem dal poněkud bezohledně a netaktně najevo, že – Vás mám nade všecko pomyšlení a nad všecku míru rád – jestli Vám to přiznání bylo nemilé, hle odprošuji Vás za svoje chování.

Já nevím ani, jak to přišlo, že jsem tak dalece se zapomněl: jen vím, že jsem už nemohl déle v sobě nést tíhu beznadějně lásky s nikým nesdělené, že v návalu touhy a stesku psal jsem slova, jež teď proklínám.

Odpusťte mi, slečno, moje chování: jsem takový divný člověk, přecitlivělý jako choré děcko, ubohý neurózní hoch, který snad po nějakém přepjatí duševním zešílí, s nervy chorými a slabými a s city, jichž rozum regulovat nemůže...

Ale smutný fakt: tak málo štěstí způsobila mi dosud moje láska, že je k pláči.

Pravda, bylo štěstí, když tam dole u Adalbertina byla podobizna Vaše; tam já stával dlouho v mrazu a vánici, pln štěstí, že se přece na mne díváte...“¹³

Toto je historie, dopis byl psán v roce 1905. Může mít neurotická bolest chlapce, trpícího navíc pokryteckou morálkou jeho společenské vrstvy na počátku 20. století, něco společného s milostnými city a touhami dnešních mladých lidí? Vyskytuje se dnes něco podobného této nešťastné truvérské lásce? Příhoda se ještě v roce 1970 domníval, že typická, normální adolescentní láska je čistě platonická, že nemá nic společného se sexualitou, že milující nemyslí (s výjimkou zralejších dívek) ani na manželství s milovanou bytostí, protože by ji tím jaksi strhával do všednodenní reality.

Příhodovo pojetí první lásky, již podle něj začíná pubescence, jsme vyložili na str. 184. Podobné, i když obyčejně slabší, jsou – podle tohoto autora – i epizody, které mohou přijít v dalších letech, a snad ještě po patnáctém roce. Typická druhá láska pak přichází v adolescenci: „Je již rozvinutější, bohatší o minulé citové zkušenosti, subjektivně žhavější, úpěnlivější, znepokojující, ... usilující o přímý kontakt, ale nikoli smyslný, nýbrž jen platonický, nicméně však reálnější. Jeví se zde již touha po obapolnosti lásky, která je tím nesnesitelnější, čím energičtější a beznadějnější je objektem odmítání ... U jiných je abstraktnější, oddělenější od manželského cíle, neboť není v našem klimatu a v naší tradici pomyšlení na sňatek, kdežto u děvčat bývá již konkrétnější, zejména v posledních dvou letech adolescentního období ... Druhou lásku považujeme pro celoživotní dráhu za velmi důležitou pro její katartický účinek vzhledem k přírodním sexuální silám a pro jakousi úvodní zkušenost, předcházející později závazné citové rozhodnutí. Nic ji nenahradí, neboť ti, kteří ji ubíjí sexualitou, nemohou v dalším životě dospět k emoční zralosti a vidí záchranu v cynickém pohledu na osoby druhého pohlaví.“

Čteme a vrtíme hlavou: Mluví zde psychologický znalec mládeže, anebo pedagog-moralista, obhajující ideály svého dávného mládí? I v druhém případě ho vyslechneme s pozornou úctou: jednak proto, že historie je učitelkou života, jednak proto, že postup v čase nemusí znamenat vždycky a po všech stránkách skutečný pokrok.

Podle všeho byla za Čapkova a Příhodova mládí většina adolescentů (jejichž dopisy se z pochopitelných důvodů nevydávají tiskem) mnohem prozaičtější – podobně jako dnes. Ale na druhé straně patří i dnes k plnému, bohatému milostnému citění adolescenta tento prvek romantické idealizace a utrpení, citového

13 Karel Čapek: *Listy Anielce*. Praha 1983.

rozkmitu a rozervanosti – jinak by totiž nejlepší básníci psali o ničem. Byla by škoda tu výjimečnou ušlechtilost „utopit“ v nějakém průměru!

Současná vývojová psychologie se soustřeďuje při zkoumání milostného života na ty jeho stránky, které jsou přístupnější pozorování nebo o kterých lze aspoň získávat hromadnými metodami jednoznačnější¹⁴ výpovědi zkoumaných osob.

Schůzky chlapců s dívkami začínají dnes již na počátku pubescence. Tradiční ochranná bariéra („Holky jsou ufnukané a nic s nimi není!“ – „Kluci jsou blbí a sprostí!“ – viz str. 158) zřejmě slábne, máme dojem, že první milostná psaníčka rovnou navazují na dětské hry. Sexuální zájem se však v pubescenci vyčerpává až na výjimky masturbací, fantaziemi, siláckými řečmi a bravurními kousky, o nichž jsme se zmínili (str. 188).

Zpravidla až kolem čtrnáctého roku začínají schůzky, při kterých jde o tělesné sblížení.¹⁵ Dřívější schůzky mívají obyčejně kamarádský ráz, děvče i chlapec si při nich „opakuji“, co se naučili v izosexuálním kamarádství. Za normální stále považujeme, jestliže se milenci (nebo jen eroticky zvědaví pubescenti) zpočátku jen vodí za ruce. I to vzetí za ruku na schůzce ve dvou, které má vzhledem k situaci jasný význam předejchání k dalším nežnostem, může být činem, k němuž se hned tak nesebere odvaha. Mezi vzetím za ruku a prvním polibkem mohou uplynout týdny i měsíce, schůzky nemusí být ani v případě silného citu nijak časté. Polibky se prodlužují a prohlubují, přichází objímání a hlazení, které postupně – opět jde o týdny a měsíce, ba i léta – směřují k nadrům a k ohanbí, a konečně pod oděv. Přitom obvykle – jak napovídá kulturní norma – vede chlapec, i když skutečným iniciátorem bývá stejně často (jde-li o vrstevníky, tedy častěji) provokující dívka.

Dojde-li ke styku, je to ještě v šestnácti i sedmnácti letech jen zřídka začátek pravidelného heterosexuálního života. Před dvacátým rokem není však už pravidelný předmanželský život ničím výjimečným, zvláště když partneri skončili přípravu na povolání a vymanili se ze závislosti na rodičích; v tom případě jde o věk příhodný – i když zdaleka ne ještě optimální! – ke sňatku a ke zplodění dětí.

Popsaný postup od prvního fyzického přiblížení až po sexuální styk může trvat několik let, může však stačit i jediný večer, a jsou-li partneri opilí, stačí ještě méně. Také tehdy, když je jeden z partnerů už sexuálně zkušený, bývá fyzické sblížení rychlé, což je z hlediska vývoje osobnosti pro méně zkušeného spíše ztráta než zisk. Uplatní-li se při tom – ve větší nebo menší míře – i násilí, je poškození citového vývoje velmi pravděpodobné.

14 Jednoznačnost není ještě objektivita. Objektivnost výpovědi o vlastním sexuálním životě je například přes všechny pokroky výzkumné metodologie stále svízelným problémem.

15 Kdy jednotliví pubescenti začínají s těmito schůzkami, závisí více na věku než na sexuálním dozrávání – tedy zřejmě více na vlivu sociálních než biologických hodin.

Celé fyzické sblížení se jen někdy realizuje s jediným partnerem. První vztahy končí u polibků a nesmělých objetí. Adolescenti často střídají partnery svých milostných her, bývají si dobře vědomi, že jen experimentují (samozřejmě i se svými city, ne jen s těly) a že chtějí „co nejvíce užít“. Někdy se rozcházejí i velmi intenzivní a nijak povrchní vztahy proto, že si jeden z partnerů uvědomí, že potřebuje více zkušeností, že se ještě nechce citově příliš připoutat. Odborně se mluví o polygamním stadiu sexuálního vývoje, kdy se při každém vztahu počítá s víceméně brzkým rozchodem, a může tedy těžko dojít k milostné tragédii; výjimkou je za tohoto stavu věcí jen opakovaný nezdar v pokusech o navázání známosti, který může vést k zoufalým pocitům méněcennosti.

V polygamním stadiu má erotika a sexualita příchutí zakázaného ovoce. Vztahy se často navazují z pouhé zvědavosti. Oblíbená je – jako ostatně i později – hra na lásku, zvaná flirt: Oba partneri jsou si vědomi, že se nehodlají, aspoň prozatím – sexuálně sblížit. (V adolescenci se ovšem často stane, že jeden z partnerů nepozná včas, že druhý jen flirtuje.) Dobývání a svádění bývá vedeno také snahou přesvědčit druhé i sebe o vlastní ceně, kráse, mužnosti („být dobrý v holkách“). Prestižní motivace je silná. K „vášnivému zamilování“ stačí někdy vědomí, že o určitého chlapce nebo dívku je velký zájem a jeho (její) získání vzbudí závist.

Někdy dochází v rámci těchto her k pohlavnímu styku, který má jen malý psychologický význam. Beauvoirová říká, že dívka může *ztratit panenství, aniž se stala ženou*, protože neví o strhující síle erotického prožívání, které může být spjato se sexuálním vztahem: nepoznala muže! Vypráví o mladé studentce, která strávila noc s kamarádem a ráno příběhla sdělit přítelkyni: „Spala jsem s C., bylo to legrační!“ „Něžnosti je lechtají,“ říká Beauvoirová, „polibky často vyvolávají smích, pohlíží na tělesnou lásku jako na hru. Nejsou-li právě v náladě se bavit, zdají se jim požadavky milence hned zase obtížné a hrubé.“ Chce-li však autorka říci, v čem spočívá kvalita zralé, dospělé ženské erotiky, uchyluje se k opisům a metaforám jako „zaplavení těla rozkoší“, nebo dokonce „probuzení démona“.

Všechny tyto zkušenosti se dnes v naší kultuře tolerují a mnohdy se považují v podstatě za žádoucí a užitečné, pokud nezacházejí příliš daleko a pokud jich není příliš mnoho. Je dokonce možné, že (víceméně bezděčně, neboť stačí málo) své blízké dospívající „tlačíme“ k tomu, aby užívali života – možná tak, jak bychom si my dospělí v skrytu duše sami přáli. Přejeme jim hodně úspěchů, tak trochu ve stylu konzumní a prestižní mentality nebo i vulgárního „Co můžeš urvat, urvi...“ Vcelku jsou dnes postoje společnosti k adolescentní erotice a sexualitě rozporné a jen zčásti racionální. Na jedné straně je společnost (hlavně rodina a učitelé) tolerantnější a přejícnější, než bývala v první polovině minulého století i později – na druhé straně sama nemá jistotu, co je správné a dlouhodobě prospěšné. Často se chceme mladým zavděčit a zároveň jim závidíme, bojíme se být jak staromódní, tak příliš laxní. *Chybí jasná, realistická,*

osvědčená kulturní norma, o kterou bychom se opřeli. Tato norma bude muset vzít v úvahu stále rostoucí spolehlivost antikoncepce, která ovlivňuje postoj k sexualitě u dospělých i u dospívajících, a současně i nebezpečí pohlavních chorob, jež dnes opět stoupá, nehledě na ohrožení, které představuje AIDS. A díváme-li se na svou kulturu „z ptačí perspektivy“, stojí za úvahu i fakt, že v kulturách, jež jsou k adolescentní sexualitě zvlášť shovívavé, bývá zároveň méně agresivity.¹⁶ Nejsme samozřejmě inženýry nové sexuální morálky, ale všichni se nějak podílíme na jejím vytváření.

I v polygamním stadiu adolescentní sexuality se vyskytují vztahy trvající mnoho měsíců, někdy i léta, které tedy vydrží až do dalšího, více monogamního předmanželského stadia. Opravdovější mladí lidé mívají sklon k hlubším a zodpovědnějším vztahům, v nichž převládá erotika nad sexualitou, kde oddanost a věrnost jsou důležitými složkami prožívaného citu.¹⁷ Berou svůj vztah vážně a myslí s naprostou samozřejmostí na manželství. Přitom nezáleží na tom, jak daleko se spolu dostali v sexuálním sbližování, může jít i o relativně platonické milence. Rozchod – většinou tak jako tak nevyhnutelný – je pro ně těžkým loučením: objeví smutek, další dimenzi lásky, dobře známou z milostné poezie.

Ve srovnání s dospělostí výraz citu často neodpovídá jeho hloubce, závažnosti. Dospívající si mnohdy ještě spíše hraje na cit, sentimentálně se opojuje svým prožitkem. Cítí jaksi zkusmo, *učí se cítit*. Jeho cit bývá pro něj reálnější než člověk, ke kterému se tento cit vztahuje. Ten bývá „věšákem na ideály“ nebo – v případě opačného citu – fackovacím panákem; příslušné fackování se zpravidla odbyvá jen ve fantaziích a řečech.

Hlavním způsobem sexuálního uspokojování zůstává v adolescenci masturbace (je všeobecně pro ženy méně přitažlivá než pro muže). Mnozí dospívající sexuálně abstinují, nebo se o to aspoň snaží. Jiní jsou naopak v tomto směru bez rozpaků a v rozhovorech mezi sebou se nijak nevyhýbají autosexualitě.

Dalším ostře sledovaným údajem o sexuálním vývoji adolescentů je věk první soulože. V tabulce 8.1 uvádíme data z výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001) z roku 1998.

16 Radikální uvolnění adolescentní sexuality však asi nebude řešením pro naši společnost. Nedo-
poručuje je ani psychoanalýza, o které si to řada laiků myslí. Freud nebyl – pokud jde o uvol-
nění mravů – žádný sexuální revolucionář. Podle jeho názoru je odbrzdění sexuality v naší kul-
tuře nebezpečné, protože se s ním pojí i odbrzdění agresivního pudu.

17 Pro upřesnění: Věrnost může být morální požadavek, povinnost – ať už samozřejmá, nebo při-
jímaná jako nepříjemné omezení. Zde jde o věrnost pocítovanou, o onen dvojpěv „jsme svoji!“
Nelze ovšem tvrdit, že v každé silné a krásné erotice musí jít zároveň o věrnost. Převládne-li
v rané adolescenci zodpovědná věrnost nad polygamní hravostí, stojíme před otázkou: Ne-
skrývá se za odpovědností spíše předčasné lpění na víceméně náhodně zvoleném partnerovi,
strach z rozchodu a z nového hledání? Nebrzdí dlouhodobý vztah rozvoj osobnosti obou part-
nerů? Manželství vzniká ze studentských lásek bývají často komplikovaná, příliš těsná –
a nejednou se po třicítce nebo i čtyřicítce krajně „nešikovným“ rozvodem dohání něco, co má své
místo v dospívání.

Tab. 8.1 Věk při první souloži (v procentech)

Věk (v letech)	Muži	Ženy
13 a méně	2,2	0,5
14	3,1	0,8
15	5,8	5,6
16	13,3	15,1
17	19,7	23,1
18	22,2	23,8
19	10,5	12,0
20	9,5	7,5
21	3,1	4,0
22	3,8	1,9
23 a více	6,8	5,9

Sociologové a zvláště psychologové si kladou otázku, jaké *vědomé motivy* vedou mladé lidi k tomu, aby začali sexuálně žít, a jaké jsou jejich prožitky týkající se prvního sexuálního styku. Obecná odpověď na první otázku ovšem zní, že se postupně prosazuje pudová potřeba. Tato banální pravda však zdaleka nevy-
stihuje celý problém. Chlapci ve velké většině udávají, že jejich motivem byla
prostě zvědavost. U dívek jsou poněkud častější citové důvody, bývají „přemo-
ženy“ svým citem, tak jak to odpovídá tradičnímu kulturnímu stereotypu ženy,
který se dodnes prosazuje. Dívka také často ustoupí naléhání chlapce, kterého
nechce ztratit. Adolescenti obojího pohlaví jsou pod tlakem svých vrstevníků,
kteří vedou chvástavé řeči a vysmívají se těm, kteří přiznávají nezkušenost
(přičemž jsou na tom nejednou stejně). Časté je přání mít už první zkušenost
za sebou a zbavit se četných nejistot a pochyb o sobě, které jsou s nezkušeností
spojeny. *Prestižní motiv* je patrně významnější u chlapců, kteří v „ulovení“ děv-
čete vidí lovecký úspěch. – Tyto motivy však nevylučují přání, jež v dotaznících
projevuje většina dospívajících, aby totiž jejich sexuální život byl spojen
s hlubším citem, aby byl součástí stálého, oddaného vztahu.

Sešnáctiletá studentka: „Kdybych se holkám přiznala, že jsem ještě panna, tak
bych s nimi nevydržela.“ Jiná studentka se s kamarádkami vsadila o dvacet korun, že
„to vydrží“ do svých šestnáctých narozenin. Motivem této směšné sázky bylo vyjádřit
pohrdání k pohlavní zdrženlivosti – možná spíše pohrdání předstírané než skutečné.

Brzký sexuální styk mají pubescenti a adolescenti, kteří málo sportují, hůře se učí,
více pijí a kouří, jsou celkově méně ukázněni, později v práci více fluktuují. Dřívější
sexuální styk bývá přirozeně také spojen s ranějším sexuálním dozráváním. – Není

ovšem jasné, co je příčinou čeho. Ovlivní předčasný sexuální styk další způsob života? Vede pití alkoholu (spojené obvykle s kouřením) k dřívějšímu sexuálnímu styku? Nebo má obojí společnou příčinu v celkově horší kázni a v méně kvalitní rodinné výchově? Nejspíše usoudíme, že brzký sexuální styk je důsledkem hyposocializace, slabého přijímání, uznávání a internalizace, zvnitřnění kulturních norem.

Jak popisují dospívající své prožitky při prvním sexuálním styku? Chlapci z něj mají většinou dobré pocity, dívky však často udávají úzkost, strach z otěhotnění, stud a výčitky svědomí. Z toho plyne, že chlapci i dívky bývají špatně připraveni na tuto událost, důležitou pro jejich další erotický a sexuální vývoj. Dobře připravený chlapec by si měl počínat tak, aby dívce svou ohleduplností, trpělivostí a porozuměním pomohl překonat negativní pocity. Mívá však v této situaci dost vlastních starostí.

Vágnerová vidí adolescentní milostný vztah kriticky: Je zatížen „potřebou mít milovanou bytost jen pro sebe“, neochotou dovolit jí dělat něco „jiného, jinde či s někým jiným. Pokus o jakoukoli změnu je interpretován jako zrada“, což „svědčí o značné nejistotě ve vztahu, kde se navíc může projevit úzkost ze ztráty vlastní, dosud nehotové identity.“

S postupující sexuální revolucí se začátek pohlavního života posouval do stále časnějšího věku. Na statistických datech nás nejvíce zaujmou obrovské individuální rozdíly v tempu vývoje: pozoruhodné procento zkušených pubescentů a pozoruhodné procento nezkušených vysokoškoláků. To především potvrzuje *nehotovost kulturní normy*, na kterou jsme už upozornili. Dále se zdá, že většina adolescentů se souhlasem přijímá omezení sexuálního života, které od nich požaduje společnost (i když, jak víme, nepříliš přísně). Dospívající patrně většinou cítí, že sexuální styk je pro jejich erotický vývoj a vývoj celé osobnosti předčasný a spokojují se s masturbací a pettingem. Ke zdrženlivým můžeme počítat i ty, kteří sice měli v pubescenci nebo adolescenci pohlavní styk, ale jen ojediněle. Ještě pro zajímavost: Mezi sedmnáctiletými Američany 13 % chlapců a 7 % dívek v dotazníku prohlásilo, že se ještě nikdy ani nelíbali s dívkou (chlapcem). Platonická adolescentní láska bez touhy po jakémkoli smyslném kontaktu, jak o ní mluví Příhoda, je však v naší době pravděpodobně ještě vzácnější.

Náš výklad o adolescentní erotice a sexualitě by nebyl úplný, kdybychom opomínuli homosexualitu. Podle některých výzkumů snad až 37 % mužů a 19 % žen během celého života má – třeba povrchní a epizodickou – homosexuální zkušenost. Může jít o platonický vztah, o masturbační fantazie, polibky a petting, vzájemnou masturbaci a další praktiky. Jak známo, k homosexuálním kontaktům dochází velmi často u mužů i žen ve vězení nebo v jiné izosexuální skupině žijící bez kontaktu s druhým pohlavím. Tato *homosexualita z nouze* rychle mizí, jakmile se obnoví příležitost k heterosexuálním kontaktům. U žen však – podle Hubálka – vzniklý lesbický pár někdy přetrvává, a to i u žen, jež předtím neměly homosexuální zkušenost, žily v manželství, porodily děti a nevěděly o své latentní homosexualitě.

Podle Freuda a mnoha jeho žáků je každý člověk psychologicky založen bisexuálně (oboupohlavně) a záleží jen na tom, která složka v jeho vývoji převládne.¹⁸ Přátelské vztahy mezi příslušníky téhož pohlaví jsou podle této teorie sublimovanou homosexualitou. Domnívám se, že není třeba, abychom byli v této věci dogmatičtí: tato teorie patrně o některých přátelských vztazích platí, o jiných nikoli.

U četných živočišných druhů je homosexualita běžná, aniž dovedeme říci, jaký to má biologický smysl. V některých případech se v živočišné říši objevují homosexuální kontakty i tam, kde je dostatek příslušníků obojího pohlaví, nejde tedy vždy o nouzové vybití pohlavního pudu.

Osoby, které v dotazníkovém šetření uvedly, že měly někdy v životě homosexuální zkušenost, umístily většinou její začátek (a mnohdy zároveň konec) do období adolescence nebo pubescence. Homosexuální epizodu v adolescenci či pubescenci považuje většina autorů za neškodné přechodné těkání erotického citění a sexuálního pudu. Některí v ní dokonce vidí prospěšnou zkušenost, která zkvalitňuje budoucí přátelské izosexuální vztahy.¹⁹ Několik homosexuálních kontaktů nemůže, jak se většinou soudí, změnit heterosexuální zaměření v homosexuální. Nejhorší, co může homosexuální zkušenost způsobit, podle řady autorů je, že povzbudí spící sklon, který se vytvořil v dětství. Důkazem jsou společnosti, které předepisují stadium homosexuality pro dospívající chlapce jako součást procesu dospívání. V těchto kulturách následuje po homosexuálním stadiu heterosexuální manželství. – Z této argumentace však neplyne, že by nemohl „spící sklon“ k homosexualitě klidně spát celý život – nejspíše k prospěchu svého nositele.

Homosexualita bývá, je-li na ni kultura „zařizena“ nebo jsou-li homosexuální partneři vnitřně nezávislí na užší kulturní normě, pozitivnější zkušeností než masturbace nebo neuspokojivé heterosexuální vztahy. V beletrii najdeme bohatá vylicení krásných homoerotických vztahů. Je-li však dané sociokulturní prostředí vůči homosexualitě nepřátelské, represivní, vzniká tím pro řadu jedinců těžká situace, dochází k vnitřním i vnějším konfliktům a nejednou k životnímu ztroskotání. U nás je homosexualita už půl století beztravná, naše odborná literatura o homosexualitě je na dobré úrovni, popularizace a veřejná diskuse je však zatížena na jedné straně povrchním radikálním liberalismem, na druhé straně dogmatickým konzervativismem nebo fundamentalismem. Erotika, které není v mládí dovoleno ani zatápat mezi homosexuálním a heterosexuálním zaměřením, která s hrůzou potlačuje každý sebenepatrnější záchvěv ve směru ke stejnému pohlaví, je vždy o něco ochuzena – přinejmenším o část své spontánnosti. A na druhé straně vybízení dospívajících k tomu, aby neopomněli vyzkoušet všechny možnosti, jak obohatit své sexuální zkušenosti, může zatěžovat a rozvracet nezralou osobnost.

18 Motivy pro (přechodnou) homosexuální motivaci mohou být mimo jiné strach z druhého pohlaví a strach z odpovědnosti plynoucí z heterosexuálního vztahu.

19 To se ovšem nevztahuje na homosexuální svedení nebo znásilnění dítěte, jež může být vážným patologickým psychotraumatem.

Dobro – zlo – spravedlnost

(*Mravní vývoj v adolescenci*)

Jsou dnešní adolescenti tak mravně lhostejní, povrchní a cyničtí, jak se s oblibou tváří? Nikoli, odpovídá Langmeier, dnešní mládež „se zabývá různými otázkami svědomí, odpovědnosti a viny, spravedlnosti a zla spíše intenzivněji, ale zároveň i strážlivěji, tj. odmítá laciný sentimentalismus a formální konformismus, v němž vidí zbabělost a prodejnost starší generace.“

Vraťme se teď o deset vývojových let zpět. Již u předškoláka jsme konstatovali svědomí, které působí i tehdy, když autorita není přítomna, když nehrozí trest a nekyne odměna. Je ovšem samozřejmé, že se dítě svým svědomím neřídí vždycky; a většinou se příliš netrápí jeho výčitkami; strach z trestu a naděje na odměnu jsou převažujícími motivy pro dodržování mravních norem. Tak je tomu ostatně i později, dospělost nevyjímaje.

Další vývoj mravního života záleží do značné míry na tom, jak školní dítě, pubescent a adolescent *chápe* dobro a zlo, jak rozumějí mravním principům, jak zdůvodňují, proč se to či ono má nebo nemá dělat. Zda se těmito principy také řídí, to je jiná otázka. Teď nám jde právě jen o to rozumění, o *mravní poznávání*.

Dítě na začátku školní docházky už uznává celou řadu pravidel. Jeho kodex toho, co se má a nemá, smí a nesmí, je dost obsáhlý. Struktura tohoto kodexu je však prostinká: jednotlivá svolení, doporučení, příkazy a zákazy stojí vedle sebe a zdůvodnění, proč toto je dobré a ono špatné, je jediné: autorita. Rodiče, případně učitelka (u nábožensky vychovaných dětí i Bůh) toto dovolili, ono zakázali, proto jedno je dobré, druhé špatné. Svědomí je, jak jsme řekli, autonomní v tom smyslu, že normy jsou zvnitřněny identifikací (str. 135), mravní usuzování je však heteronomní. Má-li dítě určitou normu zdůvodnit, odvolá se na autoritu. Může odsoudit i matku za jednání odporující mravní normě, kterou mu sama vštípila, ale znamená to pro ně rozvrat, chaos.

Kolem sedmého až osmého roku nastává velká změna, objevuje se tzv. *autonomní morálka* (Piaget). Správnost nebo nesprávnost určitého jednání už nezáleží – tak to dítě chápe – na názoru určité osoby,²⁰ mravní zákon prostě je zde a určuje, co je správné a spravedlivé. Pravidla platí pro všechny stejně: já nesmím podvádět kamaráda a on nesmí podvádět mě. Důležitým zákonem v tomto období je poslušnost: poslouchat se má, ale ne proto, že to chtějí rodiče, nýbrž proto, že to je obecně přijatá norma, platná pro všechny děti.

Pubescent *přihlíží k motivům a okolnostem jednání*. Čin není už dobrý nebo špatný jen sám o sobě. Jde také – nebo především – o to, co jednající zamýšlel, zda něco udělal nerad, z přinucení, omylem, nebo úmyslně. Pubescent chápe, že

20 Rodiče a učitelé samozřejmě i nadále svým vlivem de facto rozhodují o tom, co bude dítě považovat za správné, ale to je jiná otázka. Tady jde o to, že norma je *považována* za obecně platnou.

se jedinci mohou lišit v názoru na to, co je dobré a co zlé, i to, že pravidla správného jednání stanoví lidé, že nejsou dána jednou provždy. Mravné je pro něj jednat tak, aby to lidem prospívalo – a také jednat v souladu se svým svědomím.

Adolescent je v morálce absolutista. Chápe, že správné, obecně prospěšné jednání se může stát nejvyšší normou a ústředním osobním zájmem, jemuž člověk podřídí celý svůj život.²¹ Fascinuje ho prométheovská sebeoběť v zájmu lidstva (Jiránek). V rozletu své abstrakce dovede *pojmout jako objekt mravního činu celé lidstvo*. Dovede se trápit bídou lidí na druhém konci světa, trpících hladem, nemocemi, mučením. Uvažuje o vzdálených důsledcích svých drobných činů. Může sám sebe odsuzovat za běžné jednání, v němž vidí příspěvek k ekologické katastrofě, za konvenční lež, která sice nepatrně, ale přece jen přispívá k neupřímnosti a zkáze lidských vztahů v celém okolí a může se stát – kdo ví? – rozhodujícím miligramovým závažím na vahách, jejichž zhroupení rozhodne o přežití či zkáze lidstva.²² Dovede pochopit skutečnost, že byl postaven (nebo vržen?) do tohoto světa, jako výzvu k velkým činům nebo k celoživotní obětavé, drobné službě nemocným, ukřivděným či jinak trpícím. Všelidská solidarita se pro něj může stát intenzivně žitým motivem. Uvažuje, jak zařídit svůj život tak, aby všechny jeho činy – ale cožpak i myšlenka není činem? vždyť nic nemizí beze stopy – byly dobré, správné, prospěšné. Dovede se trápit tím, že podle takové absolutní normy není schopen žít ani den, ani hodinu. Stává se fanatikem pravdy, asketou čistoty, reformátorem lidstva.

Podle absolutních norem, podle nichž sám nedovede žít, soudí adolescent přísně společnost, především rodiče, samozřejmě i učitele a lékaře, o farářích nemluvě – a nezastaví se před žádnou autoritou.

Taková je cesta k mravní dospělosti, ke zralé odpovědnosti, k tvořivému etickému životu. Adolescentní morální fanatismus musí být ovšem později překonán, ale zůstává v dospělém člověku jako stálá připomínka nedokonalosti všeho, čeho jsme dosáhli, jako stálý apel k hledání něčeho lepšího, jako citlivý odpor k polopravdě a polospravedlnosti.

Mravní vývoj v dospívání má – probíhá-li tak vyhraněně, jak jsme ho zde podali – svá vážná nebezpečí. Když adolescent pozná neuskutečnitelnost svých absolutních ideálů, může se – podle zákona „vše, nebo nic“, typického pro adolescentní mentalitu – zlomit a hledat opačnou cestu v bezohledném

21 V mravním vývoji jsou velké individuální rozdíly. To, o čem teď mluvíme, je v adolescenci – někdy i v pubescenci – už *možné*, to však neznámá, že každý adolescent, nebo i každý dospělý, také skutečně dojde do tohoto stadia. Většina lidí se spokojuje s konvenčním mravním usuzováním; jejich etické myšlení je pragmatické a o hlubší promyšlení otázek dobra a zla nemají zájem. Přitom to mohou být lidé velmi hodní, srdeční a naprosto spolehliví – v běžných situacích, pro něž mají osvědčená pravidla jednání.

22 Takovouto úvahu moudře zatají při eventuálním psychiatrickém vyšetření – mohl by z toho být megalomaničtý blud, podezřelý plán mudrování nebo závažný obsedantní symptom.

egoismu. Druhé nebezpečí pramení ze zjemnělosti mravního usuzování. Dospívající, který je v teorii mravním absolutistou, může být v praxi docela průměrně líný a nijak zvlášť statečný nebo obětavý. Jako rafinovaný sofista však dovede sám sobě zdůvodnit své problematické jednání argumentem, že jde o menší zlo, dovede sám sobě nalhat ušlechtilé motivy, které ho omlouvají, dovede si zdůvodnit i zbabělost možnými budoucími činy, které mu právě tato nezbytná zbabělost umožní. Adolescent, který je méně rafinovaný, méně vzdělaný, s jednodušším morálním usuzováním, může být mravně poctivější, v jednání odvážnější a důslednější.

Mnoho lidí zůstává na primitivním stupni mravního vývoje, což ve svých důsledcích brzdí i celkový růst osobnosti. Mohou dokonce i chápat mravní principy poměrně dospěle, ale když se mají rozhodovat a jednat, projeví se jako děti.

Příklad z nedávné minulosti: Vědecký pracovník si stěžoval, že není ke koupi kvalitní papír, na kterém by napsal svou kandidátskou práci. Kamarád mu nabídl, že prostě vezme na svém pracovišti balík papíru, který nebude nikdo postrádat, a přinese mu ho. Vědec namítl: „Ale jak bych mohl psát svou doktorskou práci na kradeném papíře!“ Řídl se tedy prastarým tabu přikázání „Nepokradeš!“, bráným skrupulózně doslova (viz str. 134).

Není divu, že řada lidí, jejichž svědomí je takto primitivní, má sklon se za svůj mravní život (za hlas svého svědomí) stydět, považuje mravnost vůbec za dětskou záležitost a cynismus za mužný, jedině důstojný postoj moderního člověka, který musí být schopen povznést se nad předsudky. Účinná mravní výchova v naší kultuře musí spočívat v něčem víc než v poučování a řečnickém zdůrazňování správného způsobu jednání. Adolescent – ale vlastně už předškolní dítě – potřebuje být v kontaktu s někým, pro koho jsou mravní otázky živé, kdo se jimi zaměstnává a někdy i trápí, pro koho je dobro a zlo důležitým životním tématem. Teorie mravnosti přitom má být poněkud (ale ne příliš) v předstihu před úsudkem a prožitkem, jehož je dítě schopno. Například předškolák sice nepochopí do hloubky mravní princip vzájemnosti, ale může ho přimout a pamatovat si ho, prozatím jako vůli autority.

Generace proti generaci

Svár mezi rodiči a dorůstajícími dětmi byl v naší sociokulturní tradici pochopen jako hybná síla vývoje nejen osobního, ale také společenského a duchovního. Tuto myšlenku najdeme u spisovatelů jako Goethe²³ a Turgeněv, v Ibsenových

23 Goethe: „Takto se odpoutávají v jistých epochách děti od rodičů, sluhové od pánů, obdarovaní od dobrodinců, a každý takový pokus postavit se na vlastní nohy, učinit se nezávislým, žít pro sebe sama shoduje se vždy s vůlí přírody, ať se zdaří, či nikoli.“

dramatech i jinde. V mladých vidíme vždy čerstvou naději na obnovení, slibujeme si od nich, že se podívají na svět z nové perspektivy, že odmítnou pochybné kompromisy a rutiny, do nichž jsme zabředli, že budou svobodní, tvořiví, v nejlepší smyslu revoluční. I biolog Lorenz mluví o adolescentní *neofilii*, náklonnosti k novému, která je podle něj součástí genetického programu.

Co to konkrétně znamená v rodině?

Mladí především kritizují své rodiče, a to stejně vehementně jako pubescenti. Není to ovšem už ta naivní dětská vzpoura. Adolescent je všestranně, také citově zkušenější, vzdělanější a vážnější, jeho intelekt je vycvičenější. Blíží se doba, kdy si bude muset jako dospělý zařídit život na vlastní zodpovědnost. Jeho otázky a pochybnosti jsou proto konkrétnější, naléhavější, lépe mířené. Kritika se může týkat čehokoli, třeba názoru na nějaké sportovní utkání nebo populární zpěvačku, ale směřuje k základnějším otázkám: ke světovému názoru, k otázkám smyslu života, společenské morálky, způsobu, jímž rodiče vychovávají kritizujícího adolescenta i další děti. Život rodičů se mladým jeví prázdný, zmařený, jejich zájmy nudné a starosti malicherné, jejich životní kompromisy ubohé, morální názory beznadějně zastaralé, inteligence pochybná, vztahy neupřímné, jejich společnost „nemožná“. Než být za pětadvacet let jako oni – to raději nežít!²⁴

Jsou samozřejmě také adolescenti, kteří nerevoltují, tak jako pubescenti, kteří se nebouří (str. 182). Hodní, infantilní chlapeč a dívky zůstávají k rodičům dětsky přimknuti a historický program adolescentního odpoutání budou dohánět – pokud vůbec – až někdy po letech. Jiní považují za nemožné se s rodiči utkat, protože by to znamenalo ublížit jim, nebo si říkají, že jim to ani nestojí za to. Kritika se také může projevit jen jednáním, které docela jasně vyjádří odpor proti tomu, co rodiče považují za důležité. Z dospělé perspektivy v tom často vidíme jen lenost, nedostatek pevné vůle, hloupost, nešťastný sklon podléhat vlivu špatných kamarádů nebo nějaký jiný defekt. – Ale jsou jistě také adolescenti, kteří při šťastné rodinné konstelaci projdou tímto obdobím bez velkého trápení a konfliktů, a přece splní svůj vývojový úkol: začít znovu, po svém. Psychologicky je málo známe, protože se neucházejí o naši radu a pomoc, a tedy se nám nesvěřují. Mohou si odžít generační konflikt ve vysoce kulturní, „sublimované“ podobě, na širší společenské rovině, než je rodina. Ale přesto: chybí-li klasická konfrontace s rodiči, klademe si vždycky otázku proč.

Adolescent nepotřebuje shovívavou blahosklonnost ve stylu „jen si mluv, však z toho vyrosteš, až poznáš život!“ Naopak: potřebuje rodiče, kteří budou proti němu hájit svůj způsob života a své názory, kteří se budou vážně hádat, ano i rozčilovat, protože si nechají adolescentní kritiku „dojít na tělo“. Nejvlastnějším základem výchovy adolescenta totiž je – *brát ho vážně*. To musí být

24 Sedmnáctiletý student průmyslovky odmítal kritiku svého otce, vysokoškolského profesora a akademického funkcionáře, za své nevalné školní výsledky s tím, že nechce být jako on: uštváný, neurotický, bez možnosti mít volný čas na sport a na přátele. Jemu stačí průměrný prospěch, ale nechce ztratit vlastní život. (Vágenerová)

opravdové, nelze to trvale předstírat. Ostatně – nebrat vážně své adolescentní dítě znamená klamat sám sebe. Dospívající potřebuje naši kritiku, i když ji špatně snáší. (Nesmíme si ovšem plést kritiku s řečením, to nepotřebuje a snáší je ze všeho nejhůř.)

Konfrontací a sporem se vztah mezi adolescentem a rodiči nevyčerpává, aspoň v dobře fungující rodině ne. Přicházejí i období harmonie, ba i vzácné chvíle důvěrných rozhovorů, které obě strany tolik potřebují.

Za denními drobnými radostmi a starostmi rodinného života, za kázeňskými a názorovými konflikty, za tím, co nás rozděluje a spojuje, snadno přehlédneme dlouhodobý *emancipační proces* – nebo tento proces aspoň podceňujeme: mylně v něm vidíme jen rozvoj schopnosti postarat se o sebe a vznikání nových zájmů, jež adolescentovi ponechávají stále méně času pro život v rodině. Podceňujeme sílu citových vztahů mezi rodiči a dětmi, které se v adolescenci musí změnit. Jde o *rozchod*, který bychom co do závažnosti mohli přirovnat k rozchodu mezi dlouholetými milenci, z nichž jeden citově ochladl a má už někoho jiného – milenci mohou zůstat přáteli, ale předem se neví, jak to dopadne. Toto přirovnání plně neodpovídá povaze citového pouta mezi rodiči a dítětem, snažím se jím jen znázornit závažnost a trpkost loučení, o které zde jde. Je to nové stadium separačního procesu, který začal už v kojeneckém věku. Nové milenecké a přátelské vazby nemůže dospívající prostě přidat k dosavadním citovým vztahům. Vztahy k rodičům musí opravdu ochladnout a uvolnit se, má-li být dospívající připraven a volný pro zralou lásku mladé dospělosti. Musí „opustit zabydlenost, bezpečí domova a vydat se nejistotám cesty“ (Mrkvička). To je pro obě strany bolestné, v tomto směru přirovnání s rozchodem milenců odpovídá.

Je-li adolescent nejmladším z dětí, pak *uvolnění citové vazby změny vztah mezi rodiči*: nelze předem říci, jakým způsobem, ale vždycky závažně. Po jeho odchodu zbude definitivně prázdné hnízdo a nikdo neví, jak se potom staří mezi sebou srovnají neboli odborným termínem: jak se obnoví rodinná homeostáza. Opuštěný milenec si může najít někoho jiného, opouští-li však dcera otce žijícího v nešťastném manželství s její matkou, bere mu možná poslední intenzivní citovou vzájemnost – nebo to aspoň (ona, odcházející) tak cítí.

Náročnost této emancipace vysvětluje rozličné výkyvy v chování adolescentů. Langmeier k tomu říká: „Tam, kde se dospívajícímu nepodaří uvolnit se z přílišné závislosti na rodičích a přemístit zčásti své vazby na vrstevníky, může docházet k různým obtížím, které si okolí nedovede vysvětlit. Adolescent může lásku k rodičům obrátit v nepochopitelnou nenávist, úctu v pohrdání. Sám nerozumí svým prudkým afektům a všelijak je dodatečně vysvětluje, „racionalizuje“; vykládá je zpravidla jako zaviněné nerozumným chováním rodičů. Jiní dospívající naopak čelí nebezpečí, že ztratí rodičovskou lásku, pasivním odmítnutím nových vztahů a regredují na dřívější stupeň infantilní závislosti. Odlišný způ-

sob volí ti, kteří se uzavírají do světa svého vlastního nitra, do přehnaného denního snění, do fantazií o svém budoucím (nereálném) vyniknutí, nebo si libují v pocitech ublíženosti a utrpení. Ještě jiní se uzavírají vůči vrstevníkům a odmítají jejich módu, hudbu či tanec. Také nenasytný zájem o filozofické hloubání (který v určité míře je ovšem výrazným znakem dospívajících) je často prostředkem, jak se distancovat od ohrožujících následků emancipace od rodičů.“ (20, str. 149) Také studijní obtíže na střední škole a přání změnit studijní nebo učební obor mívají skrytý původ ve snaze osamostatnit se od rodičů. Každá, i jemná a obratná manipulace dítětem při volbě povolání je z tohoto hlediska riskantní; nesvobodně zvolený obor se cítí jako pouto k rodičům, stává se ohniskem napětí a konfliktů, zastřených i otevřených (viz str. 183).

Adolescent se někdy od rodičů prostě fyzicky odloučí, odejde z domova, bydlí v internátě a domů se prakticky nevrací ani nepíše, uzavře předčasný sňatek s partnerem, kterého si „dosadí“ na místo rodičů.

Setkal jsem se s případem, kdy se chlapec ihned po dosažení plnoletosti oženil a vyjádřil rozchod s rodiči výrazně symbolicky tím, že příjmení slavného otce vyměnil za příjmení své mladé manželky. Pro tuto změnu uváděl jiné, velmi rozumné znějící důvody – pravý důvod si neuvědomoval.

V normálních případech tento bouřlivý separační proces končí již před dvacátým rokem *obnovením pozitivního vztahu k rodičům* a k jejich hodnotám. Když pak žijeme svůj dospělý život, často rodiče bezděčně napodobujeme, například při výchově vlastních dětí, radíme se s nimi a postupně jim stále lépe rozumíme. Jsme vděční za to, že jsme měli s čím se konfrontovat, na kom růst. Mark Twain napsal: „Když mi bylo čtrnáct, můj otec ničemu nerozuměl. Když mi bylo jednadvacet, žasl jsem, kolik se toho starý pán za těch sedm let naučil.“

V poslední době diskutují odborníci o tom, je-li adolescentní konfrontace s rodiči a také pubescentní vzpoura (obojí bývá dvěma stadii jediného procesu) vůbec typická. Argumentuje se:

- Při dnešní poměrně demokratické výchově je mnohem méně příležitostí ke střetu adolescenta s autoritou, než tomu bylo v minulých generacích.
- Výchova je liberálnější, povolnější, dospívající nenaráží na tolik zákazů a omezení, nemá tolik důvodů se bouřit.
- Starší teorie vznikaly v podstatě na základě výzkumů konaných na studující mládeži (také náš Příhoda čerpal hlavně ze své dvacetileté zkušenosti středoškolského profesora). Učňovská mládež je realističtější, extravertovanější, její adolescence je kratší, v jejím vývoji není tolik rozporů.

Kritikové se ptají, zda adolescentní konfrontace není pouze tradovaný, tak trochu romantický mýtus, který se sice dobře vyjímá v učebnicích, ale který se udržuje jen ze setrvačnosti a pro který se – jako pro každou teorii v humanit-

ních vědách – nějaké ojedinělé doklady vždycky najdou: mládež mívá potíže s disciplínou, tak tomu vždycky bylo, ale proto ještě nemusíme zavádět tak složitý pojem! Nedramatizujte!

Tato kritika, opírající se zčásti o zpětné výpovědi vysokoškoláků v dotaznících, není podle mého názoru přesvědčivá. Souhlasím však, že se generační konfrontace mění a její klasická forma je – ke škodě obou generací – patrně *vzácnější*. Rodiče si nejsou sami jisti, jaké zásady by měli vůči mladým zastávat. Pociťují své stáří (pardon, střední věk) spíše jako nedostatek mládí než jako určitou úlohu, roli. Nechtějí být autoritou, naopak se mladým podbízejí, snaží se jim vlichotit (viz str. 307). Chování a celý způsob života rodičovské generace se dnes více než dříve podobá způsobu života dětí. Mladí narážejí často více na anonymní instituce než na osobní autoritu, jejich *revolta nenachází adresáta*. Jak velký je tento historický posun a jaké důsledky z něj přesně plynou, bude teprve nutno prozkoumat – v zahraničí i u nás.

Edgar Friedenberg v pozoruhodné studii *Dospělost bez dospívání* (Praha, 1967) tvrdí, že americká společnost dokáže manipulovat adolescenty, a ovšem i pubescenty, tak, že akceptují její hodnoty a „vplují“ do dospělosti: „Naše společnost už nepěstuje onu zralost, která spočívá v tom, že konflikt mezi vyvíjejícím se lidským jedincem a jeho společností vytváří jistou osobní integraci“. Typický „americký mládenec, spravedlivý, slušný, laskavý a veselý v nekrizové situaci“, který je výsledkem této výchovy, katastrofálně selhává v těžké situaci, náročné na jeho charakter.

Kdo doopravdy jsem?

(Adolescentní hledání a budování identity)

Identita²⁵ je dnes v psychologii adolescence běžný pojem, o „hledání Já“ se píše a mluví snad ve všech jazycích naší kultury, a to od odborné literatury až po nejpokleslejší popularizaci. Pojem identity není ostatně omezen na psychologii, mluví se i o národní identitě, o identitě umělce apod.; identita a jí příbuzný pojem autenticita jsou významné motivy filozofického myšlení.

Hledání a vytváření identity není jen záležitostí adolescence, nýbrž celého života. Základy zvolna rostou už od raného dětství – a na druhé straně i celý vývoj osobnosti v dospělém věku můžeme chápat jako ujasňování a upevňování, případně přetváření identity. Avšak *adolescence je vrcholem osobního zápasu o identitu*, proto je tento pojem klíčem k našemu období. Projdete-li touto kapitolou podruhé, uvidíte, že se jednotlivé nitky dosavadního výkladu sbíhají právě v tomto bodě. Adolescence je senzitivním obdobím pro nalezení

²⁵ Slovo identita znamená totožnost, toto české slovo má však obvyklejší užší význam, a užíváme ho proto v této knize jen tehdy, když zvlášť dobře „sedí“.

osobní identity, pro její budování (připomínám pořád budování, pouhé hledání se mi zdá příliš pasivní pojem), pro zápas o ni se svým okolím i se sebou samým. Bývá to zápas těžký, zvláště pro ty, kterým se nepodařilo dobře splnit předcházející vývojové úkoly v pubescenci nebo i v dřívějších obdobích – a také pro ty nejcitlivější a nejtvorivější mladé lidi, kteří nemohou jen tak hladce vplout do dospělosti, kteří odmítají vyšlapané cesty, kteří mají odvahu položit všechny otázky a pochybovat o všech konvencích, i o těch nejposvátnějších; kterým právě to nejsamozřejmější je nejpodezřelejší, kteří musí všechno sami vyzkoušet a nově objevit. Někteří mladí couvnou před základním úkolem dospívání, nějak ho obejdou nebo v něm zůstanou vězet a zápasí s ním ještě řadu let, kdy už by měli být mnohem dál.²⁶

Mít identitu znamená znát odpověď na otázku, kdo jsem, *znát sám sebe, rozumět svým citům, vědět, kam patřím, kam směřuji, čemu doopravdy věřím, v čem je smysl mého života*. Znamená to jistotu sebou samým, zodpovědnost za své činy, realistické sebevědomí, znalost svých možností a mezí. Znamená to být pevně *zakotven v tradici a podílet se aktivně na tvorbě budoucnosti*, osobní i společenské. Znamená to vědět o své jedinečnosti, znát své nezaměnitelné místo, svou nenahraditelnost – a to všechno nejen intelektem, nýbrž celou hloubkou své bytosti. Znamená to mít větší podíl na vlastním životě.

Je toho trochu mnoho na jeden pojem a zní to jistě krásně, leč trochu neurčitě. Erikson, který tento pojem do psychologie zavedl a na kterého se dodnes odvolává většina autorů, si toho byl dobře vědom. Dokonce se bránil přesné definici identity. V humanitních vědách tomu bývá – na rozdíl od přírodovědných disciplín – tak, že pojem vymezený s určitou „vůlí“, tedy ne příliš přísně, inspiruje k myšlení různými směry a v tomto myšlení různými směry se ještě dlouho obohacuje, rozvíjí. My se tedy pokusíme pojem identity aspoň z různých stránek „ohledat“, když už ho nebudeme jednoznačně vyčerpávajícím způsobem definovat. Postavíme si k tomu pro přehlednost jednoduché „pojmové lešení“: nejdříve pojednáme o identitě z formálního hlediska, tj. budeme se zabývat její strukturou, pak probereme její obsahový aspekt a konečně se zaměříme na proces jejího nalézání a budování.

Formální hledisko

Všechny odpovědi na otázku „kdo jsem“ mají tvořit uspořádaný celek, mají být navzájem v souladu. Pubescent ještě hladce klouže z role do role, ze situace do situace, a rozpory ho tolik nepálí. Adolescent se však ptá: Kdo doopravdy jsem, kdo jsem, když vystoupím ze všech rolí, když odložím všechny masky (mám-li

²⁶ Je to jako na cestě krajinou: Kdo se na křižovatce rozhodl špatně, odbočil z příliš strmé cesty nebo si to nerealisticky namířil „vzdušnou čarou“, musí hledat okliky, prodírat se houštím nebo se vracet.

před kým)? A jak všechny ty mé životní role patří dohromady, jak navzájem harmonují, jaký smysl dávají *v celku*?

Můžete si aspoň v představě, ale i ve skutečnosti, zahrát hru, která vám to přiblíží. Vezměte deset nebo dvanáct lístků papíru a na první z nich napište po krátkém přemýšlení odpověď, pro kterou se rozhodnete, když si položíte otázku „Kdo jsem?“ – Pak vezměte druhý lístek, položte si znovu tutéž otázku a hledejte další, opět jakoukoli odpověď. Totéž udělejte ve volném tempu se všemi lístky. Dáte nejspíš odpovědi jako „dcera“, „studentka“, „člověk, který nechce ubližovat“, „pianistka“, „tenistka“ atd. Pak lístky seřadte podle důležitosti, kterou pro vás mají. Lístek, na kterém vám záleží nejméně, pak hodte za sebe a představte si, že s touto částí svého já se musíte rozloučit, musíte ji oželeť. Pak udělejte totéž s druhým nejméně důležitým lístkem atd. – až vám zůstane jediný. Je to jedna z vážných sebepoznávacích her, které se dobře hrají ve skupině – musí na to ovšem být správná nálada, aby se hra nezvrhla v recesi.

Identita znamená dále *kontinuitu*: Jsem týž, kdo tu byl včera či před týdnem a kdo tu bude zítra, za měsíc, za rok. Dobře říká Mrkvička: „Pro nás je rozhodující, že duševně zdravý a zralý člověk si uvědomuje vnitřní souvislost, kontinuitu svého života a že o tuto kontinuitu také zápasí. A že vzdoruje diktátu okamžiku, tlaku bezprostřední situace, kdyby jím byla životní kontinuita ohrožena. To neznámá, že by chtěl neměnnost. Naopak: chce změnu. Chce změnit sám sebe, ale tyto proměny musí být absorbovány, vstřebávány, nesmí ústít do životního chaosu. Čím jasněji má člověk před sebou své cíle, čím dlouhodobější perspektivu je veden ve svém jednání, tím pevnější je i jeho vnitřní kontinuita (říkává se také jáská identita).“

Identita znamená i *jasné vědomí sebe jako subjektu*: Jsem to já, kdo se rozhoduje, kdo se odhodlává a konečně jedná. Nejsem proti své vůli zmítán, vůz mého života nejede přese mě, já držím s přehledem otěže v rukou. Víím, co dělám.

Mé vědomé Já je v souladu s celou mou bytostí: rozum s citem, vůle s oním hlubokým zdrojem spontaneity v nás, který nás dokáže vždycky znovu překvapit, fascinovat nebo zaskočit (například když se z ničeho nic zamilujeme). Tento soulad nemůže být „jednomyslným souhlasem“, někdy jde spíše jen o otevřený kontakt než o soulad, ale soulad zůstává pořád cílem.

Identita je konečně *žitým vědomím jedinečnosti*: ze všech miliard lidí, kteří kdy žili, žijí a budou žít, jsem já jediný, kdo má právě toto poslání a právě tento úděl. Jsou otázky, na které musím odpovědět právě jen já, protože byly položeny právě mně. Moje naděje a moje starost se nevejdou beze zbytku do žádné obecné šablony. Můj život je originál.

Obsahové hledisko

Mezi odpovědi na otázku „kdo jsem“ patří především *základní osobní motivy a hodnoty*: na čem mi v životě záleží, oč mi jde? Chci poznávat, vládnout, budít

obdiv? Přeji si vytvářet něco společně s druhými, toužím realizovat své erotické sny?

Adolescentní identita se v každé životaschopné společnosti opírá o přijaté *mravní zásady* a o zkušenost s jejich dodržováním. Jsem ten – cítí adolescent – kdo chce něco udělat pro spravedlnost ve společnosti, kdo chce žít pravdivě, čestně. Teď už by měl mít na to, aby to bylo jeho *svobodné rozhodnutí*. Jestliže se rozhodne být hodný a poslušný, je to sice pěkné, ale jde o krok zpět, o regresi k dětské formě mravnosti. Adolescent má už cítit odpovědnost sám před sebou, nejen před společností a nejen před vnitřním hlasem, který mu od dětství v různých situacích říká „Nesmíš!“ a „Máš!“ Tato mravní odpovědnost dokonce může a má být hlavní složkou identity, jejím jádrem!

Kagan říká, že v méně individualistickém společenském klimatu bychom možná docela dobře vystačili s pojmem mravní odpovědnosti a pojem identity by se v psychologii ani neprosadil. To je hodně provokativní názor, ale stojí za dlouhé sebekritické zamyšlení – nad celou moderní psychologií, a nejen nad ní.

Co dokážu? Identita není úplná bez realistického poznání vlastních schopností. Jde o schopnosti v nejširším smyslu, od abstraktní inteligence až po tělesnou přitažlivost (přitažlivost = schopnost přitahovat). Co svedu ve škole, v povolání, na plovárně, při tanci? Jakou mám odvahu, jakou vytrvalost? Mohu vyniknout ve sportu nebo v něčem jiném, v čem také lze soutěžit? Dokážu na sebe strhnout vedoucí úlohu ve škole, v partě, kdekoli? Jsem schopna získat milence a sexuálně žít? – Takovýchto otázek si dospívající klade desítky a hledání odpovědi ho stojí mnoho energie. Kolísá mezi přeceňováním svých schopností a mezi pocity méněcennosti. Jeho sebevědomí bývá zvýšeně zranitelné, stále pátrá ve svém okolí po náznacích obdivu, pochvaly, jakéhokoli ocenění, je alergicky citlivý na shovívavou přezíravost, bojí se posměchu jako ohně a vidí ho často i tam, kde není.

Devatenáctiletý vysokoškolák, nadaný, ale mezi vrstevníky společensky neúspěšný a izolovaný, trpěl vtíravou tendencí srovnávat se s druhými lidmi na škále „lepší–horší“. Srovnávání se rozšířilo z vrstevníků i na děti, dospělé a staré lidi obou pohlaví. Staré lidi vnímal jako ošklivé a doufal, že sám je pohlednější, uvažoval však o tom, má-li naději dokázat v životě tolik, co oni. Staral se, že ho pětileté dítě předčí v nenucenosti a ve štěstí – i duševní pohoda pro něj tedy byla „soutěžní disciplínou“. Časem se ukázalo, že ho trápí strach ze smrti: myšlenka, že jednou bude muset zemřít, byla pro něj nesnesitelná. Zabýval se fantaziemi, že jestliže fenomenálně vynikne v nějakém oboru, bude mít jednou přednost při omlazovacích procedurách, které, jak doufal, budou k dispozici, až mu bude hrozit stárání. Měl také pocit, že vynikne-li nade všechny lidi, bude to přijatelnou náhražkou nesmrtnosti. – Takovéto zaujetí vlastní osobou je jednou ze známek narcistické poruchy osobnosti.

Sexuální identita je jistota vlastním ženstvím nebo mužstvím. Adolescentní dívka má dospět k samozřejmému, radostnému souhlasu s tím že má ňadra,

boky (i široké!), klín a dělohu, v níž může vyrůst plod. Patří k tomu i přijetí ženské úlohy (viz str. 136), což není v naší kultuře nijak zvlášť snadné. K tradiční a nezastupitelné ženské úloze matky totiž – jak jsme na to už narazili – *přibývá* úloha být rovnocenná muži v jeho tradiční oblasti práce a jiného společenského uplatnění, jak pošetile žádá běžný emancipační model. Nespokojenost s tímto úkolem není vzácná. Zeptejme se dívek i chlapců, zda by si přáli být opačného pohlaví. Dívky odpoví kladně často, chlapci jen zcela výjimečně.

Pro chlapce je sexuální identita stejně důležitá jako pro dívky. S jedním důležitým rozdílem: pro chlapce je samo přijetí mužské úlohy snadnější. Jde více o to, *jak dobrým* mužem jsem, než zda přijímám své mužství.

Rozdíl mezi ženami a muži se jemně, ale výrazně odráží v českém jazyce, v němž je z velké části zakódován historický vývojový program. Máme v něm nespornou *asymetrii*, pokud jde o vyjadřování mužsko-ženské polarit. U muže mluvíme o mužnosti – to je jednoznačně kladná vlastnost, která je pro muže žádoucí: být mužný znamená být dobrým mužem, být plně mužem, a jistota vlastní mužnosti je skoro totožná se sexuální identitou. Ke slovu mužnost nemáme přesný ženský protějšek. Ženskost je v určitých souvislostech pozitivní slovo, ale zaznívá v něm i prosté popisné vyjádření pohlavní polarit. Tvaroslovně odpovídající „mužskost“ se prakticky neužívá, i když v odborném jazyce je to nejpřirozenější český překlad pro maskulinitu. (Řekneme-li o ženě, že má maskulinní rysy, není to žádná zvláštní pochvala, podobně řekneme-li o muži, že má femininní rysy; nikdy ovšem neoznačíme ženu za mužnou nebo zmužilou.) Zženštilost je pro muže pohanou, odpovídající hanlivý výraz „mužatka“ má slabší emoční přízvuk. V některých jazycích je totožné označení pro člověka a muže, čímž je žena jaksi odstrčena; i v češtině věta „Byl tam nějaký člověk“ znamená, neurčíme-li to blíže, že šlo o muže. A napíšu-li v této knize třeba „jsme citliví“, rozumí se, že se to vztahuje i na ženy; naopak to nejde. – Jazyk je tedy konzervativní a nebere emancipaci (přínejmenším je-li chápána jako mechanická rovnost) na vědomí.

Spirituální²⁷ identita je pro některé adolescenty základem celé životní orientace, dokonce jádrem osobnosti. Její hledání či budování je v naší silně ateistické společnosti na jedné straně ztíženo tím, že mladí lidé těžko hledají důvěryhodné spirituální vůdce, nemluvě ani o příslušných institucích, na druhé straně je však naopak usnadněno tím, že na ně není vykonáván nátlak, aby přijali tu či onu víru, nebo dokonce aby se hlásili k té či oné církvi. Potřeba vztahu k něčemu, co člověka přesahuje, co ho svým tajemstvím fascinuje i děsí, čemu se může svobodně a radostně *totálně odevzdat*, je přitom podle C. G. Junga bytostně lidská a její nenaplnění je dokonce příčinou většiny neuróz ve druhé polovině života. Všelidská je „tendence k prožitkům posvátna a neempirickému zakotvení lidského myšlení“ (Remeš). Mnozí hledači, pro něž je dnes typická *touha po vrcholném prožitku spíše než po poznání pravdy*, experimentují s orientálními spiritualitami, s různými meditačními technikami nebo tajemnými rituály, včetně

magie a dávných pohanských přírodních kultů. Také z křesťanských hnutí jsou úspěšná ta, která zdůrazňují a účinně podporují mocné duchovní prožitky. Touha po „jediné a absolutní pravdě“ (za cenu rezignace na kritické myšlení!), po „záchraně před špatností a zkažeností světa“ nebo „záchraně světa před zkázou“ je v adolescenci vystupňována (Vágnerová) – a je vždy otázkou, kam mladého člověka zavede.

Proces nalézání a budování identity

Hledat svou identitu znamená především *poznávat* sám sebe. Adolescent u sebe objevuje nové vlastnosti, které vznikají v tomto období, a uvědomuje si i vlastnosti, které měl už dříve, ale nikdy si jich nevšímal, nepřemýšlel o nich. Toto objevování a uvědomování mu přináší příjemná překvapení, například když si uvědomí celou mohutnost své inteligence. Znamená to však často i ztrácat iluze o sobě, třeba o svých uměleckých schopnostech nebo o sportovním nadání. V tomto věku v sobě objevujeme ještě výrazněji než v pubescenci city a myšlenky, které se nám nelíbí, jsou v rozporu s jinými našimi city a myšlenkami; máme v tom zmatek, nejraději bychom před pravdou utekli – a někdy to bohužel jde.

Sebepoznání bývá spojeno s jednáním. Jen výjimečně se snažím prostě poznat sám sebe, ať jsem jaký jsem. Obvykle se zároveň *snažím nějaký být*. Snažím se např. být mužný, proto třeba podnikám eroticko-sexuální akce, pěstuju kulturistiku, boxuju, lezu po horách, skáču do vody z patnáctimetrové výšky, zkouším alkohol a drogy, experimentuju s hranicemi zákona.

Také názorové a mravní hledání je spojeno s jednáním, ale trochu jiným způsobem. *Každá pravda je závazná*, s každým poznáním musím něco udělat, abych viděl o další krok kupředu. Poznání, ze kterého nevyvozuji důsledky, mi není nic platné, naopak, rozvrací mě. Odpovědět si na otázku „Čemu věřím?“ – to neznamená jen uvažovat, ale také *zkoušet žít* podle svého přesvědčení, řídit se jím ve svém rozhodování. Jsem-li např. přesvědčeným ochráncem přírody, musím si klást otázku, co v praxi dělám a co jsem už udělal pro její ochranu.

Hledat svou identitu znamená často *experimentovat*. Ale ne tak, jak jsme se o tom zmínili, na důkaz bravery, nýbrž proto, abychom metodou pokusu a omylu našli svou pravou cestu. Těkávé střídání sportů a koníčků je nejmírnějším druhem tohoto experimentování. (Přesto se najdou rodiče, kteří i toto těkání svým dětem zazlívají, nutí je, aby se „konečně už rozhodly pro něco pořádného“.) Experimentuje se v erotickém životě, s náboženstvím a s jógou. Slovo experiment je tu někdy příliš slabé: ve vědě, kam patří, znamená toto slovo zkusit to či ono, objektivně, nezávazně – a když to nevyjde, zkusí se něco jiného. To při životním hledání nejde, každá zkušenost nás poznamenává a některé „experimenty“ vyžadují nasazení celé bytosti – s rizikem, že už to

27 Latinsky spiritus = duch; užívá se i pojem *spiritualita*, duchovnost.

nepůjde zpátky. Adolescent zkouší, co ze sebe dokáže udělat, jakého sebeovládání je schopen, co všechno si dokáže odříci, jak radikálně dokáže opustit konzumentský způsob života, případně cele se odevzdat Kristu, Buddhovi – nebo politickému vůdci, který slibuje, že tvrdou rukou spasí svět. Změna studijního oboru na vysoké škole je ještě poměrně bezpečným experimentem.

Ustaraní rodiče přivedli do pedagogicko-psychologické poradny šestnáctiletou dceru, která – přestože měla slušný prospěch – náhle odmítla pokračovat ve studiu na hotelové střední škole. Mírně, ale rozhodně prohlašovala, že to pro ni ztratilo jakýkoli smysl, že to prostě dál nebude dělat. Rodiče na ni rozčileně naléhali, aby tuto atraktivní školu, na kterou ji s velkou námahou dostali, dokončila – pak ať si dělá, co chce. Nebo jaké má jiné plány?! Dívka nevěděla, říkala, že je jí to teď celkem jedno, chtěla by pracovat někde v přírodě, snad se zvířaty, později se uvidí; na školu se dala zmanipulovat, teď je jí to líto, nerada jim působí zklamání. Uznávala, že je velmi nepraktické přerušovat započaté vzdělání a nevědět, co dál, přesto odmítala rodiče poslechnout. – Psychiatr nenašel – kupodivu – žádnou duševní poruchu, dívka byla naprosto normální. Psycholog zjistil vzhledem k věku nadprůměrnou zralost osobnosti, nezávislost, originalitu myšlení a fantazie a sklon k introverzi. Šlo o vášnivou čtenářku vážné literatury a milovnici činohry. Po několika letech maturovala (při zaměstnání) na gymnáziu, vystudovala vysokou školu, vyučuje historii a literaturu. Svě životní okliky nikdy nelitovala. V té době, jak říká, skutečně musela „ode všeho pryč“, aby „našla sama sebe“, a to jí stálo za všechny tehdejší i pozdější těžkosti.

Ostré, zdánlivě nesmyslné zvraty v adolescentním vývoji mohou dávat smysl, když se na ně podíváme z hlediska rodinné tradice. Jsou rodiny i rody, které se v sociálněpsychologickém a kulturním smyslu „vyžily“, které realizovaly určitý způsob života a nedovedou více než se opakovat, reprodukovat to, co zde už bylo. Citový rozchod s rodiči bývá pak spojen s radikálním a tvrdým odmítnutím celého jejich způsobu života – jakousi anarchistickou revolucí se všemi riziky.

Hledání identity zesiluje *introvertní zaměření* adolescenta. Pozornost k vlastní osobě si vynucují (i když už méně než v pubescenci) tělesné změny a milostný i mravní život vede přímo k zaměření na vlastní nitro. Také emancipace od rodičů, často spojená s citovým zmatkem, vede k přemýšlení o sobě. To je jeden ze zdrojů adolescentní lyrické poezie: jde o to vyjádřit své city, a tak se v nich vyznat. Někteří dospívající si vedou deník, do kterého zaznamenávají – podobně jako pubescenti, ale soustavněji a vyspěleji – úvahy o osobních problémech, o nichž nemají s kým mluvit. I to je prostředek hledání identity.²⁸

28 To neplatí jen pro adolescenci. Člověk, který chce vědět, kam jde, mívá potřebu zamýšlet se nad tím, co prožívá, a vracet se ke svým zápisům v nové situaci, po měsících a letech. Je to výborná obrana proti sebeklamu, kterému jinak snadno podléháme, proti sklonu upravovat stále svou minulost tak, aby byla přijatelným zdůvodněním našich současných činů a záměrů. V kulturní rodině by mělo být samozřejmostí, že deník, stejně jako jakékoli osobní písemnosti adolescenta a dospělého, je tabu, že si tedy každý může zapisovat i myšlenky, které nehodlá světit manželovi nebo rodičům.

Dívčí deník mívá ráz citových „výlevů“, což je užitečné: co vyjádříme slovy, stává se pro nás ihned něčím trochu jiným, obvykle hodnotnějším, než to bylo předtím. Chlapecký deník někdy připomíná tréninkový deník sportovce: obsahuje různá rozhodnutí, předsevzetí, záznamy o dodržování osobního plánu, záměry pro bližší i vzdálenější budoucnost.

Bouřlivost, rozpornost a obtížnost adolescentního hledání lépe pochopíme, když si uvědomíme, že *nová identita znamená rozchod* s méně uvědomělou, naivní, ale přece jen fungující identitou dítěte, včetně pubescenta. Opouštění starých jistot bývá spojeno se zmatkem, který je pravým opakem identity, který může připomínat duševní poruchu a někdy může také v duševní poruchu skutečně přerůst. Jde o přerušení vývojové kontinuity, aspoň někdy a aspoň v něčem, často však ve velmi základních věcech.

Cesta kupředu připomíná cestu do pouště nebo do tmy, ne-li dokonce skok do prázdna; do jisté míry je tomu tak i u některých pozdějších životních rozhodnutí. Zvláště radikální bývají zvraty v duchovním životě – ne nadarmo se někdy mluví o *smrti starého a zrození nového člověka*.

Opuštění kontinuity může být vzrušujícím zážitkem, dobrodružstvím odvahy. Stejně častým průvodním citem je však smutek, *bolestné loučení* s tím, co bylo, s dětským světem, s dětským Já – a pocity únavy, prázdnoty, podráždění. To vše se dospívající často snaží přehlušit či zamaskovat aktivitou, bravurou, hrnou suverenitou, tím se však nesmíme nechat zmást.

Azyl v zemi nikoho

(*Adolescentní moratorium*²⁹)

Náročnost dospívání vede k tomu, že mladí lidé touží – bezděčně nebo vědomě – po odkladu. Úkolů je příliš mnoho najednou, nároky jsou příliš vysoké. Hledáme nějaký prozatímní způsob existence, abychom získali čas k oné neviditelné vnitřní práci, k onomu skrytému zrání, po kterém teprve motýl může vylétnout z kukly. Erikson zavedl pojem adolescentního moratoria, jakéhosi vývojového provizoria. Tímto moratoriem můžeme někdy vysvětlit jinak těžko pochopitelné zákruty životní cesty mladého člověka.

Do jisté míry si většina dospívajících celým svým způsobem života, trávením volného času, druhem zábavy vytváří určité „prozatím“. Mladí odmítají stát se dospělými – někdy se nám starým zdá, že se to ve zvýšené míře týká právě současné dorůstající generace. Mrkvička: „Být dneska dospělý, to je hrozně těžké. Snadněji se jde jen tak nalehko, v džínách s kytarou přes

29 Moratorium = pozastavení, zmrazení, odklad (například při splácení dluhů).

rameno. A tak se mezi mladými šíří málem jakýsi kult nezralosti. Jestliže našli nějaký společný jazyk, pak je to hudba. Jejich hudba samozřejmě. Ta, které my nerozumíme a která nás dráždí. Dejte si předvést, co je to disco sound. Poslechněte si to pozorně. Nevymutovaný chlapecký falzet. Pubertálně rozkřičený soprán. Texty, proti nimž dětská říkadla jsou rafinované básnické kompozice. A do toho příslušné decibely. Výsledný efekt? Vzдорovitý dětský křik: nechte nás na našem písčku! Netahejte nás do světa dospělých! – Nejde to, miláčkové. Generace jsou jako běžci ve štafetě. Dostanou předávku a musí s ní udělat své. Je možné, že některá generace ztratí pozici. Je možné, že při předávce dojde ke kolizi. To je možné. Ale žádná generace, když na ni dojde, si nemůže sednout na lajnu a říci: tenhle kolík neberu. Nejde to ani na sportovním stadionu, ani v životě. Protože v životě jde o víc než jen o sportovní čest.“ (28, str. 42)

To je *generační moratorium*. *Osobní moratorium* může mít různé formy, vyhlížející někdy značně podivně, chorobně nebo protisociálně. Moratoriem může být přehnaná píle a vášnivá zaujetí studiem cizího jazyka, sportem, hi-fi elektronikou, hrou na hudební nástroj: všechny ostatní zájmy, vztahy a vývojové úkoly jdou stranou, každá chvilka volna je vyplněna, není třeba myslet na napětí ve vztahu k rodičům, na sex, na „zbytečné“ problémy, jako je politika, filozofie či víra. Moratoriem může být i členství v pochybné partě, do které adolescent na čas zapadne. Tady se od něj nechce, aby byl osobností, aby myslel na budoucnost, aby něco řešil; žije se od mejdanu k mejdanu, od čundru k čundru, to stačí. Nebezpečným moratoriem může být i sexuální promiskuita: adolescent začne intenzivně sexuálně žít, střídá partnery, nemyslí na nic než na sex. Všechno ostatní počká, problémy jsou nejen vědomě odloženy, ale úplně ztrácejí svou naléhavost (o to totiž v moratoriu jde!), mizí ze subjektivního obzoru. Musí to být promiskuitní sex, protože kdyby šlo o jedinou partnerku, tlačil by se neodbytně do popředí jeden ze základních úkolů dospívání – opravdový heterosexuální vztah. Vítaným moratoriem bývá vojna. Toto provizorium není sice zvlášť příjemné, ale pro mnoho mladíků je ideální. Kdo jednou nastoupí prezenční službu, ztrácí odpovědnost i za to, že setrvává v moratoriu. Vojenská disciplína nahrazuje samostatné rozhodování, přinejmenším o směru dalšího života. Také úkol emancipovat se od rodičů je odložen. Z tohoto hlediska, tj. z hlediska vývoje osobnosti, je vojenská služba po maturitě, ještě před vysokou školou, pro některé chlapce tím nejlepším řešením (což je jedna ze stinných stránek jejího rušení). Zdánlivě praktičtější přihláška na vysokou školu přesto, že mladý muž vlastně neví, kam ho srdce táhne, se může ukázat jako krajně nepraktická. – Dvě další podivná, zoufalá moratoria, vězení a psychiatrická léčebna, jsou zřejmě to nejlepší, co někteří adolescenti dovedou najít, jediný odklad, který si dovedli „zařídít“. V obou případech se jedinec odchýlil velmi

výrazně od toho, co od něj společnost očekávala, a v obou případech následkem je, že po nějakou dobu má postaráno o svůj denní program, naléhavé vývojové úkoly jsou odloženy.³⁰

Pojem adolescentního vývojového moratoria je tak plodný právě proto, že nám umožňuje vidět jednání na první pohled naprosto různé a z hlediska normalnosti někdy hodně podezřelé jako *smysluplné vývojové dění*. Samozřejmě ne každá pohlavní promiskuita, ne každé chování, jímž si adolescent „říká“ o pobyt na psychiatrii atd., jsou hledáním moratoria; vtip je v tom, že *může* jít o moratorium, a jde-li o ně (což by měl odborník poznat), je úkol rodičů, pedagogů a dalších zúčastněných jiný, než jde-li o hlubší poruchu socializace a osobnosti. Někdy je řešením poskytnout adolescentovi místo pochybného, nebezpečného moratoria moratorium neškodné, nebo přímo prospěšné. Může jím být i psychotherapeutický vztah.

Psychoterapie adolescentů nespočívá v tom, že bychom je více či méně rafinovanými prostředky honili do toho, co se od nich očekává, ať už jde o pracovní a studijní úkoly, nebo o vývoj osobnosti. Často jim naopak umožňujeme dočasný vývojový sestup, regresi, aby získali – obrazně řečeno – místo pro rozběh. Ztráta času, např. roku studia, není tak důležitá, jak se často jeví rodičům. Důležitější je, zda dospívající vůbec splní své základní vývojové úkoly. Jestliže ho v psychoterapii sugestivními a racionálními domluvami „natlačíme“ do dospělosti, pro kterou není vnitřně zralý, vymstí se to – velmi často dlouhodobým zhoršením citového vztahu mezi ním a rodiči. Pasivní rezistence, dětinský vzдор nebo – proč to neříci rovnou – bezmocná nenávisť k rodičům, to bývá cena, kterou platíme za neuváženou, byť sebelépe míněnou manipulaci adolescentem v tomto období.

Rituály dospělosti

Cesta od dětství k dospělosti je v naší kultuře dlouhá. Jsou na ní významné mezníky, o nichž jsme mluvili: volba povolání, maturita, první výdělek, plnoletost, první menstruace, první soulož atd., žádný z nich však není předělem, který by znamenal konec jedné a nástup nové životní epochy. Přesněji řečeno: dojde-li u některého mladého člověka k rozhodující události, jež radikálně změnil jeho celé cítění, myšlení a způsob života, je to jeho osobní záležitost, která pravděpodobně ujde pozornosti okolí, které si možná nevšimnou ani jeho přátelé a spolupracovníci, s výjimkou těch nejbližších.

V kulturách se silnou tradicí, u přírodních národů i v naší minulosti nacházíme rozmanité obřady, jejichž absolvování znamenalo či dosud znamená podstatnou změnu společenského postavení a předepsaného způsobu života. Tyto rituály jsou (či byly) určeny pro různá věková rozmezí a měly (mají) různý

30 Smutnou a pro vývoj zvlášť nebezpečnou formou moratoria je nezaměstnanost, život „na podpoře“, k němuž se adolescent může uchýlit hned po dokončení školy.

význam. V každém případě však hrají velkou úlohu v biodromálním vývoji. Fakt, že se v naší kultuře uplatňují – pokud vůbec – jen ve velmi oslabené podobě, nás nesmí odradit od jejich zkoumání, a to ani tehdy, když nám jde o biodromální vývoj v naší vlastní kultuře. Což když jejich chybění či slabost je *nedostatkem* našeho způsobu života, což když právě poznání tohoto nedostatku nám pomůže pochopit některé osobní problémy lidí, s nimiž pracujeme, s nimiž žijeme – i naše vlastní problémy? (viz str. 32)

K nejdůležitějším rituálům, jež jsou předělem mezi etapami lidského života, patří rituály předepsané pro dosažení dospělosti nebo pro různé úseky dospívání u přírodních národů.

Mimořádně propracované jsou rituály australského kmene Karadjeri. Jejich série začíná tím, že dvanáctiletý chlapec je pomazán lidskou krví. O dva týdny později se mu protkne nosní přepážka a do otvoru se vsune péro. Tím získává statut *nimamu*. Po roce nebo dvou je podroben obřízce, jež se vykoná v rámci několikadenního složitěho rituálu. Při tom se zpívá, tančí, účastníci se sami zraňují, rituálně pláčou, vrhají bumerang atd. Mladík se stává *miangu*. Po dalším roce až dvou se provádí rituální nařiznutí ústí močové trubice a krví z rány se na zádech zasvěcovaného namaluje předepsaný vzor. Tím získává mladý muž status *djamununggur*. V následujících letech se konají další rituály. Mladík jí předepsaná jídla, pronáší předepsaná slova, nosí předepsané oblečení, seznamuje se s tradicemi a s posvátnými předměty. Vrcholem zasvěcení do tajemství kmene je několik let po svatbě účast na slavnosti, v jejímž průběhu smí mladý muž spatřit pirlmal, což jsou popsane dřevěné destičky – nejposvátnější předměty kmene.

Feudální rituály popisuje Příhoda: „V době rozkvětu feudalismu byl rytířův syn do patnácti let „dítětem“. Při iniciační slavnosti byl posvěcen meč, který mu byl zavěšen na sedlo, ale kterým se ještě nesměl opásat. Od této chvíle se stal panošem (pážetem). Adolescence se zakončovala v 21. roce, v němž rytíř dosáhl plnoletosti. Při slavnosti v den letního slunovratu (o svatodušních svátcích) byl rytíř oděný v bílém rouchu starými rytíři opásán vysvěceným mečem. Tu teprve obdržel přílbou, štít a kopí. Panoši mu připnuli ostruhy. Král jej udeřil na rameno třikrát mečem, aby mu připomněl rytířské ctnosti ... Slavnost byla zakončena turnajem.“

Zmínili jsme se už o židovském náboženském rituálu, při němž třináctiletý pronáší předepsaná slova „Dnes jsem mužem!“ Z křesťanských rituálů nás v této souvislosti zajímá katolické biřmování a protestantská konfirmace. Tyto rituály uplatňují totální nárok na každého, kdo jimi prochází, a poskytují – pokud jsou míněny vážně – zcela určitou identitu.

Z naší historie jsou známy rituály při přijímání do řemeslnického cechu, jejichž součástí bývalo více či méně dobromyslné týrání, poučování, slib, symbolický pohřeb dosavadního života a symbolické znovuzrození. Podobný smysl měly tzv. beánie při přijímání na univerzitu. Od Příhody přejímáme Winterův popis: „Když ulehl nznak jako mrtvý, pilou, sekerou, oštěpačkou, bradaticí

podle tlustého provazu jako nějaké břevno otesávali ho, bili ho všude, aby hrubé třísky od něho odrazili, oloupali. Holili mu bradu, ač neměl vousů. Pak ho drsně pobídl, aby si sám z kuchyně přinesl vodu v nešvarné nádobě, cestou z kuchyně naň stříkali po tváři a strkali do něho, aby upadl i s hrncem. Všedše zase na síň nebo na dvůr, omyli mu hlavu, česali ho hřebenem, jenž měl zuby jako hrábě. Při tom luskali mu v tvář, rozdávali štilce, utírali tvrdým hadrem, smýkali sem tam. Marno bylo prositi, marněji brániti se. Byl bit víc. Týrání bylo promícháno ledajakými vtipy a scénami ... Když pak byl beán dostatečně unaven a usmýkán, musil pěkně poděkovat a přísahat, že se za to, co mu udělali, nebude vymstivati. Konečně zaplatil!“³¹

Popsané rituály, zvláště ty krvavé, se nám jeví nesmyslné, kruté a hloupé. Chápeme křesťanské misionáře minulých staletí, kteří v nich viděli pohanské zvrácenosti. Dnes jsme však mnohem opatrnější s odsuzováním něčeho, co u jiných kultur nechápeme. Snažíme se především porozumět, jakou funkci mají takové obřady. Předpokládáme totiž, že mají *význam pro stabilitu společnosti a zároveň pro vývoj osobnosti* toho, kdo jimi prochází. Z biodromálního hlediska jsou to předěly, někdy doslova zářezy na životní cestě. Pozornost, která se zde věnuje tělu, činí takto prodělané přechody do nových životních stadií nezapomenutelnými, citově silnými zážitky. Dítě nebo dospívající je očekává – a připravuje se na ně – s dychtivostí, napětím i strachem. Dávají životní cestě pevný řád, jsou stvrzením významu každého individua – psychologicky mnohem působivěji než např. naše předání občanského průkazu v 15 letech, předání výučního listu apod. Takovéto „čistě civilní“ události by patrně měly být spojeny s významným rituálem, tj. měly by být vážně branou slavností – střízlivá věcnost totiž *zakrývá* jejich skutečný význam, lze říci, že jim ho bere. Adolescent hledá pak svou identitu víceméně na vlastní pěst, což je nekonečně obtížnější.

Bolestivost některých rituálů dospělosti u přírodních národů není samoučelnou krutostí. Mladý člověk, který jimi prochází, prokazuje svou dospělost tím, že je schopen něco vydržet. Kromě toho zkušenost bolesti a vůbec vážného utrpení (také ohrožení) má – což platí pro každou kulturu, naši nevyjímaje – značný význam pro to, co nazýváme růstem nebo zralostí osobnosti a k čemu se v této knize často vracíme. Člověk, který mnoho trpěl a pozitivně se s tím vyrovnal, bývá moudřejší, tolerantnější a dovede se ze života radovat více než ten, koho život – a dnešní doba se svými analgetiky a nejrozmanitějším komfortem to usnadňuje – prostě řečeno rozmazlil.

Proč u nás upadl smysl pro rituál? Příhoda říká: „Užitkářské a racionalistické ovzduší kapitalistického řádu, za něhož zmizelo cechovní zřízení, přeměnilo celý život ve všednost a odstranilo i pubické obřady z veřejného života, přenechávajíc je katolickému biřmování, protestantské a židovské konfirmaci.“ Podle Příhodova mínění je to vážný nedostatek našeho společenského života: „Má-li

31 Winter, Z.: *O životě na vysokých školách pražských*. Praha 1989. (str. 218n.)

instituce pubických obřadů rodokmen tak prastarý, bylo by záhodno uchovat ji i v novém společenském řádu. Zakončení pubescence, kterým se končí i školení na prvním cyklu, mělo by být učiněno slavnostním momentem, jak tomu bylo vždy před kapitalistickým obdobím. Taková slavnost, při níž si člověk uvědomuje plnou vážnost života, svých mravních a pracovních povinností, má velký sublimující účinek.“

I dnes vznikají spontánně rituály připomínající přijímání adolescentů mezi dospělé. V *Mladém světě* bylo kdysi otištěno vyprávění hokejisty o obřadném přijímání do „áčka“ v jeho oddíle. Rituál se jmenoval „pasování na pana hokejistu“. Kandidát byl nahý položen na masážní stůl, každý přítomný ho pořádně plácl po hýždích a pak mu potřásl rukou. Nakonec „přistoupil ještě trenér, který sundal řemen a s patřičným výchovným komentářem mě s ním několikrát přetáhl. Je pochopitelné, že po skončení „obřadu“ jsem měl zadek v jednom ohni, ale vůbec mi to nevadilo. Dostal jsem se do vynikající party a byl jsem jejím plnohodnotným členem.“

Jaký je vztah biodromálních rituálů minulých staletí (ať náboženských nebo jiných) k adolescenci, tak jak se vytvořila během minulého a tohoto století v naší kultuře? Některé ze starých rituálů, jimiž procházeli čtrnáctiletí nebo patnáctiletí, znamenaly patrně přechod z dětství přímo do dospělosti. Kdybychom je zaváděli dnes, mysleli bychom na osmnáctý nebo dvacátý rok. Avšak diferenciací vzdělání je u nás tak značná a z biodromálního hlediska tak významná, že by asi věkové hledisko nemohlo být rozhodující. Až znovu doceníme význam rituálů pro vývoj osobnosti, pro duševní zdraví a pro pevnost společenského řádu (dnes nám v tom ještě brání strach z „náboženského nádechu“, z něhož je podezřelá každá obřadnost), budeme se jistě snažit ritualizovat ukončení učebního oboru a střední školy a dodat váhu absolvování vysoké školy.³² Samozřejmou součástí adolescentních rituálů v naší kultuře by měl být *slavnostní slib*, jímž se dospívající zavazuje k oddanosti ušlechtilým nadosobním cílům. S plným vědomím, z opravdového přesvědčení a *naprosto dobrovolně* skládaný slib by měl být – podle mého názoru – jádrem rituálu dospělosti a zároveň vrcholným okamžikem ve vytváření osobní identity. Znovuzavedení slibu zdravotních sester považuji za velmi pozitivní jev.

32 Nejde ovšem jen o adolescenci, nýbrž o celou životní cestu, o dětství i o stáří. Například vstup do základní školy může být – a měl by být – maximálně *rituálně zvýznamněn*. Když Bronfenbrenner srovnával svět dětství v Rusku a v USA, velmi ho zaujalo, jakou slavností je v Moskvě první cesta dítěte do školy: přítomnost slavnostně oblečených rodinných příslušníků a učitelů, květiny, obřadné uvedení dětí do tříd atd.

Zlatá dvacátá léta

(Vývoj ve věku od 20 do 30 let)

Knihy o vývojové psychologii končívají adolescencí. Psychologie dospělých se probírá z různých stránek v knihách věnovaných speciálním otázkám: pracovnímu zařazení, rodinnému životu, inteligenci, úzkosti, agresí, sexu atd. Vývojové hledisko se pak výrazně vrací až v gerontologii, kde je základním pojmem *involve*. V rámci gerontologie se autoři často zabývají i poklesem různých psychických funkcí a známkami stárnutí, které lze pozorovat už dříve, nejpozději od pětácti let; soustavně se však pojednává obvykle až o involuci po šedesátce.

Vynechávání rané a střední dospělosti z vývojové psychologie mělo své dobré důvody. Srovnáváme-li totiž životní cesty různých lidí po dvacátém roce (případně životní cesty různých skupin lidí, lékařů, horníků, učitelů aj.), je nám hned zřejmá *velká rozmanitost*. Tato rozmanitost se nezmenšuje ani v dalších desetiletích života, spíše se ještě zvětšuje.

Příčinou rozmanitosti je především skutečnost, že biologický vývoj probíhá po dvacátém roce pomalu. Zatímco v pubertě a ještě nějakou dobu po ní stavěl tělesný vývoj jednotlivé chlapce a dívky před stejné nové možnosti a nové úkoly, nyní je tento jeho jednotlivý vliv zanedbatelný. Také jednotlivý vliv společnosti na vývoj jedince slábne: nabídnuté varianty vzdělávání byly již v adolescenci různé a možnosti pracovního uplatnění ve třetím desetiletí života jsou ještě rozmanitější: například mladá žena se může brzy provdat a věnovat se řadu let jen dětem, druhá absolvuje vysokou školu a případně si vzdělávání ještě prodlouží o doktorandské studium, třetí kombinuje méně náročné zaměstnání s intenzivní politickou činností, čtvrtá bere několik let vážně jen svůj erotický život a všechno ostatní hází za hlavu, pátá intenzivně sportuje, šestá zkouší ještě štěstí jako elévka u filmu. Existují klikaté cesty i návraty. Různé

životní kroky následují u různých lidí v různém pořadí a každé pořadí má ovšem jiné důsledky. To základní, co dělá vývoj vývojem, tj. zákonitý sled změn, se do značné míry ztrácí v této rozmanitosti.

Ještě před pětácti lety musel Příhoda přiznat, že dlouhé období mezi dvacátým a šedesátým rokem života není z hlediska vývojové psychologie „takřka vůbec prozkoumáno“ a že se sám opírá více o intuici než o soustavně shromážděná fakta. Od té doby se sice nakupilo mnoho dílčích faktů, ale nedošlo k žádnému výraznému průlomů, nenašel se žádný zásadně nový syntetický pohled.¹ Neugartenová, přední badatelka v biodromální psychologii, říká, že je přesvědčena o nutnosti a možnosti zkoumat i mladou a střední dospělost z vývojového hlediska, že však toto přesvědčení zatím nelze považovat za samozřejmost. Sám musím konstatovat, že ve všech syntetických biodromálních dílech, z nichž čerpám, jsou kapitoly věnované věkovému pásmu asi od 25 do 55 let vývojově poněkud neurčitě. Budu se snažit podléhat této tendenci co nejméně. Z rozmanitosti životních cest ovšem nutně plyne, že to, o čem budeme mluvit, neplatí o všech lidech, nebo to o nich sice platí, ale v různých obměnách. To je na úkor vědecké efektivity výkladu, i když to nemusí být na úkor jeho zajímavosti. Půjde o to, co nás jako jednotlivce může potkat; o rozcestí, na kterých se mohou octnout naši blízcí; a i když už máme určité věkové období dávno za sebou, bude nás zajímat, co všechno mohlo být i v našem životě také jinak.

Dvacátá léta, případně jejich první polovinu, lze označit jako mladou dospělost. A tu se přirozeně klade otázka: Je možné určit, zda (případně do jaké míry) je určitý člověk dospělý nejen počtem let, ale i dosaženým stupněm duševního vývoje, zralostí své osobnosti? Do jisté míry to vyplývá už z minulé kapitoly, ale pokusme se zde vyjmenovat znaky dospělosti. Výčet nebude možná příliš „čistý“, tj. některé znaky se budou částečně překrývat – je nám to milejší než mít ve výčtu mezery. Čím se tedy vyznačuje *dospělý člověk*?

1. Koná produktivní práci, jejíž smysl chápe a která ho činí existenčně soběstačným – případně se soustavně připravuje na velmi náročné pracovní uplatnění (vysoká škola). Podává dobrý pracovní výkon bez výkyvů, např. bez zbytečných absencí v práci.
2. Je schopen spolupracovat bez zbytečných konfliktů, přijímat i poskytovat radu a pomoc, podřízovat se vedení a sám vést méně zkušené.
3. Samostatně hospodáří, přinejmenším si samostatně opatřuje a udržuje osobní věci; dospělý mladý muž si např. sám kupuje obleky, s rodiči se nanejvýš poradí.
4. Jedná vyspěle vůči nadřízeným v práci nebo ve studiu. Vyřizuje si s nimi své záležitosti sám, bez přílišného rozrušení, bez přehnané submisivity a bez zbytečného zdůrazňování své nezávislosti. Nebouří se impulzivně

¹ Je otázkou, máme-li nějaký syntetický pohled vůbec hledat. Rozmanitost faktorů, které formují osobnost a determinují její biodromální vývoj, je obrovská. Jsme na tom trochu jako teoretikové šachu: Možnosti různých zahájení a koncovek jsou popsány značně vyčerpávajícím způsobem, pro střední hru lze však stanovit jen obecné principy, variant je neuvěřitelně mnoho.

proti každé drobné aroganci nebo pánovitosti nadřízeného, za příznivých okolností však v tomto vztahu prosadí svoji vůli.

5. Má do budoucnosti realistické plány, které odpovídají jeho hlubším zájmům a sklonům.
6. Bydlí samostatně (tj. mimo byt rodičů); není-li to možné, tedy má aspoň jasně ohraničený vlastní prostor ve společném bytě, vlastní suverénní „teritorium“. Dospělý se v bytě rodičů cítí hostem (má-li ovšem svůj vlastní byt).
7. Je schopen trávit volný čas sám, má však jednoho nebo více blízkých přátel, kteří stojí o jeho společnost. Jen výjimečně tráví volný čas s rodiči; to však neznamená, že by měl k rodičům negativní vztah: má je rád a váží si jich, ale má na ně málo času.
8. Je schopen stýkat se s příslušníky druhého pohlaví bez přílišných zábran a plachosti, poskytovat i přijímat lásku a něhu; má výraznou tendenci k dlouhodobému vztahu,² citově silnějšímu, než je vztah k rodičům.
9. Cílevědomě (i když třeba bez soustavného školení) rozšiřuje svou orientaci v prostředí, v němž žije a pracuje.
10. Aktivně se zajímá a pečuje o blaho rodiny, přátel i širšího lidského společenství.

Lze něco říci o celkovém životním stylu, mentálním klimatu, duchu dvacátých let?

Na tuto otázku odpovídám již názvem kapitoly. Jde o dobu velkých nadějí, optimistického budování a energického až nadšeného životního rozběhu. Člověk věří ve své schopnosti a ve své štěstí, je přesvědčen, že se na všechny problémy najde racionální recept, rozumné řešení – záleží jen na dobré vůli a snaze. Dvacátník už nemyslí tak stroze abstraktně (nezkušeně) jako adolescent a neposuzuje svět kolem sebe tak černobíle, má více smyslu pro odstíny, adolescentní „ryc – nebo nic“ však ještě doznívá: člověk bývá rozhodný a svá rozhodnutí dovede prosazovat obvykle tvrději než v pozdějším věku. Je zaměřen extravertně realisticky, trochu podobně jako dítě mladšího školního věku. Hlubavost adolescence pomíjí, nebo aspoň podstatně slábne. Dvacátník je pragmaticky střízlivý. Ale podobně jako školák – střízlivý realista – snil o tom, že bude prezidentem nebo mistrem světa, dvacátník má před sebou perspektivu vzestupu, která je subjektivně tak nekonečná, jak nepředstavitelné je nyní vlastní stáří – a smrt. Sheehyová (jejíž osobností a dílem se budeme zabývat na str. 280) i Gould mluví o typických optimistických *iluzích* dvacátých let. Navrhují však mluvit nikoli o iluzích, nýbrž o *nadějích*. Naděje se liší od iluze nikoli tím, že její splnění je pravděpodobnější, nýbrž tím, že má program, že pracuje a bojuje. Iluze je pokleslá, znehodnocená naděje.

² Tento znak dospělosti může být splněn i v homosexuálním vztahu. Promiskuitní homosexualitu a homosexualitu, s níž člověk není vyrovnán, však nepovažujeme za znak dospělosti.

Dvacátá léta jsou tedy obvykle klidnější, psychicky harmoničtější, méně bouřlivá a rozháraná než adolescence. Začíná realizace toho, co se v adolescenci načrtlo jako program. Dvacátník dokončuje své hledání ve sféře práce a společenského uplatnění, po kratším nebo delším experimentování se rozbíhá po definitivní profesionální dráze. Nalézá a uskutečňuje zralý milostný vztah, který obyčejně ústí do manželství. Stane se rodičem a začíná se pohybovat v novém rozměru existence, který tím pro něj vznikl. Provizoria a koncepty patří minulosti, teď už píšeme definitivní čístopis svého života. Teď není čas na pochybnosti, je třeba jednat.

Tělesný vývoj

Dvacátá léta jsou dobou největší tělesné síly, energie, vitálního elánu, robustního zdraví. Tělesná konstrukce ještě mohutní a upevňuje se. Úmrtnost je nízká, ale stojí za zmínku, že umírá asi třikrát více mužů než „slabého pohlaví“: muži zřejmě více riskují, proto mají více úrazů – a mnohem častěji umírají suicidiem (viz str. 342), přestože ženy mají podstatně více suicidálních pokusů.

Svalová síla vrcholí ve 25 letech. Roste patrně ještě i výkonnost mozku, neboť se o něco zvyšuje jeho váha a zvětšuje se plocha mozkové kůry. A jeden pozitivní estetický detail: vlasy jsou v této době nejhustší a nejsilnější.

A přece už je na pochodu také involuce. Ve 25 letech lze pečlivým měřením zjistit – byť nepatrný – úbytek tělesné výšky, meziobratlové ploténky slábnou.³ Sluch ztrácí – také zatím nepatrně – citlivost pro vysoké tóny. Poněkud se zhoršuje adaptace oka na tmou a také na vidění do blízka. (Do desíti let věku můžeme dobře zaostřit oko na vzdálenost 7 cm, ve dvaceti už jen na 10 cm a ve třiceti na 14 cm. Krátkozrací zaostřují sice lépe do blízka, ale tím hůře do dálky.)

Úzkostlivější ženy hledají starostlivě první vrásky a najdou-li je, čarují proti nim kosmetikou. Jsou to vrásky v nejhorším případě nehluboké a spíše dodávají obličejí výraznost, než aby mu ubíraly na půvabu. Tomu rozuměl Balzac: „Fyziognomie žen se začíná teprve ve třicítce. Až po tu dobu malíř nachází na jejich obličejích jen růžovou a bělobu, jen úsměv a výraz, jenž opakuje jedinou myšlenku na mládí a lásku – myšlenku jednotvárnou a nehlubokou. Ale ve stáří u žen všechno promlouvá: na jejím obličejích se vryly vášně; byla milenkou, manželkou, matkou; trýznily ji nejprudší pocity radosti a žalu, ty nakonec zkřivily i její rysy a zbrázdily tvář tisíci vráskami, které mluví jedinou řečí; hlava

3 Páteř byla ve vývoji savců konstruována jako vodorovné závěsné ráhno. Od doby, kdy se předkové člověka vztyčili, jsou s ní problémy – často v dost raném věku.

ženy se pak stává obrazem až hroživě vznešeným, krásným svou melancholií, skvělým svým klidem...“ Kterýsi klasik (kterého – praví skeptik – příroda bezpochyby obdařila krásným, ušlechtilým výrazným obličejem) řekl, že od třicítky každý zodpovídá za svou tvář: zda jsou její rysy oduševnělé, nebo prozrazují hrubou požívačností, zda je z nich zřejmá schopnost nadšení, nebo tupá otrocká rezignace. V tomto směru snad platí Schillerův bonmot, že „je to duch, který si tvoří tělo“.⁴

Krásna tvář a postavy je ovšem i v tomto věku předpokladem úspěchu, zvláště pro ženy. Říkává se, že kráska je doporučující dopis. Je to nespravedlivé a snažíme se zdůrazňovat výjimky, abychom povzbudili pracovitost a jiné ctnosti, jež *také* docházejí uznání a odměny, ale je tomu prostě tak. Krásným ženám se dokonce vyhýbají i těžké psychické poruchy, přinejmenším se s nimi méně často setkáváme v psychiatrických léčebnách.

Souvislost není jasná, přijatelné se zdají aspoň dva výklady: a) Krásná žena je méně vystavena běžným stresům, mívá od dětství pevnější sebevědomí, proto jen vzácně duševně onemocní. b) Krásná žena sice onemocní, ale lékaři váhají poznamenat ji vážnou diagnózou, více se jí snaží léčit ambulantně; také lidé, kteří s ní žijí, ji tak snadno neopustí, více si jí cení, lépe ji ošetřují a hospitalizace není nutná. – Je však také možné, že kauzalita působí opačným směrem: vnitřní disharmonie při duševní nemoci poruší i vnější harmonii a kráska, která je v podstatě harmonií, se ztrácí.

Ve dvacátých letech už musíme vzít své tělo realisticky na vědomí a přizpůsobit se možnostem, které nám nabízí. Týká se to síly, vytrvalosti, půvabu, zdraví i nervové odolnosti, na níž záleží nebojácnost, neohroženost a „pevné nervy“ v napjaté situaci. (Každý člověk může být statečný, ale ne každý stejným způsobem.)

Je-li dvacátník nespokojen se svými duševními vlastnostmi, nabádáme ho k sebevýchově. Není-li spokojen se svým tělem, může se snažit zlepšit si postavu a zvýšit výkonnost tréninkem. Žádá-li však někdo operativní úpravu obličeje a není-li jeho estetický nedostatek nápadný na první pohled, musí počítat se silným odporem svého okolí. Převládá pocit, že člověk má přijmout svou tvář takovou, jaká je. Než chirurgové takovému člověku „sáhnou na obličej“, důkladně si to rozmyslí a nechají ho psychologicky, případně i psychiatricky vyšetřit. Zejména nespokojenost s tvarem nosu se chirurgickým výkonem často spíše zvětší (i když si odmyslíme riziko, že se operace úplně

4 Člověk se však také musí naučit žít s tváří, která mu byla dána. Ten, kdo má komické rysy obličeje, uplatní se asi nejlépe jako komik – na divadle i v životě. Člověk s přísnou, úzkou tváří se nejspíš hodí za inspektora; velký, bohatě členěný souměrný obličej s dobře pohyblivými mimickými svaly snadno získá respekt a důvěru. Nesouměrné obličej s hrubými rysy, jež i v klidovém stavu připomínají násilnické nebo jiné asociální grimasy, snad dokonce svého nositele táhnou na zločineckou dráhu, jak to líčí Nesvadba v jedné povídce.

nepodaří). Žádost o takovou operaci často signalizuje hluboký komplex méněcennosti, který je třeba léčit jinak – psychoterapií, nebo i nástup vážné duševní choroby. Jestliže se někdo přes toto vše rozhodne usilovat z estetických důvodů o chirurgickou úpravu obličeje – a nelze popřít, že vzhledem k pokrokům chirurgie je takovéto rozhodnutí dnes rozumné častěji, než tomu bylo v minulosti – měl by k tomu přistoupit po dvacátém roce a dříve, než uzavře manželství. Zdařilá kosmetická operace může totiž porušit rovnováhu manželského vztahu. Ten, jehož vzhled se operací zlepšil, těžko odolává pokušení vyzkoušet svou přitažlivost získáním nového erotického partnera. A ten, kdo chápe uzavření manželského svazku jako směnu hodnot (což není žádná zvláštnost, viz str. 251), rozvine přirozeně fantazie o možnosti směnit svou zvýšenou hodnotu výhodněji, než se stalo.

Tělesná krása, zejména nápadná, výjimečná, zpravidla otvírá člověku možnosti, které by jinak neměl. Zároveň mu však může zkomplikovat život: snadno se naučí na ni spoléhat a zneužívat jí; mnoho lidí se do něj povrchně zamilovává; vzbuzuje závist a žárlivost; krásná žena bývá předsudečně považována za hloupou, krásný muž za „frajera“ atd.

Pracovní a společenské uplatnění dvacátníků

V jednoduché tělesné nebo duševní práci se může dvacátník dostat brzy na vrchol a získat špičkovou výkonnost, zejména jde-li o práci vyžadující hlavně tělesnou sílu, obratnost, rychlost a výdrž. Většinou je však v tomto věku normální, že pracovník ještě sbírá zkušenosti a mění zaměstnání. Získané zkušenosti přitom bere s sebou, chyby, které udělal, nechává za sebou. (Jsou ovšem i smolaři, kteří to dělají naopak.) Čím větší pružnost bude potřebovat na své profesionální dráze (a v době rychlého technického pokroku ji bude potřebovat skoro každý), tím důležitější je měnit místo, a to v době, dokud ještě nemáme děti, které nás nutí myslet na „své jisté“.

Dostane-li mladý, plně kvalifikovaný odborník příležitost k samostatné, zodpovědné práci, mívá často pocit kluka, který si sedl za volant bez řidičského průkazu. Rozumem sice ví, že se ve své práci plně vyzná, ale připadá mu neuvěřitelné, že stačí na úkol, na jehož splnění závisí bezpečnost mnoha lidí nebo zisk či ztráta velkých materiálních hodnot.

Osmadvacetiletý pracovník zahraničního obchodu, úzkostný neurotik, se svěřoval: „Měl jsem pocit, jako kdybych – malý kluk – kradl hrušky. „Tohle mi přece nemůže projít! Nebo mi to prošlo jednou, ale příště... Jak mě ten starý lišák z Mnichova mohl brát vážně? Vždyť tady jde o miliony euro! Tímhle perem jsem to podepsal – a ono to platilo! Páni...“ (Psychoanalytik by zde viděl oidipovský strach z trestu za zaujetí místa, jež patří autoritě – otci: Jak se mohu opovážit dělat to, co je výsadou otce?)

V některých oborech dosahují dvacátníci vrcholu své výkonnosti – a musí se smířit s počínajícím sestupem. Platí to pro většinu sportovců z povolání: plavci jsou za vrcholem dokonce už ve dvaceti letech, zápasník ve 26 letech, fotbalista ve 28. – Vědec bývá ve třiceti ještě učením, génius je ovšem ve vědě už před třicátkou schopen výkonů hodných Nobelovy ceny. To platí zvláště o oborech, jež jdou nejrychleji kupředu, kde informace rychle stárnou a inteligence je důležitější než zkušenost, např. ve fyzice. Výkonní umělci (herci, zpěváci, tanečnice) se koncem dvacátých let často dostávají na vrchol svého umění a úspěchu. Je pak jen otázka, jak dlouho se na něm udrží. Někdy to záleží na tom, dokážou-li vyjadřovat (vzpomeňme na Balzaka) víc než svěžest a půvab mládí, dovedou-li přejít, řečeno jazykem tradičního divadla, od milovníka k charakteru a umělecky růst – třeba až do pokročilého stáří. Mladý lékař má z fakulty nejmodernější přírodovědeckou a technickou průpravu a není zatížen vědeckými omyly, které se ještě před deseti lety považovaly za nepochybné pravdy. Jde-li však o neobvyklé, zřídka se vyskytující případy nemoci, vyžádá si ještě jako třicetiletý velmi často konzultaci zkušenějšího lékaře. Dobrá učitelka – dvacátnice si dovede získat lásku a obdiv dětí, takže by za ní šly do ohně, výborně si s *nimi* rozumí – ale ještě *jim* nerozumí. K tomu je třeba mnoho zkušenosti pedagogické i životní, mimo jiné i zkušenosti s výchovou vlastních dětí. Kde záleží na intelektuální statečnosti a odvaze riskovat, na průbojnosti a přesvědčení o vlastní pravdě, může dvacátník vykonat veliké činy. Autorům Komunistického manifestu bylo 29 a 27 let. Lenin zakládal Bojový svaz pro osvobození dělníků ve 25 letech. Havlíček byl duchovním vůdcem národa jako sedmadvacetiletý.

Výsledkem dobře naplněných dvacátých let je – podle Příhody – „niterná sebejistota. Teprve nyní je člověk reálně svobodný, nezávislý na pokynech shora, neboť dosáhl samostatnosti v řešení praktických úkolů. Prvního, elementárního sebevědomí dosáhlo tříleté dítě v období vzdoru. Druhá etapa sebevědomí je v době pubescence, období druhého vzdoru, kdy je osobnost citlivá na všechna komandování, neboť objevuje nový, subjektivní svět a pozoruje vlastní přeměnu v dospívajícího člověka. Třicetiletý dosahuje třetí fáze sebevědomí, opřené o plnou zralost tělesnou i psychickou, o nabyté zkušenosti, obsahující všechno lidské, a o zakončenou profesionalizaci. Není tu období vzdoru, který je vždy symptomem podvědomé slabosti, nýbrž energického hájení cti a samostatnosti, vědomého vlastní síly. V tomto věku je poddajný jenom slaboch. Muž nebo žena jsou velmi citliví k výtkám a ke všemu pokořování, jež rázně odmítají. Nejde tu o vzdor slabšího proti silnějšímu, nýbrž o projev boje podstatně rovného s rovným, o boj práva proti moci. Není proto snadné být šéfem třicetiletého zaměstnance.“

Nepochybuji o tom, že tato slova vystihují výrazný rys osobnosti třicetiletého Václava Příhody, který statečně vstupoval do boje práva proti moci již jako gymnazista. Ve stáří často zálibně vzpomínal, kolik si tímto způsobem v životě nadělal nepřátel, a litoval své méně bojovné kolegy.

Tvorivost vědce v humanistických oborech, spisovatele a jiných umělců, organizátora, státníka atd. je závislá na vlastnostech, které se rozvíjejí právě (či nejspozději) ve dvacátých letech:

1. Schopnost být sám: Samota člověku umožňuje dostat se do kontaktu se sebou samým a otevřít se tak novým zdrojům inspirace.
2. Plodná nečinnost: Je třeba umět „vypnout“, vnějšně i vnitřně se vyprostit z rutinních činností, včetně rozptylování povrchními radostmi. Pak se mohou „líhnout“ tvořivé nápady.
3. Denní snění: Je třeba odpoutat se od reality a osvobodit svou fantazii, jež je nenahraditelnou silou tvorby i osobního růstu.
4. Volnost myšlení: Myšlenkám je třeba dát úplnou volnost v jakémkoli směru, abychom měli naději objevit možnosti, jež se zdají z hlediska navyklých (a pro rutinní práci nezbytných) šablon absurdní.⁵
5. Zpracování traumatických konfliktů: Právě to nejtěžší a nejbolestnější, co se nám v životě přihodilo, bývá zdrojem inspirace – předpokladem je, že si to pamatujeme, vracíme se k tomu a zpracujeme to v hluboké sebepoznání, jež vede i k poznání druhých lidí. V nejtvořivějších obdobích života takových velikánů psychologie, jakými byli Freud a Jung, nacházíme zápas s vážnou duševní poruchou.
6. Bdělý, nezaujatý postřeh: Máme být otevřeni ke zdánlivě bezvýznamným drobnostem, jež ruší naše navyklé vnímání a myšlení i naši duševní pohodu, jež jsou třeba i nepříjemné a trapné a nehodí se nám „do krámu“.
7. Disciplína: Oddanost technice oboru a jeho řádu, tvrdá práce vracející se k myšlence neúnavně znovu a znovu tak dlouho, dokud nemá dokonalý tvar.

Profesionální dráha se ve dvacátých letech může zkomplikovat různým způsobem, např. chybnou volbou vysoké školy. U někoho je vůbec chybou, že se přihlásil na vysokou školu: buď z toho banálního důvodu, že mu chybí studijní nadání (intelekt a motivace), nebo proto, že dlouhý odklad samostatnosti a zahájení produktivní činnosti pokříví jeho osobnost. (Vědomí užitečnosti a finanční nezávislosti dodává sebedůvěru.) Jiní si vyberou vysokou školu, pro kterou se nehodí, a což je nejhorší – zůstanou na ní. Leningradský výzkum ukázal, že ve třetím ročníku medicíny nejméně 20 % studentů lituje své volby, protože u sebe nenašli potřebné osobní vlastnosti, zvláště vztah k lidem. Někteří z nich se jistě nakonec stanou dobrými, svědomitými lékaři, přestože ve svém povolání nebudou šťastni (i to se může časem změnit), je však nebezpečí, že budou natrvalo poškozeni oni – i jejich pacienti. Setkal jsem se s našimi

5 Připomeňme si z nesmrtelné „Úvahy o kouzelnících“ ve Vančurově *Rozmarném létu*: „Vše, co vzniká, jest z hravosti a z odvahy těchto lidí těkajících v poli, kteří nerobíce knih ani věcí užitekových mají dosti pokdy, aby blábolili jako bůh a řadili věci v překvapující sled.“

mediky, kteří se tak málo těšili na své nastávající povolání, že na rok přerušili studium, aby „ještě trochu užili života“, než zapadnou do té „nevábne rutiny“. Mohlo jít o opožděné adolescentní moratorium (viz str. 223), napovrch zastřené zdánlivými sobeckými motivy, ale také o slepou uličku v životním putování.

Životním omylem nebo neštěstím může také být, nezačne-li nadaný člověk včas studovat na vysoké škole. Léta po maturitě jsou zřejmě senzitivním obdobím pro intelektuální vyhraňování. Klasik americké psychologie William James říká, že je nutno využít období do pětadvaceti let, kdy je člověk ještě schopen „*nezištné zvědavosti*“, tj. studia z čistého zájmu, bez ohledu na užitek. Právě tato nezištná zvědavost vede k onomu hravému a odvážnému „těkání v poli“, o němž mluví Vančura. Kdo se tomuto naučil v rané dospělosti, dovede to snad i později. Kdo se dostává na vysokou školu z praxe, studuje často svědomitěji a úspěšněji, protože inteligence i paměť jsou kolem třicátého roku ještě na výši a student už ví, co chce. Ví to však někdy bohužel až příliš dobře a u každého nového poznatku se příliš brzy ptá, jak ho lze využít.

Mladá žena musí někdy volit mezi rodinou a slibnou kariérou, zejména chce-li mít více dětí a chce-li je mít v době, která je optimální pro jejich rození. Populární mýtus ženských časopisů o nadané, energické ženě, která všechno stačí, jen když manžel trochu sleví ze svého mužského sobectví, je samozřejmě falešný. Žena si prostě musí vybrat, a chce-li rodinu, musí obyčejně rezignovat na vyniknutí v takové řeholi, jako je třeba přírodověda, nebo na kariéru mířící rychle k exponovanému společenskému postavení a také na některé druhy umělecké kariéry. Naproti tomu se žena s rodinou může stát – i když o něco později než muž – vynikající lékařkou, učitelkou, soudkyní apod., díky své ženskosti a intimní zkušenosti s dětmi často dokonce lepší lékařkou, učitelkou nebo soudkyní než muž.

Chyba společnosti ovládané muži není ani tolik v tom, že neosvobozuje domácnost (i když v tom také), nýbrž v tom, že ženě ztěžuje, aby získala plnou suverenitu a sebevědomí právě jako žena a matka. Zejména ve Spojených státech, kde se tyto problémy zkoumaly (a kde je společnost v mnoha směrech orientována daleko konkurenčněji než u nás), se ukázalo, jak je pro vysokoškolskou studentku těžké volit mezi žensko-matérskou orientací na něhu a lásku a mezi orientací na soupeřivou průbojnost. Při vstupu na vysokou školu se dívky jeví jako zralejší osobnosti, na konci studia byli naopak hotovějšími a zralejšími osobnostmi muži.

Někdy i muž musí volit mezi vysněnou životní dráhou a zajištěním rodiny. Můžeme uvést příklad studenta psychologie, kterého mimořádné nadání a oddanost oboru předurčovaly k vědecké dráze. Ještě během studia však zplořel dítě se sociálně slabou dívkou a založil rodinu. Poslední ročník dokončoval již při zaměstnání, aby jí zajistil přijatelný životní standard. Po dokončení studia přijal slušné placené místo v průmyslovém závodě a brzy začal přivydělávat soudními posudky. Do třiceti úplně ztratil „hravost a odvalu lidí těkajících v poli“!

Jak si být blízko a jak blízko si být?

(Erotika, sexualita, intimita)

Milostný život je jako mocný proud, který bezpochyby pramení v sexuálnímu pudu. Kultura však – jak jsme na to už několikrát narazili – ve své tisícileté historii na tomto biologickém základě vypěstovala bohatou a složitou citovou nadstavbu. Ve vztahu kulturního muže a kulturní ženy můžeme odlišit celé spektrum citů a citových odstínů a jim odpovídajících prvků vzájemného a společného jednání. Sexuální polarita proniká celým životem. V každém okamžiku jsme buď mužem, nebo ženou tím, co děláme a jak to děláme.

Hlavním prostředkem, který slouží v kulturním společenství regulaci a zušlechťování sexuality, je složitý systém pobídek a zábran uplatňovaný od raného dětství. Již z pohádek dítě poznává vztah mezi mužem a ženou (princem a princeznou) jako osu, kolem níž se točí celý životní příběh. A ještě dříve, než dovede pochopit pohádku, vidí něžný vztah mezi otcem a matkou – Sluncem a Měsícem svého vesmíru, a samo je zahrnuto do této něhy. Zároveň se mu vštěpuje (snad laskavě, ale důsledně), že určité části lidského těla – a to především právě ty, v nichž se odlišují muži a ženy – se většinou skrývají, že se jich nemáme běžně dotýkat a hrát si s nimi (přestože je to příjemné). Vyměšovací funkce, kterou tyto (nebo jim velmi blízké) orgány vykonávají, se také odbývá v soukromí a její produkt má zvláštní postavení v našem světě, je promptně odstraňován a od jeho zbytků se pečlivě očišťujeme.

Pobídky i zábrany jsou s věkem dítěte stále složitější a diferencovanější. Jejich základní smysl a cíl spočívá v tom, pozdržet sexuální aktivitu v užším smyslu až na dobu vhodnou k plození dětí – a zároveň podněcovat a vést citový vývoj takovým způsobem, aby v oné vhodné době mohl vzniknout spolehlivý tělesný i duševní vztah mezi mužem a ženou: takový vztah, který by podporoval společnou péči o potomstvo a jeho výchovu; výchovu, při níž by se zachovalo a dále tradovalo (tradicí předalo) kulturní bohatství, jež společnost nashromáždila za dobu svého vývoje. Jinými slovy: je třeba připravovat děti a dorostence na hodnotný erotický vztah a zároveň bránit předčasněmu sexuálnímu styku. Přitom toto bránění nesmí být jen vnější, nesmí se opírat o holý zákaz. Zábrany musí být vnitřní: ostych (i ošklivost), ohleduplnost k partnerovi, ideál čistoty, představa o sexuálním soužití jako o něčem vrcholném, na co je třeba se připravovat, co je třeba si zasloužit věrností a statečnými činy (ideál rytíře!).⁶ Čas a energii, které se tak získávají, užije společnost k výchově a vzdělávání

6 Napadne nás, zda tyto zábrany slouží jen k tomu, aby pozdržely sexuální aktivitu. Ne, společnost je moudřejší a hospodárnější: hodnoty a ideály, které mají být tradovány, se použijí také k tomu, aby bránily předčasněmu sexuálnímu sblížení.

dospívajících, mimo jiné k tomu, aby jim pevně vstřípila citové vazby k sobě jako celku (k „matce vlasti“ apod.).

Řekli jsme, že *protiklad erotiky a sexuality*, dvou hlavních složek milostného proudu, je v pubescenci výrazný a v adolescenci slábne. V dospělosti pak je třeba, aby se tyto složky harmonicky spojily v milostném vztahu k jedné osobě opačného (ve výjimečných případech téhož) pohlaví.

Podle naší mravně-kulturní tradice se má oduševnělá erotika zrale spojit se sexualitou v monogamní manželské nebo k manželství směřující lásce. Polygamní stadium patří podle této tradice k nezralosti dospívajících. Pozorujeme však, že mnoho mladých dospělých prochází kratším či delším polygamním stadiem při těžko popiratelné osobní zralosti ve všech ostatních složkách. Můžeme proti tomu mít četné námitky, ale právě ty námitky, které jsou nejpřesvědčivější pro většinu zainteresovaných odborníků a pro většinu veřejnosti, ztrácí v současné době na závažnosti. Hlavní z nich spočívá v nebezpečí nežádoucího početí, ta je však se zdokonalováním antikoncepce stále slabší; tím se zmenšuje závislost ženy na muži a slábne požadavek, že muž má být věrný své milence.⁷ – Je třeba se zeptat: Máme toto dospělé polygamní stadium odsoudit jako úpadkové, nebo je máme vzít na vědomí jako variantu kulturní normy a snažit se je zušlechtit, zjemnit, dodat mu smysluplnosti? Především bychom se měli snažit je popsat a porozumět mu. Protože je pro ně příznačné opojení sexualitou jako takovou, navrhuji nazývat je dionýsovským stadiem.

Sexuálně naruživá studentka medicíny s vynikajícím prospěchem vystřídala během čtyř let sedmáct sexuálních partnerů. Žádný z nich nebyl náhodnou, příležitostnou známostí, je možno říci, že si při jejich výběru počínala rozumně. V rozhovoru sdělila, že se s partnery nerozhází proto, že by jí nevyhovovali, ale že „poznat jednoho muže není poznat všechny muže“. Měla ráda společenský tanec a turistiku. Brzy po dokončení studia se vdala, založila rodinu a byla důsledně monogamní. Podobně se setkáme s muži, kteří žijí několik let předmanželsky (i mimomanželsky) značně promiskuitně, načež se „usadí“ a radikálně změni způsob života.

Badatelé zkoumající sexuální život dvacátníků nacházejí v tomto desetiletí jeho vysokou intenzitu, avšak s pozvolným poklesem. Pro mnoho mužů žijících v plně nebo relativně monogamním manželském vztahu sexualita poněkud ztrácí na důležitosti i půvabu. Rodičovské starosti a radosti odčerpávají jejich zájem jiným směrem.

Autosexualita zůstává ve dvacátých letech častým způsobem uspokojování, a to i u ženatých mužů a vdaných žen. U mužů později, ve čtvrté a páté dekádě života, masturbace ubývá, u žen naopak přibývá.

7 Moralista i romantik se (i ve mně) bouří proti tomu, aby se věrnost milenců uváděla ve vztah s účinností antikoncepce, nedokážu však v této úvaze najít chybu.

Řekli jsme, že ve dvacátých letech je člověk – probíhá-li jeho vývoj příznivě – schopen nejen harmonického sexuálního soužití s tendencí k monogamii, nýbrž i hodnotného, kulturní normě odpovídajícího duševního vztahu, který je s tím spojen. Erikson navrhl pro hodnotný milostný vztah mezi mužem a ženou pojem *intimity* (z latinského *intimus* = nejvnitřnější, nejhlubší, nejtajnější, nejdůvěrnější). Intimita je podle něj jedním ze základních životních témat, které se realizuje především – ale nikoli výlučně – právě v milostném vztahu.

Co tedy znamená milostná intimita v silném psychologickém smyslu? Odpovíme v bodech:

1. Tělesná a duševní něha, která není brzděna ani ostychem, ani opatrností a strachem ze závislosti nebo ze zesměšnění, ani rozumovými důvody nebo společenskými konvencemi. „Možnost osobní regrese na úroveň vzájemné dětské závislosti a někdy i infantilního chování v erotické hře. Podobné dětské projevy, které by byly nepřipustné v ostatní společnosti dospělých, jsou v manželství nejen tolerovány, ale jsou pro ně nezbytné.“ (19, str. 134)
2. Sebeotevření, přání dát se poznat ve svých silných i slabých stránkách, nemít tajemství. (Mrkvička však upozorňuje, že sebeotevření neznamená duševní striptýz. I člověk, který nemá žádné tajemství, v jistém smyslu sám zůstává tajemstvím. Platí to i v opačném směru: nemáme se snažit vypáčit z druhého tajemství, jímž pro nás je.)
3. Důvěra bez výhrad.
4. Vzájemná úcta, respekt. Je třeba respektovat i partnerovu svobodu, to, že má svou vlastní životní cestu, o které nelze nikdy s naprostou jistotou říci, že se nerozejde s naší cestou.
5. Pravdivé poznání partnera. Intimita znamená schopnost milovat ho i s jeho chybami (což neznamená milovat jeho chyby). Má-li partnerka, abychom uvedli banální příklad, tlusté nohy, nenamlouváme si, že je má štíhlé, ale také se za její tlusté nohy nestydíme, prostě nám nevadí, milujeme její krásná ňadra, ústa, hlas, vůni, úsměv, plachost nebo drzost, společné mlčení, které není prázdné – a nejvíce ten celek, který to všechno tvoří.
6. Pravdivé poznání vlastních citů k partnerovi. Ve skutečné intimitě jsme otevření k tomu, co právě v daném okamžiku cítíme, přiznáme si i to, že se právě nudíme nebo zlobíme – hořce, tvrdě a snad i nenávisně. Víme, že láska není něco, co v sobě můžeme v každém okamžiku bezpečně „nahmatat“!
7. Společné dílo, záměry a plány, sdílená budoucnost. Radost ze závazku věrnosti, který není vnější, nýbrž vyplývá z povahy žitého vztahu.
8. Hravost, tvořivost, smysl pro humor. Nejbližší vztah nemůže být bez přestání smrtelně vážný, snese odlehčení, úlevný nadhled.

9. Objevování, úžas, obdiv. Objektivně vzato, může nám být zřejmé, že náš partner není v žádném směru výjimečnou osobností; v jedinečném prostoru intimního vztahu jsme však vždy znovu překvapeni tím, co objevujeme a co se v našem vztahu děje, od sexuální sféry až po nejduchovnější stránky vzájemnosti. Důvodem k úžasu není jen něco výjimečného, vynikajícího – každý člověk je něčím úžasným, a to se právě ve vztahu intimity ukazuje.
10. Výlučnost: Intimita mezi mužem a ženou je možná jen ve dvou.

Britský matematik a filozof Bertrand Russell: „Ti, kdo nikdy neprožili hlubokou důvěrnost a vřelou družnost plynoucí ze šťastné oboplné lásky, přišli o to nejlepší, co lidský život může poskytnout.“⁸ Naše desatero vyjadřuje ideál, ke kterému se skutečný vztah více či méně blíží. Je to *program* na mnoho let cílevědomého úsilí. Láska, jak s oblibou zdůrazňoval Erich Fromm, znamená práci...

Protipólem intimity, rubem mince, dialektickým protikladem je podle Eriksona *izolace*. Jestliže dvacátník selže v hledání a budování intimity, čeká ho samota, ať v manželství, nebo mimo ně, třeba i v sexuální promiskuitě. Později si snad zařídí život nějak jinak, naplní ho něčím jiným, stejně hodnotným, ale v této době, která je určena pro vytvoření intimity, pro všechno krásné a příjemné, co takový vztah přináší („to nejlepší, co lidský život může poskytnout“), je nenaplnění základní lidské touhy prostě neštěstím. Čímž není řečeno, že o tom musíme vědět: kdo nedorostl k intimitě, kdo vidí ve svých blízkých jen prostředek k uspokojení vlastních potřeb – ten strádá, aniž by něco postrádal.

Dialektika intimity a izolace je však ještě jemnější. Čím více prakticky poznáváme, co znamená milostná intimita, tím více se bojíme samoty: a čím odvážněji usilujeme o intimitu ve vztahu, tím větší zklamání, bolest a samotu riskujeme, couvne-li náš partner nebo my sami.

Existuje *pseudointimita*, klamná, zdánlivá blízkost, křečovitě hájení iluze blízkosti. Žena mívá iluzi, že ona jediná rozumí svému muži, že je jeho objevitelkou. Partneri mívají sklon velhávat se do harmonie tam, kde se už oba vyvíjejí každý jiným směrem. Mladý muž snadno iluzorně promítne do partnerky obraz matky a domnívá se, že v ní našel tišitelku svých úzkostí; vzápětí do ní promítne třeba dítě, které potřebuje jeho ochranu a tím potvrzuje jeho mužnost; jako příjemkyně semene dává žena muži iluzi nesmrtnosti...

Všechny řeči o milostné intimitě zůstávají v nejlepším případě sentimentální polopравdou, pokud mechanicky předpokládáme, že vztah muže a ženy je symetrický, rovnoprávný, rovný. Tato rovnost je jedním z demokratických

⁸ Pokračování citátu už vybočuje z naší souvislosti, ale je zajímavé: „Podvědomě – ne-li vědomě – to cítí a z toho vyplývající zklamání je vede k závistivosti, pronásledování a krutosti.“

ideálů naší doby, ale vyhlášením tohoto ideálu za skutečnost nebo jeho „nařízení“ ho neuděláme skutečností, naopak, ztížíme jeho realizaci. Je třeba odhalovat nerovnost tam, kde se skrývá, a hledat formu rovnosti (rovnováhy), která je historicky možná a zároveň optimální pro osobní rozvoj a plnění životních úkolů žen i mužů. Čímž jsme – zase z trochu jiného hlediska – opět u tématu „muž kontra žena.“

Kdyby šlo o nějaké účtování, o zjištění, kdo je silnější, kdo má větší výhody a na čí účet, bylo by to poměrně jednoduché. Jde však o spor, konflikt, boj mezi mužem a ženou, který má v dnešní době a ve společnosti, v níž žijeme, svou určitou podobu a na němž se všichni, každý poněkud jinak, v jiné pozici a s jinou intenzitou podílíme. Existují konkrétní formy útlaču a teroru, bezohledné bitvy a nedůstojná příměří. Těch letitých zákopových válek ve spořádaných manželstvích! (Němečtí psychologové mají pěkné slovo *Kampfehe* – manželství, v němž se bojuje.) A existují, což je pro nás teď nejdůležitější, typicky mužské a typicky ženské zbraně, manévry, lsti a způsoby vydírání,⁹ typická nebezpečí eskalace, škodící oběma stranám. Naštěstí je také na obou stranách touha po odzbrojení a míru, ve kterém se může uskutečnit milostná intimita tak, jak o ní mluví – různými slovy – básníci, etikové a psychologové. A aby to bylo ještě složitější: s realizací intimity, jak jsme ji popsali, nelze čekat až na dobu plného míru v našem konkrétním vztahu. Jde přece o zneprátené milence, o milující se nepřátele. Láska a svár existují současně, snaha o smíření a snaha o intimitu se prostupují.

Nerovnost je hned v tom, jaký význam mají pro muže a ženu pohlavní orgány, jaké pocity máme vůči jejich funkci. Beauvoirová¹⁰ – velká bojovnice za rovnost žen s muži – o tom říká: „Mužské pohlaví je prosté jako prst; ženské pohlaví je tajuplné a záhadné i pro ženu samu, je skryté, mučivé, sliznaté, vlhké; každý měsíc krvácí, bývá znečištěno výtoky, má tajný a nebezpečný život. Proto také se žena k němu nechce znát, jako se nechce znát ke svým tužbám. I ty se projevují zahanbujícím způsobem: zatímco muži se vztyčí, žena zvlhne; už i v tom slově jsou dětské vzpomínky na pomokřené lůžko, na provinilé a nechtěné povolení potřebě močit. Muž má stejnou nechuť k nevědomým nočním polucím: vystříknout moč nebo sperma jej nepokořuje, to je vědomý čin; ale je pokořující, když ta kapalina uniká pasivně, protože pak už tělo není organismus se svaly a nervy řízenými mozkem a vyjadřující subjekt, nýbrž pouhá nádoba, nádrž z nehybné hmoty, podrobená mechanickým rozmarům. Ženské pohlavní vzrušení je vlhce měkké chvění mlže, měkkýše; muž je dravý, žena je pouze nedočkavá; její očekávání se může stát žhavým, ale zůstává přitom pasivní; muž se vrhá na kořist jako orel a luňák, ona číhá jako masožravá rostlina, ona je sání,

9 Cvičíme se v nich – škola hrou a hra školou – od prvních pubescentních schůzek a snad ještě dříve, vždyť už vztah mezi čtyřletým chlapcem a jeho matkou je nějak vztahem mezi mužem a ženou.

10 Simone Beauvoirová, francouzská filozofující a psychologizující spisovatelka. U nás vyšla zejména studie *Druhé pohlaví*, z níž je tento citát (str. 205).

vlhké vysávání, je smůla a lep, nehybné lákadlo, vtíravé a lepkavé: tak aspoň ona sama sebe nejasně pociťuje. Proto také je v ní nejen vzdorný odpor proti muži, který si ji chce podrobit, nýbrž také vnitřní konflikt. Zákazy a zábrany pocházející z jejího dětství jsou ještě zesíleny nechutí a odporem, jež pramení z erotické zkušenosti samé: ty se navzájem násobí, takže po první souloži se žena bouří proti svému sexuálnímu údělu často ještě více než dosud.“

Dnešní zdravá žena takto necítí. Tato slova byla napsána před více než půl stoletím a i tehdy autorka přeháněla, aby co nejdůrazněji upozornila na to, co si jen málokdo běžně uvědomí. Avšak některé ženy, zejména při neurozách a jiných duševních poruchách, trpí i dnes pocity studu, ošklivosti, viny a méněcennosti ve vztahu ke svým pohlavním orgánům. (U mužů je to méně časté.)

Zaznamenal jsem toto pozorování: Jedenáctiletá dívka má delší dobu kočku, kterou má velmi ráda. Jednou řekla matce: „A maminko, nemohla by naše Míca mít taky koťátka? Kdybychom našli kocoura...“ Matka, trpící pocity méněcennosti a velmi nejistá ve svém ženství, odpověděla jen pohledem a povzdechem – a dítě samo řeklo: „On by ji ponížil, vidí!“ Takto se předávají z generace na generaci postoje a pocity, které bychom rádi viděli jako dávnou minulost. Je snadné si domyslet, že dcera bude pokračovat v matčině zoufalém boji o ženskou sebeúctu, což jí ztíží dorozumění s muži. Nezbývá než jí přát, aby její touha po milostné intimitě zvítězila nad touto překážkou.

Milostná intimita je tedy jedním z hlavních témat mladé dospělosti, její vytvoření je úkolem tohoto období. Všimněme si, jak zde na sebe navazují dvě stadia, jak splnění jednoho vývojového úkolu je podmínkou úspěšné práce na dalším. *Vytváření intimity klade velký nárok na pevnou, solidní identitu.* Aby člověk mohl vstoupit do tak intenzivní, hluboké a rozsáhlé vzájemnosti, jakou jsme popsali, musí si být jist sám sebou, musí mít bezpečný pocit a vědomí identity.¹¹ Dobře to vyjadřuje Ibsenova Nora, která pochopí, že napřed musí být sama sebou, aby se potom mohla stát manželkou, nebo dokonce matkou. Jinak hrozí, že zdravá identita bude nahrazena identifikací s partnerem, že se mladý muž nebo žena vzdá své identity, pověsí se na partnera jako břecťan, nebude žít svůj vlastní, nýbrž jeho život. A tím je zároveň ohrožena také intimita, která spočívá ve vzájemnosti, ve vzájemném obohacování, v rovnocennosti vztahu; kde není vzájemnost, není ani vyspělá blízkost.¹² Muž se slabou identitou tedy spíše před intimitou couvne, žena se slabou identitou do ní vstoupí, ale znehodnotí ji závislostí.

11 Muž, který si není jist svou mužností, těžko dokáže v milostném vztahu projevit slabost, přiznat se k úzkosti, žádnit jako dítě nebo – plakat. Od dětství byl veden k tomu, aby byl nezávislý, neřukal, spoléhal na sebe (a nedůvěřoval ženám?), aby překonával slabost se zaťatými zuby. Dokáže u milanky odložit brnění? – Jiný je ovšem pláč slabocha, který se nedovede ovládnout.

12 Podle starších výzkumů se u žen často vyvine silná závislost na prvním milenci. Tento poznatek se uváděl jako požadavek pro ohleduplnost muže. Podle novějších výzkumů není taková jednostranná závislost tak častá a silná, jak se dříve soudilo. Jde o zkorigování starších nepřesností – nebo o historický posun směrem k emancipaci, k pevnější ženské sexuální identitě, a tedy i k menší celkové závislosti?

Řekli jsme, že intimita není výlučně záležitostí milostného vztahu. Také izosexuální vztahy bývají intimní v tom smyslu, jak o něm mluvíme. Mezi spolu pracovníky nebo mezi členy sportovního družstva, zejména ve rvavých sportech, může být blízký, citově intenzivní vztah, někdy označovaný jako přátelství, jindy jako kamarádství. Je-li dost silný, přetrvává sportovní družstvo, pracovní kolektiv nebo jinou skupinu, ve které vznikl; může také jít o vztah, který trvá už od dětství. Mrkvička upozorňuje, že tento typ vztahu je odvozen od sourozeneckého vztahu mezi bratry nebo mezi sestrami. Dlouhodobé přátelství mezi mužem a ženou, které by bylo odvozeno od vztahu sestra–bratr, je dosti vzácné, vztah se obvykle vyvine dříve nebo později do erotické varianty, někdy do vztahu muže a mateřské důvěrnice. Svérázný, krásný přátelský vztah však může vzniknout mezi bývalými milenci. Projdeme-li deset bodů, jimiž jsme charakterizovali milostnou intimitu, vidíme, že většina z nich se hodí i pro popis důvěrného přátelství. Izosexuální intimita má jednu velkou přednost: je svobodnější. Milostný vztah je vždy spjat s určitým závazkem, který s jeho trváním roste, zvláště tehdy, když se partneři vezmou, nebo dokonce když spolu mají děti. Milostná intimita očekává od partnera výlučnost, věrnost, izosexuální intimita je možná i ve třech, ve čtyřech, snad i ve větším počtu.

Můžeme mluvit o intimitě uvnitř původní rodiny, ve vztahu k rodičům a sourozencům? Domnívám se, že ano, ale až mezi dospělými sourozenci nebo mezi rodiči a dospělými dětmi. Zde ovšem nehraje rozhodující roli hranice dvaceti let, řada mladých dospívá psychicky v osmnácti i dříve. Musí se však vyvinout zralá, uvědomělá rovnocenná vzájemnost, rovnocenná aspoň v tom nejpodstatnějším. Samotná něha a psychická blízkost nestačí, to bychom museli pojem intimity rozšířit, některé body naší charakteristiky vypustit. – A není vůbec samozřejmé, že se láskyplný sourozenecký vztah nebo vztah mezi rodiči a dětmi vyvine v intimitu.

Také vztah mezi mladým dospělým a jeho starším učitelem a rádcem (mentorem) se někdy označuje za případ intimity. Tento vztah může být krásný, silný, může mít velký význam pro vývoj osobnosti, chybí mu však rovnocennost.

Dvacátá léta jsou senzitivním obdobím pro vytvoření milostné intimity. Kdo se v této době ještě citově neodpoutal od rodičů, nenašel odvahu nebo prostě nebyl schopen zralé lásky a zůstal sám, ten později těžko dohání. Nehledě na to, že rychle ubývá příležitostí k vážnému seznámení, nastávají i vnitřní změny. S každou další erotickou zkušeností, s každým dalším rozchodem klesá dychtivost, schopnost nadšení a naděje, překvapení a obdivu.¹³ Dvacátník získává rutinu v navazování a rozvazování erotických vztahů – anebo zabředá do své izolace, zařídí se v životě jinak (protože nějak se zařídit musí!), případně se znovu silněji přikloní k rodičům a v pohodlí domova najde ne-li uspokojivé, tedy aspoň bezpečné útočiště.

13 Můžeme mluvit o citové entropii, postupující s každou novou zkušeností.

Šestadvacetiletá absolventka vysoké školy, jedináček, žije dosud u rodičů. Do maturity měla hodně kamarádů a kamarádek, velmi ráda tančila. Během vysoké školy měla nešťastnou lásku k ženatému muži. Postupně se zcela soustředila na studium, zanechala všech ostatních zájmů. Cítí se smutná, neklidná, osamělá. V práci nenašla dobrou společnost, s nikým si tam nerozumí. Kamarádi a kamarádky ze školy se pozemili a povdávaly, mají jiné zájmy, nemá skoro komu zatelefonovat. V posledních týdnech se dvakrát přinutila jít na taneční zábavu, ale byla znechucena. Žádného z mužů, které tam potkala, by nechtěla za manžela, jsou nudní a hrubí. Čekala, že psycholog na ni bude laskavý a řekne, že nic není zmeškáno, že ji nějak uklidní. Ten však naopak usoudil, že je třeba tuto klientku (nebo již pacientku?) ještě více zneklidnit: vždyť zmeškala příliš mnoho!

Netvrdím, že by ve třiceti bylo pozdě na ženění a vdávání. Mnoho mladých žije v intenzivním milostném vztahu a neberou se zatím z důvodů, které můžeme nakonec jen schválit. Jiní prožili silný vztah, který skončil zklamáním. I oni mají „nárok“ na odklad. Vývojový úkol považujeme za splněný, když člověk *prošel* určitou zkušeností, ať už v dané době někoho má, nebo nemá.

Vezmeme se – co jiného?

Vstup do manželství je jedním z nejdůležitějších kroků na cestě životem. Rozhoduje o tom, jaký bude dlouhý úsek cesty, kterou máme před sebou, a obvykle poznamenává celý další život. Ať je manželství šťastné, nebo nešťastné (nebo – jako obvykle – něco mezi tím), už množství času stráveného společně, společné naděje a iluze, radosti a zklamání, psychická blízkost daná sdílením „stolu a lože“, vzájemná odkázanost v nemoci a v jiných těžkostech, společná péče o děti, mučivá nedorozumění i ostré spory, případně i rány pod pás, které nám partner zasadí při rozvodu i po něm – to vše zanechá hluboké stopy v naší osobnosti a působí i tehdy, když krásné vzpomínky vyblednou a bolesti přebolí. Staré, dnes spíše ironicky užívané rčení „moje polovička“ jen lehce přehání, čím je žena pro muže v manželství. (Zajímavé: odpovídající rčení, jehož by žena užila o svém muži, v češtině chybí – opět jedna drobná nešťastná asymetrie.)

Vstupem do manželství si dvacátník vytváří prostor, v němž se bude odehrávat velká část jeho života, v němž bude plnit své životní úkoly, v němž bude pracovat na milostné intimitě, kde bude mít domov, kde rozvine velké téma rodičovství a kde bude jednou mít i bezpečné útočiště, až jeho život dospěje do stadií převážně ústupových, defenzivních.

Proč se vlastně brát?

Každý by si měl sám za sebe položit otázku, zda se vůbec právě on (ona) má – ale i zda se měl (měla) oženit, provdat. Snad až příliš mnoho lidí myslí (či bezmyšlenkovitě předpokládá), že se to rozumí samo sebou, že je to dobré, správné

a žádoucí. Některé dívky už po 17. roce a někteří chlapci po 20. roce mají dojem, že s nimi něco není v pořádku, nemají-li ještě před sebou jasnou cestu do přístupu manželství. Tlak rodiny a přátel (sociální hodiny), někdy jemný, jindy až neomalený, je tím silnější, čím více se dívka blíží pětadvacítce, chlapec třicítce. Tento tlak má svou dobrou funkci: párové manželství našeho typu je stará, stáletými prověřená instituce. Je to pro velkou většinu lidí nejpraktičtější způsob, jak si zorganizovat osobní život a jak splnit svou povinnost k potomstvu. Onen tlak, na němž se ostatně podílí i dobová literatura a sdělovací prostředky, pomůže najít správnou cestu i mnoha mladým lidem, kteří by jinak dlouho tápali, příliš pomalu by se odpoutávali od rodičů nebo by setrvali v jiných vztazích, v nichž se cítí dobře, ale které nemohou vyústit do manželství.

A přece bychom měli více myslet také na tu *menšinu lidí, kteří se pro manželství nehodí* (nebo: pro které se manželství nehodí). Žijeme v době, kdy zplodit a porodit dítě se stává stále více spíše výsadou než povinností, i když samozřejmě povinností zůstává péče o dítě jednou porozené.¹⁴ Vstupovat do manželství proto, abychom připravili hnízdo dětem, které se možná dostaví jako následek našeho milostného života – to je v době stále dokonalejší a rozšířenější kontroly početí zřejmě zbytečné, nebo přinejmenším mnohem méně naléhavé než dříve.

Tady je znovu jasné vidět, jak je důležité obracet se k historii, chceme-li rozumět svým životním cestám. Právě zajištění potomstva, jež se mohlo dostavit jako následek sexuálního styku, bylo ještě začátkem 20. století pro většinu lidí sociální nezbytností. Tento ohled byl racionálním základem celé sexuální-manzelské morálky, tj. jejím hlavním rozumným principem a důvodem, aspoň tak se nám to dnes zpětně jeví. Proto bylo manželství tak vysokou hodnotou a předmanželský nebo mimomanželský pohlavní styk tak povážlivý. Tradici posvěcené postoje mají ovšem někdy obrovskou setrvačnost. Kdo se jim vzepře, musí počítat s nesouhlasem většiny, a přece právě toto je někdy třeba udělat nebo někomu poradit. – Na druhé straně bychom byli naivní, kdybychom si (jaksi inženýrsky) troufali vykalkulovat novou morálku z existence stále spolehlivější antikoncepce, z rovnoprávnosti žen s muži, ze zvýšené životní úrovně atd. Tradiční hodnoty mívají hlubší a trvalejší význam, než jim býváme ochotni přiznat na základě povrchní racionální analýzy minulosti a současnosti.

Někteří lidé by pro své povahové zvláštnosti velmi těžko našli vhodného manželského partnera. Přitom nemusí jít o těžké, patologické povahové úchytky. Takoví lidé bývají často dobře společensky přizpůsobení, jsou užiteční a osobně šťastní. Některé z nich milují soukromí natolik, že bydlí trvale sami, i když jejich společenský život je třeba bohatší a kvalitnější, než je tomu u mnoha manželských párů. Jiní žijí v úzkém heterosexuálním svazku, sdílejí s partnerem společnou domácnost a tráví s ním hodně času, a přesto nevstoupí do man-

želství. Vznikají různé *alternativy k manželství*, dočasné nebo trvalé. Tyto alternativy jsou společensky velmi významné, sociologové a psychologové by je měli pozorně sledovat. Současné párové manželství je pravděpodobně ve vážné krizi, jak je zřejmé již z procenta rozvodů a ze zkušeností všech, kteří jako lékaři, psychologové, sociální pracovníci atd. poznávají manželský a rodinný život svých pacientů a klientů. I když naše hlavní úsilí směřuje k obrodě párového manželství, je pro nás cenná každá zkušenost s jiným uspořádáním vztahů mezi ženami a muži, ať je to vztah druh-družka, nebo poměrně vzácné (u nás tajené) skupinové manželství.

Ti, kdo volí – dočasně či trvale – neobvyklé formy soužití, jsou jakýmsi tykadly společnosti. To, co je dnes vzácné a co naráží na odpor veřejného mínění, se může za deset nebo dvacet let ukázat vhodné pro mnohem větší počet mužů a žen, kteří si nebudou přát – nebo nebudou schopni – žít v tradičním párovém manželství.

Setkáváme se zejména se ženami, které po rozvodu dávají přednost životu v neúplné rodině před druhým sňatkem. Jedna vysokoškolačka z našich známých, originálně tvořivá ve své práci, se svéráznými názory na společnost a na lidskou povahu, kritická v osobních vztazích, zůstala ve 27 letech po rozvodu (který jí byl vnucen) sama s dítětem. Prála si mít další dítě, což uskutečnila, aniž by se znovu provdala, a dokonce aniž by právně přiznala otcovství muži, s nímž je zplodila, a aniž by druhé dítě vědělo, kdo je jeho otcem. Obě děti vychovávala pečlivě a na vysoké kulturní úrovni. Teprve po patnácti letech se podruhé provdala. – Existují i svobodné matky, které se od počátku nehodlaly provdat: nezávislost je pro ně vyšší hodnotou než všechny přednosti manželského stavu. Toto řešení je dnes dosti časté ve skandinávských zemích. Zda a jakou budoucnost má u nás, to lze zatím těžko odhadnout. – Družský poměr považujeme obyčejně jen za nedokonalé manželství, za život „na hromádce“, a dosud jsme málo prozkoumali jeho nesporné přednosti proti manželství (i když manželství má patrně více předností proti družskému poměru – jenže ne pro každého!).

V klinické praxi a v manželském poradenství se setkáváme s jedinci tak hluboce závislými a přitom tak plachými a zároveň „křehkými“, že je ještě nejlepší, zůstanou-li s rodiči a časem snad najdou někoho jiného, na koho budou moci přenést svou závislost. Naděje, že by se přizpůsobili v manželském soužití, nebo že by dokonce zvládli stresy spojené s péčí o děti, je nepatrná. Jiní jsou silně zamilováni sami do sebe a čeká je v nejlepším případě dlouhá cesta k tomu, aby vůbec vzali doopravdy na vědomí, že i druzí mají své citové potřeby, na něž je třeba brát zřetel; to je nutné, má-li v nich vzniknout zájem o druhého jako o samostatnou bytost, nejen jako o nositele vlastností, jež mohou uspokojovat určité potřeby, tedy smysl pro partnerství, ne pouze přání použít druhého jako prostředku – na tom se kloudný vztah nepostaví. Je iluze, že tyto lidi lze snadno a rychle převychovat: vždyť jde o strukturu osobnosti,

¹⁴ Lidé úplně zdraví, v jejichž příbuzenstvu se nevyskytují dědičné tělesné ani duševní choroby či povahové anomálie (podivinství) a kteří jsou sami v nějakém směru výjimečně nadaní, mohou ovšem cítit povinnost předat toto své vzácné dědictví dál.

kteřá se nešťastně formovala v těch nejcitlivějších letech dětství a „dozrávala“ do pětadvaceti nebo do třiceti let.

Mimo manželství zůstávají – dočasně nebo trvale – lidé, pro které není sexuální soužití příliš významné, případně k němu nejsou vůbec motivováni – nebo ho nejsou schopni. Psychosexuologové analyzovali povahové zvláštnosti mužů, kteří dávají přednost autosexualitě – dokonce i během manželství. Často zůstávají dlouho panici a pozdě se žení.¹⁵ Naše doba klade velký důraz na sexuální život jako na zdroj štěstí a také manželství je – bereme-li v úvahu tlak veřejného mínění – skoro povinné (teprve v posledních desetiletích u nás tento tlak slábne). S těmi, kteří si přejí nebo musí žít bez manželského partnera a bez dětí, se příliš nepočítá, nejsou pro ně připraveny schůdné a širokou veřejností respektované alternativní životní dráhy.

Cesta k manželství

Rozhodnutí vstoupit do manželství se připravuje od dětství. Jak jsme už řekli, v prvních letech života se kladou základy sexuální identity, mužství a ženství, a tato identita se pak upevňuje a rozvíjí zvláště v předškolním věku, v pubescenci a v adolescenci. Manželské štěstí rodičů je podmínkou, aby předškolák zařadil manželství jako samozřejmost do svého životního scénáře. V mladším školním věku je nám tato myšlenka vzdálenější a často i nepříjemná, ale při prvním zamilování se spolehlivě vynoří touha být s „ním“ či s „ní“ celý život jako pohádková princezna s princem. Když dojdeme do věku, kdy je sňatek reálný, jsme citliví k různým okolnostem, které určují správný čas pro vstup do manželství: co od nás očekává rodina a širší okruh známých, možnost samostatného bydlení – a také naše nehotovost, nezkušenost, potřeba mít volné ruce pro různá dobrodružství a experimenty pozdního dospívání a rané dospělosti; máme o nich předem třeba jen matnou představu, ale velmi by nám vadilo, kdybychom je měli prostě škrtnout ze svého životního scénáře. Tato dobrodružství (příprava k chybějícímu rituálu dospělosti?) se nejčastěji uskuteční jen v erotické a sexuální sféře, hledáním, lákáním, někdy i výraznou promiskuitou, kterou současná morálka sice zavrhuje, ale kterou zároveň de facto toleruje. Jindy jde o zdánlivě bezcílné těkání ve vážných kulturních zájmech, o dočasnou řeholi intenzivního studia, o sportovní činnosti, jako je vysoce riskantní horolezectví, o dlouhé cesty, např. když mladá zdravotní sestra odejde na několik let pracovat do rozvojové země. Právě nejvíce činnorodí, pro společnost nejvzácnější mladí lidé často nutně potřebují svobodu aspoň od svých 25 let.

15 Náš vynikající sexuolog Mellan zkoumal velký počet mužů, kteří koncem dvacátých let neměli ještě heterosexuální zkušenost (přesněji řečeno ty z nich, kteří hledali odbornou pomoc). Zjistil, že jsou to často jedináci nebo první synové z úplných rodin, že jejich výchova byla v dětství často přísná a že jim rodinné poměry ztížily identifikaci s otcem.

Předčasné sňatky jsou v současné době velmi vážným a častým problémem. Když začneme o tomto tématu, vybaví se čtenáři nejspíše sňatky řešící neplánované těhotenství. Zde jde o volbu menšího zla: na jedné straně psychická a sociální nezralost nastávajících rodičů, na druhé straně biologické a psychologické riziko umělého potratu při prvním těhotenství. V jednotlivém případě nelze spolehlivě odhadnout, jaké bude nebezpečí neplodnosti nebo komplikací při pozdějším těhotenství i riziko poškození dětí z dalších těhotenství. A je třeba myslet i na riziko citového a mravního poškození dívky, která prodělala potrat při prvním těhotenství, ať z vlastní iniciativy, nebo na nátlak rodiny.¹⁶

Nechtěné předmanželské těhotenství (tedy: vědomě nechtěné) může mít příčinu v neuvědomovaném přání přinutit partnera i sám sebe (ano: i sám sebe – tak křivolaké jsou skryté dráhy našeho citového života) ke sňatku, případně vynutit si souhlas rodiny se sňatkem. Není však vzácností ani vědomá snaha otěhotnět, případně i předstírání těhotenství s cílem přinutit partnera ke sňatku; i muž se někdy snaží přivést partnerku do jiného stavu proti její vůli.¹⁷ Uvažujeme-li tímto způsobem, vede nás to k otázce: Jaké mohou být hlubší psychologické příčiny předčasného spěchu do manželství?

U dívky hraje roli citová vazba na rodiče, zejména na matku. Překonat tuto vazbu osobním růstem k samostatnosti může být těžké a bolestné – zatímco sňatek to vyřeší rychle a pohodlně, zvláště je-li partner ochoten být „rodičovskou“ oporou a autoritou. Mladý muž se někdy předčasně žení, protože má strach ze svobody a samostatnosti, ze zodpovědnosti za smysluplné uspořádání své budoucnosti. Manželství pak znamená jasnou, i když nepříjemně omezenou perspektivu a citové bezpečí, nebo aspoň iluzi citového bezpečí u ženy, jež se v tomto směru jeví jako náhrada za matku. Je pochopitelné, že další vývoj k samostatnosti, který se přece jen prosadí, vede k touze po uvolnění pout. Rozvod se pak jeví jako jediná cesta ke svobodě – většinou mylně, protože skutečná pouta jsou uvnitř, v osobnosti, ne v mezilidských vztazích.

Manželství by měla předcházet nejméně půlroční známost, během níž spolu milenci tráví co nejvíce času. Půlrok je minimální doba k tomu, aby se projevil i ty povahové vlastnosti, které se snažíme skrýt a které znemožňují manželský soulad. Během půl roku se milenci také skoro jistě pohádají, dojde ke konfliktu

16 Předčasný nemanželský otec je postava ve vědecké literatuře málo známá. Většinou asi po roce mizí ze scény, neuplatňuje se ve výchově dítěte: velká ztráta pro obě strany!

17 Boj pohlaví s různými typicky mužskými a typicky ženskými manévry na obou stranách bývá ostrý: hrozba sebevraždou, vzbuzování pocitů viny a závazku u partnera s citlivým svědomím, neomalené vydírání, zastrasování. Řekne-li mladý muž dívce: „Bez tebe pro mě život nemá cenu“ a naznačí-li sebevražedný úmysl, může to být oboustranně vzrušující, i když málo kulturní hra. Může to však být i vydírání. Pak radí zdravý rozum i bez psychologie jen jedno: ohleduplně a slušně (protože kdož ví, možná jsme opravdu ranili hlouběji, než víme, to se stane v milostném vztahu snadno), ale bez váhání zahájit odpoutávací manévry. – Řekne-li totéž gravidní dívka, vzniká jedna z nejtěžších životních situací a je nutno vyhledat pomoc.

– a ověř si tedy také, jak jsou schopni vzájemný konflikt řešit. Několikaleté předmanželské známosti nejsou ničím výjimečným, ale nejsou také zárukou šťastného manželství. „Přezrálí“ milenci, kteří třeba za pět let nedospěli do stadia společné domácnosti nebo něčeho, co se jí silně podobá, by se možná měli spíše rozejít než vzít.

To je samozřejmě zase jen schematický pohled, je těžké stanovit jakákoli pravidla. Známost může začínat velmi pomalým sbližováním, pak milenci ani sami nevědí, odkdy spolu vlastně doopravdy chodí. Ale jedno je jisté: existují přezrálé vztahy, držící se jen setrvačností.

Vyzkoušení sexuálního souladu před uzavřením sňatku je dnes prakticky statistickou kulturní normou, zejména jsou-li oba partneři již sexuálně zkušení. Jen u některých citlivějších a tradičněji vychovaných, zejména křesťanský věřících mladých lidí může vyvstat problém: Není „technická zkouška“ profanací něčeho tak vztahově významného, jako je pohlavní styk? I z psychologického hlediska má taková zkouška problematickou hodnotu. Tam, kde tento problém vyvstane, nelze ho ani řešit žádnou jednoduchou radou.

Svatba je vyvrcholením celého předmanželského sbližování, rozhodování a příprav na společný život. Jejím jádrem je svatební obřad vrcholící vzájemným slibem. Dnes je svatba – přes všechnu okázalost a nákladnost – mnohem formálnější, povrchnější záležitostí, než tomu bylo v minulých generacích. Tradiční svatební obřady usnadňovaly svým účastníkům prodělat celou osobností přechod z jednoho životního stadia do druhého. Opomineme-li náboženské vyjádření závažnosti a závaznosti toho, že došlo ke skutečné změně stavu, zbývá obřadné loučení s rodiči, jimž nastávající zeť kdysi děkoval za výchování své nevěsty, dále svatební noc, v níž začínalo sexuální soužití (aspoň oficiálně), radikální změna způsobu života vyjádřená i oblékáním, přechod do společnosti ženáčů a vdáných žen. Chtě nechtě narážíme znovu na *vakuum vzniklé rozkladem starého a chyběním nového rituálu*.

Při skupinové psychoterapii manželských párů ohrožených rozvodem nám někdy pomáhá – mezi řadou jiných technik – tzv. „opakovaná svatba“. Při ní evokujeme situaci svatebního obřadu a vedeme klienty k tomu, aby v představě co nejživěji znovu prožili svou svatbu, s plným uvědoměním všech souvislostí a důsledků: konečný rozchod s dětstvím a dospíváním pod ochrannými křídly rodičů, existenciální spojení, nadějný pohled do společné budoucnosti atd. Oživení smyslu pro rituál a tvorba nových rituálů (na níž se klienti podílejí) někdy účastníkům umožní katarzní zážitek a otevře jim nový pohled na dosavadní soužití i společnou perspektivu.

A koho si vzít?

Volba partnera je u nás dnes pod silným vlivem romantických představ a připisuje se jí – řeknu to rovnou – nadměrný význam. Romantika (upadá na úroveň sentimentality) spočívá např. v tom, že se přeceňuje úloha zamilovanosti

a náhody. Zamilovanost je jednou z nejkrásnějších kapitol našeho erotického života (a snad jsem ji nepodcenil – viz str. 184), ale správná předmanželská láska se může vyvinout i bez ní a zamilovanost ji nemůže nahradit. Náhoda dodává milostnému vztahu magický punc. Čím větší, bizarnější náhoda vedla k seznámení, tím více máme pocit, že „jsme si byli určeni“, tím krásnější ornament máme do svého (pomyslného) památníku. Za záměrné hledání, např. pomocí inzerátu, se naopak trochu stydíme, ačkoli rozumně formulovaný inzerát je nesporně mnohem spolehlivějším prostředkem hledání než čekání na romanticky náhodné seznámení.

Nepopírám, že inzerát je tak trochu nouzová seznamovací technika. Přirozené seznámení v okruhu přátel a známých, v práci nebo při sportu (nebo při něčem, co ještě více nadchne, sblíží, umožní poznat druhé) je bohatší o dobývání a vábení, o soutěžení, o riziko odmítnutí, o překvapení – a je i praktičtější v tom, že se partneři mohou předběžně dost dobře znát dřív, než se začnou citově sbližovat. Samozřejmě také inzerce má svůj půvab, připomínající loterii. Záleží na tvořivosti obou účastníků, co udělají ze situace setkání na základě inzerátu. Mám porozumění a sympatie pro všechny mladé lidi, kteří to „ze sportu“ zkoušejí, i když jim nechybí příležitost k seznámení jiným způsobem.

Zamilovanost je první stádium milostného vztahu, okouzlení na základě povrchního poznání. Patří k němu *idealizace* a dobře známá „slepota“, neschopnost vidět milovaného realisticky. Ze zamilovanosti se může vyvinout láska směřující k milostné intimitě, jak jsme ji popsali. Jsou však i lidé schopní zamilovat se, ale neschopní milovat: bližší poznání partnera u nich vede k deziluzi a k ochladnutí: „To není ten pravý (ta pravá)...“¹⁸ Na druhé straně se vřelá a hluboká předmanželská láska může vyvinout z dlouhodobého kamarádství nebo přátelství bez bouřlivého stadia zamilovanosti; přesto bývá výborným citovým základem manželství.

Podle romantických představ je láska něco vyššího, co překonává rozdíly ve vzdělání, v rodinné tradici, v atraktivnosti zevnějšku i ve věku, je to jakési božské souznění duší. Ovšem tato vyznávaná romantika „čistého citu“ se v praxi kupodivu dobře doplňuje s velmi přesnými *kupeckými počty konzumní mentality*, jak to odhalil Fromm. Potenciální manželka nebo milenka se hodnotí podle prestižních vlastností, jako je urostlá postava, krásný obličej, schopnost pěkně se oblékat, být zábavnou společnicí, podle zaměstnání nebo oboru studia – dokonce i podle postavení rodičů a podle očekávaného věna. Většina mladých mužů si je víceméně přesně vědoma své „směnné hodnoty“ (úspěšnost, zevnějšek, vzdělání, inteligence, perspektivnost), a uvažuje-li racionálně, nesnaží se získat partnerku příliš nad svou úroveň.

18 Bodejť by byl, když v každém partnerovi bezděčně hledají svého otce nebo matku!

Prestižní vlastnosti bývají někdy jediným kritériem volby. Jsou lidé, kteří si nikdy nepoloží otázku, jak jim s daným partnerem doopravdy je, dokonce ani tuto otázku nechápou – tak jako lakomec nechápe otázku, jak mu je s jeho penězi.

Při volbě manželského partnera se ovšem uplatňují i vlastnosti, které lze poznat jen při bližším seznámení: dobrosrdečnost, skromnost, obětavost, schopnost snášet drobné i větší nepříjemnosti, schopnost prakticky řešit obtížné situace, schopnost vcítění, schopnost a ochota přizpůsobit se náladě partnera, upřímnost, schopnost radovat se z milostného života. Mladí lidé, kteří nejsou orientováni prestižně, proto často překvapí své okolí volbou partnera, který je „pod jejich možností“. Tak si někdy úspěšný, atraktivní, vyznačeně obletovaný mladík vybere po několika erotických zkušenostech zcela nenápadnou, nijak zvlášť půvabnou, v ničem nevynikající dívku a vznikne celoživotní šťastné manželství.

Poznání budoucího manželského partnera je v mnoha směrech možné až při předmanželském sžívání. Zde se ukáže nejen, jaký partner je sám o sobě, ale jaký je pro mě, jak se k sobě hodíme. Ideální je k tomu společná práce, společné studium, turistika ve dvou – nejlépe za ztížených podmínek, kde hrozí nějaké nebezpečí, kde jsou ti dva na sebe odkázáni. Kdybych se nebál, že budu obviněn z kažení mládeže, doporučil bych lidem, kteří se chtějí vzít, aby spolu nejdřív šli něco ukrást.

Předmanželské sbližování má zahrnovat i *styk s oběma rodinami*. Možná je mladý muž ke svému otci velmi kritický, má úplně jiné názory a životní plány než on – ale je pravděpodobné, že za pětadvacet let bude vypadat, mluvit a jednat v mnohém tak, jak teď vypadá, mluví a jedná jeho otec – ať se to zdá sebe-nepravděpodobnější! Totéž platí o nastávající tchyni. Ostatně kritičnost mladého muže k otci může spíš prozrazovat adolescentní nedozrálост než schopnost žít lépe než on. Osobní zralost – a ta je pro manželství snad nejdůležitější – spočívá mimo jiné právě ve vyrovnaném vztahu k rodičům. A stojí za zmínku, že dobré předpoklady pro harmonické manželství mívají ti, kteří prožili šťastné dětství – což je skoro totéž, jako kdybychom řekli ti, jejichž rodiče vytvořili harmonické manželství.

Dobrá otázka pro ověření volby partnera: *Bude stát o to nejlepší, co bych chtěl (chtěla) své manželce (manželovi) poskytnout? Možná toužím být k ní hodně upřímný, být jí věrný, být co nejvíce s ní, hodně o ni pečovat, v něčem vyniknout (a mít ji k tomu jako spojení, jako zájem), jednat tak, aby na mě mohla být hrdá, leccos si odříci, aby chom si mohli zařídit komfortní byt nebo i stavět – a ona zrovna o tohle moc nestojí! A doplňková otázka: Stojím já o to, co ona (on) chce poskytnout mně? Vím to vůbec?*

Když si odmyslíme všeobecně uznávané kladné vlastnosti, o které u partnera stojíme, zbývají *individuálně preferované vlastnosti*, které samy o sobě nejsou zvlášť pozitivní ani negativní. Proč si někdo volí partnera veselého a jiný vážného, někdo rozumového a jiný citově založeného, někdo pedantsky přesného, jiný vel-

korysého, někdo sebejistě samostatného, jiný citlivě (a něžně) závislého? Této otázce bylo věnováno mnoho teoretického uvažování i empirického zkoumání.

Psychometricky orientovaní badatelé, tj. ti, kteří spoléhají na měření duševních vlastností, ověřovali s různým úspěchem *teorii podobnosti* a *teorii komplementarity*. První z nich staví na dobře pochopitelném předpokladu, že se navzájem dobře shodnou lidé s podobnými vlastnostmi, druhá vychází rovněž z prosté úvahy, že partneři se mají navzájem doplňovat, a to vlastnostmi, které jsou spíše protikladné. *Každá z těchto teorií má platnost v jiném okruhu vlastností*. U vlastností, které vedou k podobným zájmům, názorům a postojům (např. trávit hodně času ve veselé společnosti, šetrně hospodařit, vychovávat děti přísně, ale laskavě), platí teorie podobnosti. Snad nejdůležitější je podobnost žité (nejen teoreticky uznávané) hodnotové orientace a náboženské víry. U vlastností, které určují rozdělení rolí v manželském a rodinném životě, se uplatňuje komplementarita, např. dominantní žena může dobře vycházet se submisivním manželem a takového manžela si buďto vybere, nebo „vychová“. Žena s tzv. trpitisko-samaritánským založením – a to už jsme na půdě patologie – si vybere alkoholika, a když se s ním po strašném utrpení za všeobecného souhlasu příbuzenstva i odborníků rozvede, najde si opět alkoholika, a snad je i schopna přispět k tomu, že se jako alkoholik teprve naplno „rozjede“.

Prostou a elegantní teorii vytvořil německý sociální psycholog W. Toman. Podle této teorie je pro manželskou shodu rozhodující *komplementarita sourozeneckých rolí* v původních rodinách obou manželů: Člověk je schopen dobře se shodnout s partnerem, který vyrůstal v sourozenecké pozici, jež je komplementární k jeho vlastní pozici. Například dívka, která vyrůstala s mladším bratrem, se podle této teorie dobře shodne s manželem, který vyrůstal se starší sestrou (příčemž nejde o to, který z manželů bude starší). Zde nemusíme při výzkumu měřit žádné vlastnosti, stačí zjistit rodinnou konstelaci obou partnerů a porovnávat ji s manželskou shodou. Také pro tuto teorii lze uvést doklady, i když – jako každá psychologická teorie lidských vztahů – vystihuje jen z malé části nekonečnou rozmanitost jevů v této oblasti.

Ve své základní myšlence je ještě jednodušší teorie, podle které si mladý člověk volí partnera – mnohem spíše bezděčně než záměrně – *podle obrazu svých rodičů*, muž snad spíše podle své matky, žena spíše podle svého otce. Může to platit pro vnější znaky, pak může fascinují například bujná ňadra, ženu zase typický hlas a způsob řeči připomínající jejího otce. Psychologicky jsou ovšem opět zajímavější povahové vlastnosti a vztahové konstelace: Jsou muži, kteří se ve všech ženách, jež procházejí jejich životem, marně snaží utěšit svou depresivní matku (volí stále znovu depresivní partnerky) a stále ztroskotávají na sisyfovském úkolu vykřesat vřelost z depresivního chladu. Mohou při tom vzniknout uchvatná umělecká díla nebo obdivuhodné výkony v jiných oblastech a může se prožít i mnoho štěstí, a přece lze rozeznat tento základní tragický podtext. – I když se i tato teorie obtížně dokazuje, v jednotlivých případech, zejména u našich pacientů a klientů, často „sedí“ velmi přesně.

Vysokoškolačky i středoškolačky mívají problém, *zda se „spokojí“ s partnerem, který má nižší vzdělání*. Sama existence tohoto problému dokazuje, že emancipace žen není hotovou věcí – tradiční stereotypy mužské a ženské role jsou dosud živé. Nestáčí radit ženám a mužům, aby se tohoto rozdílu nebáli. Je nutné hledat pro ně takový způsob soužití, který by byl v souladu s touto asymetrií, který by jim vyhovoval a za který by se žádný z nich nestyděl mezi svými známými.

Muži bývají v době sňatku v průměru *asi o tři roky starší než ženy*, které si berou. Převládá názor, že to je dobře: muž dozrává po citové stránce většinou o něco pomaleji než žena a na druhé straně má mít větší zkušenost a rozhled po světě věcí a společenských poměrů. Druhý důvod ovšem opět odpovídá tradičnímu stereotypu sexuálních rolí: muž má vést, má mít převahu.

Traduje se *optimální věkový poměr* mezi mužem a ženou při uzavírání manželství, vyjádřený rovnicí $x = n/2 + 7$, kde „x“ je žádoucí věk ženy a „n“ věk voličho muže. Podle toho by si čtyřadvacetiletý měl brát devatenáctiletou, třicetiletý dvaadvacetiletou, šedesátiletý sedmatřicetiletou. Tato formule však vyjadřuje spíše zbožné přání starších mužů získat mladší ženu než společenskou a psychologickou realitu dneška.

Manželství = práce

Viděli jsme, jak důležité je správně zvolit manželského partnera. Přesto však trvám na tom, že *se volba partnera přeceňuje!* Je rozšířen názor, že zvolím-li toho pravého (tu pravou) a máme-li se doopravdy rádi, budeme spolu šťastně žít až do smrti. Zatímco ve skutečnosti sňatkem začínají nejen líbánky, ale také náročné *adaptační stadium*, ve kterém se manželé teprve učí spolu žít: žít na „plný úvazek“ každodennosti, vzájemně se tolerovat a ustupovat si, ale také od sebe navzájem vyžadovat to, nač mají nárok, spravedlivě se dělit o práci a starosti plynoucí ze společného bydlení, společné domácnosti. Často se hned v prvních dnech ukáže, že oba novomanželé měli rozmazlující matky, které se o ně bez řeči staraly a zajišťovaly jim veškerý komfort – přičemž snášely jejich rozmary a zlovyky: nemýt po sobě vanu, házet špinavé ponožky pod postel, kouřit v posteli. Sestěhovat se do společné domácnosti tedy znamená – pokud dosud bydleli u rodičů – přetřhnout ještě jedno pouto.

Adaptační stadium staví před novomanžele úkol vytvořit *nové vztahy k oběma rodinám*, z nichž pocházejí. Vztahy mezi muži se zde obvykle vytvářejí snadno. Také vztah zetě k nové „mamince“ bývá velmi dobrý, známe však i řadu případů, kdy je zeť odmítán jako nevhodný manžel a dcera hned na začátku naváděna k rozvodu. Nejčastější a největší problémy vznikají – jak známo – mezi snachou a tchyní: osobnostně nezralý manžel kolísá mezi matkou a manželkou, v konfliktech se snaží dát oběma za pravdu a žádnou si nepohňevat.

Zvlášť ostré konflikty nastávají, jestliže si muž přivede *novomanželku do bytu rodičů*. Při společném bydlení dojde ke kolizím velmi rychle a často s velkou intenzitou. Je otázka, je-li to vždy na škodu. Není-li ještě ve hře dítě, může být dokonce výhodné, jestliže se konflikty brzy vyhroťí a novomanžel se musí rozhodnout. Jestliže bylo manželství tak jako tak odsouzeno k nezdaru, lépe když se rozpadne dříve, než žena stačí otěhotnět.

Manželství je přirozeným, zpravidla *optimálním prostorem pro vytváření milostné intimity*, jak jsme o ní mluvili. Zajímavé je srovnat toto pojetí s Přího-

dovým starším názorem na manželskou lásku: „Po jednorroční až dvouleté adaptaci sexuální i společenské se vytváří láska manželská, která se značně liší od milenecké, erotické i sexuální, jakož i od příchynosti přátelské. Vyvíjí se znenáhla hluboké připoutání k choti, oddanost, ochota k obětem, potlačení sobectví a zřetelnosti, sdílnost, obava z rozloučení i největší blízkost člověka k člověku. Tato láska, která vyplývá z koncentrace zájmů a citů, ale i ze zvykového soužití, ztrácívá souvislost se spojením sexuálním. Není málo mužů, kteří milují upřímně svou ženu, i když jsou od ní pro její frigiditu nebo pro jiné příčiny sexuální oddálení.“ (Podle Příhodova názoru mužův mimomanželský sexuální styk – pokud není spojen s láskou k milence – neruší „srdečný, oddaný poměr k manželce“. O případných „symetrických“ záletech manželky ani slovo!)

Každodenní život v páru odhaluje konflikty zaviněné nevhodnou partnerskou volbou nebo nezralostí jednoho (častěji obou) manželů. Častá je *iluze*, že *manželské soužití zaplní pocíťovanou vnitřní prázdnotu, zažene úzkost*, neklid a pocit opuštěnosti, vykompenzuje následky různých zklamání, poskytne pocit bezpečí, odstraní komplex méněcennosti, dodá člověku jistoty.¹⁹ Řada manželství nepřežije zhroucení této iluze.

Teprve v manželství se obvykle nalézá *oboustranně vyhovující míra fyzické a citové blízkosti*. Muži jsou často spokojeni s menší citovou blízkostí, s určitou rezervovaností, aspoň ve vnějším projevu – některé ženy touží po ustavičných projevech něhy a milenecké pozornosti, domáhají se jich jemnými výčitkami i poplakováním. Některé dvojice se snaží být stále spolu a odlučují se jen tehdy, když skutečně musí.

Problémem se stává soukromí: citově závislejší z těch dvou někdy přichází s *ideologií „naprosté důvěry a otevřenosti“*, která ve skutečnosti znamená ideologii inkvizice: „Nač myslíš, miláčku? – Proč jsi mi hned neodpověděl, nač teď právě myslíš?“ Inkvizitor ruší listovní tajemství, znemožňuje partnerovi zatajit jakékoli finanční výdaje, vynucuje plnou „zúčtovatelnost“ každé chvíle, kterou ten druhý strávil s někým jiným.

Jedna svobodnyllovná žena odpověděla na nabídku k sňatku slovy: „Ano, ale budu mít svou vlastní ložnici!“

Příznivé podmínky pro sexuální soužití brzy odhalí, že jeden z partnerů si přeje častější sexuální styk než druhý; ten, který je náruživější, se snadno dostává do závislého postavení prosebníka. Ukáže se však také, že jeden z partnerů je méně vřelý, méně empatický, méně ohleduplný, že jeden má menší smysl pro humor – oba musí slevit ze svých nároků.

19 Nemám zde na mysli jen neurotiky nebo lidi s hlubšími poruchami osobnosti, i když právě oni nejčastěji přicházejí se svými manželskými problémy do poraden a na psychiatrická oddělení. Podobně trpí – s menší intenzitou – mnoho nenápadných, zdánlivě spokojeně žijících manželských párů.

V adaptačním stadiu získává *vztah novou, mnohem složitější strukturu*: rozhoduje se, ve kterých záležitostech kdo z manželů bude mít hlavní slovo a kdo poslední slovo, kdo koho o čem bude informovat a o čem se nebude mluvit, kdo jakým způsobem bude prosazovat svou vůli a za jakých okolností kdo ustoupí. Každý z partnerů zkouší, co si může k druhému dovolit – jednak proto, že tak to chodívá v každém dyadickém vztahu, jednak proto, aby se ujistil, jak je vzájemný vztah pevný.

Jde o moc, o autoritu, o vliv! Tato stránka manželského (a každého trvalejšího partnerského) soužití je ve stadiu zamilovanosti šťastně potlačena, nebo je aspoň zastřena. S koncem líbánek se vynoří a je prostě zde, ať se nám to (vyznavačům sentimentální romantické lásky, moralistům, převažujícímu veřejnému mínění) líbí nebo nelíbí. Chci dělat určité věci, např. tančit s Oldřichem, koupit si rybařské náčiní, chci, abychom strávili tento víkend s mými rodiči, chci chodit dvakrát týdně trénovat odbíjenou, chci, abys mi nosil květiny, chci, abys šel se mnou na americký velkořím.

Rozumní lidé se samozřejmě dohodnou, jenže většinou mají ty dohody sklon být pro jednoho z manželů výhodnější:

- pro toho, kdo má lepší přehled a jehož akce jsou úspěšnější, např. jím vymyšlený víkendový program se lépe povede;
- pro toho, kdo je obratnějším diplomatem;
- pro toho, kdo je méně ohleduplný a je ochoten užít silnějších prostředků nátlaku: umíněnosti, vzdechů, slz;
- pro toho, kdo má méně skrupulí, např. komu nevádí partnerovi zalhat;
- pro toho, kdo déle vydrží napětí ve vztahu, kdo méně touží po rychlém smíru, kdo déle vydrží ukrivdění mlčet;
- pro toho, kdo má kam načas odejít a dovede to udělat;
- pro toho, kdo je společensky úspěšnější (prestiž, peníze);
- pro toho, kdo je eroticky a sexuálně chladnější;
- pro toho, kdo má toho druhého méně rád.

V adaptačním stadiu *na otázku moci vždycky dojde* a ustálí se určitá rovnováha. Ta se sice může časem změnit, např. otěhotněním, ale má značnou stabilitu. Šťastná jsou manželství, v nichž otázka moci zůstane podružná – to jest i ta manželství, kde se jeden z partnerů bez protestů a pocitu ukrivdění smíří s podřízeným postavením, jež mu vyhovuje.²⁰

20 Úsilí přimět druhé, aby dělali to, co si přejeme, naplňuje – od dětství po stáří – velkou část našeho času. Někteří psychologové se snaží vysvětlit složitost tohoto usilování *trvalým samostatným motivem*, který je u některých lidí slabý, u jiných velmi silný (s mnoha mezistupni). U mocensky založeného či k mocenské orientaci vchovaného člověka bývají i *erotika a sex prostředkem ovládnutí* druhých více než samostatným cílem. Boj o moc (často skrývaný, a dokonce nevědomý) vysvětluje jednání lidí, zvláště těch, kteří jsou výrazně mocensky orientováni. V každém případě musíme počítat s lidmi, kterým v manželství silně záleží na tom, aby prosadili svou: chci, abychom strávili tento víkend s mými rodiči, a to proto, že mě těší prosadit svou vůli proti tvé vůli!

Manželské soužití ukáže *rozdíly v „komunikačním kódu“*, dané většinou rozdíly ve výchově a v sociálních vrstvách, z nichž oba pocházejí. V čem jeden z partnerů vidí u druhého urážlivou hrubost, je pro toho druhého ještě normální tón řeči. Manželka „čte“ manželovo rozrušení jako příznak hluboké roztržky a za dvě hodiny užasle shledává, že on už neví, o čem šlo. Co jeden chápe jako cudnost v citovém projevu, v tom druhý vidí urážlivý chlad. Jen dobrá vůle, otevřenost, hodně času a klidná atmosféra umožní překonat tato nedorozumění dříve, než jsou „vestavěna“ do chronických manželských konfliktů.

Milostná *intimita zůstane často omezena na sexuální soužití* plus něco málo navíc. Tak tomu bývá v manželství muže příliš silně zaujatého svým povoláním, jemuž žena nerozumí, nebo jehož si dokonce ani neváží. Ke stejnému výsledku vede, stanou-li se ženě domácnost a děti celým vesmírem, zatímco muž má jen omezený smysl pro rodinný život. Vážným omezením intimity jsou také intenzivní kontakty jednoho z manželů s původní rodinou, ze kterých je druhý nějak vymanévrován.

Vidíme, že práce na mladém manželství může být pořádná dřina. Není divu, když se jeden nebo oba manželé rozhodnou, že jejich manželství byl omyl, že se vlastně nikdy neměli doopravdy rádi, nehodí se k sobě – a sbohem, rozvod! Není-li na cestě dítě, řekneme si: „Koneckonců...“ Ale i tak je to debakl a oběma zůstane – nejsou-li citově tupí – nadlouho hluboká pooperační jizva. Navíc patrně oba myslí, že jsou schopni navázat k novému partnerovi stejně kvalitní citový vztah jako kdysi k sobě navzájem, že mají jaksí „*schopnost milovat*“ jako *funkci*, jako nějaké psychické zařízení, do kterého lze dosadit další objekt, a vše pobeží stejně nebo lépe. Toto technické myšlení však v milostném životě neplatí, nikdo vám nezaručí, že dokážete ještě jednou milovat stejným způsobem.

Mladá rodina

Není nejšťastnější, jestliže novomanželka hned po svatbě otěhotní. Viděli jsme, jak je adaptační stadium složité a jak mnoho záleží na tom, aby mladí manželé měli dost času na vzájemné poznání, na vytváření milostné intimity, na „sezpívání“. Ještě horší je, když se mladí musí brát, protože *dítě je na cestě*. Neříkám to proto, že bych odsuzoval předmanželský pohlavní styk, který těhotenství způsobil. Jde o to, že za takové situace není už rozhodnutí pro manželství svobodné. I když ta slova „musí se brát“ jsou napůl technický termín a z další čtvrtiny vyjadřují radost nad tím, že pučí nový život, kterému je jedno, že je nezbedně ilegální (nějak se protluče i tím, že není zrovna vítán!). Zbývá nejméně ta zbývající čtvrtina na to, co se tu říká doslova: muset = nebýt svobodný! Snoubenci se mohou i tak brát dobrovolně a rádi, a přece ne svobodně,

protože ta druhá možnost, totiž nevzít se, je problematická. A tato nesvoboda²¹ muže i ženy (i když za zmermocněného se vlivem tradice považuje spíše muž) živí nezdravé myšlenky a *fantazie, které otravují spodní vody* citového života. Je porušena dialektika svobody a oddanosti, která je jednou z nejceněnějších hodnot naší humanistické tradice: usilování o svobodu, abychom se jí pak svobodně zřekli ve prospěch něčeho, co máme rádi, co nám stojí za to, co nad námi stojí za to. Manželský slib má být právě takovýmto svobodným zřeknutím se svobody.

*Gravidita nevěsty patří dnes u nás ke statistické kulturní normě*²² a našly by se jistě i její psychologické výhody: například „postrčí“ do manželství dvacátníka nebo dvacátnice, kteří by jinak propásli biologicky a sociálně nejvhodnější dobu k založení rodiny. Snad může i probudit opravdovější, něžnější cit muže k partnerce. Nevýhody však převažují – nehledě k praktickým starostem při úspěšném zařizování hnízda.

Zplození dítěte a péče o ně jsou *jedním z hlavních životních témat*. Vzato čistě biologicky, je to vůbec náš základní úkol: předat geny, uchovat rod. U člověka jde ovšem o větší, rozsáhlejší poslání: nestačí porodit dítě a pečovat o ně tak dlouho, dokud nebude schopno žít se samo.²³ Je třeba naučit je po lidsku cítit, myslet, adaptovat se na složitou lidskou společnost, přijmout kulturu svého národa. Tak vzniká ono dlouhé a krásné, i když někdy i těžké *rodičovské stadium*, „*hlavní život*“ většiny z nás. Vychovat tělesně i duševně zdravé, zdatné děti, předat jim to nejlepší, co jsme sami převzali od rodičů a z jiných zdravých zdrojů, pomoci jim začlenit se do společnosti jako její platní a tvořiví členové – to je smysl celého našeho dosavadního vývoje a velký test osobní zralosti.

Erikson vytvořil a prosadil pojem *generativity*.²⁴ Generativita je základní postoj, životní poloha v dospělém věku. Být generativní znamená: nikoli z povinnosti, ale spontánně, iniciativně, z vlastní vůle, radostně, z *podstaty své bytosti plodit a starat se* o to, co jsme zplodili. Jde tedy o rodičovství, ale ne v úzkém technickém smyslu, nýbrž v širokém psychologickém až filozofickém smyslu. Generativní vztah v tomto širokém smyslu mají nejen rodiče k dětem, ale také učitelé k žákům, lékaři a sestry k pacientům, duchovní k členům svého „stáda“ – i tvůrce k plodu svého ducha či rukou, který vytváří s láskou, za nějž – jak říká nezvyklým, silným obrazem Saint-Exupéry – *sám sebe směňuje*. Tak

jako je generativní činností stavba ptačího hnízda a shánění potravy, tak také veškerá lidská činnost konaná pro blaho potomstva je generativní. Rozhoduje ovšem, zda je přítomen příslušný motiv. Konám-li pro peníze nebo pro vyniknutí něco, co objektivně poslouží potomstvu, nejde o generativitu. Podstatu generativity vyjádřil lakonicky Sigmund Freud, když mu položili otázku, v čem vidí smysl života: „*Milovat a pracovat!*“

Generativní životní postoj může a má zaujmout už adolescent, ovšem převážně na platonické rovině: že smyslem života je milovat a pracovat, to může být *jakožto projekt* součástí jeho identity. Čekáme-li od zdravotní sestry, že rozvine toto téma už v adolescenci, tedy dříve, než odpovídá normálnímu vývojovému tempu, musíme pro ni v tomto směru něco účinného udělat.

Biodromální nasměrování ke generativitě v užším smyslu, tj. k rodičovství, se projevuje u děvčátek už hrou s panenkou. *Instinktivní základy vztahu k malému dítěti* prokazují už osmileté dívky a devítiletí chlapci tím, jak spontánně nastavují kojenci „biologické zrcadlo“ (viz str. 83). Adolescentní dívky připomíná její mateřskou úlohu každá menstruace a mnoho dívek, které jsou dobře identifikovány s matkou, se na tuto úlohu těší – vlastně již od dětských let, případně ji nacvičují na mladších sourozencích.

Dívka z mých záznamů si do čtrnácti let horlivě hrála s panenkami, které vyměnila – jako zákyně zdravotní školy – za dětské pacienty a při nejbližší příležitosti opět za vlastní děti. Příslušnost k žensko-mateřskému klanu dlouho převažovala nad tématem identity a intimity, zájem o druhé pohlaví měl dětsky naivní ráz. Její malí pacienti však nestrádali.

Přání stát se matkou nebo otcem postupně dozrává a mění se – pokud příroda nebo nějaké nevědomé motivy nezaskočí milence dříve – v záměr. Ale *předivo motivů* (jen zčásti vědomých), jež vedou k *přání mít dítě*, je složité.

Co všechno zde hraje roli? Podle Sheehyové to bývá:

- Přitažlivost mateřské identity. Nesporná fyzická přítomnost porozeného dítěte umožňuje – při poměrně malých nárocích na duševní růst – mít jasnou definici sebe samé: Kdo jsem? Přece matka!
- Touha vyrovnat se vlastní matce, která se jinak často jeví jako nepříjemně nedostupný vzor: všechno lépe umí, všemu lépe rozumí, rodina ji respektuje.
- Mučivá nejistota manželovou nebo milencovou láskou. Dítě je výborný prostředek, jak si připoutat muže a zmenšit tak tuto nejistotu.
- Přání mít někoho velmi blízkého a být s ním nerozlučně spoutána. Není větší blízkost, než je blízkost nastávající matky a plodu, kojící matky a kojence.
- Potřeba čelit strachu ze smrti, který může být ve dvacátých letech silný při neuróze, pod vlivem traumatizující události (smrt někoho z nejbližších) i z jiných důvodů. Dítě může uspokojovat matčinu nevědomou fantazii o vlastní nesmrtnosti.
- Potřeba potrestat sebe nebo druhé. Tento motiv působí fantasticky, ale bývá někdy reálný a silný. Těhotenství a porod se svými nepříjemnostmi mohou posloužit jako trest za nedovolená sexuální nebo jiná přání, například rozběhnout se za štěstím pryč od povinnosti; pak může být otěhotnění zároveň manévrem, jímž žena sebe samu bezpečně připoutá k muži.

21 Jiné neštěstí nesvobody hrozí od *falešného pocitu povinnosti zplodit a porodit*, protože se to „jaksi sluší“. Také biblický příkaz „*Plodte a množte se a naplňte zemi*“ byl již splněn. Je třeba kultivovat i plodný život bez vlastních dětí.

22 Vysoké procento těhotných nevěst nelze vysvětlit jen selháním antikoncepce, neopatrností, hloupostí zúčastněných, to musí mít hlubší význam! Dovolím si domněnku: *zplodění dítěte se stává bezděčnou součástí sblížovacího, „namlouvacího“ rituálu*, jehož vyvrcholením je sňatek.

23 I po této stránce jsme v živočišné říši unikátem: lidské mládě potřebuje k biologickému osamostatnění mnohem delší dobu než jiná mláďata.

24 Z latinského genero = plodím, tvořím. V podobném smyslu mluví Fromm o *produktivitě*.

• Dítě může být zbrání proti komukoli, komu jeho existence bude vadit, třeba proti matce, která se bojí stárnout a kterou vnouče neodvolatelně označí jako – bábu. Podle Matějčka přidáváme k těmto motivům ještě potřeby, které děti splňují oběma rodičům:

- Potřeba mít zajímavé podněty ze svého okolí, nenudit se.
- Potřeba prožívat to, co patří k lidskému životu, čím zrajeme a stáváme se moudřejšími.
- Potřeba bezpečí a jistoty, „která je v lidském světě dána především citovými vztahy... Děti nejen přijímají lásku, ale také ji vracejí... A zůstávají nenahraditelnou citovou pojistkou proti osamělosti pro dobu pozdního neproduktivního života rodičů.“
- Potřeba společenského uplatnění a uznání: jakožto rodiče získáváme respekt a sympatie.
- Potřeba otevřené budoucnosti: zopakovat si něco z vlastního dětství ve svých dětech a pak i ve vnoučatech – tak míříme až za hranice svého osobního času.

K tomu Matějček dodává: „Jde o nejvyšší hodnoty života, o naplnění nejhlubších životních potřeb.“

Sílu citového vztahu k vlastnímu potomstvu můžeme vidět na tom, jak je pro lidi důležité, že se *mohou* stát rodiči, a to i když už děti mají a z nějakého důvodu si nepřejí další. Žena může psychicky odstonat chirurgické odnětí vaječníků nebo dělohy, někdy ji silně deprimuje menopauza. To bychom ještě mohli vysvětlit porušením hormonální rovnováhy. Ale co říci k tomu, že se u mužů, kteří prodělali sterilizaci lehkou a bezbolestnou operací (přerušením chámovodů), jež neovlivňuje produkci hormonů ani fyziologii pohlavního styku – objevují poruchy erekce? Zde jde pouze o psychologické faktory.²⁵

Milování, při němž si oba partneři přejí zplodit dítě, bývá silným, vrcholným citovým zážitkem, krásně vyjádřeným ve Šrámkově verši „Muž má touhu rozsevače, žena úrodný klín.“ V takovém okamžiku optimálně *navazuje téma generativity na téma intimity*. Steží bychom hledali intimnější zkušenost: intimita zde dostává novou dimenzi, nový smysl.

Ale nebudme naivními optimisty, říká skeptik. *Soulož s úmyslem zplodit dítě může být prožívána i s napětím*, protože rozhodnutí pro dítě mívá už uvedené složité motivační podhoubí. Mohou se uplatňovat protikladné motivy u téhož partnera, jemný či méně jemný nátlak jednoho partnera na druhého, strach z těhotenství, strach z otcovství. Mladí muži se někdy neuroticky zhroutí, když jejich manželka otěhotní nebo když porodí! Zaznamenal jsem případ, kdy mladá žena řekla po porodu manželovi: „Teď už tě nepotřebuju, mám Danička.“ Není jisté důvod, proč by mladá matka nevyjádřila zcela otevřeně, co právě v daném okamžiku cítí, zejména když si právo na osvobodivou spontaneitu právě zasloužila bolestným porodem; muž by měl něco takového snést a nebrat to jako výrok platný plně a provždy. Nicméně náš pacient, jehož sebevědomí bylo příliš křehké, reagoval úzkostí (jejíž souvislost s ženiným výrokem si neuvědomoval), a to tak silně, že spěšně navštívil psychiatra.

Těhotná žena je „*v naději*“. To je jedno z nejkrásnějších rčení našeho jazyka, zkusme je vzít doslova: Ta žena je „*uvnitř*“ naděje, naděje ji obklopuje, přesahuje, nese! – Žena v pokročilém těhotenství mívá hrdý postoj, vznikající tím, že musí horní částí těla vyrovnávat váhu břicha: narovnat záda a hlavu vzhůru!²⁶ Těší se, vymýšlí jméno, rozhoduje se, má-li po vyšetření ultrazvukem požádat lékaře, aby jí sdělil pohlaví dítěte, nebo se nechat překvapit.

Při nechtěném těhotenství přijímaném se smíšenými pocity bývá ovšem psychická situace ženy docela jiná: úzkost, smutek, pocity ponížení, rozporný vztah k vlastnímu tělu a k tomu, co v něm vzniká.

Těhotná žena je v naději – *ale také ve strachu*. Nejhorší je přitom strach, že dítě nebude v pořádku, že se narodí mrtvé, neschopné přežít – nebo že se narodí defektní. Některé defekty je možno poznat během těhotenství a buďto ženě včas nabídnout potrat, nebo zavést účinné léčení. Nejistota však zůstává. Nebezpečí defektu je statisticky malé (méně než jedno procento), ale statistická útěcha bývá – stejně jako v jiných vážných osobních situacích – málo účinná. Projeví-li žena strach (v skrytu duše ho má každá, silnější nebo slabší, vědomý nebo vytěsněný), utěšujeme ji: „*Nebojte se, nemyslete na to*, vaše dítě bude určitě normální, uvidíte!“ Jsme-li přitom dost sugestivní a dovedeme-li dát najevo, že máme pro strach těhotné ženy pochopení, poskytneme jí tím určitou úlevu. Většinou se nedá ani nic jiného dělat, žena právě toto očekává, a jakýkoli jiný postup by ji proto uvedl do panického strachu.

A přece je zde chyba. K horizontu dospělého člověka by mělo patřit ohrožení, před kterým nezavírá oči, na které je připraven. To je daleko širší problém a týká se každého. Na gravidní ženě, nejisté, jaké dítě porodí, je to jen zvlášť zřetelné vidět. Měli bychom ženy učit – ještě dříve, než otěhotní – že i s takovým neštěstím se lze lidsky vyrovnat, dát jim příležitost setkat se s rodiči, kteří něčím takovým prošli a zvládli to – stejně jako někteří lidé obdivuhodně zvládají jiná neštěstí. Klasickým prostředkem, jak lidi připravovat na neštěstí, je divadelní tragédie, příběh násilně přervané životní cesty, jejíž hrdina přese všechno může najít lidské východisko.

Porod je velký zážitek, i když často těžký a bolestný. Stále se zkoušejí nové postupy jeho vedení, které by byly pro rodičku psychologicky nejpříznivější. Důležitá je přítomnost *nastávajícího otce na porodním sále*. Zatímco tradičně byl muž v naší kultuře od porodu oddělován (dokonce odháněn, aby „nepřekážel“), zde je stále v blízkosti rodičky, drží ji za ruku, je s ní solidární. Muži, kteří se takto zúčastnili porodu, vyprávějí, že šlo o silnou zkušenost, která je obohacovala, která pozitivně ovlivnila jejich citový vztah k matce i dítěti a prohloubila celý jejich vztah k životu. Pro rodičku to bývá úleva v „těžké hodině“

²⁵ Skeptik namítá: Muž je iracionálně přesvědčen, že operace porušila jeho schopnost erekce – na dětech mu nezáleží!

²⁶ Ze vzpomínek zkušené matky: „Já jsem vystrkovala břicho, i když to na mně ještě vůbec nebylo vidět.“

a prohloubení partnerské intimity. Mnozí muži však potřebují zvláštní psychologickou přípravu, aby v této stresové situaci obstáli.

Účast muže při porodu je odedávna běžná u některých přírodních národů. Ženy kmene Toda v Indii při porodu klečí a opírají se hlavou o manželovu hrud.

Jak je to s *psychologií otcovství, s mužskou generativitou*? Zřejmě je to jiné než u ženy, podle některých autorů značně jiné! Levinson (americký badatel, který zkoumal psychický vývoj mužů středního věku) soudí, že do třiceti, často dokonce do čtyřiceti let jsou *muži málo zralí* ke skutečné oddanosti vůči ženě a rodině, že nejsou plně schopni vztahu spojujícího intenzivní lásku, sexuální spontaneitu a emoční blízkost. Muži, které zkoumal, nadměrně žili snahou o vyniknutí, přáním dokázat sobě i druhým své kvality – což je v podstatě adolescentní tematika. Často je třeba, aby žena svého muže trpělivě vedla po cestě citového vývoje, na které je sama daleko vpředu. Muži se obvykle otvírají, jsou schopni skutečné emoční blízkosti až ke svým adolescentním dětem.

Je-li žena pro mateřství psychicky zralá, stává se pro ni porod prvního dítěte *nejdůležitější životní událostí*. Tím, že se sama stane matkou, oddělí se teprve definitivně (po kolikáté už?) od vlastní matky. Tělesná i duševní blízkost a něha v následujícím období (kojení, přebalování, konejšení – viz str. 83) tuto zkušenost dále obohacují a dávají jejímu mateřství ještě větší význam. Patří k největším životním radostem objevovat na dítěti každý den něco nového, něco ještě roztomilejšího, sledovat jeho drobné krůčky na cestě, kterou jsme popsali v kapitole o prvním roce života.

Ale víme, že bez rubu není líc a že ten rub, často opomíjený, chceme v této knize stále sledovat. Tedy: *život s kojencem může být pro matku také velkým zklamáním*. Některé matky zjistí, že jim existence dítěte „nic neříká“, že je nezajímá tak, jak to slyšely líčit a jak to vidí u jiných matek. Většinou se dokážou přemoci a odvedou řádnou vnější péči, ale jejich mateřství není šťastné. Od těchto chladných matek k těm nejvřelejším vede celá škála mezistupňů. *Mateřské štěstí je dar, ale někdy je také třeba na něm zapracovat*.

Příčina nešťastného mateřství není vždycky v matce. Jsou i *kojenci, jimž chybí roztomilost*, kteří s matkou „nemluví“, neodpovídají normálně, tj. způsobem, který je většině dětí vrozen, na její oslovení a něžné doteky. Teprve v posledních desetiletích zkoumají psychologové tento smutný jev. Jestliže nenormálnost trvá a vyvine se vážná duševní porucha, jsme zase u jednoho z nejhorších neštěstí, jež nás mohou na životní cestě potkat. Zatímco milovat dítě s tělesnou vadou nebo dítě duševně zaostávající je jen složité a smutné, láska k těžce duševně nemocnému dítěti je tragická.

Mateřství je velká *zkouška osobní zralosti* a žena, jejíž vývoj byl poškozen v některém z předcházejících stadií, v této zkoušce snadno selže. Například žena laborující celoživotně se základní důvěrou může mít velké potíže se živo-

tem v naději; propadne spíše skleslosti, protože nedůvěřuje vlastnímu tělu a tomu, co se v něm začíná hýbat. Těžko může ve svém kojenci vzbudit základní důvěru ve svět, kterou sama nemá.

Mateřství je však také *nová příležitost*. Otvírá se v něm jakoby nový kus panenské země, nezamořené starými konflikty, kde se dá začít bez starých chyb. Porod zdravého, roztomilého dítěte prostě „přebije“ letitou nedůvěru k sobě a ke světu – život začíná znovu.

Cím víc máme někoho rádi, tím víc se také bojíme, že ho ztratíme; a tím větší je naše ztráta, jestliže skutečně zemře. *Smrt dítěte* je velkým neštěstím a tato hrozba dává naší lásce tragický rozměr. V dnešní době lze tento rozměr poměrně snadno přehlédnout, citově popřít („Nám se to nestane!“), protože smrt dítěte je – statisticky vzato – vzácná událost. A přece ještě před sto lety většina žen pohřbila aspoň jedno ze svých dětí. Je úkolem psychohistorie zjistit, jaký vliv měla tato skutečnost na citový vztah mezi matkou a dítětem. Někteří badatelé soudí, že děti byly – zvláště v prvních letech života – prostě *méně milovány*, protože se jevíly jako málo spolehlivá citová investice. Ve Francii např. měšťanští rodiče, kteří k tomu měli prostředky, svěřovali své malé děti placeným pěstounům a žili teprve s odrostlejšími dětmi. Také zabití novorozence bývalo ještě v novověku posuzováno poměrně shovívavě, asi jako dnes umělý potrat. My máme děti – snad – raději, více si jich vážíme a přiznáváme jim více práv. Někdy bylo 20. století hrdě označováno jako „století dítěte“.

Společná péče o dítě *zesiluje milostnou intimitu* mezi manžely: v partnerovi miluji teď také otce nebo matku svého dítěte, objevuji nové, sympatické stránky jeho povahy. Každou pozitivní společnou zkušeností i každým šťastným překonaným sporem se vztah obohacuje a sílí.

Ale neplatí to úplně a neplatí to vždycky! Dítě *porušuje citovou rovnováhu dvojice* a musí se hledat nová rovnováha, což je pro nepevné, nesžité a jinak problematické dvojice těžké. Ono „Už tě nepotřebuju!“ z uvedeného příkladu vyjadřuje – přehnaně – posun, který je dost častý. Dítě se stává pod různými záminkami předmětem sporů, výčitek („Jak ho to vychováváš?“); poutem, jímž je možno manžela držet u domácího krbu („Dnes nemůžeš jít do hospody, na šachy, na video, protože...“); zranitelným a zraňovaným *rukojmím* („Jestli chceš mít šťastné dítě, musíš se postarat, aby mělo šťastnou matku! Podívej se, jak trpíme! Musíš...“ – anebo: „Tatínek už jde zase pryč a my tu musíme být pořád sami...“).

Citové zneužívání dítěte začíná už v prvním roce, když je matka nedovede propustit ze symbiózy (str. 88). Pro citově strádající, protože navzájem se nespokojující partnery je vyrůstající dítě stále zajímavějším objektem – ale nikoli jen objektem rodičovsky pečující lásky, nýbrž i objektem dráždivých her s erotickým přízvukem. Citovým zneužíváním je i pohrávání si se slabostí a strachem dítěte, vrcholící zálibně uštěďrovaným výpraskem. U pacientů se někdy

setkáváme se vzpomínkami na sexuální vydražďování: předškolnímu chlapci se např. v žertu nabízejí ke hraní obnažená mateřská ňadra – a otec o tom ovšem nesmí vědět. To už jsou výjimečné případy, stejně jako děti, jež musí být odborně ošetřeny po „výhovném“ výprasku: otec si vyléval zlost (nabranou kdoví kde) a přehnal to! Mírnější projevy citového zneužívání dětí dospělými (a jiných slabých jinými silnými v nejrůznějších situacích, které život přináší) jsou však časté.

Mateřství a otcovství je velkou *příležitostí začít znovu svůj vlastní život*, jakési jeho opravené vydání. Ve fantazii se se svým dítětem snadno identifikujeme – a jsme to pak vlastně my, kdo si znovu hraje s panenkou, znovu se pere ve školce, znovu jde na první schůzku s chlapcem. Je to krásné – a svůdné. Je to nebezpečné pro naše dítě, od kterého teď žádáme, aby splnilo všechny naše zmařené sny, aby odčinilo všechny naše porážky.

„Ale paní, tenhle stromek je z docela jiného dřeva než vy!“ To řekla jedné matce astroložka (či snad odbornice na dlaňové rýhy). Ale i kdyby to bylo prachsproště „hádání z lógru“, byla to moudrá žena. Protože tu její krásnou větu potřebuje slyšet polovina rodičů – a druhé polovině neuškodí, pravdivá je vždycky.

První manželství – první rozvod

Ve dvacátých letech je nejen nejvíce sňatků, ale bohužel už i nejvíce rozvodů. Ženy prodělávají v tomto období více rozvodů než ve kterémkoli dalším deseti-letí svého života. Snad pro každého – s výjimkou necitlivých psychopatů – je rozvod (či přesněji řečeno rozpad manželství, jehož je rozvod součástí nebo potvrzením) událostí měnící směr další cesty životem.

Rozvod jako kardinální *problém mravní, psychologický, zdravotní, výchovný i ekonomický* je předmětem řady výzkumů a tématem publikací odborných i zcela populárních. My se jím budeme zabývat biodromálně: co znamená z hlediska vývoje osobnosti?

Čísla říkají, že rozvod manželství patří dnes u nás ke *statistické kulturní normě*, v Praze se dokonce počet rozváděných manželství blíží padesáti procentům. Pravděpodobnost rozvodu je nejvyšší v prvních letech manželství, vrchol rozvodové vlny je mezi druhým a čtvrtým rokem – a k faktickému selhání soužití dochází samozřejmě ještě o něco dříve.

Proč je v současné době tolik rozvodů? Příčin je zřejmě několik. Především se *mění funkce manželství* a jeho význam pro všechny zúčastněné. Dnes už jen zřídka má manželství, případně rodina, funkci výrobního společenství jako kdysi, kdy muž a žena byli zároveň hospodář a hospodyně v chalupě nebo na statku, případně spolupracovníci v nějaké živnosti, rodinném podniku. Ani společný majetek manželů není už (v našich poměrech) tak silným pojítkem, a jestliže při jeho rozvodovém dělení teče krev (zpravidla symbolicky, ale často

vydatně), je to spíše výrazem citového konfliktu; není to souměřitelné s existenční důležitostí majetku třeba před sto lety. Ani děti nejsou existenčně závislé na trvání manželství: zůstanou-li po rozvodu s matkou a platí-li otec výživné (ale i když je neplatí), znamená to sice nižší životní úroveň, ale ohrozí to jen zřídka jejich zdravotní stav a přípravu na budoucí povolání. Za těchto okolností se rozvod chápe jako *méně škodlivý* a příslušné zákony byly změněny tak, že ho podstatně usnadňují. Také morální citění společnosti je k rozvodu mnohem tolerantnější, i když ho stále ještě výslovně schvaluje jen ve výjimečných případech. Doba, kdy samo uzákonění rozvodu bylo revolučním požadavkem, těžce prosazovaným proti autoritě církevních i jiných moralistů i proti většině veřejného mínění, je daleko za námi.

Význam manželství pro duševní zdraví a citovou výchovu dětí je silným důvodem proti rozvodu. Nebyl však ještě doceněn a je otázkou, zda se může v dohledné době stát pro většinu manželů důvodem, který bude účinně ovlivňovat jejich rozvodové rozhodování. Vlivná individualistická ideologie, která staví na první příčku hodnotového žebříčku seberealizaci, působí na své vulgární úrovni jako legalizace krátkozrakého egoismu: každý má právo – ne-li dokonce povinnost – jít bez přetvářky a falešných společenských ohledů za hlasem svého srdce! Mravní výchova je notoricky neúčinná. *Od erotiky a sexuality se dnes jako od zdrojů životního uspokojení očekává neúměrně mnoho* a každé zklamání pak budí silnou tendenci k výměně partnera. Rozpad nebo *oslabení tradičních společenství* (rod, obec) a převládnutí městského způsobu života (tzv. urbanizace) vedlo i k oslabení monogamní morálky.

Kdo chce za této společenské situace žít ve stabilním, spokojeném manželství, a to dokonce hned na první pokus, musí ve svém individuálním životě *překonávat rozkladné vlivy*, jež jsme právě probrali, a hledat *nové zdroje vitality manželského a rodinného společenství*. Co to konkrétně znamená? Uvedu čtyři body, které považuji za nejdůležitější:

1. O volbě manželského partnera jsme už mluvili. Když začnou v manželství potíže, vzniká u manželů snadno dojem, že špatně volili. Nemám na mysli případy, kdy partner nadměrně pije, není schopen soustavně pracovat, je chorobně svárlivý nebo žárlivý, není schopen sexuálního soužití; v takových případech asi opravdu nezbyvá nic jiného než rozchod. Jde mi o případy, kdy se říká „*Nehodíme se k sobě*“ nebo „*Nemůžeme si rozumět*“. Podle rozšířeného omylu se k sobě manželé musí povahově hodit, musí se navzájem najít a při tomto hledání dojde snadno k omylu. Je pravda, že existují manželství harmoničtější a méně harmonická, šťastnější a méně šťastná, ale i značně nešikovná volba je skoro vždycky menším zlem než rozvod a nové hledání – zvláště když už je ve hře dítě. Většina manželství je dnes (bylo to kdy jinak?) nedokonalých a problematických – proč by to naše muselo být dokonalé?

Časné rozvody bývají výsledkem víceméně nevědomého pocitu: Ošidil jsem se, mohl jsem „koupit“ lépe! Musím si pospíšet a reklamovat vadné zboží, vyměnit je, dokud je čas! To je běžný vzorec jednání kupujícího konzumenta – a my je aplikujeme na lidské vztahy.

Podobný vzorec: Koupil jsem omylem (nebo i vědomě) zboží, které lze opravit své pomocí; já si partnera předělám, *vylepším tak, aby mi vyhovoval*. Je třeba vědět: Snaha převychovat partnera (případně za pomoci vlastní rodiny) ničí vztah. Vzali jsme si dospělého člověka, který se bude sice ještě pomalu vyvíjet, ale snaha usměrňovat tento vývoj tak, jak my uznáme za vhodné, je přinejmenším nerentabilní. Je třeba hledat způsob, jak vyjít s partnerem takovým, jaký je. Hledáme společnou cestu a můžeme se s ním i hádat o to, kudy jít, co dělat, jak žít – ale ne ho převychovávat.

2. *Moderní manželství jako instituce je slabé a málo chráněné.* Má-li proto soužití vydržet, musí být kvalitní a musí mít oporu v tom, že je *součástí nějakého živého společenství*. Kdysi bývalo přirozenou součástí pospolitě žijícího širšího příbuzenstva a většinou i náboženské pospolitosti, která navíc garantovala posvátnost manželských slibů. To je dnes vzácnost. Proto musíme sami hledat pospolitost v širším okruhu dobrých známých. Dá přirozeně práci hledat takové známé, vymýšlet program, udržovat kontakty. Totéž platí později o rodinném životě. Kvalitní rodinný život v kvalitních kontaktech s jinými rodinami stojí docela prostě čas i peníze, které většina lidí investuje do kariéry a do bohatnutí. Osamocení jedinci, osamocené páry, osamocené rodiny bez živých, skutečně tmelících vazeb – to je nemoc doby, o které je třeba vědět a se kterou je třeba bojovat aspoň ve svém nejbližším okolí.
3. Počítat od začátku s tím, že do manželství *ustoupí všednost*. Můžeme si uchovat schopnost povznést se nad ni, ale nemůžeme jí uniknout. Všednost vstoupí i do milostného života, který bude sice intimnější, ale ne tak vzrušující jako na začátku – aniž by to byla vina kteréhokoli z partnerů. Vráť se problémy, které jsme měli sami se sebou a kterým jsme na čas unikli; snad se nám budou v manželství snášet lépe, snad hůře.
4. *Otevřené manželství má lepší vyhlídky než uzavřené.* V izolovaném páru si jdou lidé po čase na nervy – to je dobře známá zkušenost polárních badatelů, posádek v ponorkách (říká se tomu „ponorková nemoc“) a v kosmických lodích. Manželé mají trávit část volného času odděleně (bez následných otázek s kým, kde, co...), má platit listovní tajemství, vedle společné pokladny má mít každý své peníze, ze kterých neskládá druhému účty.²⁷ Mnozí manželé, kterým velmi záleží na udržení dobrého vztahu, se této otevřenosti bojí, zdá se jim, že usnadňuje partnerovi nevěru. To je pravda. Otevřenost

manželství opravdu usnadňuje nevěru, ale zároveň dělá manželství odolnějším proti jejím následkům. Hlídáním (někdy je přesnější říci rovnou „fyzlováním“) se manželství spíše zničí, než udrží. Tak je tomu i s jinými věcmi v životě: co se příliš křečovitě snažíme udržet, nám určitě unikne – jako to ňadro „chňapavému“ kojenci (viz str. 94)!

Všimněme si teď toho, že *rozvod je proces*, dění. A není rozvod jako rozvod. Jeden končí oboustrannou úlevou, podáním ruky – a dokonce celoživotním kamarádstvím s příležitostnými milostnými epizodami. Druhý – a takových je většina – končí celoživotním nepřátelstvím, do kterého jsou bezohledně zataženy i děti. Rozvodový návrh chápě druhá strana jako smrtelnou urážku a výzvu ke rvačce ve volném stylu. Pomsta na nevěrníkovi spojená s pavlačovým ostouzením se považuje za správnou a mravnou: „Jen mu dej ten rozvod vyžrat!“ Bojuje se o dveře bytu, o majetek, o děti, žaluje se zaměstnavateli, úřadům, policii.

Podání rozvodového návrhu je však často ještě komunikace ve vztahu, ultimátum, zoufalá výzva. Navrhovatel se dětinsky (nevědomě) domnívá, že u soudu dosáhne jakési vyšší spravedlnosti, že soud odsoudí viníka, který ho dohnal k podání návrhu (ze dvou třetin navrhuje rozvod ženy). Odpůrce také čeká od soudu něco jiného než rozhodnutí, čeká ochranu, nápravný zásah, asi jako když jedno z pohněvaných dětí žaluje tatínkovi, a ten soudí, kdo je v právu.²⁸

Také od svých *advokátů* obě strany často čekají, že je povedou tak, aby se vztahy nějak lidsky upravily, ať už k rozvodu nakonec dojde, nebo nedođe. Zpravidla však narazí na *profesionální rutinéry*, kteří se snaží buďto vyřídit rozvod co nejrychleji, nebo ho – zastupují-li odpůrce – naopak co nejvíce oddálit, a navíc dosáhnout co nejvýhodnějšího rozdělení majetku a dětí, a to jakýmkoli zákonnými prostředky. Co se přitom stane s lidskými vztahy, je pro ně vedlejší. Pro ty, kteří se rozvádějí, je to však to hlavní, i když to při své nezkušenosti často nevědí. *Kdyby tak rozvodoví právníci sledovali stejné cíle jako manželští poradci...* ale to je utopie.

Instruktivní případ: Oba právníci rozvádějících se mladých manželů varovali své klienty před jakýmkoli vzájemným kontaktem. Jako důvod uváděli, že by druhá strana mohla využít ve svůj prospěch informace, které by přitom získala, případně samotného faktu, že došlo ke komunikaci. Každý z manželů tak získal dojem, že druhý je vůči němu naladěný bezohledně nepřátelsky. Manželský terapeut, který byl s nimi v kontaktu a kterému oba důvěřovali, věděl, že tomu tak není. Protože si oba přáli projednat spolu přímo některé záležitosti, sjednal mezi nimi telefonický rozhovor. Tento rozhovor pokračoval jednáním ve třech v jeho pracovně a nakonec se našlo smírné řešení.

²⁷ Tato „přízemní“ záležitost je mimořádně důležitá. Přijdou-li manželé do poradny řešit svou citovou disharmonii, jedna z prvních otázek odborníka se musí týkat jejich vzájemné finanční autonomie.

²⁸ Netvrdím, že takovéto motivy jsou ve hře vždycky; mohou však hrát roli i tam, kde bychom to vůbec nečekali.

Rozvodu chybí kultura a rituál. Při svatbě víme, co dělat, jak se ke komu chovat, co komu říkat, dokonce i co ke komu cítit. Rituál nám pomáhá prodělat tuto změnu, nechat minulost za sebou, uchopit budoucnost. Rozvod je stejně významná událost jako svatba, je to „totéž s opačným znamením“. Přál bych si, aby někdo vytvořil rituál rozvodu. Snad by měli – vím, že to je zatím jen fantazie – společní přátelé rozvádějících se uspořádat ve stejnou dobu společenské setkání, kde by se něco řeklo, něco zazpívalo, kde by se vykonalo něco symbolického, třeba se snubním prstenem, se svatební fotografií. Snad by si měli rozvedení manželé v přítomnosti společných přátel na rozhodnou podat ruku, zakopat válečnou sekuru, něco by se mělo zahodit nebo spálit, měly by se zavřít nějaké dveře a nějaké jiné otevřít.

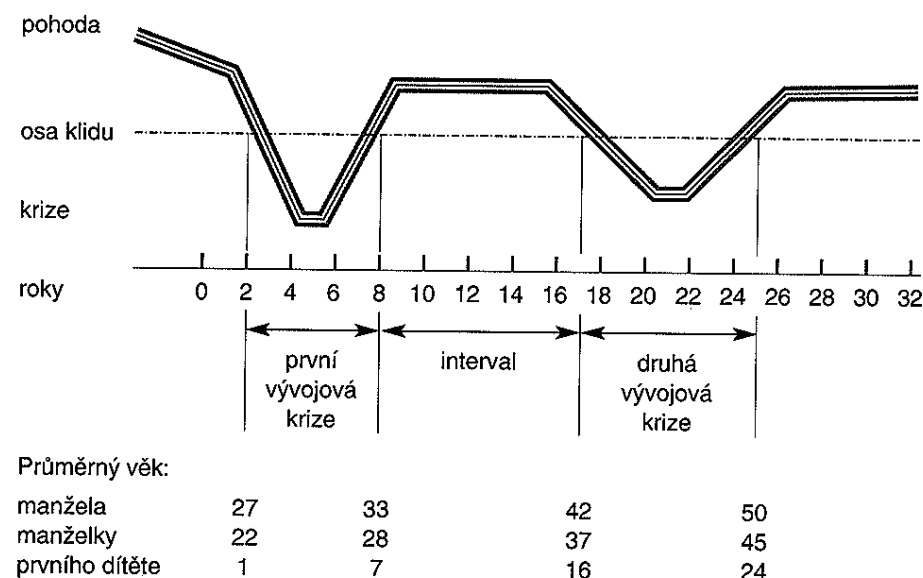
Po rozvodu je nejdůležitější – a nejtěžší – *zajistit dětem pravidelný kontakt s tím z rodičů, kterému nebyly svěřeny do výchovy, a podporovat kladný citový vztah dětí k němu.* Ten, kdo je „vysoudil“, zde však často vidí příležitost k pomstě, která obvykle navazuje na předrozvodové vydírání. Bránění ve styku nevybíravými prostředky, popouzení a štvání – to jsou běžné jevy, proti nimž jsou většinou bezmocné soudy i rozumné uvažující přátelé rozvedených.

Zkoušejí se jiné možnosti. Soud může svěřit děti do střídavé péče obou rodičů – pak není ani jeden z nich „vítězem“. Stejně je tomu tehdy, když soud svěří jedno dítě otci, druhé matce. Obě tyto varianty jsou špatné, ale mohou být lepší, než když děti fakticky ztratí jednoho z rodičů, protože je „vítěz“ přesvědčí o tom, že „poražený“ je padouch a bezohlednou manipulací fakticky zabráni styku s ním. Není-li vítěze, dojde mezi rozvedenými rodiči spíše k dohodě, která děti poškodí co nejméně. Někdy lze svěřit děti do společné péče rozvedených rodičů (obvykle pokud jim zůstalo společné bydliště).

Miroslav Plzák umísťuje do dvacátých let tzv. *první vývojovou manželskou krizi*. Tato krize může proběhnout v některém manželství o něco dříve, v jiném o něco později, může být silnější nebo slabší, je však – podle Plzáka – zákonitá. Na obrázku 9.1 je Plzákův graf naznačující dobu, ve které k této krizi nejčastěji dochází, její trvání a hloubka ve srovnání s *druhou vývojovou krizí*, k níž dochází ve čtyřicátých letech.

První krize vzniká zevnitř, rodí se ze zákonitého vývoje vztahu. Příčinou nebývá mimomanželský partner (i když během krize může snadno dojít k navázání mimomanželského vztahu), nebývají to ani rodiče, i když jejich zasahování může urychlit nástup krize a zhoršit její průběh. Objevuje se nespokojenost, averze, hádky. Velké procento rozvodů je zaviněno neschopností vyrovnat se s touto krizí. Krize trvá – podle Plzáka – od několika měsíců po pět i sedm let a řešení spočívá hlavně v poznání, že manželství nelze stavět na romantické lásce, nýbrž na otevřeném soužití, na toleranci, vycházející především ze zájmu dětí; v poznání, že „funkce manželství je někde jinde než v milování, že je to těžká práce a odpovědnost a že z té práce, tak jako vždy ze spo-

Obr. 9.1 Manželské vývojové krize podle Plzáka



lečného utrpení, se rodí nový vztah, řádově kvalitnější a pevnější“. Jestliže se manželství udrží, krize však nebyla překonána, vzniká „zvláštní zakyslé, odcizené manželství“ s hádkami, které sice nejsou nesmiřitelné, ale i tak „vedou k vulgárnostem a k ojedinělým agresím“. Nemůže se rozvíjet „kooperující manželská láska“. Řečeno Eriksonovou terminologií: selhává generativní společenství manželů.

Životní poledne

(Vývoj člověka od 30 do 40 let)

Tato kapitola bude poměrně krátká. O době mezi třicátým a čtyřicátým rokem nacházíme v literatuře ze všech životních období nejméně materiálu. Je to *období stability na vrcholu* tělesných a duševních sil, období vysoké výkonnosti a dobrého zdraví. Třicátník je už v životě pevně usazen, miluje a pracuje naplno. Je už zcela dospělý – a ještě nestárne, aspoň ne příliš rychle a znatelně. Přesto ovšem, jak uvidíme, právě na vrcholu, „v pravé poledne“, ve chvíli životního „poločasu“, se může – a snad i má – odehrát významné niterné *zlomové drama*.

Mnozí autoři vymezují *střední dospělost jako období od 30 do 45 let* a odtud počítají už počínající involuci. Vidím v tom jedinou výhodu – o delším období se snadněji napíše delší kapitola! Jestliže volím jako mez „kulatou“ čtyřicítku, mám pro to stejně málo věcných důvodů.

Po tělesné stránce je možné považovat třicátý rok za vrchol vývoje. Přibližně do této doby převažuje vzestupný vývoj nad involucí, budování nad úpadkem (nebo snad nad *geneticky řízenou redukční přestavbou*, viz str. 318). Ve třiceti se poměr obrací. Funkční kapacita organismu začíná klesat, a to o necelé procento ročně (lze-li to vůbec takto jednoduše číselně vyjádřit). Klesá produkce hormonu testosteronu a s ní intenzita mužského pohlavního života. Kůže ztrácí pružnost, objevují se zřetelnější vrásky. Mužům se „prodlužuje čelo“, i ženské vlasy zvolna slábnou a řídnou. Zmenšuje se pružnost kloubů a páteřních plotének, které se ztenčují. Pokles tělesné funkční kapacity postihuje nejvíce závodní sportovce, jejichž kariéry v tomto desetiletí – až na vzácné výjimky v některých sportech – neodvratně končí.

Pro průměrného muže a zvláště pro průměrnou ženu má daleko větší význam změna ve *vzhledu obličeje i celého těla a zmenšení pružnosti pohybů*: pomalu se vytrácí půvab mládí. Kdo je šťastně usazen v partnerském vztahu, zaujat rodinou a prací, sebejistý v okruhu přátel, snad si toho skoro ani nevšimne. Ale ten,

kdo se úzkostlivě pozoruje, vidí: Tkáně ztrácí pevnost i objem tam, kde bychom si je zvlášť přáli mít pevné a objemné, na nejnevhodnějších místech se usazuje tuk. Klesají nadra, někdy už nepatrně i hýždě, čímž vzniká dojem, že se trup prodlužuje a nohy zkracují – první mládí je tak hříšně dlouhonohé! Většina žen, které rodí a kojí,¹ zejména po třicítce, na to doplácí poklesem sexuální přitažlivosti: za všechno se platí.

Muži, jak se říká, nestárnou. Přesněji řečeno, mezi třicítkou a čtyřicítkou stárnou méně než ženy. A ještě přesněji řečeno: *Stárnou méně než ženy, pokud jde o dojem, jímž působí na druhé pohlaví.*² Individuální rozdíly v tomto směru jsou mezi třicítkou a čtyřicítkou výraznější než věkový trend; ten je samozřejmě sestupný. Pokud jde o vzhled, dokážou pěstované ženy (a těch je víc než pěstovaných mužů) nepřítel přírody vyrovnat. Jde však i o další vlastnosti, které jsou pro přitažlivost muže i dnes důležitější než pro přitažlivost ženy: imponující mužné chování, společenský šarm (vtipnost, výmluvnost), společenský význam. Úspěšný muž, který na sebe dbá, vzdělává se a získává pozitivní životní zkušenosti, který na sobě všestranně pracuje, může být dokonce *ke čtyřicítce atraktivnější než ve třiceti*, což žena dokáže jen zcela výjimečně. Tím lze snad vysvětlit – aspoň částečně – i vztah mužů ke kariéře; ten bývá ve třicátých letech v pravém slova smyslu vášnivý – zdá se jim, že *úspěchem zastaví čas*.

Ve třicátých letech obvykle *stoupá osobní moc a vliv* člověka v pracovní sféře, v různých organizacích, v širším příbuzenstvu a v okruhu přátel. Třicátník je po všech stránkách perspektivní. Nastupuje na výhodná místa těch, kteří odcházejí do důchodu nebo umírají. Rozšiřuje se okruh jeho vlivných spojenců, s nimiž ho pojí nepsaná smlouva o vzájemném vycházení si vstříc.

Muži mají intenzivnější vztah k práci v zaměstnání než ženy i z jiných důvodů: jsou většinou méně angažováni v péči o děti a v jejich výchově, mají lepší výdělkové možnosti, snadnější přístup k samostatné, tvořivé práci a k vedoucímu postavení. Tato *nespravedlivá asymetrie* ustupuje, ale je stále ještě výrazná. Kolem pětatřicítky však už energičtější žena dokáže rozdělit úkoly související s chodem domácnosti mezi děti a manžela tak, že nemá ve svém pracovním úsilí a odborném růstu handicap.

Třicátníkova výkonnost a tvořivost se opírá nejen o talent, ale i o *rutinu v dobrém smyslu slova*. Jako vědec, spisovatel, organizátor i jako řemeslník třicátník už „umí“ (mluví se ostatně výstižně i o spisovatelském a jiném tvořivém „řemesle“), takže se může plně soustředit na to, co je v jeho práci skutečně obtížné, složité, výjimečné, nové (existuje i rutina, která umožňuje originalitu). Tomu odpovídá i jeho citový život. Nevzplane snadno, „není příliš často

rozjásaný a rozbolestněný“ (Příhoda). Jeho city jsou však – mimo jiné díky zkušenosti! – *jemně diferencované a stále*.

Čtenář jistě cítí, jak je tato charakteristika přibližná, s kolika výjimkami musíme počítat. Mezi třicátníky jsou i věční nadšenci i cynikové, stejně jako ti, kteří se nikdy nenaučí žádné řemeslo, ať v doslovném, nebo přeneseném smyslu slova. Když se jako autor této knihy opírám o dílčí, úzce zaměřené výzkumy, o sporné faktické nálezy, připadám si jako kartograf, který kreslí na základě řídké, nepravidelné sítě geologických sond geologickou mapu území plného vrás a zlomů. Někdy musím spoléhat na odhady a dohady autorů, k nimž mám důvěru, někdy i na vlastní zkušenost a úsudek.

Děti a my, my a děti

Rodinný život je pro třicátníka, především pro třicátnici, ne-li hlavním zájmem, tedy aspoň *jedním z ústředních životních témat*. Průměrný věk, v němž se žena podruhé vdává (o něco dříve) a muž se podruhé žení (o něco později), je v tomto desíletí. *Druhá manželství* bývají spokojenější a trvalejší než ta první, jež skončila rozvodem. Na psychiatrii a v manželských poradnách (a u soudů!) se ovšem setkáváme velmi často s lidmi, kteří nedokážou šťastně nebo aspoň únosně žít ani ve druhém nebo dalším manželství. Takoví lidé jsou také nápadní svému okolí, jež na ně pak poukazuje jako na důkaz, že rozvod stejně nic nevyřeší. Z poradenské zkušenosti však víme, že velká část rozvedených těží z předchozí draze zaplacené zkušenosti, volí nového partnera rozvážněji, myslí přitom i na své a jeho děti. Lidé vstupující do druhého manželství bývají přirozeně také již osobně zralejší, samostatnější, celkově zkušenější. Nepodléhají tolik ideologii romantické lásky. Dovedou se vyhnout aspoň částečně chybám, kterými přispěli k rozpadu svého prvního manželství.

Ve čtvrtém desíletí života má žena *ještě možnost porodit* nebo, není-li to možné, tedy snad adoptovat dítě a naplnit tak svou mateřskou životní úlohu. Pozdější těhotenství už s sebou nese rychle stoupající riziko vážné vrozené vady, zejména Downova syndromu, který se projevuje mentální retardací. Také vhodný věk pro adopci končí, takže – vzhledem k velkému počtu mladších žadatelů – nemá už čtyřicátnice prakticky naději (ledaže by chtěla adoptovat dítě tělesně nebo duševně postižené – nebo romské); schůdnější je přijmout dítě do pěstounské péče bez adopce, ale i tato forma náhradního mateřství s sebou nese složité problémy.

Mnoho mužů si ve třicátých letech *bere rozvedenou ženu s jedním nebo dvěma dětmi*,³ výjimečně, ale dnes stále častěji, si bere žena rozvedeného muže

1 Podle Švejcara však kojení přispívá ke stahování dělohy a k celkové úpravě postavy po porodu.
2 Nepodceňujeme dobře známý fakt, že pro některé muže je *ženská zralost v jistých mezích lákavější než mládí*, to však mění jen málo na celkovém trendu: Milujeme mládí, a to tím více, čím jsme sami starší.

3 Pro muže bývá psychologicky výhodnější vzít si partnerku s dvěma dětmi než s jedním. Žena s jedním dítětem tvoří totiž často až příliš těsnou dvojici. Při dvou dětech je žena volnější pro nový citový vztah, protože děti žijí také svým vzájemným citovým vztahem.

s dětmi. Vzniká složitá situace, zvláště když děti vědí (nebo si myslí), že jde o muže, kvůli němuž se matka rozvedla s jejím otcem,⁴ a také tehdy, když se matka snaží, aby její nový manžel hrál roli otce jejích dětí z prvního manželství, případně aby se po něm jmenovaly a aby je adoptoval. Může dojít k tomu, že se nový manžel matky nutí do otcovského postoje nebo se ho snaží předstírat (těžko říci, co z toho je horší). Jistě neplatí jednoduchá logika: „Když máš rád mě, musíš mít rád také moje děti!“ Rozumný muž se v takové situaci snaží navázat k dětem opatrný kamarádský nebo „strýcovský“ vztah. Sám nemůže vědět, zda si bude později upřímně přát hrát vůči nim roli „druhého tatínka“. Vztah musí mít možnost rozvíjet se samovolně, spontánně, svobodně. To platí oboustranně. Zvláště chlapci (výrazně od 8 let) často odmítají matčina nového manžela, protože se cítí náhradníky otce, a nový muž na scéně se jim proto jeví jako konkurent. – Je ostatně obvyčejné i v zájmu dítěte zachovat si vztah k vlastnímu otci, jinak přinejmenším utrpí jeho sebevědomí, ať už si myslí: „Otec byl tak špatný, že mě opustil“, nebo „Jsem tak špatný, že mě otec opustil“.

Ve třicátých letech vychováváme nejčastěji mladší školní děti, někdy už pubescenty. Snad abych to opravil: *žijeme s nimi*. Když se řekne „výchova“, představíme si jednostrannou činnost, záměrné působení na dítě; působení, na které si musíme udělat čas vedle všech svých povinností a radostí. Snad máme dokonce představu, že výchova spočívá hlavně v kázání, které k dítěti prone-seme, když udělá, co nemá. Pro děti je však nejdůležitější ten společně strávený čas, kdy si s nimi hrajeme, kdy na něčem spolupracujeme, i tehdy, když si jen jsme nablízku. To vytváří *prostor domova* – a je-li to prostor radosti a bezpečí, postará se dítě o svou výchovu v podstatě samo.

V předchozí kapitole jsme rozebírali důvody, proč plodíme děti, přestože se tomu můžeme vyhnout. Zde bych chtěl znovu zdůraznit: život s dětmi je potřebný také pro nás, rodiče. Dává nám bezprostřední radost, zábavu, pocit bezpečí, pocit smyslu života. Jak říká známý francouzský spisovatel Saint-Exupéry, „*dítě je tresť života*“. Mít rád dítě je většinou snadnější a často vděčnější než mít rád partnera. Je normální a správné, když nám ve třicátých letech záleží více na dítěti než na partnerovi.

Jde o různé druhy vztahu, manželská láska nemůže plně nahradit vztah k dítěti – a naopak vztah k dítěti nemůže nahradit partnera. Do určité míry si však tyto vztahy konkurují – někdy nebezpečně.

Čím významnější jsou pro nás vztahy k dětem, život s dětmi, tím větší je také *nebezpečí, že je zatáhneme do svých citových problémů*. Zejména jedináč-

kové a později benjamínkové doplatí na náš neuspokojivý milostný život. Bezděčně po nich chceme, aby naplnili naši citovou prázdnotu. Je to stále týž problém symbiotické matky, se kterým se potýká – podle Mahlerové – už kojeneček (str. 91). Projevy jsou ovšem jiné, zřetelnější.

Jedenáctiletá dívka žije s matkou, nešťastně provdanou, opuštěnou třicátnicí. Vztah je oboustranně těsný, „lípavý“. Říkají si mazlivě „tlamičko“ a jsou do sebe opravdu symbioticky zakousnuti! Matka dělá dceři poslušnou komornou, ta se chová pánovitě, je drze rozmarná. Matka se na ni rozkřičí, uhoď ji, dcera se rozpláče, matka utěšuje, zase posluhuje, stále dokola. Matka si vypůjčila od dcerky peníze, ačkoli má dost peněz ve spořitelně, a zbytečně odkládala jejich vrácení. Za nějakou dobu koupila dceři k narozeninám magnetofon. Když se pak dcera domáhala vrácení půjčených peněz, matka prohlásila, že je vlastně už vrátila tím, že koupila magnetofon, který byl hodně drahý. – Dítě dlouho toužilo po psu, kterého matka slíbila koupit, ale stále koupí odkládala a podmiňovala: „Jestli budeš mít dobré známky“, „když budeš hodná“ atd. Nebyla však ochotna tyto podmínky upřesnit. Všimněte si: je nad síly obou zúčastněných vytvořit *jasnou hranici mezi „moje“ a „tvoje“, já“ a „ty“*. Kdyby matka úmyslně bránila dcerce v odpoutání, sotva by dokázala tuto hranici tak chytře zamlžovat. Vynošení (obnovení, jasné vytyčení) hranice bývá prvním a hlavním cílem psychoterapie, dokonce i manželské. Jak už víme z minulých kapitol, i manželé mohou vytvořit symbiotickou dvojici s nejasnými hranicemi, např. „břečťanovitou“ blízkost.

Složitější vztahový propletenec, tentokrát i s efektním řešením, uvádí slavný rodinný psychoterapeut Minuchin. Jako pacient mu byl přiveden osmiletý Bill, který měl neurotické obtíže a špatně se učil. Rodiče tvrdili, že spolu dobře vycházejí, ale Minuchin zjistil, že problém je přece jen spíše v rodinných vztazích než v dítěti. Matka, která byla k chlapci netrpělivá až hrubá, měla vlastně zlost na otce: ten byl v práci neúspěšný a upadal do lenivé pasivity. Pro rodinné dění bylo typické, že matka útočila na syna, nutila ho k učení a stále na něj dohlížela, zatímco otec se v klidu ode-bíral k televizi. Tento stereotyp měl nevědomé motivy a byl velmi pevný: radami a domlouvami nebylo možno matčino chování k synovi nijak zlepšit. Kdyby totiž slevila a byla laskavější (to je rada, na kterou by přišel snadno i laik), nevyhnutelně by se musela utkat s manželem. Toho se podvědomě bála, viděla v tom nebezpečí pro manželský vztah, případně pro manželovu duševní rovnováhu. Minuchin použil terapeutické lsti. Řekl matce: „Buďte na Billa ještě přísnější a náročnější, protože *jinak byste to nevydržela a hádala byste se s manželem* – a ten by mohl propadnout depresi. Chlapec má pevnější povahu, ten to vydrží.“ Otec s touto radou živě souhlasil(!), zatímco matka hněvivě protestovala proti „takovému nesmyslu“ a otevřela konflikt tam, kde skutečně byl, tj. v manželském vztahu. Terapeutovi pak zbývalo jen usměrňovat průběh tohoto konfliktu tak, aby byl plodný, a nikoli ničivý, což však už bylo poměrně snadné.

Oba uvedené případy jsou zajímavé tím, jakou roli v nich hrály nevědomé patologické mechanismy. Často však bývá rodinný život třicátých let, kdy vychováváme školáky a pubescenty, zamořen ubohými, průhlednými a plně nebo převážně vědomými tahačkami o děti. Oba manželé se snaží dětem dokázat: *jsem to já, kdo vás má více rád*, kdo je pro vás zajímavější a kdo je charakterově lepší (nebo nějak jinak znamenitější). Kupují se pamlsky a později se podstrkují peníze, „aby táta nevěděl“. Kryjí se školní průšvihy, „aby máma nevěděla“. K typicky (promiňte) ženské hlouposti patří výchovné napomenutí syna ve

4 Tato situace dává novému manželství špatné vyhlídky i tehdy, když nejsou ve hře děti. Manželští poradci naléhavě doporučují, aby se aspoň nové manželství neuzavíralo dříve než rok po rozvodu, a to i když kandidáti rozvodu nebo čerstvě rozvedení tvrdí, že manželství bylo dávno rozpadlé a rozvod je pouhou formalitou. Jednodušším, méně citlivým osobnostem snad stačí kratší časový odstup.

smyslu: „Podívej, jaký je táta, a vezmi si z něj odstrašující příklad. Takový nesmíš být (rozumí se: zvláště ne ke mně)!“ Přitom matka staví otcovo chování do nejhoršího světla, syn získá dojem, že otec je k matce ještě tvrdší a bezohlednější, než tomu ve skutečnosti je (pokud tomu tak vůbec je). A teď: Není-li tento otec úplně neimponující budižkničemu, s nímž se nelze identifikovat, syn napodobí jeho chování k matce, jakmile se s ní sám dostane do konfliktu – a často přidá i tu bezohlednost, kterou matka otci neprávem přičkla. K typicky mužské hlouposti zase patří „šikovně“ naznačovat dětem, jak je máma nemožná, a přesvědčivě nafukovat její chyby.⁵ Vážít si své matky a mít ji rád, pokud možno nekriticky a nekomplikovaně, je jednou z prvních citových potřeb dítěte. Děti chtějí, aby jim to táta usnadnil, předvedl, aby jim ukázal, jak na to, zvláště je-li matka chladnější, netrpělivá a málo laskavá. Nikdo si je nemůže získat tím, že jim kazí lásku k matce. Takže v té studené válce o děti prohrávají obyčejně oba rodiče (o dětech nemluvě). Jde nanejvýš o to, který prohraje víc. Kdykoli jedna strana začne kalkulovat s rozvodem, dochází k eskalaci studené války, a jakmile se o rozvodu promluví otevřeně, přechází studená válka ve válku horkou, do které se zapojí nejtěžšími kalibry i obě příbuzenstva...

Neexistuje žádný jednoduchý recept, jak přejít od konfrontace k mírové kooperaci – stejně jako v mezinárodní politice. Vyžaduje to mnoho dobré vůle, času a vynalézavosti a někdy nezbyvá nic jiného než *oběť pravé matky* ze známého Šalomounova soudu.⁶ Nemožnost domluvit se spočívá často v tom, že manželé sice dobře vidí, co a jak dělají, ale nevyznají se ve svých nehlubších motivech, tedy nerozumějí tomu, *proč* to dělají.

Krise životního středu

Řada autorů, jako první snad švýcarský psychiatr C. G. Jung, umísťuje do třicátých let osobní mezník, předěl, krizi.

„... čím víc se člověk blíží středu života a čím víc se mu podařilo zakotvit ve svém osobním postoji a v sociálním postavení, tím víc se mu bude zdát, že odhalil správný běh života, správné ideály a principy chování. Proto pak předpokládá jejich věčnou platnost a dělá ctnost z toho, že na nich stále visí. Přehlíží přitom důležitou skutečnost, že totiž stanovení sociálního cíle se uskutečňuje na úkor celosti osobnosti... V této životní fázi, právě mezi pětaticeti a čtyřiceti, se totiž připravuje významná proměna lidské duše. Zpočátku to ostatně není

žádná vědomá a nápadná změna, spíš jde o nepřímé náznaky proměn, které – jak se zdá – mají svůj počátek v nevědomí... Člověk by měl vědět, že jeho život nestoupá a nerozšiřuje se, nýbrž že si neúprosný vnitřní proces vynucuje zúžení života ... Pravda životního dopoledne se odpoledne stává lží.“ – Smrt je možná ještě daleko, ale už je neodvratně v našem „zorném poli“, asi jako když jsme vystoupili na vrchol a máme před sebou sestup nebo jako když slunce dosáhne zenitu a pak už jen klesá k západu. Psychologicky platí (a skrytě to platilo od začátku, viz str. 17, že „smrt je duševně stejně důležitá jako narození a je stejně integrální součástí života“.

V naší literatuře tuto krizi svérázně – a patrně jako jediný – popisuje ušlechtilý humanistický moralista Mrkvička: „Ta hlavní zatěžkávací zkouška nás čeká někde uprostřed. Pomozme si obrazem: v mládí nám budoucnost připadá jako nekonečný oceán. V té širší prostora se i nemožné zdá možným. Je to svůdné, je to záludné. Protože uplyne nějaký ten rok a my jednoho dne, jedné chvíle spatříme, že to vůbec není žádný oceán, leda jezero, a druhý břeh že je v dohledu. Tehdy nás zavalí tíha odpovědnosti, protože se ukáže, že ze svých mladých ambicí dokážeme uskutečnit sotva zlomek a že se musíme soustředit a nerozptylovat, chceme-li loď dovést do přístavu. Taková chvíle pravdy je pro nás velkou příležitostí: buď se v ní nalezneme, nebo propadneme panice a v marné honbě za tím nebo oním sami sebe uštve. Nemožné ať se zřetelně ukáže jako nemožné, vzdušné zámky, které jsme si kdysi stavěli, ať nás neklamou jako fata morgana. Být dospělý znamená umět snést ztrátu iluzí a nepropadnout přitom beznaději. Bez naděje, bez životních ideálů se do jista žít nedá, iluze jsou však ideály falešné, které nesnesou dotek skutečnosti: rozprsknou se jako duhová bublina. A tak se je musíme učit jako iluze rozpoznávat a právě tak se jich i zbavovat. Očišťovat svůj pohled na život. Myslíte si snad, že tím ztratí na své barevnosti a pestrosti, když jej zbavíme pozlátek? – Té očištné lázni říkám „krize druhého břehu“. Běžně se mluví o krizi středních let: když se blíží čtyřicítka. Dá se to zahrát do autu. Jsme přece na vrcholu své aktivity, můžeme hrdě prohlásit, že na takové pitominy nám nezbyvá čas. Jenže pak se ta krize dostaví později. A bude těžší. Právě tady totiž, uprostřed života, je jako v těžišti vybalancováno „ještě ne“ našeho mládí a „už ne“ našeho stáří. Mizí pocit předběžnosti, kdy se nám zdálo, že můžeme nezávazně zkoušet to i ono. Ozve se pochybnost: Jsem na dobré cestě? Dělám dobře svou věc? Nespoléhám příliš na rutinu v práci i v životě? Nezpohodlněl jsem? Co chci? Čemu věřím? Teď ještě je čas věci změnit.“

Polský spisovatel Stanislaw Lem líčí krizi životního středu a její pozdější dozrívání sice jednostranně, ale výstižně a originálně: „Byl mezi třicítkou a čtyřicítkou – k hranici stínu, kdy člověk už musí přijímat podmínky nepodepsané smlouvy předložené bez ptaní, kdy víš, že to, co platí pro jiné, platí i pro tebe a žádné výjimky z toho pravidla neexistují. Stárnout člověk má, přestože se to

5 Mnoha čtenářům se toto líčení bude zdát pesimistické, přinejmenším „atypické“. Tak to u nás není, to se nás netýká, u nás je mír a pohoda. Odpovídám: Važte si toho, ale ruku na srdce: netýká se vás to ani v maličkostech, v náznacích? Pak jste na tom opravdu dobře!

6 Při rozvodu musí většinou tuto oběť přinést otec.

příčí jeho povaze. Dosud to potají dělalo tělo, ale to už nestačí. Vyžaduje se souhlas. Mladistvý věk ustanovuje jako pravidla hry – ne jako její základ, vlastní neměnnost: byl jsem dětinský, nezralý, ale teď už jsem to skutečně já – a takový zůstanu. Tenhle nesmysl je přece základem existence. V objevu nepodstatnosti tohoto tvrzení tkví zprvu víc údivu než strachu. Je to tak silný pocit rozhořčení, jako bys prohlédl a zjistil, že hra, do které jsi byl vtažen, je falešná. To utkání mělo vypadat docela jinak. Po překvapení, hněvu, protestu začne pozvolné vyjednávání se sebou samým, s vlastním tělem, což by se dalo formulovat asi takto: bez ohledu na to, jak plynule a nepostižitelně stárneme fyzicky, nikdy nejsme schopni se této kontinuitě přizpůsobit rozumem... Stárneme totiž jako děti, to znamená, že odmítáme dát souhlas k něčemu, co náš souhlas vůbec nepotřebuje. Hranice stínu, to ještě není memento mori,⁷ ale je to místo v nejednom ohledu horší, protože už je z něho vidět, že neexistují čekárenské šance. To znamená: přítomnost už není žádným příslibem, žádnou čekárnou, úvodem, trampolínou velkých nadějí, protože situace se nepostižitelně obrátila. Údajný trénink byl neodvolatelnou skutečností, úvod vlastním obsahem, naděje chimérami. A to nezávazné, provizorní, prozatímní a nahonem spíchnuté – to bylo tou jedinou náplní života. Určitě se nesplní už nic z toho, co se nesplnilo dosud. A s tím se člověk musí smířit mlčky, beze strachu a – je-li to možné – i bez zoufalství.“ (*Příběhy pilota Pirxe*, povídka Ananké.)

Poslední věty jako by říkal člověk, který náhle „doskočil“ až příliš daleko, někam za šedesátku. Ještě mnoho je třeba vykonat a rozhodnout, to nejlepší možná teprve přijde, ale podmínkou je – přijmout své meze.

Sedmatřicetiletý Dante Alighieri začíná svou *Božskou komedii* slovy: „V půl naší zemské pouti když se vkročí, / já octnul jsem se v tmavém pustém lese, / neb cesta pravá zmizela mi z očí. / Ten popsati les, ruka má se třese; / tak divoký byl, drsný, v stálém šeru, / že vzpomínka naň nový strach mi nese! / Tak hořký, smrt že málem trpčí věru... / Jak tam jsem přišel, říci nedovedu, / tak plný spánku byl jsem v oné chvíli, / když minul jsem se pravé cesty sledu...“

Tato slova lze vykládat různě: Jako předehtu ke vstupu do Pekla, jako odraz básníkovy rozplození po vyhnání z Florencie. Můžeme zde však vidět – spolu s Jaquesem⁸ – i perfektní popis toho, jak začíná *krize životního středu, která má svou vnitřní zákonitost* a probíhá jen zčásti pod vlivem aktuálních životních událostí; krize, kterou nám už z různých úhlů popsali Mrkvička a Lem.

Jak běží třicátníkův životní čas? Sociální hodiny stále jdou, ale jakoby naprázdno. Sňatek, porod prvního dítěte, usazení v zaměstnání, to všecko proběhlo – držel-li člověk krok se svými vrstevníky – ve dvacátých letech.

7 Latinsky: Pamatuji na smrt!

8 Jaques, americký psycholog známý svou prací o krizi životního středu – k jeho názorům se vrátím podrobněji (str. 282).

I honička za kariérou, jestliže jsme si ji vybrali nebo na ni přistoupili, začala před třicátkou, teď jen pokračuje. Společnost na nikoho nenaléhá, nežádá žádné životní změny. Všechna „poprvé“ jsou za námi, žádné neodvolatelné „naposled“ není ještě aktuální. Všechno už můžeme a smíme – a současně skoro všechno také ještě můžeme a smíme. Je dokonce možné začít novou kariéru, třeba dálkovým studiem na vysoké škole.

Řekli jsme, snad trochu s nadsázkou, že třicátník má za sebou všechna poprvé. I každá nová láska, není-li opožděnou láskou mladé dospělosti, je pouze její reprízou. Snad ji při větší životní rutině lépe vychutnáme, bez toho milostného trápení, které nám přinesla poprvé. Užívám schválně toho přisprostlého (konzumentsky znějícího) „vychutnat lásku“: chci říci, že v erotice se repríza nevyrovná premiéře. Znovu nás napadne pojem citové entropie, ochabování, slábnutí citových vznětů. Rutina ohrožuje dokonce i rodinný život. Děti vyrostly z roztomilosti předškolních let, kdy bylo tak zázračně snadné a nekomplikované mít je rád, a vztahy k nim se mohou stát vlažnějšími i rozpornějšími.

Krize přichází někdy mezi 35. a 40. rokem života. To opakuje po Jungovi většina autorů.⁹ Jako protest proti rutině a její jednotvárnosti vyvstává otázka smyslu: k čemu to všechno? Pozice jsou v podstatě vybudovány, existence zabezpečena. Expanze mládí může ještě pokračovat, máme k ní dost sil, ale už se pro ni těžko dokážeme nadchnout. I ona se může stát jakousi rutinou: další příčka na žebříčku (vidíme už, že nemá konce), další milenec, další vynález, další cesta do světa... Naši rodiče v tomto věku obvykle ještě žijí, ale blíží se závěrečnému bilancování. Co tedy v jejich životě mělo trvalou hodnotu? Je snadné odpovědět si nějakou vyčtenou moudrostí, ale to nás teď neuspokojuje, to nám nestačí.

Existenciální otázka se rozšiřuje i na děti: v čem ony najdou smysl života? Tuto otázku je také nutno pojmut do bilance první poloviny života, před kterou stojí pětáctník. Poločas: co dál?

Co říká k životnímu poločasovi statistika? Střední délka života (neboli naděje dožití) je dnes u nás při narození u mužů 72,1 roku, u žen 78,5 roku. Polovina z toho je asi 36 a 39,2 roku. Máme však ještě jednu možnost, jak púlít život: Existuje okamžik, kdy nejpravděpodobnější délka zbývajících života je právě rovna době, po kterou jsme už žili. To je u mužů zhruba 37 let, u žen asi 40 let (viz obr. 11.2 str. 292).

Ožívá adolescentní velké téma identity. Ptáme se, co počít s druhou polovinou života, abychom ji prožili autenticky, tedy pravdivě, celistvě, nerozpolceně. Co

9 Že v této době dochází k jakémusi životnímu přelomu, vyzorovali už staří lidoznalci, užívající astrologického jazyka a ideologie. Mezi 35. a 40. rokem dochází u každého člověka poprvé (u těch, kdo se toho dožijí, pak znovu mezi 70. a 80. rokem) k opozici planety Uran s postavením, jež měla při narození tohoto člověka. To je – podle astrologické teorie – konstelace jako stvořená k tomu, aby se život vymkl ze své zaběhnuté dráhy – k dobrému nebo zlému.

jsme to v rozmachu (a také v honičce, snad i rvačce) zlatých dvacátých let odložili na neurčité „později“? Jak jsme si tehdy zjednodušili životní plán, abychom se náležitě prosadili?

Všechny tyto otázky můžeme klidně zahrát do autu, jak říká Mrkvička. A je velmi těžké odhadnout, kolik lidí je hraje do autu a kolik si je vážně položí, přesněji řečeno, kolik z nás přijme, že „jsme v otázce“, mohu-li se pokusit o slovní hříčku analogií ke známému rčení „být v naději“. Člověk si totiž nemusí tyto otázky výslovně klást, může však svůj život cítit jako problematický a může se z vnitřní potřeby měnit, přestože ho nikdo nenaučil, že existují existenciální otázky. Cítí je, není-li duchovně tupý a je-li v kontaktu s kulturou.

Krizi životního středu můžeme jako psychologové zkoumat u lidí z nejrozmanitějších vrstev, nejcitlivější k ní jsou však patrně umělci. Z tohoto předpokladu vyšel Jaques ve své klasické práci *Smrt a krize životního středu*. Prostudoval životopisy náhodně vybraných vynikajících až geniálních umělců (malířů, básníků, spisovatelů a sochařů). Zjistil, že umělci z jeho vzorku ve věku od 35 do 39 let umírali častěji než příslušníci celé populace (např. Mozart, Rafael, Chopin, Rimbaud, Baudelaire). Ti, kteří toto kritické období přežili, měli po dalších pět let naopak podstatně nižší úmrtnost než obecná populace; ke konci čtyřicátých let pak rozdíl zmizel. Řada umělců v tomto období začíná éru vysoké produktivity (Bach), jiní přestávají tvořit na dlouhou dobu nebo navždy. Další radikálně mění styl své tvorby a někdy i životní orientaci (Goethe). Má-li Jaques pravdu, procházejí mnozí umělci ve věku mezi 35 a 40 lety tvůrčím přerodem, uměleckou i osobní krizí (těžko si představíme uměleckou krizi bez osobní krize). Vyrovnají-li se s ní, změni se styl jejich práce. Jestliže ji nezvládnou, ztrácejí tvořivý potenciál a snad i umírají. Takový přerod znamená opustit všechno dosavadní, navykklé, rutinní a vykročit kupředu, aniž přesně víme kam.

Krizi životního středu má – podle některých autorů – tento charakter do jisté míry i u těch, kteří v ničem zvlášť nevynikají, u „obyčejných“ lidí. I oni mají před sebou radikální změnu, jakýsi vnitřní přerod. Sheehyová říká, že je třeba vzdát se všeho, čím jsme si dodávali pocit bezpečí, a postavit se světu bez ochrany, jako nazí, abychom mohli prodělat tento přerod, vedoucí ke zralosti. Znamená to odložit konvence, vzdát se honby za vnějším úspěchem a pustit ke slovu „své pravé já“, své tvořivé tendence, které jsou přehlušeny spěchem moderní doby.

Sheehyová sama je pozoruhodná svou autorskou kariérou. Původně nestudovala ani psychologii, ani sociologii, nýbrž – žurnalistiku. Jako novinářka-reportérka byla přítomna při nepokojích v Severním Irsku, kde byl při přestřelce přímo vedle ní zabit její společník a ona sama vyvázla jen náhodou. Reagovala neuroticky, fobií. Probuzené bezprostřední vědomí smrtelnosti však s odstupem hodnotila jako impulz, který jí pomohl v pravý čas prožít krizi životního středu, a výsledek této krize byl pozitivní. Rozhodla se, že se pokusí svou zkušenost pro-

myslet a napsat o ní psychologickou studii. Kladla si otázku (v tom nebyla ovšem první), zda neexistuje více zákonitých životních krizí, na které by měl být člověk připraven. Získala stipendium a podařilo se jí napsat obsáhlou populárně vědeckou knihu *Přechody – předpověditelné krize dospělého života*, jež vyšla v roce 1974 a stala se bestsellerem. Základem knihy je řada rozhovorů, které autorka vedla – napůl novinářským stylem – s lidmi různého věku. Kniha je amatérská v nejlepší smyslu slova, byla překládána a cituje se v odborné biodromální literatuře. Patrně nejoriginálnější myšlenkou Sheehyové je, že *základní jednotkou biodromálního zkoumání v dospělém věku není jedinec, nýbrž pár – žena a muž*. Zajímala ji zvláště rozdílnost tempa a zčásti i směru ve vývoji ženy a muže. Tvrdí například, že muž po dvacítce „skokem“ získává sebevědomí, zatímco žena naopak ztrácí jistoty svého dívčího věku (kdy byla zralejší než muž). Po třicítce se muž usadí, ženy se „zmocní neklid“. Muž kolem čtyřicítky má pocit, že ztrácí sílu a iluze, žena naopak znovu rozkvetne ctižádostí, teď teprve chce „vystoupit na svou vlastní horu“. Zde je typická pasáž z autorčina závěru:

„Bylo by divné, kdybychom necítili určitou bolest, když opouštíme některé ze stadií svého dospělého života, které důvěrně známe, abychom se vydali do nejistoty dalšího stadia. Avšak připravenost překročit mezník z jednoho stadia do druhého znamená zároveň připravenost intenzivně žít. Kdo se nemění, nemůže ani růst. A kdo neroste, ten vlastně vpravdě nežije. Růst vždycky vyžaduje, abychom se dočasně zřekli jistoty... Dokud považujeme tělesnou sílu a radosti smyslů za nejvyšší životní hodnoty, připravujeme se o všechno, co leží mimo mládí, a musíme se spokojit s tím, že zbytek života je už jen matným odleskem toho, co bylo. A pokud nedokážeme postavit proti hromadění majetku a úspěchu žádné jiné hodnoty, padáme do léčky šedého a jednotvárného středního věku. V každém věku je však možno prožívat radost z objevení sebe samého. A přestože lidé, které máme rádi a kteří vstupují do našeho života, z něj opět odcházejí, zůstává nám zachována schopnost milovat. Kdo se osvobodí od honičky a plahočení předchozích let, může být bez omezení otevřen tajemstvím života. Odvaha k novému nám dovoluje nechávat za sebou každé životní stadium s tím, čím nás uspokojovalo, abychom našli nové odpovědi, které nám otevrou bohatství příštího životního odstavce. Každému z nás je dána v každém věku možnost, abychom plně užívali života.“

Kniha Sheehyové je pěkným dokumentem toho, jak je možno vyrovnat se s krizí životního středu: udělat z ní tvořivý čin.

Krizi životního středu je spojena s myšlenkou na smrt. Smrt není ještě bezprostřední hrozbou, jen zřídka umírá některý z vrstevníků, a také vážná nemoc se třicátníkovi vyhýbá; avšak jestliže už dohlédneme na konec života, jak to zdůrazňuje například citovaný Mrkvička, stává se trvalou součástí našeho životního horizontu. Můžeme si to přiblížit Jungovým obrazem poledne: slunce se ocitlo ve svém zenitu a odtud vede cesta už jen dolů.

Jaques říká, že citové (přesněji snad: existenciální) vyrovnání se smrtí je jediným přiměřeným řešením krize životního středu. Podle něj je smrt celoživotním tématem, jež bylo dosud odsouváno do pozadí (nebo do nevědomí) právě oním rozmachem mládí, neustálým vzestupem – v realitě, v naději nebo v iluzi. U této teze se musíme na chvíli zastavit.

Smrt, alespoň vlastní smrt, je abstraktní pojem s negativním obsahem: neexistovat, nemoci mluvit, vidět, cítit.¹⁰ Dítě může tuto myšlenku jakžtakž chápat až kolem osmi let. Jestliže předškolní dítě mluví o smrti, představuje si ji jako určitou formu života; proto také smrt pro ně není nevratný stav, kdo je mrtev, může zase ožít. Je to ovšem forma života budící hrůzu: znamená to být bezmocný, bezbranný, neschopen pohybu, být sám ve tmě, ohrožen neznámými zlymi mocnostmi; být roztržtý, např. rozsekán na kusy. Tato představa nepochází jen z pohádek. Naopak: dítě je citlivé k pohádkovému motivu vratné smrti proto, že odpovídá jeho zkušenosti z prvního období života. Opuštěný kojeneček prožívá snad něco podobného: chaos, tříšť smutku, úzkosti, zmatku i vzteku. Z fantazií, které sdělují duševně nemocní psychologům, je možno usuzovat, že tyto dětské představy hrají roli i v jejich vztahu ke smrti; obdobné fantazie a sny nejsou ostatně samy o sobě známkou duševní poruchy. Mluví-li dospělý člověk o smrti jako o nebytí, je tento jeho abstraktní pojem citově podbarven právě popsanou hrůzou. Proto se bráníme myšlence na smrt. Obrana spočívá v mladistvém optimismu, který ovšem musí být stále podpírán úspěchy dokazujícími mládí nebo aspoň iluzemi takových úspěchů. Obrana je stále obtížnější, namáhavější, a proto i křečovitější.

Cesta kupředu spočívá v kapitulaci: přestat se bránit tématu smrti a prodělat – protože jako dospělí už na to máme – konfrontaci s oním dětským citovým chaosem, který pro nás představuje strach ze smrti. Dětská hrůza se „rozpouští“ v dospělém smutku. Řešení je právě ve smutku, v truchlení. Je třeba oželeť iluzi nesmrtnosti, iluzi trvajících mládí, iluzi „mně se nemůže nic stát“. V dětství jsme si osvojili iluzi, která tehdy měla dobrou funkci: Skutečné zlo, tragédie a smrt se mě netýkají. Budu-li žít tak, jak mi přikazují rodiče, všechno zlé mě mine nebo se obrátí v dobré. I tuto iluzi je nutné oželeť.

Je tedy třeba složit zbraně v marném zápase a – plakat. Snad doslova, snad jen účastí na tom, co vyjádřili básníci, velcí učitelé smutku, a mnoho dobré literatury i jiného umění. Kýč naproti tomu popírá tragédii a smrt, místo opravdového smutku nabízí sentimentalitu.

Obrana proti vývojově klíčové emoci, smutku, vede u některých neurotiků k neschopnosti prožívat jakýkoli smutek a nakonec k ostražitosti vůči všem svým citům, k vyprahnutí, ke ztrátě spontánnosti.

¹⁰ Freud z této skutečnosti usoudil: v nevědomí, kde je duševní život primitivní, kde racionalita nehraje roli, nemůže myšlenka na smrt existovat. Proto v podstatě nikdo plně nevěří, že zemře – „v nevědomí je každý přesvědčen o své nesmrtnosti“.

Je těžké složit zbraně a plakat. Pro současného člověka je to tím těžší, že smrt a těžká nemoc, stejně jako těžká tělesná a duševní invalidita a jiné tragédie, byly vytlačeny z běžného života za zdi různých ústavů. (K tomu se vrátíme v poslední kapitole.) Ztěžuje nám to i vlivná individualistická ideologie: nabízí lidem přesvědčení, že jejich seberealizace je nejvyšším životním cílem – a oni to rádi přijímají. Znamená to vsadit všechno na jednu kartu – totiž na sebe. Kdo potom obstojí v konfrontaci s vlastní smrtností, tak jak ji s sebou v rámci historického vývojového programu nese krize životního středu?

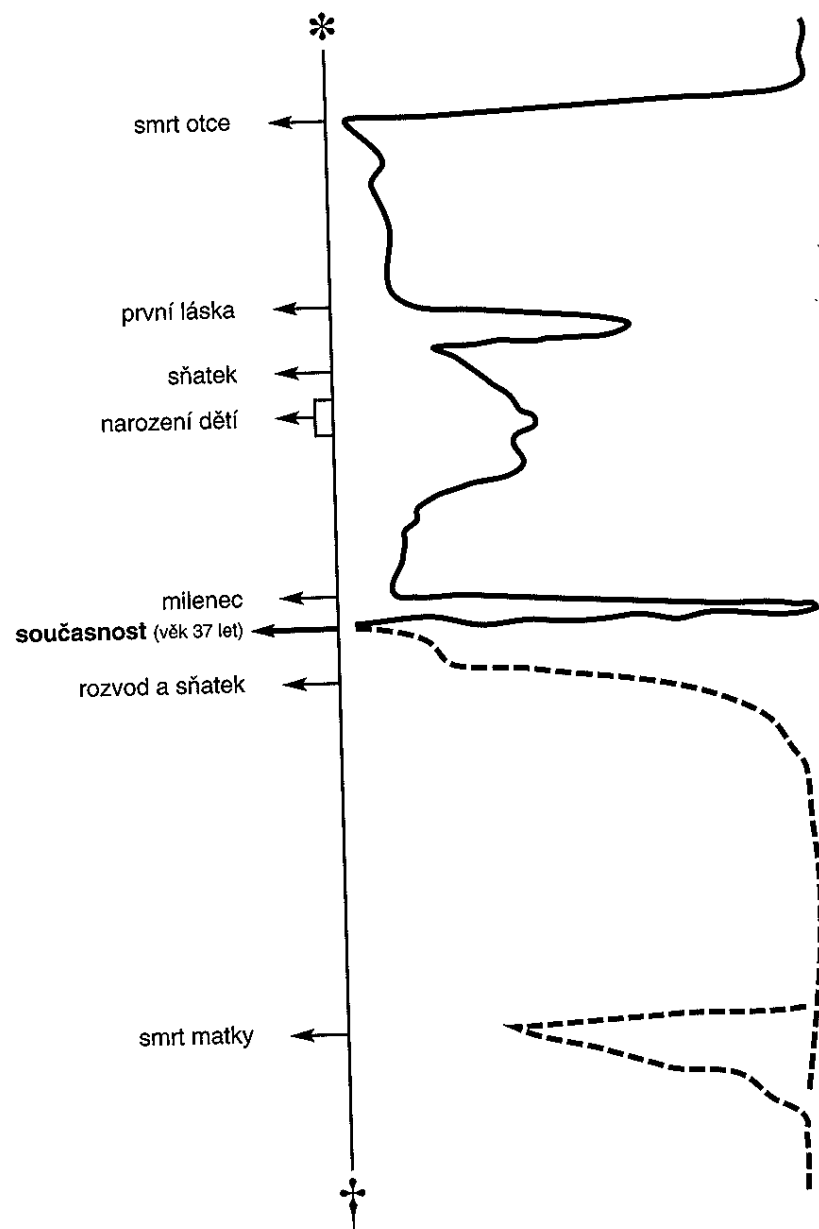
Věřící lidé jsou teoreticky ve výhodě: smrt je pro ně bránou věčnosti. Jako psycholog však musím čekat, až někdo prozkoumá, jak se věřící (a jakým způsobem věřící!) skutečně vyrovnávají s krizí životního středu a se svou smrtností. Zatím máme jen doklady o tom, že věřící jsou většinou celkově spokojenější, duševně zdravější a společensky lépe přizpůsobení.

Je možno se bránit ještě hodně dlouho. Je možno soustředit se na pěstování vlastní dokonalosti a úspěšnosti, pečovat o všechny kolem sebe a tak dokazovat svou důležitost. Je možno utápět se v horečné pracovní aktivitě nebo také v alkoholu, spávat se stále mladšími milenci či milenkami. Je možno ignorovat vlastní tvář v zrcadle – vidět ji a zároveň nevidět, jak mládí nezadržitelně odchází. Je možno přehlížet úbytek sil. Václav Mikota přirovnává tuto obrannou strategii k *Faustově smlouvě s ďáblem*. Přistoupíme-li na ni, můžeme se cítit mladí. Zaplatíme ztrátou autentičnosti, citové a intelektuální pravdivosti, vnitřním suchopárem. Jednou však přijde den, kdy se iluze rázem zhroutí a člověk propadne zoufalství. To je chvíle, kdy ďábel odnáší Fausta, protože čas smlouvy vypršel. Faust se brání, snaží se vyprostit, tluče kolem sebe – a z posledních sil tak ničí vše, co žilo v jeho blízkosti.

Krize životního středu se může projevit jako výrazný zlom v milostném životě, který člověk někdy doslova odstúne. Uvedu příklad, který navazuje na výklad o životním scénáři na začátku této knihy (str. 14). Jde o pacientku ve věku sedmatřiceti let, léčenou pro akutní úzkostnou neurózu. Na obrázku 10.1 je znázorněna její životní cesta jako čára života. Rozhodující události své minulosti viděla pacientka v otcově smrti, první vážné lásce, narození dětí – a v nedávném navázání velmi intenzivního erotického vztahu k mladšímu muži. V tomto vztahu byla krátkou dobu velmi šťastná, „tak jako nikdy v životě“ – dokud se náhle „nervově“ nezhroutila. Jako rozhodující očekávané události své budoucnosti viděla zamýšlený rozvod a sňatek s novým partnerem. Do té doby – doufala – se její psychický stav o něco zlepší (viz průběh její „křivky naděje“), po novém sňatku bude trvale šťastná.¹¹ Rozvod však odklá-

¹¹ Při kreslení křivky naděje pacientka zaváhala a dodala jako třetí rozhodující událost budoucnosti smrt matky. Zlomem v křivce naděje vyjádřila dobrý vztah k ní; ve skutečnosti byl tento vztah – jak se ukázalo – hluboce konfliktní.

Obr. 10.1 Čára života pacientky trpící úzkostnou neurózou



Události, které pacientka vnímala jako negativní, jsou zobrazeny v levé části – blízko časové osy. Se vzrůstající spokojeností se křivka od časové osy vzdaluje.

dala – do doby, kdy bude mladšímu dítěti rovných patnáct let. Jak se později ukázalo, tento odklad byl už prvním krokem k přijetí reality a k hledání nové budoucnosti – jež pak spočívala v něčem zcela jiném než v erotice.

V krizi středu skutečně něco umírá, končí – a něco nového vzniká, rodí se. To je význam skrytý ve starém krásném slově „obroda“. Jde o diskontinuitu, o konec a nový začátek. Ten rozmach mládí, to jsem byl Já, já sám, nejen nějaký můj majetek, kterého se mohu vzdát, oblek, který mohu vyměnit za jiný. A toto Já mizí, resp. radikálně se mění.

Obrat do nitra

V krizi životního středu nacházíme *hlubší životní ponor*. Nastupujeme – podobně jako kdysi v adolescenci, ale snad vážněji, opravdověji – cestu badatele ve vlastním vnitřním světě, cestu do nitra.

Nitro je starý básnický a náboženský výraz, který se dostal i do moderní psychologie (introverze znamená např. obrat dovnitř). Tento obraz svádí k představě, že někde uvnitř těla, snad v mozku, je nějaký prostor mysli, nebo dokonce duše jako zvláštní bytost, která sídlí v těle a jednou je opustí, jak to vidíme na starých náboženských obrazech. Obejdeme se bez takové psychoanatomie. Když mluvíme o nitru, máme na mysli řadu činností, postojů a citů, kterými se člověk obrací k vlastní osobě, k vlastním duševním jevům a dějům, ke vzpomínkám atd. Obracet se do vlastního nitra není nějaká přirozená, vrozená možnost nebo duševní funkce. Dovedeme to proto, že jsme se v kultuře, v níž žijeme, naučili přemýšlet o vlastních citech a vážít pohnutky svých činů; naučili jsme se fantazii a dennímu snění; naučili jsme se vnímat nejen krásu věcí a lidí kolem sebe, ale i vlastní rozechvění touto krásou, a ovšem i svůj strach, obdiv nebo znechucení. O nitro jde, když – po staročesku řečeno – vcházíme do „komůrky svého srdce“, abychom tam třeba jen tak pobýli nebo abychom se usebrali k nějakému vážnému rozhodnutí. Zavřeme-li oči, můžeme si – snad při troše cviku – představit, že procházíme vnitřkem svého těla, že se zastavujeme v jednotlivých místech a vyciňujeme napětí, pohodu, dychtivost. – K tomuto všemu odkazujeme slovy nitro, niternost, hroužení se do nitra apod.; je to jeden z těch pojmů, kterých dovedeme užívat, ale ke kterým neexistuje přesná definice.

Je třeba zastavit se v životním spěchu a shonu, „zavřít okna do ulice“, abychom mohli bilancovat, to znamená vážít, jak jsme žili a jaký to mělo smysl.¹² *Co skutečně cítím* ke svým nejbližším, když nechám „venku“ ty povrchní city a pocity, drobné společné radosti a hořkosti denního soužití? Co si o tom myslím, když

¹² Cesta do nitra bývá cestou do samoty. Snad bychom se měli znovu učit být sami se sebou. Doporučoval bych – zcela prakticky – každému, aby si před vážným životním rozhodnutím udělal aspoň tři dny volna, které by strávil pokud možno daleko od lidí, docela sám. Snoubencům bych to – kdybych mohl – předepsal v rámci předsvatební přípravy. Těch 72 hodin na rozmyšlenou jen sám se sebou, mimo nátlakové prostředí, by zabránilo mnoha předčasným manželstvím, už předem odsouzeným k rozpadu. (Vím, že někteří lidé třídní samotu nesnesou – a ti by měli vstup do manželství také odložit.)

odložím všechny masky svých rolí? A jak s nimi chci žít dál, za rok, za deset let? – Jaký smysl má moje práce? Komu přináší užitek? Jaké z ní mám uspokojení? Kam mě to táhne, v čem vidím své poslání?

V krizi středu se mohou nově objevit nebo zesílit zájmy o výtvarné umění, vážnou hudbu, poezii, psychologický román, divadlo – o vše, co kultivuje vnitřní prožitkovou sféru, co pomáhá orientovat se sám v sobě.

Také vyrovnání s vlastní smrtelností, která na nás doléhá v krizi středu, vyžaduje niternost, obrat do té nejsoukromější oblasti, sebereflexi. Existuje sice také smrt hrdiny v boji, a to je krásný, silný kulturní vzor extravertního rázu, tento vzor však umožňuje vyrovnání se smrtí jen částečně. Konečnost života znamená běžně stárání, nemoc a „obyčejné“ umírání – a to je *téma vyžadující introverzivní zpracování*.

Bádání ve vnitřním světě vede k vyhraňování osobnosti, jež se podle Junga nazývá *individuace*: člověk se stává více individualitou, necítí a nejedná podle konvencí, nýbrž podle toho, k čemu se dopracoval vlastní cestou. Objevuje dobrodružství sebepoznání, o němž není předem možno říci, kam až povede, a které je jako pouť po nebezpečné horské stezce.

Chápeme, že tato silná slova vystihují cestu prométeovského hledání geniálního umělce, který opustí vyšlapané cesty a dá se úplně novým, zdánlivě nesmyslným směrem, po léta snáší nepochopení i posměch – a je oceněn třeba až desítky let po smrti. Ale týká se to i „obyčejného“ člověka? – Myslím, že není možné dělit lidi na obyčejné a neobyčejné, přinejmenším dokud jsou duševně svěží a jsou schopni vývoje. Dobrodružství individuace však můžeme často sledovat jen v jejích vnějších projevech, které na první pohled nepůsobí nijak zvláštním dojmem:

Čtyřicetiletý strojní zámečnický žil ve spokojeném manželství, měl tři děti a svou přičinlivostí slušně bohatl. Pod vlivem četby Schweitzerových vzpomínek si našel místo jako mistr odborného výcviku a začal se věnovat romským učňům. Nezdary ho neodradily. Místo přivydělávání se začal učit romsky a začal znovu cvičit hru na klarinet, které kdysi po svatbě zanechal. Po rozvodu, kterého se manželka za podpory celého příbuzenstva snadno domohla a při němž přišel o celý majetek, bydlel na svobodárně. V té době se psychicky zhroutil a musel být léčen. Během léčení, jehož součástí byla i arteterapie (léčba uměleckou tvorbou), se v něm probudil samostatný surrealista; malování zůstalo jeho vážnou zálibou i po vyléčení. Svých ideálů se nevzdal, přestože jeho úsilí nebylo nikdy – měřeno prokazatelným společenským efektem – korunováno velkými úspěchy; zřejmě bylo jen to, že si ho oblíbili Romové.

Zpět k lidem

Krize životního středu vyžaduje, má-li být zvládnuta, soustředění na osobní otázky, na sebe sama. Jejím výsledkem však má být – a bývá – pokračování v započatém díle. Hlavním životním *tématem zůstává ono generativní „milovat a pracovat“*. Měla by to nyní být generativita s hlubším ponorem, moudřejší,

více si vědomá svého smyslu než dosud. Někteří muži i ženy, které dosud v práci hnala tížadost, si teď nacházejí uplatnění spíše v předávání zkušeností, ve výcviku a výchově mladých pracovníků. Pokud se stávají vedoucími, těší je starat se o své podřízené, a to až – řečeno s patřičnou rezervou – matersky či otcovsky. Podřízení skutečně někdy řeknou: „Ona je taková naše máma!“ nebo „To je takový fotrovský mistr.“ (Toto se ovšem výrazněji projeví až v pozdějším věku.)

Zdůrazněná generativita jako výsledek dobře prodělané krize životního středu má – kromě jiného – i velmi prostou logiku: Mám-li snést svůj nevyhnutelný involuční sestup, postupné ztrácení tělesných i duševních sil, přitažlivosti a zajímavosti pro druhé a také klesající schopnost radovat se ze života, potřebuji *přenést těžiště svého zájmu mimo svou osobu*. Je třeba, aby pro mě bylo něco jiného důležitější než já sám. Kdo si vytvořil¹³ dobrý rodinný život, kdo má rád svou práci a své spolupracovníky, překoná krizi životního středu poměrně snadno: má kam přenést těžiště. Kdo stojí sám, má nejvyšší čas hledat – ve vlastním zájmu – pro koho a pro co žít. Není to žádné tajemství, nýbrž stará známá moudrost – ale snad jí po předchozím výkladu o něco lépe rozumíme. Je to ke čtyřicítce už hodně těžké – ale neexistuje žádná jiná nadějná alternativa.

Ptáme se, je-li možné si prostě usmyslet: Teď budu žít pro něco jiného než pro sebe, najdu lidi, které bych mohl mít rád, a budu se snažit dělat svou práci tak, abych jejím prostřednictvím pomáhal konkrétním lidem. Otázka je prostá, odpověď obtížná. Je těžké si představit vědecký výzkum, který by na ni mohl odpovědět! Víme však ze zkušenosti, že řada osamělých lidí kolem čtyřicítky si ještě svou cestu najde – jiní končí ve stále hlubším osamění, podivínství, duševním a duchovním úpadku.

U lidí s výrazně generativním povoláním, jako jsou lékaři a zdravotní sestry učitelé, duchovní, sociální pracovníci, se krize někdy projevuje profesionální únavou, pocitem, že jejich práce nemá smysl, nechutí až odporem k lidem, jimž slouží. Klesá i kvalita práce a důvěra ve vlastní schopnosti. Lze mluvit o specifickém ohrožení osobní identity. Odborná literatura mluví o *syndromu vyhoření*. Jde o složitý problém. Nemůžeme jednoduše uplatnit šablonu, že krize životního středu má končit návratem k lidem, novým přílivem generativity. Člověk v generativním povolání mohl dělat svou práci spíše proto, aby vynikl, aby měl moc nad druhými (nesmějte se, ale i moc nad školními dětmi má svou chuť), nebo se ke svému povolání dostal celkem náhodou – a v krizi se mu pak zhroutí iluze, že ho k volbě tohoto povolání a při jeho vykonávání vedlo opravdové přání pomáhat lidem, sloužit jim. Nepovažuji za zběhnutí, když takový člověk najde čestný ústup do výzkumu, do administrativy související s jeho dosavadní prací, anebo když se třeba začne živit něčím docela jiným než dosud. Ale

13 Opravuji se: Komu byl dán dobrý rodinný život. (Kdo ho má, rozumí)

je jisté, že by se těmto lidem měla věnovat zvlášť kvalifikovaná pomoc. Vždycky stojí za to hledat nové, hlubší zdroje generativity, cestu k nové radosti a tvořivosti v práci pro druhé.¹⁴ Je svým způsobem absurdní, že pomalu každý ligový fotbalista má k dispozici psychologa, aby ho držel v psychické kondici, když třeba musí podstoupit operaci menisku, když se začne bát osobních soubojů nebo když prostě ztratí tu správnou chuť do hry – zatímco když se lékařka na anesteziologicko-resuscitačním oddělení, kde se denně umírá, octne psychicky na dně, musí se o sebe postarat sama.

Závěrem dvě poznámky.

Krise životního středu, jak jsme ji popsali, je *čistý typ*, který se vyskytuje v učebnicích a tu a tam v životě. Jsou lidé, u nichž ani sebepečlivějším vyptáváním nezjistíme tuto krizi, a to nejen v „kritickém“ pětiletí, nýbrž ani dříve, ani později. U některých vyvolá takovouto nebo podobnou krizi těžká nemoc, neštěstí, smrt někoho blízkého, u mužů snad zvláště smrt otce. Často najdeme jen některé z popsanych prvků krize; někdy se krize životního středu táhne řadu let, komplikuje se zbrklými pokusy o vnější řešení.

Krise středu, i když proběhne optimálně, nekončí dosažením ideální ztraclosti, konečné životní moudrosti (a jakých jiných velkých slov bychom ještě mohli užít). Spíše můžeme pozitivní výsledek krize přirovnat k reformě společnosti: vyhlásí se správný program, přijmou se lepší zákony, vymění se nejzkorumpovanější úředníci – ale základní myšlenky se jen pomalu a těžko stávají skutkem, denní realitou. Proto se budeme v následujících kapitolách opakovaně setkávat s hlavními tématy krize životního středu.

¹⁴ Pokrizová generativita by měla být zbavena houževnatě se udržující iluze, že lidé, o něž pečují, jsou vlastně cvičnými objekty, že až na těch dalších ukážu, jak jsem dobrý ve své práci. Po krizi vím: ti žáci, klienti, pacienti, o které teď pečuji – to jsou ti hlavní, na nichž záleží!

Druhý dech

(Vývoj mezi 40 a 50 lety)

Běžec na dlouhé trati se dříve nebo později dostane do krize: je unaven, špatně se mu dýchá, má pocit, že už nemůže dál, že musí vzdát – na nic nemá větší chuť než vybočit z trati a sednout si do trávy. Pak náhle jako by z něj únava spadla, pocítí příliv nové síly a svěžesti, radostné nálady. Tělo poslouchá jako stroj, nohy se pohybují lehce a pravidelně. Říká se tomu druhý dech. Vydařená, dobře žitá čtyřicátá léta se podobají čerstvému druhému dechu. Čtyřicátník ví, co chce a co může, má před sebou jasný cíl, nerozptyluje se, jde kupředu klidně, pevně a věrně.

Zvolili jsme obraz běžce. Mohl by to být také starobyklý obraz oráče, který pevně drží svůj pluh a oře na poli hlubokou, rovnou brázdu. Tento obraz by lépe vyjádřil čtyřicátníkovu odpovědnost a zaměření na vznikající dílo. A museli bychom hledat další obrazy, které by vystihly, jak se čtyřicátnice statečně, trpělivě a radostně rozdává v péči o své dospívající i dospělé děti a první vnoučata (ale i o stárnoucí rodiče) nebo jak žena i muž bojují, když je ohrožen smysl jejich díla a budoucnost jejich dětí. Protože to všechno je generativita čtyřicátých let.

Že maluju barvotiskový obraz, ve kterém chybí strach ze stárnutí a úzkost zavírajících se dveří, manželské karamboly a nechutné rozvodové tahanice, válka mezi generacemi, zoufalé boje o udržení pozic, nemoci a otupělost? Na to všechno dojde. Ale *podstata každého životního období* je v tom, co se v něm má a může odehrát, *v jeho pozitivním určení*. A ta nenápadná, všední a samozřejmá, z vnějšího pohledu možná nezajímavá dělnost čtyřicátých let by se snadno ztratila ve složité a těžké problematice období, které probíráme. Všechno, co dále řekneme, nesmí přehlušit tento cantus firmus symfonie, kterou je lidský život.

Tělo, čas a smrt

Jak vám slouží zdraví?

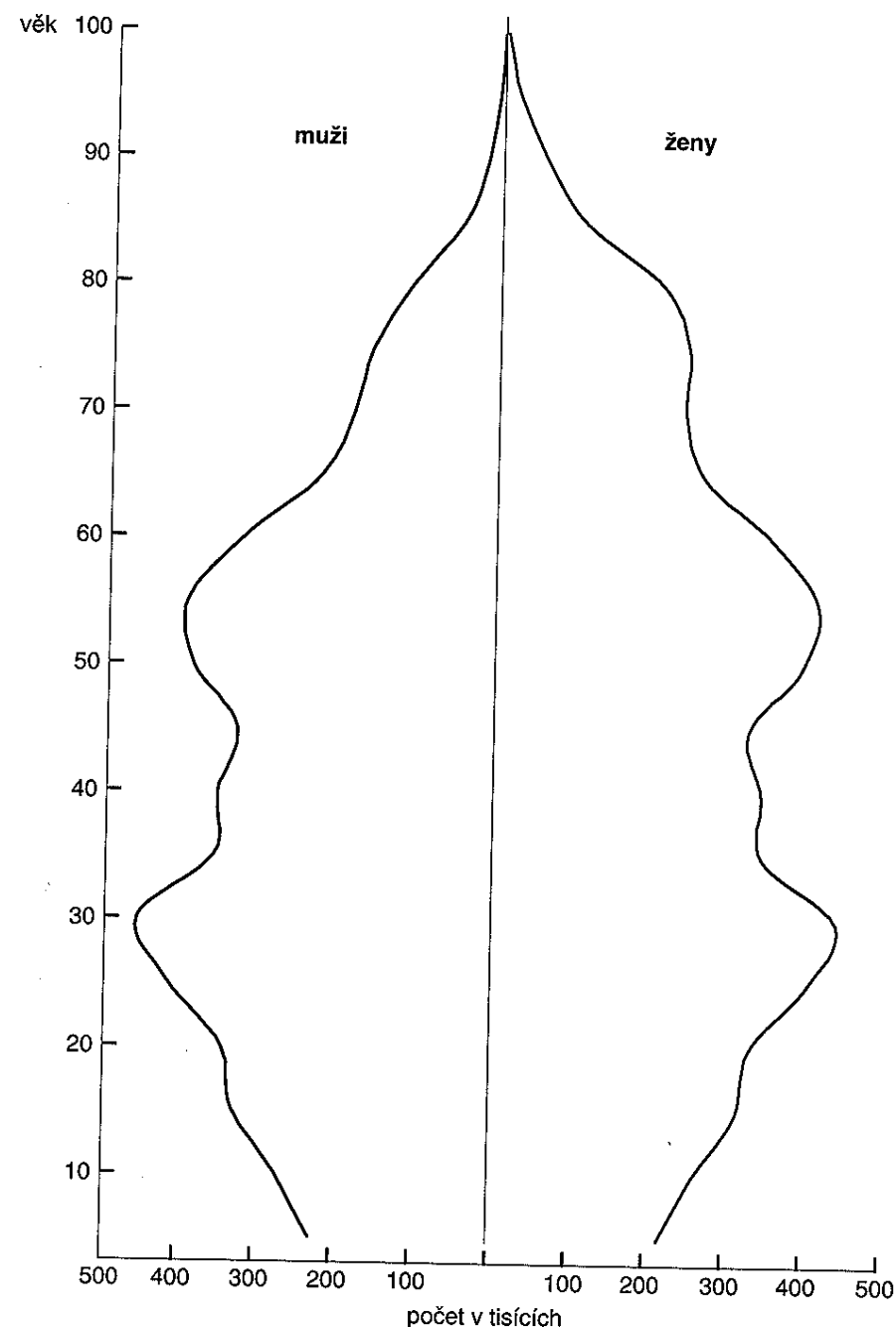
Výkon, kterého je lidské tělo schopno, po čtyřicítce už znatelně klesá. V běhu i v chůzi do kopce se čtyřicátník rychle unaví – i když ještě stačí pravidelný lehký trénink, aby předhlonil většinu netrénovaných třicátníků. V tomto věku se zvolna učíme opatrnosti a zdrženlivosti v pohybech: jednak sociální hodiny říkají, že už nejsme žádní fanfaróni, jednak stačí několik drobných, ale teď už snadno získávaných a pomalu se hojících zranění, např. natažená šlacha nebo poškozené kloubní vazivo, abychom přibrzdili. Dále se zotavujeme z únavné lyžařské túry i z proflámaného večera. Těžké jídlo cítíme dlouho v žaludku. Drobné infekce se déle vlečou, a tak si bereme deštník a ráno vteřinku uvažujeme, co si obléct, abychom nenastydli. Většinu z nás se stroj těla už připomněl nějakým drobným, ale vleklým defektem: páteřní ploténka, ledvinový kamínek, podráždění žaludku, ze kterého by se mohl vyvinout vřed, a ten zatracený hemoroid... Zhoršuje se krátkozrakost, to se dá srovnat brýlemi, jenže už abychom měli jedny brýle na dálku a druhé na čtení; ještě že jsou na světě bifokální skla. Dalekozrací, kteří nikdy nenosili brýle, si teď bez nich nepřečtou noviny. Zkrátka bída, i když tyhle prkotiny jsou celkem únosná bída.

Jsou horší věci: vážná nemoc, invalidita, smrt. Když slyšíme, že někdo zemřel, řekneme si jako dřív: „Chudák!“ – ale navíc nás napadne: „Kolik že mu bylo? A na co umřel?“ Po čtyřicítce úmrtnost už docela nepříjemně stoupá. Házíme to za hlavu, co taky jiného? Ale „pracuje“ to v nás. Jsme nějak vyrovnáni s tím, že tu nejsme navždycky, ale teď to začíná doléhat více zblízka. Když si s někým říkáme „Buď zdrav!“ – najednou to necítíme jako pouhou frázi. A snad dokonce už čteme ty novinové články o stoletých čiperech a čiperkách. Je to taková nevinná výmluva: když oni mohli ve zdraví dožít stovky, tak snad já při troše štěstí... Zkušené lékaři říkají, že v žádném životním období neprojevují lidé tolik strachu ze smrti jako mezi 40 a 45 lety. Pak se s tím nějak vyrovnají, nebo o tom aspoň přestanou mluvit.

Když už jsme si začali se statistikou, podívejme se ještě na dva grafy. První z nich znázorňuje tzv. *pyramidu života* (obr. 11.1), tak jak vypadala v roce 2001. Její zužování ukazuje, jak nás s věkem ubývá, jak životní cesta mnoha z nás končí ve čtyřiceti, v padesáti. Všimneme si také, že žen ubývá pomaleji. Pyramida je dosti nepravidelná, protože je zároveň obrazem historie naší země. Najdeme na ní „zářezy“ způsobené první světovou válkou i hospodářskou krizí třicátých let, kdy se rodilo méně dětí. Odborník by nám řekl, které výkyvy mají příčinu v tom, že bylo méně potenciálních rodiček, jaká byla ve které době ochota žen родit v určitém věku – a ochota potenciálních rodičů vůbec mít děti.

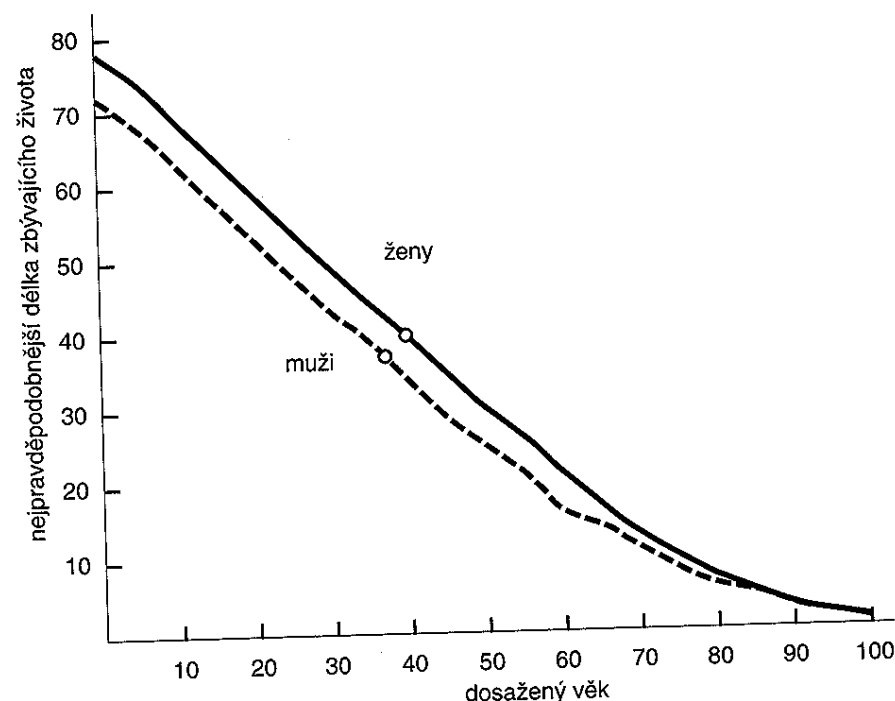
Životní vyhlídky jednoho každého z nás jsou lépe vidět na obrázku 11.2. Zde je na vodorovné ose věk, kterého jsme se dožili (tj. kolik let nám právě je), a k němu si můžeme najít na svislé ose, kolik let nám ještě zbývá žít, nebude-

Obr. 11.1 Pyramida života v České republice – rok 2001



Obr. 11.2

Nejpravděpodobnější délka zbývajících života v závislosti na věku, jehož už jedinec dosáhl



-li nám „osud“ nadržovat ani křivdit, budeme-li průměrní. Čtyřicetiletému muži zbývá dalších třicet čtyři, čtyřicetileté ženě třicet devět. Padesátník má před sebou dvacet pět, jeho vrstevnice třicet atd. Body označené kroužky půlí lidský život: Sedmatřicátník má naději žít právě tak dlouho, jak už žil; podobně je na tom dnes čtyřicetiletá česká žena. Stoletý muž i žena mají stejnou naději: něco přes rok (ale na jednoho stoletého muže připadá šest stoletých žen).

Mezi čtyřicítkou a padesátkou začínáme brát vážněji životosprávu: přestat kouřit, dělat něco proti obezitě („možná na tom něco je, co se pořád píše o cholesterolu a živočišných tucích, chtělo by to nějaký sport a méně schůzí“). Víc se hlídáme, soustřeďujeme pozornost na své tělo a jeho údržbu, rádi bychom oddálili jeho chátrání a pojistili se proti předčasné smrti, podobně jako to děláme se svým automobilem. Snažíme se do tohoto úsilí zapojit zdravotníky, někdy si při tom vedeme úzkostlivěji, než je zdrávo. Nějakou dobu trvá, než pochopíme moud-

rost G. B. Shawa: „Nešetřte svým zdravím. Spotřebujte je!“ Chybuje ten, kdo věnuje příliš mnoho života snaze o prodloužení života místo životu samotnému.

Ovšem nic proti rozumné prověrce životosprávy. Snad polovina nemocí je dnes zaviněna právě nezdravým způsobem života. Po čtyřicítce už stojí za to sehnat si trochu informací – snad ještě dokážeme pozměnit navyklý způsob života, i když nám lékař dosud nepředepsal žaludeční dietu, nenařídil shodit deset kilo a procházet se aspoň hodinu denně... Není jedno, co, jak a kolik jíme, kolik a jak spíme, jak mnoho pose-
dáváme v uzavřených místnostech – a hlavně jak mnoho se neradostně štve.

Už v roce 1943 popsala americká lékařka Dunbarová podle klinických pozorování osobnost muže náchylného k infarktu a k jiným srdečním onemocněním. Od té doby řada výzkumů upřesnila její popis.¹ Jde o muže se silnou citlivostí a touhou po uznání, velmi citlivé už na jakýkoli náznak ponížení. Mají sklon stále s někým soutěžit. Jsou netrpěliví a uspěchaní, útoční a dráždiví. Jsou panovační. Nedokážou přibrzdit svou aktivitu a relaxovat. Stále se snaží vnější úspěchy a důkazy mužnosti zamaskovat – i sami před sebou – nejistotu, úzkost, depresi. Pečlivé výzkumy ukázaly, že u těchto mužů je nebezpečí infarktu nejméně dvakrát vyšší než u opačného typu, že se u nich infarkt častěji opakuje a že jsou více ohroženi arteriosklerózou.

Popisuje se i „předinfarktový syndrom“, asi roční období vyčerpání a deprese u lidí tělesně náchylných k infarktu. Tvrdí se dokonce, že deprese, kterou často pozorujeme u pacientů po infarktu, je jen pokračováním depresivních pocitů, jež zde byly již před infarktem a které se staly jednou z jeho příčin.

„Infarktovou osobnost“ můžeme najít ve stavu zrodu už u mladých mužů, a dokonce i v dětství. Není to problém speciálně čtyřicetiletých, nýbrž dlouhodobého vytváření určitých postojů k práci a k životu vůbec. Avšak u čtyřicátníků můžeme tento problém vidět jako následek špatně vyřešené krize životního středu, která se často protahuje do tohoto věku.

Vraťme se však ke starostem o zdraví a ke strachu ze smrti. Po čtyřicítce se vyskytuje – častěji než v předcházejících i následujících desetiletích – neodbytný, mučivý strach z rakoviny nebo z jiné těžké nemoci. Psychiatři mají pro tento strach jméno: jde o *nosofobii* (česky nosos = nemoc, fobie = strach). Podnětem bývá nějaká drobná zdravotní porucha nebo bezvýznamná změna, kterou nemocný zpozoruje na svém těle. Přijde plný strachu k lékaři, který ho vyšetří a ujistí, že nejde o nic vážného, případně předepíše uklidňovadlo a vitaminy, aby pacient viděl, že s ním cítí a že pro něj udělal, co mohl. Nosofob odchází s úlevou, a i když se mu chorobný strach vrací, zápolí s ním jako se svým duševním problémem.

¹ V odborné literatuře se mluví o tzv. A-typu osobnosti, jeho opak se označuje jako B-typ. Většina lidí je nevyhraněná, můžeme je umístit někde mezi typy A a B, podobně jako většinu lidí umísťujeme mezi extrémní tloušťky a hubenosti.

Vážnější duševní poruchou je *hypochondrie*. Pacient přijde k lékaři opět s nějakou bezvýznamnou bolestí nebo změnou, kterou na sobě pozoruje. I jeho lékař vyšetří a ujistí, že nehrozí vážné nebezpečí. Hypochondr mu však *nevěří*. Bezdůvodně se domnívá, že lékař nepoznal jeho skutečnou, závažnou nemoc, přichází znovu, naléhá, podrobně líčí své obtíže a výsledky sebepozorování. Je-li víceméně zdvořile vykázan ze dveří s ujištěním, že mu „nic není“, hledá jiného lékaře, protože – ono není pravda, že mu nic není. Ve skutečnosti trpí, jenže zaměňuje duševní utrpení za tělesné. Jeho porucha spočívá v nepřiměřeném zaujetí vlastním tělem, lze tu dokonce mluvit o podivné formě zamilovanosti do sebe samého, o *narcismu*. Lék a rozumná domluva zmohou málo. Pacient potřebuje důkladnou odbornou psychoterapii, která by mu pomohla k nové citové orientaci.

Po čtyřicítce také přicházejí dosti často na psychiatrii pacienti, kteří, jak ukáže podrobné vyšetření, trpí v podstatě *pocitů prázdnoty a méněcennosti*. Bývají to úspěšní lidé, kteří však už v dětství a mládí měli potíže s navazováním plnohodnotných citových vztahů, protože byli příliš zaujati sami sebou. Zmínili jsme se o nich na str. 219 – bývají neschopni milostné intimity, opravdové manželské nebo vůbec partnerské lásky. Jejich úspěchy plynou z pracovitosti a houževnatosti, s níž se snaží dokázat sobě i druhým svou hodnotu. Jejich *touha po úspěchu a pochvale* je nenasytná, žárlivě závistivá. Pěstují svou duševní nebo tělesnou zdatnost, honí se za rekordy, za originalitou a osobní zajímavostí, za úspěchy na jevišti, v literatuře, ve vědě; někdy se úzkostlivě upínají ke svému tělesnému původu nebo i ke své mravní dokonalosti. Nevědí o této své zvláštnosti, své zaměřenosti na vlastní osobu považují za normální, samozřejmé. Nenapadne je, nechápu, jak může být někdo orientován jinak (podobné omyly v nejzákladnějších postojích jsou ostatně dosti časté). Všichni partneři či partnerky, ale i rodiče, kamarádi, nadřízení, kdokoli, jsou zde jen zrcadla, která odrážejí naši dokonalost, nebo ozdobou, která jí dává vyniknout (neřku-li rekvizitou velké divadelní hry nazvané „JÁ, JÁ, JÁ“). Sami o sobě nemají význam, jejich radosti a bolesti jsou nám lhostejné, mimo svou – ovšemže nesmírně důležitou! – funkci zrcadla či ozdoby jsou nezajímaví. Starý příběh o *Narcisovi*, který se zamiloval do vlastního obrazu, vyjadřuje mytickou zkratkou *jeden z nejsmutnějších lidských osudů*: samotu, která necítí svou osamělost, *zakletí v sobě samém*. Po čtyřicítce se často ukazuje marnost této hry, narcistické fikce se hroutí („Královno, jsi krásná, ale Sněhurka je krásnější!“), člověk začíná i subjektivně trpět a hledá pomoc – lépe pozdě než nikdy.

Co vidíte v zrcadle?

V pátém desetiletí se nám tělo nepřipomíná jen poklesem výkonnosti a nemocí. Stejně důležitá je konfrontace se zrcadlem: řídnoucí, šedivějící a vypadávající vlasy, přibývajících a prohlubujících se vrásky, kulatících se trup. Rysy obli-

čeje zvolna hrubnou, někdy jsou zahořklé a prozrazují životní únavu, rezignaci. Koutky úst však jdou dolů i pouhou zemskou tíží. Navykly pohled do zrcadla jakžtakž zvládneme, nějak jsme se naučili vidět na své tváři ty rysy, které jsou pozůstatkem mládí, a přehlížet to, co vypadá staře. Někdy však stačí uvidět se náhle z profilu nebo po probuzení při neobvyklém, silném osvětlení – a máme po náladě. A na večírku třicet let po maturitě... raději toho nechme.

Jsou zde však velké individuální rozdíly. Někteří muži i ženy si dlouho udržují tělesnou svěžest a krásu. Věk jen přidává jejich vzhledu na zajímavosti. Vedle uvádajících třicátnic existují i padesátileté sexbomby a něžné víly, při jejichž spatření se tají dech.

Kdybychom žili na pustém ostrově, nemuselo by nám záležet na tom, jak vypadáme. Ale jsme zde, mezi lidmi, a musíme *dělat dojem*. I když nám nejde o získání erotického partnera, záleží mnoho na tom, abychom vypadali pokud možno mladě. Jde totiž o to, aby nás mladí vůbec „brali“. Občas se nám už stane, že nás dvacátníci nebo i třicátníci neberou příliš na vědomí, poslouchají jen napůl, co jim říkáme, a víceméně nás přehlíží, jakmile jsou nablízku jejich vrstevníci nebo ještě mladší lidé. Postupně zjišťujeme, že i pro nás samotné jsou „ti mladí“ stále zajímavější a důležitější právě svým mládím, a zanedbáváme kvůli nim své vrstevníky, nemluvě o těch, kteří jsou ještě starší než my.

Právě jsme narazili – snad poprvé a snad jen lehce – na zeď toho, čemu se odborným termínem říká *ageismus*²: odpor ke stáří, pohrdání starými, předsudky vůči lidem vyššího věku. Je to *rub kultu mládí*, kterým je naše doba posedlá. Mládí se prohlašuje za něco bytostně lepšího, lidsky hodnotnějšího než stáří. I ve starých pohádkách převažují ošklivé zlé staré ježibaba a krásné mladé hodné princezny, ale najdou se i dobré moudré stařenky a na druhé straně mladé dívky, které jsou hloupé a zlé. V pohádkách je v tomto směru jaks takas rovnováha, protože jde – typicky – o boj dobra se zlem. Ale současný kult mládí vyzdvihuje *na nejvyšší příčku biologické hodnoty*: krásu, tělesnou zdatnost, sex-appeal. S tím se veze i lehkomyšlný optimismus a povrchnost mládí, sklon nabízet pro všechny problémy jednoduché technické řešení ignorující tradici.

Sociologové a historikové vědí, že v tradičních společnostech měl každý věk svou funkci a od ní odvozenou důstojnost. To se dnes vytrácí. *Stáří se chápe jen jako nedostatek mládí*. Stáří už není autoritou, považuje se za zkostnatělé, zastalé, směšné a ubohé. Působí stereotypní představa o starém člověku a podle ní jsou posuzováni všichni staří. Týká se to samozřejmě hlavně šedesátníků, sedmdesátníků a ještě starších, ale stín stáří padá už i na lidi mezi čtyřicítkou a padesátkou.

² Z anglického *age* = věk, stáří. Termín je vytvořen nelogicky, mělo by se vlastně říkat *anti-ageismus*, podobně jako *antisemitismus*.

Uvědomil jsem si to na Spejblovi a Hurvínkovi. Profesor Skupa je vytvořil jako dvojici roztomilých komických popletů. Dnešní Hurvíněk však je chytrý čipera, kterému se nesmějeme. Smějeme se *spolu s ním* starému, hloupému, trapnému Spejblovi.

Ageismus si svou silou nezadá s jinými zakořeněnými předsudky, např. s rasismem.³ Erikson a Lorenz jdou ještě dál: mluví o *pseudodruhovém protikladu*: „ti druzí“ jako by byli jiný biologický druh, na který se nevztahuje solidarita vlastního druhu.

A tak se ucházíme o mládí, nadbíháme mu, podbízíme se mu, chceme se mu za každou cenu podobat. Chceme mít mladé spolupracovníky, mladé přátele, mladé žáky, mladé milence a milenky. Usilujeme o to, abychom se podobali mladým: chováním, vystupováním, způsobem života, samozřejmě zjevem.

V předminulé kapitole byla řeč o plastických operacích, jimiž lze napravit přírodu, která člověka ošidila na půvabu. Teď jsme u stejného problému z jiné strany: jde o to přibrzdit stárnutí. Dá-li si čtyřicátnice nebo padesátnice omladit obličej liftingem (což je poměrně jednoduchý výkon bez viditelné jizvy), bývá s tím spojeno mnoho naivních snů, ale kdo ji odsuzuje, je pravděpodobně pokrytec. Odvážil-li se muž dát si podobným způsobem vylepšit vizáž, udělá dobře, zakryje-li změnu plnovousem a nesvěřil-li se ani blízkým přátelům.

Tedy takový je čas, ve kterém žijeme mezi čtyřicátkou a padesátkou. Čas k prasknutí napjatý mezi stářím a mládím, „nejvyšší čas“ zavírajících se dveří a nakonec čas „žalupných zmatků zralého věku“ (Vančura).

Čtyřicátník v zaměstnání

Jací jsme – čtyřicátníci – v práci? Na tuto otázku neexistuje jedna odpověď, nelze prakticky říci nic, co by se týkalo všech pracovníků. Rozmanitost profesionálních drah a jejich variant je sama o sobě velká a musíme ji ještě násobit rozmanitostí lidských povah, protože v každé pracovní pozici se lze zařadit mnoha různými způsoby. Můžeme tedy mluvit jen o *různých typech pracovníků* a o problémech, které jsou společné větším nebo menším okruhům lidí.

Mnozí se teprve po čtyřicítce ve své práci „najdou“: Nejrůznější rozptýlení a zábavy mladšího věku ztrácejí na přitažlivosti; čtyřicátník nemá už také tak dobré tělesné předpoklady, aby mu přinášely plné uspokojení. Prospěšná a úspěšná práce je teď nejpřirozenějším způsobem, jak získat nové sebevědomí a respekt u svého okolí. Tolik ostatně uhodily i sociální hodiny.

V některých profesích jsou čtyřicátá léta těmi nejproduktivnějšími, nejlepšími léty. Chirurg, který musí ve své práci spojit zkušenost s napjatou pozorností

a pohotovostí, vydržet několikahodinovou nepřetržitou duševní i tělesnou námahu dlouhé operace, je teď patrně na vrcholu. Podobně je na tom i učitel na základní a střední škole. V méně stresové práci, např. jako vysokoškolský učitel nebo jako lékař-internista, může člověk stoupat ještě po padesátce. Dělník vykonávající těžkou tělesnou práci je již na sestupu, ubývá mu sil a prací se rychle opotřebovávají zvláště jeho klouby. Kvalifikovaný dělník je po čtyřicítce velmi výkonný – pokud může při práci uplatnit zkušenost nahromaděnou za řadu let. Moderní doba s rychle se měnící technologií je k němu však nemilosrdná, protože *znehodnocuje jeho zkušenost*: co platilo ještě před deseti lety, může být nenávratně pryč, protože přišly nové materiály, nové nástroje, stroje, předpisy.⁴ V řídicí práci je možno být ještě na vzestupu, protože zde záleží mnoho na rozhledu a zkušenosti, na umění odhadnout lidi a jednat s nimi, na kontaktech, které je nutno budovat soustavně, trpělivě a dlouhodobě, na citové vyrovnanosti a na dalších osobních vlastnostech.⁵

Ve šťastné situaci je čtyřicátník, který už *nemá potřebu dokazovat* své pracovní a osobní kvality a nestojí o žádnou velkou kariéru. Nejde mu o povrchní efekt a rychlý úspěch. Proto může pracovat tak, aby to přineslo trvalý, dlouhodobý užitek. Šestačtyřicetiletá učitelka řekla: „Mně už moc nezáleží na tom, aby se mnou byli spokojeni žáci, rodiče a ředitelka. Nevěřili byste, jaká je to úleva. Mám samozřejmě svou práci ráda, dělám ji poctivě, ale říkám si: Jde o to, jak na mě budou děti vzpomínat za 10 nebo 20 let – aby řekly: to byla slušná a spravedlivá kantorka, a naučila.“

Kdo se nehoní za úspěchem, může teď prožívat *radost z práce jako takové* – a neexistuje zajímavější hra než zajímavá práce; může prožívat i uspokojení z mezilidských kontaktů, k nimž dává práce příležitost. Nešťastní jsou naproti tomu ti, kteří se křečovitě snaží o nejvyšší výkony a o služební postup – ačkoli je práce v podstatě už příliš netěší, nebo je dokonce nikdy netěšila, šlo jim jen o peníze, vyniknutí, moc a vliv. Častý je však i typ pracovníků, kterým po čtyřicítce nejde už o nic jiného než „odkrotit“ pracovní dobu. Jejich postoj je možno vyjádřit známým „Mládí pryč – do důchodu daleko!“ Vyskytují se v nejrůznějších povoláních. Tento postoj může vyplývat z osobnosti nebo také ze situace, ve které je každá iniciativa bezvýsledná a práce spočívá v nenáročném rutíně.

Silnou stránkou čtyřicátníka bývá *vytrvalost, trpělivost a houževnatost*, se kterou dovede jít za svým cílem. Například mladší vědecký pracovník se snaží dosáhnout výsledků příliš rychle, aby dokázal svou genialitu. Čtyřicátník, který se roz-

4 Jen skutečně vzdělaný, přemýšlivý, inteligentní dělník dovede využít starou zkušenost a na jejím základě si pak poradí i v neobvyklých situacích. Ve Spojených státech se dělník nad čtyřicet let označuje jako „starší“. Jen zřídka se s ním počítá pro vyšší funkci a považuje se za schopného změnit místo jen s obtížemi.

5 Etologové pozorovali v některých subhumánních společenstvech oligarchii, vládu skupinky starších samců založenou na vzájemné solidaritě, která se nevyskytuje u mladších samců. Vysvětlovat však lidskou gerontokracii analogií k tomuto jevu by jistě bylo neuvážené.

3 Z monologu opilého muže v pražské tramvaji: „Cikán a stará bába u mě nemají právo na život!“

loučil s chimérou Nobelovy ceny, volí pracnější, zdlouhavější, ale solidnější metody; méně podléhá módním novinkám, které se vyskytují ve vědě stejně jako v odívání.

Čtyřicátá léta jsou však také dobou, kdy musí své ambice odepsat řada žen i mužů, kteří mají dobré předpoklady vyniknout ve svém oboru a vést druhé. Důvody mohou být zdravotní, osobní, rodinné – mnozí z nás pamatují i „kádrový strop“. Čtyřicátník ví, že *za několik let bude pro něj pozdě*; nedostane-li svou šanci teď, nebude mu později už mnoho platná. Je možno zatrpknout, přenést těžiště svého zájmu do osobního života – nebo si najít uplatnění v nějakém vážném hobby.

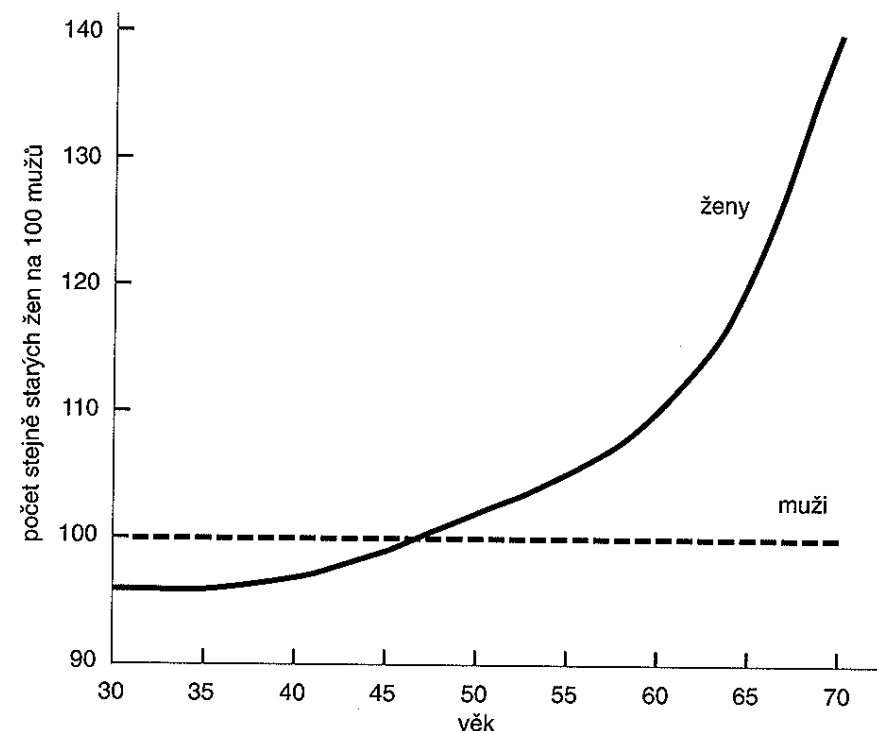
V minulé kapitole jsme se zmínili o *generativitě s hlubším ponorem*, která bývá pozitivním výsledkem dobře zvládnuté krize životního středu a která vede k mateřskému nebo otcovskému jednání s podřízenými i s mladšími spolupracovníky. Takový postoj se projevuje s věkem stále silněji a je také stále lépe přijímán. Čtyřicátník nebo padesátník ho často zaujme proto, že se na něj mladší pracovníci sami obracejí se žádostí o radu a vedení, a přijde mu na chuť. Jenže tento postoj není vůbec samozřejmý. Vedoucí pracovník na kterékoli úrovni mívá sklon soutěžit se svými podřízenými, dokazovat jim, že je vzdělanější, bystřejší, zkušenější.⁶ Soutěživý třicátník ve vedoucí funkci se ještě snese (předkládám teď podřízené ve věku kolem třiceti let a mladší), protože soutěž rovného s rovným patří k věci. *Starší soutěživý vedoucí je trapný*. Jestliže vyhraje, považuje se to za samozřejmé, a prohraje-li, pak se hloupě „honil“.

Zde předběhneme do příštího desetiletí. Po padesátce se dostane stárnoucí pracovník, a nakonec i stárnoucí vedoucí, do role, v níž je soutěžení zase na místě. Je to *role sparing-partnera mladých*, který staví zkušenost a houževnatost stárí proti svěžesti mládí a novým, modernějším znalostem a metodám, jimiž vládou mládí spolupracovníci. Tady se nic nezakrývá a je jasné, kdo musí dříve nebo později prohrát. Je to hořká role, ale i ona se dá hrát s humorem a moudrostí. (Čeká nás ostatně – pokud zůstaneme v úzkém kontaktu se svými dospělými dětmi – i v *rodinném životě*: naše děti budou rozumět životu lépe než my.) Někdy mají mladí svého zlostnatého „dědka“ uctivě rádi, jindy mu dávají neomalené, byť nepřímé, najevo, že by už měl své místo uvolnit. I tuto hru je třeba *dohrát do konce*.

Stárnoucí vedoucí musí už po čtyřicítce počítat s tím, že se na něj *přenesou city podřízených k jejich vlastním rodičům* (jako kdysi na učitele, viz str. 182), že budou vůči němu prožívat to, co ve vztahu k rodičům neventilují, protože jim v tom brání láska, úcta nebo strach.

6 Jde o sebeúctu: najdu-li na těch mladých chyby, slabiny, dokážu-li, že jsem lepší než oni – mohou si vážit sám sebe. Někdy jde i o touhu zaimponovat a být mladými přijímán jako rovný mezi rovnými a tím jaksí omládnout – tato cesta je však málo nadějná.

Obr. 11.3 Počet žen na 100 mužů v závislosti na věku



Žena a muž po čtyřicítce

Začneme tvrdou statistickou realitou: Mezi čtyřicítkou a padesátkou se obrací poměr mezi procentem žen a mužů v populaci. Rodí se o něco málo více mužů než žen a tato disproporce se udržuje až do třicátých let. Pak se však už projeví vyšší mužská úmrtnost a v padesáti je už poměr obrácený (viz obr. 11.3). Tyto číselné poměry nutně ovlivňují vztahy mezi muži a ženami – především s věkem stoupá počet vdov a rozvedených žen, které těžko hledají partnera. Nerovnost tohoto hromadného jevu se různým způsobem projevuje v individuálních vztazích.

Mezi muži, kteří se obracejí k sexuologovi se žádostí o radu a pomoc, je nápadně velké procento přibližně čtyřicetiletých. Stěžují si většinou na poruchy potence (ve smyslu schopnosti k pohlavnímu styku). Příčina tkví jen zřídka v onemocnění pohlavního ústrojí. Nejčastěji se zjistí, že postižený

muž nemá dostatečný zájem o svou partnerku, zpravidla manželku. Jen menší roli hraje přirozené snížení sexuální vzrušivosti dané menší produkcí mužských pohlavních hormonů, případně vyčerpání intenzivní prací – to bývá spíše až následkem úniku z domova do práce nebo i pouhou výmluvou. Jde prostě – řekněme to drsně – o *nudu plynoucí ze styku se stále stejnou partnerkou*.⁷ Existují jistě dlouhodobě intenzivní sexuální vztahy, v nichž – jak to říká americký spisovatel I. Shaw – „co kdysi bylo vytouženou radostí, stalo se během let vášnivou a neodbytnou potřebou“, jsou však vzácné. Plzák radí, abychom více pěstovali kult krásy a půvabu žen středního a pozdně středního věku, což by znamenalo orientovat se na hodnoty jiné než ryze biologické, zrušit kult mládí. Prozatím však musíme vzít na vědomí prostý fakt, že pro čtyřicátníka je jeho dlouholetá manželka často sexuálně málo přitažlivá a že tím vzniká ve vztahu vážné napětí.

Ztráta zájmu o styk není symetrická, protože u žen po čtyřicítce *sexuální vzrušivost a potřeba ještě neklesá*, někdy dokonce naopak stoupá (str. 316). Muž, který v manželském vztahu trpí stereotypy, je přitahován k jiným ženám, často mladším. Za dané situace se muž nezřídka mimomanželsky zamiluje a v novém vztahu načas sexuálně omládne.⁸

Milostný vztah ženy mezi čtyřiceti a padesáti lety k podstatně mladšímu muži bývá stejně silný, krásný, omlazující, pro oba partnery i duševně obohacující – a stejně problematický jako vztah muže k mladší ženě. Vědecká i populární literatura ho zanedbává. Je méně častý, patrně proto, že pro průměrnou ženu v tomto věku je obtížnější konkurovat „dvacítce“, že ji – při běžném způsobu života – více váže péče o děti a domácnost a že společenská morálka odsuzuje nevěru, případně rozvod, v těchto případech přikřeji než u muže. Sexuální vztah při velkém věkovém rozdílu poněkud připomíná incest (viz pohoršené: „Vždyť by mohl být jejím otcem!“); přitom incest matka–syn je v naší kultuře tabuizován tvrději a také se vyskytuje řidčeji než incest otec–dcera.⁹

Mužská touha užít, co se dá (ještě doznívá tradiční představa, že pro muže „v padesátce je všechno pryč!“), přání zastavit čas, nebo dokonce začít znovu, teprve tentokrát „na čisto“, vedou často k rozvodu a k novému sňatku, někdy i ke zplození dalšího dítěte – v tomto či jiném pořadí. Jde o jev svým způsobem typický, ale statisticky se neprojevuje žádnou rozvodovou „vlnou“. Tyto rozvody

jednak odporují obecně uznávané morálce, zvláště jsou-li v rodině ještě nedospělé děti, jednak jsou riskantní pro dotyčné muže, jak dobře ví veřejnost bavící se vtipy na „druhou mízu“ přespětačtyřicátníků. Muž v této situaci doufá, že bude jedním z těch výjimečných, kteří dokážou nejen zaujmout mladou ženu, ale také v příštích desetiletích stárnout biologicky i psychologicky co nejpomaleji, a případně přidat i výrazné pracovní či jiné úspěchy.¹⁰ Tak se zachová přijatelná rovnováha v manželství – jinak hrozí později nezáviděníhodná situace starého muže závislého na příliš mladé ženě, jež bude zdravější, citově pevnější, ekonomicky silnější, sexuálně svěžejší a potřebnější než on.

Z monologu šestačtyřicetiletého muže v manželské a předmanželské poradně: „Vy víte, že jsme v rozvodu, paní doktorko. Ta soudkyně chce, abychom ještě zkusili poradnu, tak jsem tady. Abych byl upřímný, o žádnou radu moc nestojím, ale když už nás sem poslali, a zřejmě musíme spolu chvíli mluvit, tak vám to řeknu – člověk vlastně potřebuje o tom mluvit, a o tomhle já skoro nemám s kým... Tedy já všechno vím, co se říká o mužích po čtyřicítce, a snažím se maximálně přesně analyzovat, co cítím a myslím, a беру se hodně kriticky, na to jsem ze své profese zvyklý, ale nakonec musím věřit tomu, jak to vidím svýma očima... Já nikdy nepoznal v sobě takovou radost jako teď za ten rok s Evou, já jsem nevěděl, že takové štěstí může být mezi mužem a ženou... jí je sedmadvacet, já budu za patnáct let dědek – kdoví, co bude, já vím, že lidská povaha je složitá a všechno se mění. Jenže mně prostě těch pár let za to stojí, a pak ať třeba je, co chce.“ (Monolog přešel v dialog a zvláštní shodou okolností – ovšem i díky mistrnému vedení případu zkušenou poradkyní – z rozvodu sešlo.)

Ze zkušeností starého manželského poradce: „Čím přísněji vychovaný manžel, tím horší rozvod. Nedokáže rovnou říct: s touhle ženskou nechci být, chci být s támhletou a každý mi může. On potřebuje dokázat sám sobě, svému okolí a taky ženě, se kterou se rozvádí (nemluvě o rozvodovém soudu, který požaduje důkazy o rozvratu manželství), že další soužití je nemožné, a dokonce nemorální, protože stojí na přetvářce, na nesvobodě, protože brzdí tuhle sebe-realizaci a ohrožuje duševní zdraví manželů i dětí. Výrobou těchto důkazů – a s tou výrobou začíná mnohem dříve, než si najde novou ženskou – promarní několik let života a zhutuje duševně všechny včetně sebe. Zapojí do toho sexuologa, manželskou poradnu a někdy i psychiatra.“

Byl bych nerad, kdyby se poslední odstavce vykládaly jako paušální protirozvodová agitace. Existují rozvody ve čtyřicátých, třicátých i dvacátých letech, jež jsou nevyhnutelným důsledkem chybné volby nebo různého vývoje obou partnerů. Vztah k majetku, ke kariéře, k nějaké společnosti, jež se pro jednoho z manželů stane nezbytnou a kterou druhý nesnáší, různý vztah k základním životním hodnotám – to vše může vést k odcizení, jež se stále prohlubuje. Manželé si pak opravdu nemají co říci, tráví volný čas každý jinak, jinde a s někým jiným – vztah je prázdný. Snad

7 Během čtyřicátých let ubývá v ordinaci sexuologa pacientů s tímto problémem: manželé najdou jiný způsob, jak se s ním vyrovnat. Ke konci čtyřicátých let se už sexualitou méně žije, přikládá se tedy i jejím poruchám menší význam.

8 Ženské manželské nevěry snad vrcholily už ve třicátých letech a nevedou tak snadno k rozvratu manželství. Žena se chce většinou spíše jen „vyřádit“ (Sheehyová) než začít v novém vztahu nový život.

9 Originálně uvádí Vágnerová (str. 384) jako možný výklad mimomanželského vztahu „*moratorium středního věku*“. Potěšení i strasti, jež přináší, mohou načas zaplašit hlásící se úkoly, které jsou této životní etapě přiměřené.

10 Nový vztah však může ztroskotat již v adaptačním stadiu, které je často ještě obtížnější, než jsou-li si oba partneři věkově blízcí.

Tab. 11.1

Věk partnerů, s nimiž vstupují do manželství čeští muži a ženy ve věku 40-45 let (Čísla v tabulce jsou procenta případů.)

Věk	do 20	20-25	25-30	30-35	35-40	40-45	45-50	50-55	55-60	60+	Počet případů
Věk nevěsty: 40-45 let	0,0	0,8	3,8	7,3	14,5	23,8	25,5	16,0	5,3	2,9	1699
Věk ženicha: 40-45 let	0,8	7,5	19,6	19,3	20,9	18,1	9,4	3,2	1,0	0,2	2234

80 % rozvodů v současné rozvodové epidemii je podle mého názoru zbytečných, nic neřešících, destruktivních. O žádném konkrétním rozvodu bych si však netroufal říci, že mu bezesbýtku rozumím, a tím méně, že mohu manžely morálně soudit.

Pro doplnění obrazu o manželských vztazích po čtyřicítce uvádíme tabulku 11.1, která ukazuje v procentech, jak staré partnery si u nás berou ženy a muži ve věku mezi 40. a 45. rokem. Tabulka vlastně jen podrobně rozvádí známý fakt, že věk muže bývá vyšší než věk ženy.

Beauvoirová, jejíž názory jsme již citovali, staví proti tradičnímu manželství (v němž byla žena ještě více závislá na muži, než je tomu dnes) ideál vztahu dvou partnerů, svobodný vztah muže a ženy, kteří jsou oba především samostatně začlenění do společnosti a umějí se v ní rozvíjet každý po svém, bez cizí pomoci. Základem vztahu pak má být „vědomí obou svobod“. Autorka říká: „Takové vyrovnané dvojice nejsou pouhou utopií. Skutečně existují, někdy v manželství, nejčastěji mimo ně. Některé poutá silná fyzická láska, ponechávajíce oběma jejich svobodu v přátelství a v povolání. Jiné spojuje přátelství, jež není na překážku jejich sexuální svobodě. Vzácnější jsou dvojice vytvářené jedinci, kteří jsou zároveň milenci i přáteli, a přece jeden v druhém nespátuje jediný smysl života. Vztah muže a ženy může mít ta nejrůznější zabarvení v odstínech kamarádství, rozkoše, důvěry, něhy, spikleneckví a lásky, jeden druhému může být nejvydatnějším pramenem radosti, bohatství a síly, jaký je vůbec lidské bytosti dostupný. Za ztroskotání manželství nejsou odpovědni jednotlivci, ale sama tato instituce, která je ve svém jádru zvrácená. Tvzení, že muž a žena, kteří si jeden druhého dokonce ani nezvolili, si musí po všech stránkách a na celý život navzájem stačit, je nehoráznost, jež vede k pokrytectví, lži, nepřátelství, neštěstí.“

Nepodepsal bych tento citát z práce uveřejněné v roce 1949 ve Francii. Po zkušenostech s vývojem rodinných vztahů a mimorodinné péče o děti v „reálném socialismu“ i mimo něj vidíme problém manželství i historicky jinak než Beauvoirová. Uvádíme ji jako korunní svědkyni ve při s pragmatickým, čistě praktickým pojetím man-

želství, které je dnes dost běžné a ke kterému psychologie v praxi ve jménu „přizpůsobení“ obyčejně spíše přispívá, než aby je korigovala.

Rozvod po čtyřicítce může být důsledkem druhé vývojové manželské krize (viz str. 269). Tato krize je podle Plzáka méně prudká, ale vleklejší než první krize ve dvacátých letech. Ohrožuje především ta manželství, ve kterých je soužití příliš těsné, uzavřené. Její podstatu vidí Plzák v tom, že muž se cítí mladší, zatímco žena se cítí starší. Žena se začne cítit a chovat závisle, vyčítá manželovi, že ji nemá rád, žárlí, vyhrožuje. Bojí se rozpadu manželství, rozvod se jí zdá horší než smrt. Vynucuje milostné projevy, žádá častější sexuální styk: neuvědomuje si, že v neklidné, napjaté atmosféře jsou mužovy milostné projevy nucené, sexuální styk nepřijemný a někdy už nemožný. Citové odcizení se prohlubuje.

Stává se, že muž vidí ženu více zestárlou a méně atraktivní, než odpovídá skutečnosti. Je to optický klam: není schopen si připustit, jak sám zestárl, provede proto nevědomě psychický kotrmelec zvaný projekce: „Ne já, ale ona zestárla! Bože, jak je ošklivá!“

Netvrdím, že každé manželství musí projít druhou vývojovou krizí, nebo dokonce první i druhou krizí, a to právě v té době a v takové podobě, jak učí Plzák. Netvrdím ani, že to platí pro většinu manželství. Spíše existuje celá řada různých typů krizí, které přicházejí ve dvacátých, třicátých a kterýchkoli jiných letech života. Plzákovy krize jsou však, když byly jednou popsány, dobře rozeznatelné a lze je řešit – či aspoň se o jejich řešení pokusit – poměrně jednoduchým způsobem, který vyplývá z mechanismu jejich vzniku.

Druhou manželskou vývojovou krizi zčásti vyvolává nebo aspoň uspišuje *odrůstání dětí*, které už nejsou tak účinným tmelem manželského soužití: odpadají rodinné výlety a dovolené, děti tráví mnoho času mimo domov a prázdné hnízdo je v dohledu. Dále tuto krizi spoluvyvolává zhoršení tělesné kondice, úzkost z ubíhajícího času a strach ze smrti na počátku čtyřicátých let, u žen přirozeně i klimakterium (viz str. 315).

Podle Plzáka je druhá manželská krize nebezpečná i proto, že často probíhá v době, kdy snadno vznikají *psychosomatické poruchy*, tj. tělesné poruchy, které mívají mimo jiné i duševní příčiny: vředová choroba žaludku a dvanáctníku, vysoký krevní tlak, arterioskleróza mozkových cév. Vzniká bludný kruh: krize zhoršuje tělesný stav a horší tělesný stav znesnadňuje řešení krize.

Matějček soudí, že krize manželství po čtyřicítce bývá vyústěním vážného neuspokojení v manželských vztazích, vleklých problémech, které se neřešily včas. Je tedy možno druhé manželské krizi předcházet? Ano, chceme-li to ovšem nazvat předcházením. Nejde totiž o nějaké speciální preventivní opatření, ale o *celé pojetí manželství* a o celý životní sloh: Kolik času trávíme jako manželé spolu? (Oba extrémy jsou pochybné.) Čím naplníme společně strávený čas? O čem budeme mluvit, kterým problémům se budeme vyhýbat? Co uděláme, když si v něčem neporozumíme? Jaké máme (nebo chceme mít) společné

přátele? Jak se hádáme, jak se usmírujeme? Vztah může růst, intimita se může prohlubovat.¹¹

Vytvářením intimního vztahu mezi mužem a ženou jsme se zabývali podrobně v kapitole věnované dvacátým létům. Řekli jsme, že jeho základem je sdílená zkušenost. Zbývá snad doplnit, že všechno, co nás jako manžely potká na společné životní cestě, včetně nemoci dětí a nejrůznějších dalších těžkostí, může intimitu posilovat, ale také oslabovat – zejména tam, kde chybí *komunikační otevřenost* čili dobrým českým slovem řečeno – upřímnost.

Americký psychiatr Gould popisuje, jak na sobě byli s manželkou navzájem citově příliš závislí. Žena tuto závislost překonala dříve než on a vývojově mu „utekla“, osamostatnila se. Krize měla šťastný konec – napsali spolu odbornou studii „Individuální růst a jeho důsledky pro manželství.“

Vztah se musí vyvíjet, protože se oba partneři mění a mění se i jejich okolí. Co se nemění, to nežije. Co nežije, co je jen mechanická setrvačnost života, který tu kdysi byl, to se rozpadá, ať ve dvaceti, čtyřiceti nebo šedesáti. Snažit se zastavit vývoj vztahu, protože by se mohl vyvíjet jinak, než jak se nám líbí – to je nejjistější cesta, jak ho zbavit života. Dojde-li partnerovi dech, dokážeme ho možná spoutat a udržet, ať je mezi námi citový vztah jakýkoli; je jen otázka, k čemu je to dobré.

Mezi generacemi

Na jedné straně generace dospívajících, případně už dospělých dětí s vnoučaty – na druhé straně generace rodičů, kteří jsou obvykle už v důchodu, často potřebují pomoc v nemoci a bezmoci... a umírají: taková je rodinná situace čtyřicátníka.

My a starší rodiče

Čtyřicátník musí osvědčit svou generativitu, svůj rodičovský postoj, i tím, že se stane „rodičem“ svých vlastních rodičů. Musí jim nejen pomáhat s těžší fyzickou prací a s náročnějším zařizováním nejrůznějších záležitostí na úřadech, ale postupně za ně také stále více rozhodovat. A to nejen když oni sami požádají o radu, nýbrž nakonec i tehdy, když hrozí, že udělají nějakou hloupost a je třeba rázně zasáhnout, domluvit, někdy dokonce prostě zakázat.¹² Mezi čtyři-

11 Paracelsus napsal: „Čím hlubší poznání, tím větší láska... Kdo si představuje, že všechny plody dozrávají současně s jahodami, neví nic o hroznech.“

12 Jsou i případy, kdy je nutno starého člověka zbavit svéprávnosti!

ceti a padesáti si musíme zvyknout, že jsme pro rodiče autoritou, že od nás čekají třeba i zásah do svých manželských sporů.

Je to zvláštní pocit. Rozumově je všechno jasné, ale: jak to, že já mám mít moc nad svým otcem, nad matkou? – A když nakonec starší rodiče nejsou víc než bezmocný, všechnu tělesnou péči potřebující kojeneček, to se vzpomínky rozběhnou tryskem a na mnoho věcí bychom se chtěli zeptat, ujasnit si, jak to mezi námi celá ta léta bylo – jenže bývá už pozdě.

Žít poblíž stárnoucích rodičů nebo – když už se nedokážou o sebe postarat – *přímo s nimi*, to je velká zkušenost (a mimochodem: důležitá škola pro naše děti). Matějček říká: „Ve věku po čtyřicítce, kdy vstupujeme do středního věku dospělého, stává se s námi určitá proměna. Začínáme se častěji vracet k tomu, co jsme prožili, a začínáme konečně rozumět i svému dětství. Ke svým rodičům, kteří se teď blíží sedmdesátce, se chováme daleko shovívavěji než dříve,¹³ vžíváme se častěji do jejich rodičovského postavení a začínáme chápat spojitosti, na které jsme dříve ani neměli čas pomyslet. Je to doba, kdy už nezískáváme mnoho nových přátel a kdy se už nepouštíme do mnoha nových podniků ani do nového učení, ale kdy v nás dozrává to, co bylo do nás kdysi výchovně vloženo. Kým? Především rodiči a všemi těmi, kdo s námi žili a měli nás rádi.“ (23, str. 327)

Čtyřicátníkům už také rodiče umírají, očekávaně i nečekaně. Cítíme smutek, prázdnotu i úzkost. Vnucuje se nám myšlenka: „Teď jsem na řadě já!“

Říkává se, že zatímco nejdůležitější událostí v životě ženy je narození prvního dítěte, *nejdůležitější událostí v životě muže je smrt jeho otce*. I když byl třeba už po léta po všech stránkách „ve výslužbě“, byl stále zde jako symbol autority i ochranné lásky. Jeho smrtí něco neodvolatelně končí a začíná něco nového. Zaznamenal jsem vyprávění dvaadvacetiletého muže, otce rodiny: „Tu noc po otcově smrti jsem měl zvláštní sen. Ležel jsem pod hvězdnatou oblohou. Náhle prudce zavál vítr – a polovina oblohy byla prázdná. Honem jsem se podíval na druhou polovinu oblohy, ale tam přece – jak mi bylo hned jasné – už dávno nejsou žádné hvězdy, vždyť matka zemřela před sedmnácti lety. Nikdy jsem se necítil tak sám jako v tom snu. A přece tu byla jakási útěcha. Jako by to, čím otec byl, jeho laskavost, jeho přísnost, to, jak mě měl rád – jako by to všechno teď bylo ve mně, jako bych já byl tím vším...“

13 To je norma, tak by to mělo být. Ale starší lidé bývají také protivní, podezíraví, nedůtkliví, rozkřikují se jako rozmazlené děti. A odpovědi zdaleka není vždycky shovívavost. Zaznamenal jsem případ čtyřicátnice, která se své matce, jež u ní dožívala, očividně mstila za jakési prastaré křivdy. Nedopřála jí ani hlt rumu, po němž stará paní prahla a který bylo snadno možné zakoupit z jejího důchodu. Když se babička, která ztrácela soudnost a orientaci, potulovala bezcílně po bytě, byla hrubým křikem zahnána do svého pokoje. Došlo i na to, že se stolice stala ještě jednou municí (viz str. 111). Zdravotníci a pečovatelské vyprávějí i drastičtější zkažky. Musíme dát pozor, aby se nám v tom hrubém, všedním, do očí bijícím nepřátelství mezi generacemi neztratilo to vzácné a jemné, o čem mluví Matějček a co je zde pro nás *jako možnost i jako úkol*.

Život s dospívajícími

A teď k té generaci, která přichází po nás. O tom, jak se žije adolescentovi s rodiči, jsme mluvili v osmé kapitole. Nyní je čas, abychom se na vzájemný vztah podívali z druhé strany.

Žít jako rodiče s dospívajícími je napínavé, krásné – a často těžké. Adolescent už dávno není jen roztomilý a zajímavý dítě. Je to *partner*, jehož jednání a názory musíme brát vážně. Když chceme a prosazujeme něco jiného než on, není to jednostranná výchovná záležitost (zlobení z jeho strany a usměrňování z naší). Je to konflikt, ve kterém stále častěji musíme ustupovat. Ukáže se třeba, že jsme po něm chtěli něco, co neodpovídalo jeho situaci, čím by vybočoval z běžného způsobu života dnešních dospívajících, s čím by neobstál ve třídě, v partě. A i když je docela jasné, co by bylo rozumné a prospěšné a řekneme mu to, můžeme narazit na odmítnutí, třeba: „Já vím, máš pravdu, ale pro mě je teď důležitější...“

Ale obraťme pozornost k příjemnějším stránkám života s adolescentem. S ním se nám *vrací naše mládí*. Dítě se dostává do věku, na který se sami u sebe dobře pamatujeme. Jeho tvář se podobá (i když to není vždycky nápadné) naší dospělé tváři, poznáváme u něj svůj způsob řeči, úsměv, gesta, myšlenky, které od nás převzal. A kupodivu, když nás na něm něco dráždí, ukáže se, že to je vlastně také naše, že to je *něco, co se nám na nás samých nelíbí*, vlastnost, kterou si neradi připouštíme. Dědičnost je mocná, a není jen biologická. Až nám někdy zatrne, když vidíme, teď už ve skoro dospělé podobě, co všechno jsme předali, aniž jsme tušili, dokonce proti své vůli. Ta zodpovědnost – to není legrace!

V adolescentech se poznáváme, dokonce se v nich vidíme. Vidět se v někom je krásný slovní obrat, který vyjadřuje rodičovskou lásku, často nekritickou.¹⁴ Fandíme svým dětem jako sobě. *Identifikujeme se s nimi*. Neexistuje totiž jen identifikace dítěte s dospělým (str. 135), ale také identifikace dospělého s dítětem, obvykle vlastním. Identifikace plodí krásný a mocný cit – ale nebezpečný. Znamená totiž *ztrátu odstupu*, který je nutný, máme-li vůči adolescentovi splnit svou úlohu. U dítěte je identifikace dobrá, dokonce nutná, má-li si skutečně osvojit, mají-li mu „vejít do krve“ hodnoty a normy jeho rodičů, má-li je pociťovat jako naprosto samozřejmé: například zradit přítele je špatné, a kdo by chtěl diskutovat o tom, proč je to špatné, plácá nesmysly! Dospělý si naopak musí zachovat odstup, a to hlavně ze dvou důvodů:

1. Odstup je nutný, abychom si stále uvědomovali, jak se naše dítě liší od nás samých. Jinak se těžko ubráníme *tendenci vidět v něm opakování vlastního*

¹⁴ Něco jiného je „opičí“ láska. Ta je také nekritická, ale hlavně v ní jde o rozmazlování, přílišné ochraňování, nadřezování; týká se hlavně malých dětí.

života, naplnění svých zklamanych ctížádostí. Budeme chtít, aby napravil, co se nám v jeho věku (i později) nepovedlo. Něco na tom je, rodinné problémy se někdy vlečou z generace na generaci. Ale nikdo nedohoní bycha na vlastních dětech. Nanejvýš se mohu snažit, abych neudělal ve výchově stejnou chybu jako moji rodiče – a i to s rizikem, že udělám chybu právě opačnou. Moje dcera, můj syn cítí něco jiného než já, má svůj svět, do kterého mohu nahlédnout, ale ve kterém jsem jen hostem. Nemohu být ani jejich kamarádem, i když něco kamarádkého ve vztahu mezi rodiči a adolescenty být může – v kamarádství (a přátelství) je podstatná rovnost, tady musíme přijmout nerovnost. *Chtít kamarádit s vlastními dětmi znamená podbízet se jim* – a zároveň je o něco šidit. Je to bláhová snaha nějak sám sebe propašovat do jejich mládí – jen budme klidně, a pokud možno suverénně, staří, takové nás potřebují.

Tohle nám děti připomenou, ledaže by se nás bály nebo nás litovaly. Příklad: Matka s dospívající dcerou v obchodě oděvy. Matka si zkouší – jen tak – letní oblek střížený podle módy mladých dívek. Točí se před zrcadlem, dívá se na sebe zálibně. Napadne ji: „Padnou mi; kdyby na to přišlo, ještě bych to mohla...“ Dcera (bezprostředně, bez úmyslu ranit): „Mami – to je ale odporný!“

Vyslechl jsem věcný dotaz: „Mami, ty už máš odtancováno, vid?“ Snad v tom bylo trochu nevraživosti, ale spíše se děvče ujišťovalo, že pro matku tanec a celá s ním spojená atmosféra erotického tékání jsou již jen vzpomínkou na mládí, které teď patří jí. Matka ať je raději stará, protože staří tvoří pro mladé spolehlivou základnu domova.

2. Je třeba *myslet na separaci*, odloučení. Dívali jsme se na separaci z hlediska adolescenta, který opouští rodiče. Ale *i rodiče se musí odpoutat*, a jde-li o jediné nebo poslední dítě, bývá to těžké. Léta adolescence rychle utečou, a vlastně už v nich probíhá loučení. Můžeme si dítě přidržet, můžeme se o to aspoň pokusit. Někdy stačí udělat málo, aby např. gymnazista nejistý volbou vysoké školy vstoupil do akademických šlépějí svého otce nebo matky. Když už volil podle jejich přání, poutá ho tato volba k nim, ať se s ní sžije, nebo ať se proti ní bouří.

Rázné separační prohlášení povahově vyrovnané čtyřicátnice žijící se třemi adolescenty: „Od té doby, co se narodili, to bylo pořád něco. A když tu odpovědnost nesete rok za rokem, přicházejí chvíle, že se vám chce zaječet: ‚Tak už vypadněte z hnízda, klackové – no bude to konečně?‘ Jako bych se po všech těch letech chtěla dostat zase sama k sobě, dopřát si sebe samu, jestli víte, co myslím. Samozřejmě v případě, že ze mě ještě něco zbylo...“

Dovolit adolescentovi, aby se citově odpoutal, znamená *riskovat, že ho ztrácím navždy*. To je velká zkouška generativity: pustit ho, aby měl k někomu jinému bližší vztah než ke mně. Tuto volnost potřebuje. Zároveň ovšem chci, a je to přirozené, abychom si i později rozuměli a byli si blízcí. Pro to se dá – jak

ještě uvidíme – leccos udělat, ale zaručený recept neexistuje, právě jako neexistuje zaručený recept, jak si udržet lásku kterékoli svobodné bytosti.

Nepodceňujeme temná zákoutí lidské duše, nepřeceňujeme rodičovskou dobrotu a velkomyslnost: *Loučení s adolescentem může být provázáno hněvem, konfliktem, nepřátelstvím*, ke kterému vydatně přispívají rodiče, obvykle jeden z nich. Je lehčí snést vlastní zlobu než smutek, zvláště když k ní máme dost důvodů: adolescenti bývají někdy sobečtí, bezohlední, líní i zlí, jejich láska k rodičům vlažná, rozporuplná, majetnická – tak to přece mezi lidmi chodívá. Někdy se s nimi loučíme s hněvem a hluboce ranění zklamáním, zvláště když jsme do vztahu k nim vložili příliš mnoho svých ambicí a nadějí.

Život je někdy prázdný a smutný. Ještě na prahu loučení vedou rodiče válku o dítě, o jeho přízeň. Předvádějí mu své „hry“, v nichž jeden je nesnesitelně, tvrdě spravedlivý a druhý nesnesitelně trpitelský, spory, v nichž se dokáže týdný mlčet nebo prohádát celé noci. *Adolescent je žádán, aby dal za pravdu nezvratně logickým argumentům*, aby utěšoval zraněnou duši, aby byl svědkem přiměřenosti i jeho porušování. Pozor, vážení! Práskne vám třeba v šestnácti dvermi (blesk z čistého nebe) a už ji (ho) neuvidíte, možná i peníze bude chtít posílat poštou. V častějším – a pro ni (něj) horším – případě využije vaší války k tomu, aby se od obou nechal(a) podplácet a rozmazlovat.

Věci složité zlé, pasti a propasti lidských vztahů, bývají pestřejší a na poslech zajímavější než dobro, láska, věrnost, trpělivě nesené břemeno, tichý růst. Připomínám proto, že to nejpodstatnější, co dovedu říci o čtyřicátých letech, je na první stránce této kapitoly, nikoli zde!

V dětech nás může potkat neštěstí. Uvedli jsme dítě tělesně poškozené od narození, dítě s velmi nízkou inteligencí a dítě s těžkou duševní poruchou, která se projeví už v předškolním věku. Každá z těchto forem neštěstí může přijít i později – úrazem, nemocí mozku i z neznámých příčin. Čtyřicátá léta nám může nesmírně ztrpčít *adolescent s chorobnou poruchou charakteru a společenské přizpůsobivosti*: egoistický, vypočítavý, bezcílný, krutý, nespolehlivý, neschopný lásku přijímat i dávat. Ve školním věku se snad dařilo jeho chování ještě udržet v přijatelných mezích rozumnou trpělivostí, přísnou důsledností. Teď však je natolik zkušený a tělesně zdatný, že na něj neplatí nic. Vymáhá peníze jakýmikoli prostředky, nepracuje, nestuduje, má sklon k alkoholu a drogám, vede neukázněný sexuální život. Snad se jednou najdou metody, jak tuto vadu včas rozpoznat a jak ji léčit. Zatím nezbyvá než chránit před takto postiženým jedincem ostatní děti, své vlastní duševní zdraví, klid i rodinný majetek – tak tvrdě, jak je třeba.

Jde o psychopata. Chce-li se někdo obětovat, znovu a znovu zkoušet navázat citový vztah a přivést ho k rozumu, chápeme ho a vážme si ho. Ale má právo obětovat pouze sebe, nikoli další členy rodiny.

Uvedli jsme jednoduchý, vyhraněný případ. Problém poruch osobnosti (dříve byly označovány jako psychopatie) je složitější. Je mnoho jedinců s dílčími psychopatickými rysy, silnějšími nebo slabšími. Adolescentní krize osobnosti spolu s výchovnými chybami může vést u jedince, který je ještě přijatelně (nebo i úplně) normální, k dočasnému zhoršení chování, které je pak možno zaměnit s psychopatií. Problém nemůžeme rozebírat, rodiče musí sami rozhodnout, kdy už hledat odbornou pomoc. Zde nám šlo o to doplnit obraz čtyřicátých let o jeden typ neštěstí, které nemůžeme předvídat, které nelze odvrátit, za které nemůžeme a které lze řešit jen nouzově.

Tchánem a tchyní

Než se nadějeme, náš adolescent se žení nebo vdává. Často se teprve teď od nás stěhuje a někdy se žení (vdává) dříve, než se od nás stačil pořádně citově odpoutat. Myslíme přirozeně na to, *jak bude vztah pokračovat*. Máme zmizet z jeho života, a jde-li o jediné či poslední dítě, tedy sedět v prázdném hnízdě a čekat, kdy (a zda vůbec) přijde na návštěvu? Co je správné, co je přirozené?

Odpovíme *pohledem do historie*. V zemědělské usedlosti, ať byla bohatá, nebo chudá, předal otec hospodářství synovi nebo zeťovi, když už nestačil na jeho vedení, a odstěhoval se na výměnek, který byl součástí této usedlosti. Oba rodiče pracovali podle svých sil, dokud mohli, a byli v denním kontaktu s mladými i s vnoučaty, případně s pravnoučaty. Vztahy byly někdy idylické, vřelé, někdy chladné, závistivé a kruté, tu horší, tu lepší. Vždycky zde však byla *blízkost*.

Při dnešním způsobu života rodiče a děti nespojuje společná práce a vzdalují je generační rozdíly ve způsobu života, v názorech na výchovu dětí atd. Někteří odborníci doporučují, aby mladí manželé bydleli co nejdále od rodičů, zvláště od matky manžela, a to aspoň po dobu adaptačního stadia. Jiní doporučují bydlet v těsném sousedství. Architekti navrhuji i dvougenerační rodinné domky. Optimální řešení, které spíše hledáme, než známe, se asi bude lišit podle toho, jak jsou generace věkově daleko od sebe, podle toho, zda mladí manželé mají děti, podle společenské vrstvy, podle osobních vlastností všech zúčastněných a podle toho, jaké byly jejich dosavadní rodinné vztahy.

Učebnicový příklad: Mladí manželé hned po sňatku založili rodinu („museli se brát“). Nastěhovali se do rodinného domku, který patřil rodičům novomanželky. Novopečená babička byla silná osobnost, měla potřebu i schopnost řídit chod věcí ve vzniklé dvojdomácnosti. Mladý manžel byl měkká, podřídívá povaha s dětskými rysy. Odpoutal se sice citově jakžtakž od vlastní matky, ale našel v tchynině osobnosti náhradní autoritu a silně k ní přilnul. Babička zahrnula do své péče i vnoučata, a protože se jí dcera ráda podřizovala (bylo to pohodlné), nedocházelo ke konfliktům. Po třech letech však mladý manžel, který dosud poslušně a ochotně věnoval všechnen volný čas rodině, začal prosazovat svou starou zálibu – jezdit s kamarády na ryby. Babička považovala jeho novou společnost za nevhodnou a v koalici s dcerou začala bojovat proti zeťovu rybaření. Uživalo se drobných intrik, a když to nepomohlo, začaly výčitky, naléhání a konečně scény s pláčem a křikem. Zeť reagoval tím, že si našel milenku (mateřsky laskavou). V novém vztahu uvázl natolik, že hrozil rozvod. Manželské poradkyni (mateřsky rozhodné) se podařilo prosadit rozstěhování mladé

a staré generace. Po pěti letech bylo manželství – pokud se dalo zjistit – v naprostém pořádku. Manžel jezdil na ryby, manželka chodila hrát košíkovou. Vztahy obou manželů k babičce však byly chladné až nepřátelské.

Podle mého názoru není ani správné, ani realistické žádat od rodičů, aby se odloučili od svých provdaných (oženěných) dětí natolik, že by se s nimi stýkali jen svátečně. Je přirozené, že se snaží být pro mladou generaci atraktivní společností. Zdravý je systém vzájemných výhod a služeb, které si mladí a starší poskytují. Blízké, ale nikoli příliš blízké soužití má patrně více výhod než nevýhod.

Mladá tchyně prozradila svou strategii: „Chci se s nimi stýkat co nejvíc, chci, aby ke mně běžely jejich děti, abychom se navzájem potřebovali. Přiznám se, že v tom trochu chytřím. Nedáváme jim žádné velké dary, na to ani nemáme. Ale předcházím si je, to ano. Když přijdou, jsou vždycky vítáni, dobře se u nás najedí, povídáme si, můžou mi nechat vnuka a jít tancovat, můžou u nás přespat, kdy chtějí. A zase jim řeknu, když potřebuju něco dovézt autem nebo něco od zeřova řemesla. Hlavní myslím je, abych jim do něčeho – s prominutím – nekecala. Co se mi líbí, to jim pochválím, jinak jsem zticha, ať se učí na vlastních chybách. Zatím to vychází...“

Prázdné hnízdo – i když poblíž jiných, plných hnízd – znamená někdy velkou úlevu a radost: *Konečně sami!* Najednou tolik místa, klidu, pohodlí. Zjednodušení: vztahový trojúhelník (nebo víceúhelník) je pryč, nemáme se o koho tahat, na koho žárlit. Je snadnější mít se rádi! – Jindy se ukáže, že manželství je beznadějně prázdné a stojí na rozvod. Anebo nastává stadium nového sblížení, objevování (někdy pracné!) toho, jaký ten celoživotní partner vlastně je, co ho těší a co mu dělá starost, co by se dalo společně podnikat: jakési nové namlouvání, možná víc z rozumu než z lásky.

Amerika kontra stáří?!

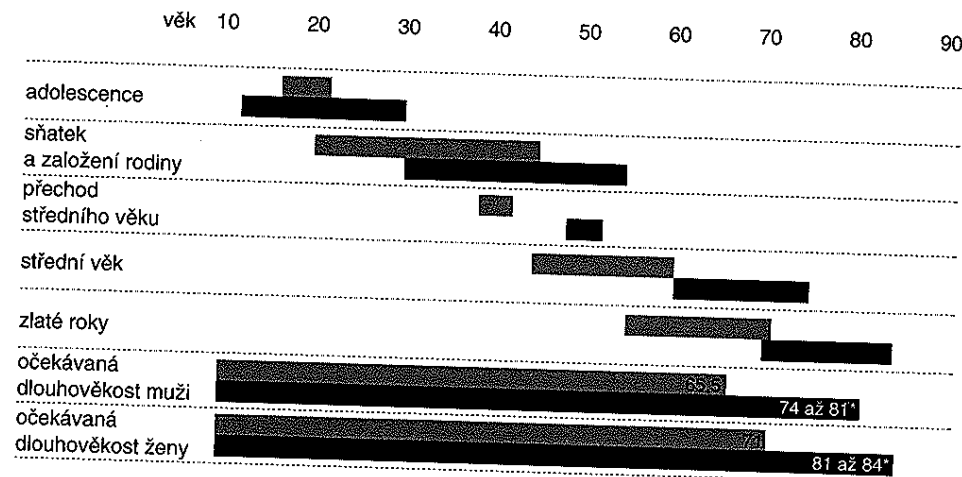
Gail Sheehyová¹⁵, která nám pomohla pochopit krizi středního věku (s. 280), přišla v devadesátých letech s razantním sloganem: **V padesáti začíná druhá dospělost!** Říká: „Období po padesátce se v naší době mění tak výrazně, že to otevírá úplně nový přechod do životních období, o nichž naši rodiče a prarodiče neměli ani ponětí.“

Obrázek 11.4 naznačuje výrazné posuny etap v celém životním běhu, které Sheehyová shledává ve Spojených státech a ke kterým nepochybně dochází do určité míry i u nás. Především se prodlužuje život, a to nikoli jen díky nižší novorozenecké a kojenecké úmrtnosti: *Naděje dožití se zvyšuje pro všechna*

¹⁵ Sheehyová není vědeckou výzkumníci v pravém smyslu slova, její metoda je spíše žurnalistická. Z jejího autorského stylu cítíme americký důraz na aktivitu, optimismus a společenskou úspěšnost. Jak kdo – já cítím vespod vytěsňenou úzkost současné Ameriky, snad i autorky.

Obr. 11.4 Desetiletý posun životních etap v USA podle Sheehyové

Srovnání životních období v padesátých (■) a devadesátých (■) letech.



Zdroj: Zprávy o současné populaci, Ministerstvo obchodu USA Věkové údaje jsou přibližné.
* Vyšší číslo udává průměrný očekávaný věk pro ty, kteří dosáhli 65 let.

věková pásma (u nás zjevně s podstatným zpožděním, zaviněným vládou komunistů). Zároveň se díky lepší výživě, pokrokům medicíny¹⁶ i kosmetiky a rozumnějšímu způsobu života zlepšuje fyzická kondice lidí středního a staršího věku; snad si mohou dovolit odhad, že to platí zejména pro lidi toho druhu, kteří čtou knihy, jako je tato. Lidé jsou schopni déle pracovat a přejí si to – s výjimkou těch, které ubíjí tělesně namáhavá práce a stereotyp a kteří proto spěchají do důchodu; právě takových pracovníků však díky automatizaci ubývá. Důchodový věk se posouvá až k sedmdesátce a ti, kteří důchod pobírají, často pokračují v práci. Sheehyová cituje univerzitního profesora: „Vždycky jsem si myslel, že v pětadesátiletých letech budu chtít odejít do důchodu. Teď se to začíná posouvat a myslím, že bych rád učil až do pětasedmdesáti.“

Cítíme se mladší, než by odpovídalo našemu věku! Přesněji řečeno, cítíme se *mladší, než odpovídá běžné představě o muži či ženě našeho věku*, protože vývoj této představy má určitou *setrvačnost*. V pozdním středním věku i ve stáří se studuje, sportuje, flirtuje – a rodný list se pečlivě ukrývá.

Posuny v mentalitě a aktivitě jsou větší než v samotném prodlužování života, jak naznačuje i obrázek. „Pětasedesátileté ženy začínají s odbornou kvalifikací,

¹⁶ Sedmdesátiletí muži mládnou podle Sheehyové o dvacet let pomocí růstového hormonu!

osmdesátiletí běhají maratony, devadesátiletí se znovu žení a vdávají a jsou stále sexuálně aktivní," skoro jása autorka. „Typický představitel nového muže ve středním věku se zajímá o životní možnosti v období od padesátky do stovky, zajímá se o to, jak proplout peřejemi rychlých změn mezi pětáctýřiceti a pětadesáti a nepřevrhnout v nich své manželství.“

Američanky se snaží předstírat mládí tím, že po čtyřicítce porodí dítě. Tady je ovšem snadno možné narazit na to, že v něčem se stárnutí zabrzdit nedá, a žena může od lékaře uslyšet: ani asistovaná reprodukce nepřichází v úvahu, vaše vajíčka už nejsou dobrá. Poslední možnost je – přijmout do dělohy vajíčko darované mladší ženou. A i když to podstoupíte, vaše snaha sociálně omládnout (jevit se mladší) může ztroskotat, až povedete caparta do školky – budou vás považovat za jeho babičku!

Jaké je to po padesátce?

(Vývoj od 50 do 60 let)

Švancara říká, že stáří zaskočí člověka obvykle stejně nepřipraveného jako pubertální tělesné změny. Nabízím vám proto – jako kousek prevence – úvodem k této kapitole malé cvičení.

Představte si, že je vám právě 55 let. Jste-li blízko tomuto věku nebo jste-li starší, představte si, že je vám o 10 nebo 15 let více, než vám je. Pokuste se vmyslet se do toho (jste-li mladí, musíte asi překonat dost velkou nechuť) se vším všudy: máte tělo a tvář pětapadesátníka, jste v jeho společenské situaci, lidé se k vám chovají podle vašeho věku. Představte si, že váš život šel asi tak, jak můžete realisticky čekat. – A teď vezměte tužku a papír a odpovězte si – tak upřímně, jak to dokážete – na tyto otázky:

1. Jaká bude moje největší radost?
2. Co mi asi bude dělat největší starosti?
3. V čem bude moje největší naděje do budoucnosti?
4. V čem budu vidět smysl svého života?
5. Kteří lidé mi budou osobně nejbližší (stanovte pořadí) a jaký asi budu mít vztah k jednomu každému z nich?

Jste-li hotovi, schovejte své odpovědi a vraťte se k nim, až dočtete tuto kapitolu!

Tak jaké je to po padesátce? Jednoduchá otázka, ale životní cesty jsou tak různé a složité, že se dokonce najdou jak odborníci, kteří toto období považují za mimořádně těžké, těžší než léta předtím i potom – tak autoři, kteří je popisují jako dobu poměrného klidu a pohody. Je to období, v němž ubývá tělesných

i duševních sil, ale zatímco jedni už klesají pod tíhou svých pracovních úkolů a nedočkavě vyhlíží „den D“ (důchod), druzí si dělají – důchod nedůchod – odvážné plány v práci i v soukromém životě. Je to doba *menopauzy* (přechodu), jež pro některé ženy znamená vítanou úlevu a pro jiné psychické trauma. Někteří se starostlivě soustřeďují na vlastní osobu – jiní nacházejí nový *mysl pro přírodu*, hudbu a výtvarné umění, objevují *nové city*, například babičkovské nebo dědečkovské. Někdo se snaží dohonit a napravit, co se mu v minulém desetiletí nebo i dříve nepovedlo – jiný klidně pro svou radost a pro užitek potomků sází jabloně nebo pěstuje králíky. Jak řekl Jaspers, *stárí je možno utr-pět – nebo je vytvořit*.

Slovo „stárí“ má tak *špatný zvuk*, že se ho lidé bojí. Když se psychologové ptali lidí různého věku, zda se považují za staré, celá třetina sedmdesátníků odpověděla, že ne. Protože nepovažují stárí za degradaci a také proto, že tak jako tak nejde o vědecký pojem s přesně stanoveným významem, budu tohoto slova užívat už o padesátnících – i když někteří autoři mluví do 60 nebo do 65 let o středním věku a teprve pak o stárí, případně dokonce „raném stárí“. Skutečnost, že stárí je pro dnešní dobu – a snad právě pro ni – těžkým problémem, ovšem nepopírám. Když měl Jaroslav Vrchlický čtyřicáté (!) narozeniny, oslovil ho slavnostní řečník uctivě „Důstojný kmete!“ To je nám dnes k smíchu – a pořádáme kuriózní akce jako „rok úcty ke stárí“.

Tělesné změny po padesátce

Výkonnost plic, srdce a dalších základních orgánů rozhodujících o tělesné výkonnosti zřetelně klesá. Koncem tohoto desetiletí ubývá poměrně rychle některých tkání, také svalových. Tím ochabuje držení těla. Zpomaluje se metabolismus (látková výměna), takže pokud jíme i dále tolik, kolik jsme byli zvyklí, snadno ztloustneme. Část mozkových buněk přestává fungovat, ale zji-stitelné zhoršení mozkových funkcí je – ve srovnání s individuálními rozdíly – malé.

Zhoršuje se smyslové vnímání, zejména sluch pro vysoké tóny. Padesátník – říká s povzdechem Příhoda – slyší hudbu už méně kouzelně; mnohdy však teprve nyní přijde na chuť vážné hudbě. Zhoršuje se i porozumění řeči, je-li třeba od ní „odfiltrovat“ rušivé zvuky. I tento nedostatek se později zvětšuje. Výstižný je název jedné divadelní hry o starých lidech „Viš přece, že neslyším, když teče voda!“

Některé involuční změny po padesátce jsou patrně neodvratné jako osud, aspoň pokud medicína nepřijde s novými objevy. Není však vlastně přesně známo, do jaké míry je tělesný úpadek ve stárí způsoben nečinností některých orgánů a systémů, nebo naopak jejich přetěžováním – a nakolik lze vhodnou

činností úpadek zpomalit. Tělo stárne také psychickými stresy, které stárí přináší (zhoršují zvláště arteriosklerózu), nedostatkem radosti, ponižováním, špatně snášeným zármutkem, lpěním na minulosti. Na hormonální systém – který, jak víme, spolu s nervovým systémem řídí činnost i vývoj organismu – působí bezpochyby blahodárně veselá mysl, zábava, tzv. aktivní odpočinek a vůbec čilý psychický život (snad bychom dodali: vnitřní mír a dobré svědomí).

Vztahy mezi tělem a duší jsou vzájemné. Právě tak jako duševní pohoda udržuje nižší patra nervově-hormonálního aparátu¹ v dobrém stavu, tak naopak pro duševní pohodu je nezbytná neporušenost celého systému.

Problémem bývá nespavost: špatné usínání, trhaný spánek, časně probouzení. Nemoci spát je krajně nepříjemné, zvláště když něco pobolívá (stejná bolest trápí v noci víc než ve dne, podobně i starost). Trochu pomůže už vědomí, že klidná, uvolněná poloha na lůžku je skoro stejně vydatným odpočinkem jako spánek. Většinou nespavců prospěje lehká tělesná únava před spaním, např. procházka; při nízkém krevním tlaku černá káva (!). Starší mozek se pomaleji zklidňuje, proto večer vynecháme těžkou duševní práci a každé rozčilování – i horor v televizi. Někomu pomůže, když před spaním provede malé „vyúčto-vání“ proběhlého dne, při němž hodí za hlavu nepříjemnosti, starosti a krivdy a vděčně si připomene, co dobrého mu den dal.² Špatně se nám spí, jsme-li v napětí s někým, kdo s námi leží pod jednou střešou, nebo dokonce v jedné ložnici.

U žen dochází k menopauze, tj. k vymizení menstruace, a to nejčastěji v jedenapadesáti letech;³ první nepravidelnosti a zeslabené krvácení se objevují asi dva roky předtím. Již o několik let dříve však klesá produkce hormonu est-rogeny, který vzniká ve vaječnících. To má za následek, že ubývá tkání roz-množovacích orgánů (také vnějších pohlavních orgánů) i prsů; zmenšuje se děloha. Je vidět ochablost ňader a úbytek podkožního tuku, což se projeví opět hlubšími vráskami a částečnou ztrátou typicky ženského vzhledu.

Mnoho se píše o psychických obtížích žen v klimakteriu. Popisují se neuro-tické symptomy: návaly horka, bolesti pánve a prsů, pocity dušení a krátkého dechu, záchvaty pocení, závratě, bolesti hlavy, podrážděnost, depresivní roz-ladění, nespavost, vnitřní chvění, mravenčení v údech, pocit prázdnoty. Žena se bojí duševního zhroucení a ovšem toho, že ztratí sexuální přitažlivost. V naší

1 „Nižšími patry“ rozumíme vývojově starší řídicí subsystémy, které jsou normálně podřízeny vývojově mladším, dokonalejším subsystémům. Nejvyšším subsystémem je vědomí, rozumové rozhodování. Tento subsystém však musí pracovat v souladu s celým duševním životem i s celým organismem, s jeho přirozenými potřebami a sklony (str. 39). Jung to vidí jinak. Podle něj vědomé Já musí komunikovat s hlubším a moudřejším *bytošným Já* (das Selbst), aby byla duše v rovnováze.

2 Velmi praktickým „opatřením“ uzavírajícím den může být večerní modlitba nebo meditace.

3 Celý proces nastává o něco později u žen, které začaly dříve menstruat. Podobně u mužů čas-nější puberta znamená pravděpodobnost delší sexuální aktivity ve stárí.

kultuře, jež chápe stáří převážně jen jako nedostatek mládí, dochází nyní snadno k celkovým pocitům méněcennosti. Vystupňování sexuální aktivity u některých žen před padesátkou i po ní lze pochopit jako snahu honem ještě užít, co se dá. Ožívají i sexuální přání, která byla dlouho potlačována. Některé ženy se bojí, že menopauzou ztratí sexuální citlivost.⁴ Vzestup sexuální potřeby v klimakteriu snadno vyvolává neklid a úzkost. Potlačování sexuálních přání a úzkosti s nimi spojené vede podle některých autorů k neuróze nebo k psychosomatickým poruchám.

Některé ženy se snaží vyrovnat ztráty spojené s klimakteriem stupňovanou společenskou aktivitou, přehnanou péčí o oblékání a kosmetiku – včetně kosmetických operací zmíněných v minulé kapitole. Může se objevit *strach ze ztráty ženské identity*, a ten se někdy kompenzuje velkou horlivostí v péči o děti nebo o vnoučata.

Nepříznivé důsledky klimakteria jsou mírnější, jestliže hladina estrogenů v krvi klesá pomalu; toho se někdy docílí hormonální léčbou. Také ženy, které mají dobrý pocit, že splnily svou mateřskou úlohu, snášejí klimakterium lépe na rozdíl od většiny žen, které neměly děti. Můžeme předpokládat, že na bezdětné ženy působí *viditelný konec možnosti stát se matkou* – a to i když rozumem dávno vědí, že děti mít nebudou, nebo je ani nikdy mít nemohly a nechtěly.⁵ Jsou i ženy, které na menopauzu reagují pozitivně a žijí sexuálně i nadále tak intenzivně, jak jim okolnosti dovolují. V některých kulturách menopauzou stoupá společenské postavení ženy. Tam jde o *vítaný životní přechod* a psychické obtíže v klimakteriu nejsou známy.

Existuje také *mužské klimakterium*? Reagují muži také na sníženou produkci pohlavních hormonů nějakou kratší nebo vleklejší duševní krizí? Tu a tam se pojem mužského klimakteria objeví i v odborné literatuře, ale nevžil se. Pokles hormonů a snížení sexuální aktivity jsou poměrně pozvolné.⁶ Ztráta potence ve smyslu schopnosti zplodit dítě se navenek nijak neprojeví, lze ji zjistit jen vyšetřením semene; schopnost sexuálně žít je na ní ostatně nezávislá stejně jako u ženy.

Mužům někdy zkomplikuje sexuální život v šestém desetiletí *vynětí prostaty*. Samotná ztráta prostaty nijak nenarušuje erekci a schopnost uspokojivě prožívat styk. Na nějakou dobu je však styk nemožný a celá oblast pohlavních orgánů je zdro-

- 4 Podle tradiční morálky byl pohlavní život mravný jen s podmínkou, že jeho cílem je zplodění dítěte. Pak se jevil styk po menopauze jako hříšný. Tato sociální norma mohla mít silný sugestivní vliv na ty, kteří ji akceptovali, zvláště pokud nacházeli dostatek příležitostí k jiným, nesexuálním citovým vazbám (tzv. sublimaci).
- 5 S rozšiřováním plánovaného rodičovství pravděpodobně klesá citový význam menopauzy.
- 6 Některí muži si po padesátce pochvalují *afrodiziaka* – léky působící krátkodobé zvýšení potence. Účinným afrodiziakem je tělesná a duševní odpočatost, pohoda, bezstarostnost a harmonie v partnerském vztahu. – Klesá-li potence rychle, vede to přirozeně (zvláště u těch mužů, pro něž sexuální styk mnoho znamená) k velmi nepříjemným psychickým stavům.

jem nepříjemných pocitů (hojící se rána, podrážděná močová trubice). Dojde-li k chirurgickému výkonu v době, kdy sexuální aktivita daného muže už slábne, je k jejímu obnovení potřebná trpělivost a něžná obratnost partnerky, případně i pomoc sexuologa.

Stárneme různým tempem. To je obecně známé, pokud jde o vzhled. Říká se například: „Je mu pětapadesát, ale vypadá jako zachovalý čtyřicátník“. Podobně se to jeví biologovi, který zkoumá jednotlivé orgány. V tomto smyslu se mluví o biologickém věku, který se může značně rozcházet s chronologickým věkem. Gerontologové se už desítky let snaží vyjádřit nějakým *souhrnným ukazatelem celkové biologické stáří* (či mládí) organismu. Daří se to špatně: padesátník může mít mozek „pětaticetiletý“ a ledviny „sedmdesátileté“. Říkává se: „Člověk je tak starý jako jeho cévní systém“, ale ani to neplatí obecně. Pacovský mluví o *funkčním věku*, do kterého by se měla zahrnovat i duševní výkonnost a svěžest, praceschopnost a v pozdějším stáří i schopnost postarat se sám o sebe. Žádný souhrnný ukazatel však nedává dost dobrý smysl. Zřejmě bude třeba stanovit *funkční věk vícedimenzionální*, protože sám proces stárnutí je vícedimenzionální, nestejnomyrný.

Člověk samozřejmě *stárne nemocemi*, ale ani tady není jednoznačný vztah. Někdo, kdo prodělává celý život řadu nemocí, stárne pomaleji než druhý, který je stále zdravý. Proces stárnutí je zřejmě do jisté míry nezávislý na zdraví a nemoci.

Proč vlastně člověk stárne?

Na tuto otázku se snaží odpovědět řada teorií. Laikovi je nejbližší představa, že se organismus *opotřebovuje* nepříznivými vlivy okolí, nevhodnou stravou, kouřením, přetěžováním a celkovým způsobem života, radioaktivním zářením, působením bakterií a virů. Tuto představu vědecky propracoval světoznámý biolog, Kanadčan Selye. Lze pro ni najít četné doklady. Například se zjistilo, že ženatí Američané, nekuřáci, žijící na zemědělských farmách, žijí v průměru o 22 let déle než silně kouřící staří mládenci ve velkoměstech. Známý je také častý výskyt dlouhověkosti v zakavkazském regionu; vysvětlení se hledá v *příznivém klimatu, stravě a způsobu života* tamních obyvatel. Jinou logiku mají teorie, které předpokládají úpadek v důsledku vnitřních procesů: dochází například k *chybám při stavbě nových buněk* (staré buňky tkání odumírají a musí být nahrazovány); nebo snad se v těle usazují *zplodiny*, jež tělo nedovede ani rozkládat, ani vylučovat. Velmi pravděpodobná je teorie, jež říká, že *stárneme podle genetického programu*: ne že by tělo dále nemohlo, ale genetický program říká buňkám: „Dost! Pohov! Rozchod!“ To by mohlo mít *biologický účel* – *udělat místo mladým*. Jedna z verzí této teorie praví, že mezimozek ve stáří produkuje hormon snižující imunitu organismu. Kdyby se podařilo tento demobilizační rozkaz z centra nějak zablokovat, snad by se život podstatně prodloužil.

Neznám žádnou čistě psychologickou teorii stárnutí. Zajímavá – ovšemže laická – je Čapkova myšlenka ze hry *Věc Makropulos*. Její hrdinka Elina se stále znovu omlazuje elixírem, který objevili středověcí alchymisté. Je tělesně mladá, ale duševně hrozně, mučivě stará, protože mnohokrát prožila všechny radosti a trápení lidského života. Je beznadějně chladná a prázdná, cynická, sobecká. Jen strach ze smrti jí zůstal.

Pacovský s oblibou zdůrazňuje, že stárnutí není – biologicky viděno – pouhý úpadek. Spočívá také v *účelné přestavbě organismu*. Starý organismus v něčem funguje jinak než mladý. Dovede se například zbavovat potem některých látek, které mladý organismus takto vyloučit nedovede. Snad existují celoživotně „spící“ mechanismy, které jsou geneticky dány, které se u živočišných předků člověka uplatňovaly celý život, u člověka však byly „zatlačeny“ vývojově novějšími mechanismy. Ve vyšším věku mohou být tyto mechanismy z nějakých důvodů výhodnější, proto se „probudí“.

A teď položíme zvláštní, neobvyklou otázku: *Proč vlastně existují staří lidé?* Má to nějaký biologický smysl, tj. smysl pro přežití druhu (přesněji řečeno: pro reprodukci genů)? Při takovéto úvaze se musíme vrátit o statisíce, snad miliony let zpět a uvažovat, jakou funkci mohli mít starší jedinci ve společenství hominidů, předků člověka. *Příroda není marnotratná*, a kdyby to bylo z hlediska reprodukce genů výhodnější, nechala by jedince umírat, jakmile pomine doba, kdy jsou schopni přivádět na svět kvalitní potomstvo. Proč žije žena ještě desítky let po menopauze?

Ukažme si nejdříve *užitečnost starých jedinců* u druhu, který je člověku biologicky na hony vzdálen: U jednoho druhu mūr jsou staří jedinci pomalí v letu a zároveň nepoživatelní pro ptáky, kteří jsou predátory těchto mūr. Lovící ptáci uloví s velkou pravděpodobností právě tyto staré, pomalé jedince, jejichž nepoživatelnost je odrazuje od lovu dalších jedinců tohoto druhu, takže mladší mūry jsou chráněny! – Nevidíme sice žádnou přímou analogii mezi mūrami a lidmi, ale inspiruje nás nevyčerpatelná vynalézavost přírody.

Zpět k lidem. Jací jsou staří? Uvažujeme-li biologicky, všimneme si, že *spotřebují méně potravy*. Nehodí se sice k lovu a boji ani k plození a rození dětí, ale mohou konat lehčí práce a pečovat o potomstvo. Muži jsou nyní méně agresivní a méně soutěživí, protože klesla produkce některých hormonů. Ženy ztrácejí na pohlavní přitažlivosti, a nejsou tedy už předmětem svárů mezi muži. Naproti tomu mají *cennou zkušenost*: vědí, co se hodí k jídlu a co nikoli, dovedou leccos vyrobit a předávají tyto znalosti mladým (to dělají už staré šimpanzí samice). Staří pamatují různé mimořádné události ze života tlupy, dovedou varovat před jednáním, jež by mohlo být v určitých situacích zhoubné. Jsou *nositeli tradice*, osvědčených způsobů jednání, které již při „holé“ biologické existenci pravěké lidské (i předlidské) tlupy tvořily patrně složitou soustavu. A lze se domnívat, že právě typický vzhled, pohyby a způsob řeči charakteristické pro starého člověka jsou zvláště vhodné k tomu, aby dodaly potřebnou váhu, auto-

ritu informacím a pokynům plynoucím z tradice. Už Cicero se divil: „... melodičnost hlasu se ozývá i u starého řečníka s nevšední krásou – jak je to možné, to nedovedu vysvětlit.“

Ale vraťme se k negativním stránkám stárnutí a k tomu, jaký mají psychologický význam.

Už o čtyřicátníkovi jsme řekli, že ostře sleduje své tělo, přechodná selhání i trvalé zhoršování jednotlivých funkcí. Padesátník k tomu má ještě více důvodů a často musí ze svých pozorování vyvozovat i praktické důsledky. Musí se umět vzdát zálib a někdy i pracovních výkonů, na které už nestačí. Musí rozhodovat, které nepříjemné a bolestivé pocity (teď jich přibývá) prostě ignorovat a se kterými se jít svěřit lékaři. Musí odolávat sklonu soustředit na své tělo příliš mnoho pozornosti.

Vedeme se stářím *ústupové boje*. Je třeba bránit každou pozici, ale také ji včas vyklidit, když už obrana nemá smysl. Stále je kam ustupovat, tj. nacházet si nové, uspokojující činnosti, na které ještě stačíme.

Nejpozději mezi padesátkou a šedesátkou se – až na skalní milovníky – *vzdáváme sportů* náročných na pevnost kloubů, rychlost a svalovou sílu. Zbytečně a nerozumně se však vzdáváme i řady krásných sportů, které je možno na rekreační úrovni pěstovat dál, jako je tenis, golf (pro bohaté), plavání, pěší turistika, lyžování (s výjimkou sjezdu), běh a řada dalších. Výjimeční muži i ženy ještě závodí, samozřejmě v seniorských kategoriích. Většinu lidí zůstávají jen procházky a pochůzky, případně práce na zahrádce a v domácnosti. To je ze zdravotního i kondičního hlediska pro zdravého člověka dost málo. Právě po padesátce, kdy je třeba brzdit tělesný úpadek, měli bychom především cvičit pohyblivost kloubů, posilovat svaly udržující dobrou postavu a chránící páteř, provádět pohyby, při nichž dochází k „masáži“ vnitřností, a udržovat vitální kapacitu plic.

Po padesátce výborně pomáhá k udržení kondice *hathajóga*, kterou doporučuje řada lékařů – nikoli na posledním místě psychiatři. Jóga je tělocvik příjemný, nejde v ní o to „potýrat si tělo“. Některá její cvičení, zvláště relaxační a dechová, lze provádět i v době nemoci. Jóga také učí vnímavosti k vlastnímu tělu, která je u mnoha lidí naší kultury špatně rozvinuta a která je neobyčejně důležitá v zacházení s vlastními city a v jejich ovládnutí; pomáhá i k pěstování pozitivního, snad můžeme říci laskavého vztahu k vlastnímu tělu – který naprosto není samozřejmostí.

Stále vycházejí praktické příručky pro nácvik jógy. Je možno jich použít, mnohem lepší však je začínat pod vedením instruktora – dokážeme-li se vyrovnat s tím, že kurzy hathajógy bývají spojeny s propagací náboženských názorů a praktik, jež k nám proudí z Orientu. Nácvik lze přizpůsobit věku a zdravotnímu stavu – začít může každý. Nesprávným a uspěchaným nácvikem podle příručky však může dojít ke zdravotnímu poškození. Zvláště dobré účinky má společné cvičení, zejména v přírodě.

7 Náš tradiční tělocvik někdy připomíná středověkou askezi, která „krotila“ tělo. Kromě toho klade důraz na sílu a rychlost, které už po padesátce ztrácejí na významu.

Duševní úpadek – nebo růst?

Ve stárnutí se většinou vidí hlavně úpadek, ztráta tělesných i duševních sil a schopností, ztráta půvabu a svěžesti mládí. Už od první kapitoly s tímto pojetím bojujeme. Opakujeme v různých souvislostech, že stárnutí – přesněji řečeno přibývání let – je zároveň cesta a na této cestě se sice některé možnosti, úkoly a příležitosti ztrácejí, avšak objevují se nové. *Proto každé životní období přináší něco nového, kvůli čemu stojí za to, aby jím člověk prošel*, něco, čím se může poučit a zdokonalit, a také něco, co může a má vykonat a prožít právě v určitém životním období. Je zřejmé, že tento záměr, totiž hledat pozitiva každého období, je s každým desíletím obtížnější. Jak se nám ho podaří splnit v této kapitole?

Nejdříve ztráty.

Nejnápadnější je *úpadek paměti*. Není to jednoduchý, celkový úpadek. Paměť není jediná funkce, nýbrž celá řada dílčích funkcí. Některé z nich už po padesátce slábnou, jiné zůstávají celkem neporušené. Především zapomínáme jména a čísla, případně odborné názvy, kterých užíváme jen zřídka; přesněji řečeno, nezapomeneme je docela, ale hůře si je vybavíme ve chvíli, kdy to potřebujeme. Dívám se v televizi na herce, kterého dobře znám, a najednou si uvědomím: „Vždyť já si nemůžu vzpomenout, jak se jmenuje!“ To se stane i mladšímu, ale teď je to častější, zvlášť když jsem unavený, rozrušený, když mám starosti a když mi na tom právě hodně záleží. Trpí tedy *rozpomínání*. Dále se zhoršuje *bezdělné zapamatování*: poslouchám třeba sportovní zprávy v rozhlasu, které mě nezajímají, ale přece – najednou si uvědomím, že vůbec nevím, co říkal hlasatel před třemi vteřinami. Nebo někde položím kladívko a za vteřinu nevím kam: spoléhal jsem, že se mi to samo vtiskne do paměti, jak to bývalo dřív. Když se člověku stane takových věcí za den víc, cítí se mizerně: „To nějak stárnu! Jestli to takhle půjde dál... a zřejmě čím dál tím rychleji...“ V rámci normálního stárnutí se naštěstí úbytek tohoto druhu paměti později podstatně zpomalí, nejde o katastrofu! – Jestliže se chci něco naučit zpaměti, např. báseň, trvá mi to po padesátce podstatně déle než dříve, protože mám *zhoršenou vstřípivost* paměti; ale co jsem se jednou naučil, pamatuju si ještě docela slušně, po této stránce paměť upadá pomalu.

Tyto ztráty padesátníka deprimují, ale vyrovná se s nimi. V diskusi se naučí mluvit trochu pomaleji a myslí trochu víc dopředu, aby ho nezaskočilo zpomalené *rozpomínání*. (Proto ti starci mluví tak „rozvážně“!) Nevzpomene-li si zrovna na nějaké jméno, tedy na chvíli odbočí nebo si pomůže jinak. Když se potřebuje něco naučit, udělá si na to víc času. Pečlivěji vybírá, co si opravdu potřebuje zapamatovat. Při práci si zvykne dávat kladívko zásadně vždycky na stejné místo. Zdokonalí svou „vnější paměť“, tj. zapisuje si všechno do diáře

a navykne si každé ráno diář otevřít. Stane se z něj tak trochu pedant, ale nadělá méně zmatků než mnozí mladší.

Slavný americký psycholog Skinner popsal, jak se naučil kompenzovat nebo zastírat svou zhoršenou paměť mnoha drobnými triky. Vymýšlel je s pravou vědeckou důkladností. Když si ráno vzpomněl, že by si dnes měl vzít deštník, hned ho vyndal ze skříně a pověsil na kliku, při odchodu by mohl zapomenout. Každý vědecký nápad si hned poznamenal do notýsku, který se naučil nosit s sebou a večer si ho dávat na noční stolek. Když chtěl něco říci v diskusi na vědeckém zasedání nebo ve společnosti, nejdřív si to v duchu dvakrát zopakoval. A se ženou si nacvičil malou scénku: Když ve společnosti potkali někoho, kdo mu byl povědomý, ale nemohl si vzpomenout, jak se jmenuje, obrátil se k manželce se slovy: „Miláčku, znáš přece...“ a jakoby se chystal tohoto člověka představit. Manželka do toho vpadla slovy: „Ale samozřejmě že znám! Jakkak se máte?“ – Takže představování odpadlo. Pro nejhorší případy měl připravenou humornou poznámku o špatné paměti starců: „Jednou jsem si v hotelu v recepci nemohl vzpomenout, jak se sám jmenuju!“

V současnosti jsou „velmi vyhledávané kurzy tréninku paměti (v poslední době nabízené i u nás)“ (20, str. 95).

Nepříjemné je *zhoršení postřehu*: Hledáte v polici nějakou věc a „nevidíte“ ji, ačkoli ji máte před nosem, protože je v jiné poloze, než jste čekali. – Ten druh postřehu, který je potřebný pro řízení automobilu, funguje ještě dobře. Zdravý řidič po padesátce snadno vyrovnává nepatrné zpomalení svých reakcí větší opatrností. Počet nehod padesátníků nestoupá. Ve složité dopravní situaci vyžadující bleskové rozhodování mohou selhat spíše než dvacátník nebo třicátník – ale obvykle se takové situaci vyhnou. (Mizerní řidiči samozřejmě existují v každém věku.)

Zvýšená *duševní unavitelnost* se musí vyrovnávat tak, že pracovník více využívá své rozvahy a zkušenosti a vyhýbá se činnosti vyžadující ostré tempo. Takovou možnost mívá často ve vedoucí funkci. Například vedoucí sekretariátu (tajemnice) může po padesátce podávat výborný výkon, zatímco jako výkonná sekretářka, která musí stále brát telefony, vyřizovat množství vzkazů, odpovídat lidem, kteří jí vpadají do dveří a ještě po chvilkách psát dopisy, stačí tempu už jen s největším vypětím a každou chvíli něco splete. Proto je radno snažit se dosáhnout už před padesátkou vedoucí funkce (máme-li na ni) nebo si najít pracovní činnost, při které lze „žít“ hlavně ze zkušenosti. Jinak bývá po padesátce někdy nutné přejít naopak na méně kvalifikovanou, jednoduchou práci.⁸ Padesátník si také musí umět lépe organizovat duševní práci: například studium náročných materiálů je třeba v denním rozvrhu umístit do prvních dopoledních hodin, kdy je mozek ještě svěží, v dalších hodinách pak lze vyřizovat rutinní záležitosti.

8 Říkám „někdy“, protože v našich podmínkách většinou důvěryhodnost, solidnost a svědomitost snadno vyváží úbytek duševních sil, rychlosti a pohotovosti. Leccos také vyrovná pravidelnější a střídmější životospráva.

Někteří padesátníci jsou *citově zranitelnější* než dříve. Lehko se dojmají až k slzám, hůře snášejí stres a psychický konflikt, hádky v rodině nebo na pracovišti. Snadněji se u nich vyvine přechodná duševní porucha nebo reagují na stres nespavostí, zvýšením činnosti štítné žlázy, srdečním selháním, propadají pocitům méněcennosti. Jsou zde však velké individuální rozdíly. Některí padesátníci jsou *naopak psychicky v životní formě: jsou duševně pevní, odolní, dokonale ovládají projevy svých citů a dovedou být druhým oporou*. Životní zkušenost a to, že centrem jejich zájmu není jen jejich vlastní osoba, jim dodává klidné vědomí nezávislosti.

Na padesátníka někdy dolehne současně pokles tělesné i duševní výkonnosti a odolnosti, snížení zájmu druhého pohlaví, osamělost, neúspěchy v práci (kde si možná dělal příliš velké naděje), nevděk dětí, tělesné onemocnění. Musí zmobilizovat všechny síly – ale ne, aby se ještě víc neradostně štvál. Spíš vzít rozum do hrsti, odlehčit loďce svého života tím, že vyházáme staré haraburdí, které s sebou vlečeme a nevíme už ani proč; podumat, kde by se pro nás našlo trochu radosti a povzbuzení, a jít dál s nadějí, že zas bude líp, že se otevrou nové možnosti kolem nás a nové zdroje elánu v nás. Mnoho lidí to nedokáže a marně se trápí měsíce nebo i léta. Jestliže zareagují příliš silným, patologickým smutkem a úzkostí, jde o *depresivní involuční krizi*, kterou má léčit psychiatr. Jinak by pacient pro apatii nebo pro úzkostný neklid nebyl schopen pracovat, mohl by také z duševní bolesti a zoufalství skončit suicidiem. Po uzdravení žije s novou chutí a výkonností.

V padesátých letech se už na psychiatrii objevují i pacienti, jejichž obtíže jsou zaviněny nebo zhoršeny špatným prokrvením mozku – v důsledku *sklerózy cév*, jež zásobují mozek krví: mozek se pomalu dusí nedostatkem kyslíku. Takoví pacienti bývají *podráždění, zapomnětliví, špatně se soustřeďují, špatně ovládají své city, bývají depresivní, přestávají na sebe dbát* atd. Starší psychiatrie měla sklon vykládat většinu psychických obtíží a příznaků po pětadesátce jako projevy sklerózy, se kterými se celkem nedá mnoho dělat. Byla to doba, kdy psychiatři často kladli až příliš jednoduché rovnítko mezi duševní poruchy a nemoci mozku. Dnes jsme dál. Mnohé psychické poruchy jsou pro nás především *poruchami lidských vztahů*, ve stáří stejně jako v mládí; počítáme s existenciálními neurózami u lidí, kteří ztratili smysl života; víme, že deprese se často objevuje tehdy, když člověk není schopen rozloučit se zdravým smutkem (třeba i dost hlubokým) s tím, co miloval a co je nenávratně pryč. Zde všude se otvírá pole pro psychoterapii, a to nejen po padesátce, nýbrž, jak ještě uvidíme, třeba i po osmdesátce.

A jak může člověk po padesátce *ještě duševně růst*?

Ústupový boj s tělesným a duševním úpadkem, který každý z nás po padesátce vede či povede, je nová velká zkušenost – a zkouška, ve které lze obstát a propracovat se k odolnosti, trpělivosti, přejícnosti a smyslu pro humor, které

mladší věk nezná. Ten ústupový boj probíhá různě. Jsou lidé, kteří se ještě v komické slepotě drží iluze, že jsou mladí. Sázejí všechno na jednu kartu, najdou si třeba mnohem mladší partnerku a zplodí s ní dítě.⁹ Kundera: Padesátník dá duši za kus mladého masa! Slyšel jsem padesátiletého muže, který se radostně chlubil svou známostí s pětadvacetiletou dívkou: „A jsem zamilovanéj jako v osmnácti!“ Přejme mu to, ale je to epizodická repríza adolescentní lásky, je to odolávání (nebo popírání) stáří, ne růst. Je-li nám v padesáti nebo později dána láska k mnohem mladší ženě nebo muži, není to láska osmnáctiletá... Ke klasickému růstu padesátníka patří spíše stesk po mládí sdílený se ženou, která stárne vedle nás (tělesně možná nápadněji než my muži). Hájit pozice, které ještě lze udržet, a bez paniky, snad s hořkým humorem odepisovat to, co je definitivně pryč. Smutek loučení. Zdravý je ten smutek, kterým se propláceme (verze pro některé muže: prosmutníme) k nové radosti, k nové radostnosti.

Ke šťastným padesátým létům patří *vnoučata*.¹⁰ Dnes mívá žena – když někde nedojde k průtahům – první vnouče ve čtyřicátých letech a může být velmi vášnivou babičkou, žije však ještě hodně svým povoláním, dětmi, erotikou a dalšími radostmi a starostmi. *Zlatá doba babičkovství a dědečkovství nastává po padesátce*. Zde se naplňuje ještě jednou potřeba otevřené budoucnosti, o níž mluví Matějček: „Zavřená budoucnost by znamenala zoufalství... Člověk více či méně uvědoměle touží mít důkaz o pokračování toho, co je z nás zrozeno, a to i jako pokračování našeho tvořivého díla výchovy... Jsme tedy částí tvořivého životního proudu a sami vědomými tvůrci. Vždyť vztahy k dětem znovu ožívají ve vztazích k vnoučatům a rodičovství přechází v prarodičovství celkem plynule. U vnuků se hledají rodové znaky tělesné i povahové, pokračují výchovné zásady, tvoří se rodinná tradice... Zopakovat si něco z vlastního dětství ve svých dětech a pak i ve vnoučatech je vyjádřením tendence, která má kořeny hluboko v lidské osobnosti a která míří až za hranice našeho osobního času.“ (23, str. 16–17)

Babička o první vnouče: „Jsem s ní moc ráda. Když si představím, že bych měla ještě jedno vlastní dítě – hrůza! Vstávat k němu a všechny ty starosti... Ale když ji mám párkrát v týdnu na hlídání, já jí ji opatřím, potěším se s ní – to je taková zvláštní radost, někdy najednou brečím, ani nevím jak...“

Dědeček: „Své děti jsem měl rád, to ano, ale nějak jsem tomu ještě nerozuměl. Tohle je něco jiného. Teď vidím, že život je zázrak. S vnukem si vzpomínám, s jakým vzrušením jsem kdysi honil motýly. – Přejde mi, že se vůbec nebojím smrti, cítím, že tohle

9 Netvrdím, že to je vždycky komická slepota. Jsou bohatíři, kteří na to mají – Charlie Chaplin zplodil ve šťastném manželství se ženou nejméně o půldruhé generace mladší své poslední dítě, když mu bylo 72 let. (Skeptik dodává: „Tak aspoň praví legenda o Charliem Chaplinovi!“)

10 Nezapomenout na jedinečnou příležitost k hlubokému porozumění a citovému sblížení matky s těhotnou dcerou, možná i se snachou!

je i můj život. Kdyby ten kluk nebyl, spousta věcí by mi už v tomhle novém světě byla fuk. Ale kvůli němu mě zajímá, co učitelky dnes dětem říkají o zvířatech, co je to učí za básničky, a co jim servíruje ta naše televize...

K prarodičovství patří také *předávání tradice*. Špatný dědeček, který mávne rezignovaně rukou: „Tomu, co je dnes učí o životě, já nerozumím. Je to jiný svět, ať v něm žijou taky s jinými názory. My jsme bojovali za něco jiného...“ Chyba! *Ve výchově vnoučat pokračuje dialog generací*. Ponětí o cti, lásce, věrnosti, čistotě, pravdivosti (jak samozřejmě je pro dnešní děti lhát!), příběhy o statečném princí, o husitech a jiných hrdinech nestárnou tak rychle jako naše automobily a jako mozkové závit. Položí tyto příběhy základ k charakteru mých vnoučat?¹¹ Budou v životě hledat něco víc než co nejvíc štěstí? To jsou teď, po padesátce (a což teprve později!) důležité otázky, i když takhle výslovně si je položíme jen někdy – nebo vůbec ne. Ale pracuje se na tom, když se mluví o motýlech, autech, vojácích, později o vymřelých národech, kosmických letech, o svědomí, o sexu – o čemkoli.

Náboženství samozřejmě patří k věci. Samo toto slovo dnes ovšem budí odpor, a to nejen v české kotlině, která patří k nejvíce odnáboženštěným regionům světa.¹² Klademe si otázku, co z duchovní tradice, kterou jsme převzali od předků, je skutečně živé, čemu sami doopravdy, nejen ze setrvačnosti, věříme, na čem zakládáme svůj život – a jak to předat dál, teď především vnoučatům. Je to životně důležité, a přitom obtížnější než kdykoli dříve. Všechna dogmata jsou otřesena, jen se zeptejte profesorů teologie! Co žije, to jsou ty dávné příběhy, které se mohou stát našimi příběhy osobními...

Rané stáří (nebo – trváte-li na tom – střední věk po padesátce) přináší *novou citlivost, smyslovost*, resp. smyslnost (ale ne v úzce sexuální smyslu, spíš naopak). Náš zrak je zase o něco horší než před deseti lety – ale dovedeme se lépe dívat a z toho, co vidíme, máme větší radost, větší estetický požitek.¹³

Teď se díváme na věci a lidi *méně s užitkovou otázkou, co z nich můžeme mít*, k čemu bychom jich mohli použít, k čemu nás vyzývají, co nám od nich hrozí.

11 Stane se, že když je dnes vyprávím svým vnoučatům, sám je pochopím nově, trochu jinak než kdysi.

12 Lhostejností, zklamáním, odporem, posměchem i nenávistí reaguje velká část národa zejména na církev. Příznivější reakce budí výrazy „duchovní život“ nebo „spiritualita“, pod kterými rozumíme spíše *prožitky a ušlechtilé jednání* než instituce, jejich nauky a nároky. Se sympatiemi je často přijímána „orientální spiritualita“ a její meditační praktiky, tváří v tvář ekologickým hrozbám ožívá mezi mladou generací smysl pro posvátnost přírody, snad dokonce náběhy k uctívání Matky Země.

13 O kojencích jsme řekli, že se seznamují se světem kolem sebe – a to s vášnivým zájmem – očima dříve než rukama. A k stáru, když ubývá jiných smyslových radostí, učíme se znovu *intenzivněji vychutnávat zrakové požítky*. Přejde-li nakonec nemohoucnost, nepohyblivost, kdy už člověk – řekli bychom – ze života nic nemá, on nám řekne, jak si cení toho, že se ještě může na svět dívat. Zvláštní: tito lidé říkávají, jak je těší, že mohou ještě vidět – slunce!

Snad to souvisí s poklesem sexuálního zájmu: i v pohledu na krásnou ženu nebo muže je méně žádostivosti¹⁴ a více obdivu, úžasu, radosti; také více zvědavosti, přání poznat, jaké věci opravdu jsou, co druzí lidé opravdu cítí a nač myslí – nejen co jsou ochotni pro nás udělat a jak by se to dalo zařídit. Učíme se – a je to někdy hořké, ale nutné – *milovat jednostranně*, fandit těm, kteří o nás nestojí a stěží budou stát, protože jsme staří a oni mladí, nebo nás nechápu, jsme jim cizí.

Vyvíjí se generativita. Počítá teď méně s odezvou. Když dvacetiletá matka miluje své dítě, je pro ni samozřejmostí jeho citová odezva (viz str. 262). Po padesátce máme své děti rádi, i když se nám odcizily, myslíme s láskou i na vnoučata, která ani pořádně neznáme, na žáky, kteří nám nerozumějí. Maslow říká, že každý člověk potřebuje lásku, ale člověk skutečně zralý a moudrý, „seberealizující“, vystačí s malým „přísunem“ jejich projevů, vydrží mnoho nepochopení i nenávisti a pohrdání.

Osobní růst souvisí s *introverzí*; s tím jsme se setkali už u krize životního středu. Jung považoval druhou polovinu života za dobu, v níž převažuje – ovšemže ne absolutně – introverze, obrácení dovnitř. U nás Vondráček učil, že *lidé se sklonem k introverzi bývají šťastnější ve druhé polovině života*, zatímco extravertům lépe sedí první polovina. Introvert má – vyjádřeno jednoduchým přirovnáním – větší psychickou setrvačnost. Jeho bohatství je více v jeho vnitřním světě než na hraniční čáře mezi ním a okolím. Proto lépe snáší samotu a má větší sklon řídit se podle svých zásad (což má samozřejmě i své nevýhody, zvláště v menší přizpůsobivosti nárokům okolí).

Znovu je třeba se zmínit o *smrti*. Tak jako v kapitolách věnovaných dětství jsme se pokaždé vraceli k vývoji motoriky a intelektu, nyní je *stálou aktualitou konečnost života*. Po padesátce nemyslíme už tolik na to, jak daleko jsme od začátku života, nýbrž kolik nám zbývá do jeho konce.

Slyším však námitku: Proč se vlastně máme pořád vyrovnávat s hrozbou smrti? Proč to patří k duševnímu růstu? Není naopak optimističtější, radostnější a činorodější ten člověk, který dokáže tuto hrozbu „hodit za hlavu“, nemyslet na ni, žít, jako by smrti nebylo, zařizovat se na světě, jako by měl žít do sta let? Kdo na smrt nemyslí, ten se jí snad nebojí?!

Mám dvě odpovědi. První: Ten, kdo citově popřel hrozbu smrti, musí vynakládat mnoho sil na to, aby toto popření udržel, musí se *pořád násilně utvrdovat ve svém optimismu*, vyhýbat se smutku, „hlídat“ své city, vrhat se do horečné činnosti v práci i v zábavě – podobně jako o dvacet let dříve ten, kdo odmítal přijmout krizi životního středu. Jeho štěstí je povrchní. Udeří-li na něj

14 Někteří autoři mluví o *zjemnění sexuálního zájmu*, který se stává estetičtější. Cicero přirovnává erotické požítky starců k požítkům diváků sedících v poslední řadě divadla: rozkoš je menší, ale „dostatečná“, jak říká.

vážná nemoc nebo onemocní-li vážně někdo z jeho nejbližších, snadno propadá úzkosti a zoufalství. Lékaři vědí, jak těžce pak takový člověk nese bezprostřední ohrožení a jak jeho duševní stav komplikuje i tělesnou nemoc. Takový křečovitý optimista je ochuzen o část svého citového života (můžeme si to představit tak, jako kdybychom na houslích odstranili strunu, na které se hrají nejnižší tóny, nebo jako kdybychom zakázali divadelní hry se smutným koncem) – a přitom je vlastně duševně křehčí a zranitelnější! Padesátník, který svou smrtelnost akceptuje jako citovou skutečnost, zaměstnává se jí nakonec méně. Náš psychiatr Dobiáš napsal, že *člověk by se měl na smrt připravovat v době plného zdraví*, že by na ni měl myslet často; což samozřejmě neznamená, že bychom se měli v těchto myšlenkách vyžívat a věčnými hovory o smrti a nemocech otravovat život svému okolí. – Seneka řekl, že abychom se smrti nebáli, musíme na ni myslet.

Druhá odpověď: Kdo žije s přijatou perspektivou smrti, je *svobodnější*. Chápe, že více záleží na tom, jak žijeme, než jak dlouho žijeme. Nezáleží mu už na tom, aby uspokojil svoji ješitnost. Nezajišťuje se pro všechny možné případy. Cítí, že je nejvyšší čas pro všechny statečné činy, které jsou psány v jeho životním scénáři.¹⁵ Nic už neodkládá na dobu, kdy bude „lepší počasí“. Ví, že právě teď je čas, aby zbavil přetvářky vztahy ke svým nejbližším, aby ze sebe vydal to nejlepší, co v něm (ještě, či teprve teď) je, aby naučil ty mladší všemu, co umí a ví, aby se narovnal a přestal kličkovat, aby se postavil za správnou věc. Taková změna smýšlení se nemusí navenek projevit nijak nápadně, ale jste-li s takovým člověkem, pocítíte něco z jeho vnitřní svobody, nakazíte se jeho čínorodostí, smyslem pro humor i vážností, ve které je to všechno založeno.

Duševně růst ve zralém věku není – jak vidíme – snadné. Stejně dobře lze duševně upadat, uzavírat se do sebe, vnitřně chudnout a zalézat někam do kouta – nebo se křečovitě držet svých pozic a bít přitom kolem sebe hlavu nehlava. Mnoho záleží na společenském klimatu, případně na tradičních formách, které dávají starým lidem určitý společenský status.¹⁶ Společnost adorující mládí a pohrdající stářím, společnost odmítající tradici ve jménu uměle konstruovaných dějin, společnost odmítající racionalitu jako stálé přezkoumávání kladených cílů ve jménu racionalizace prostředků sloužících daným cílům iracionálně, bez kritické reflexe, společnost bezstarostně přislušující jakékoli změny v zájmu povrchní utilitárnosti – plní gerontopsychiatrická zařízení a domovy pro přestárlé,¹⁷ v nichž se už jenom dožívá.

15 Cicero: „...plně zastávat úkoly, které ti náleží, a pohrdat přitom smrtí. Z toho vyplývá, že stáří je dokonce odvážnější a statečnější než mládí. To je smysl odpovědi, kterou dal Solon tyranovi Peisistratovi. Když se ho Peisistratos ptal, nač se vlastně spoléhá, že mu tak nebojácne odpovídá, řekl mu: „Na stáří.“

16 U některých přírodních národů získává žena menopauzou výsadní postavení; jinde muž postupuje mezi elitu tehdy, když se jeho syn stal bojovníkem a žena dosáhla menopauzy.

17 Slovo *přestárlý* zde vyjadřuje degradaci stáří, o níž je řeč; jinak je odmítám stejně jako Vondráček (viz str. 328).

Žena v muži – muž v ženě

Jak známo, muži i ženy se biologicky liší nejen pohlavními orgány a viditelnými vnějšími znaky, jako jsou nadra, boky, rozložení podkožního tuku nebo typ ochlupení. Liší se také tím, jaké hormony vyplavují do krve jejich vaječníky nebo varlata, nadledvinky a hypofýza. Není tomu však tak, že by mužovy žlázy vylučovaly jen mužské hormony a ženské žlázy zase jen ženské. Spíše lze mluvit – zjednodušeně – o *převaze mužských hormonů u muže a ženských u ženy*.

Hormonální rozdíly mezi muži a ženami se zmenšují už před padesátkou a toto zmenšování pokračuje i po padesátce. Má to důsledky pro tvar těla i pro rysy obličeje, ale také pro citový život. Muž se stává méně výbojným, bývá mírnější, laskavější. Naopak u ženy se někdy objevují *mužské povahové rysy*, je průbojnější, ráznější, přebírá dominantní roli v manželském páru.¹⁸

Nejde asi jen o hormony. Někteří psychologové tvrdí, že nás společnost v mládí tak trochu znásilňuje, že nám něco bere, když nás nutí, abychom se přísně vyhranili (identifikovali) buďto jako žena, nebo jako muž. Zejména *tradiční stereotyp* žádal od muže bojovnost, ráznost, potlačování vlastních citů, schopnost zajistit rodinu a podle potřeby ji chránit a hájit její zájmy i za cenu, že budeme agresivní k ostatním lidem. Od ženy se naopak žádala mírnost, laskavost, poddajnost, potlačování vlastních agresivních impulzů, jež by mohly ublížit dětem a snad i způsobit roztržku s mužem (což by mělo zhoubné následky pro rodinu). Můžeme spekulovat o tom, že takové vyhraňování mužského a ženského pólu mělo účelnou funkci již v době, kdy se vytvářel lidský genetický program.

Když je však potomstvo odchováno, není už třeba, aby byli muži a ženy tak vyhranění jako dříve. *Nyní může muž projevit i své „ženské“ povahové sklony*, měkkost, přání podřizovat se vedení, mírnost a laskavost, pasivní umělecké zájmy – tedy mnohé z toho, co by mu v mladším věku (přínejmenším podle úsudku většiny) ubíralo na mužnosti. Dokáže se hodiny nimrat s vnučaty. Užívá si toho, co si v první polovině života vědomě či bezděčně odříkal.

Vnímavá lékařka po návratu z večírku 35 let po maturitě: „Byla jsem na všech našich pomaturitních slezinách, ale tentokrát mám takový zvláštní, nový dojem. Jako by ta padesátka zbavila naše kluky nějaké – snad neurvalosti, dravosti. Oni jsou mírnější, laskavější, je mezi nimi víc porozumění, respektu... až se mi chtělo brečet, jak mě to došlo.“

Žena může naopak „obléknout kalhoty“ a užívat si toho, co se těžko srovnává s tradičním ženským stereotypem: *tvrdě a naplno se rozběhnout v pracovní*

18 Bonmot: Muž si má najít takovou ženu, aby mu s ní bylo dobře i tenkrát, až ji bude na stará kolena poslouchat.

kariéře, dominantně organizovat život rodiny, stavbu chaty nebo nějaké výdělečné rodinné podnikání.

Do obrazu nám hraje i to, že žena bývá v manželském páru o nějaký ten rok mladší a obvykle zdravější, vitálnější. Je-li o tři roky mladší, musí v padesátce počítat – věří-li statistice – s perspektivou sedmiletého vdovství jako s nejpravděpodobnější eventualitou. To znamená plánovat dále dopředu – a bez sentimentality, neboť život dovede být dlouhý a tvrdý, osamělost těžká.

Podobný trend najdeme i v pohlavním soužití. U mladého muže dochází k erekci velmi rychle, někdy stačí pohled na přitažlivý ženský obličej nebo i pouhá vzpomínka. Žena může být za takovýchto okolností nepřístupná, tvářit se odmítavě. Může se tak nejen tvářit (v rámci hry), může i fakticky být celkem lhostejná, bez zájmu, frigidní – a přece ji muž energicky dobývá. I ve dnech, kdy mají manželé mezi sebou těžký spor, dokonce když jsou v rozvodovém řízení, robustní fyziologická vybava mladého muže je schopna funkce. Po padesátce je tomu jinak. *Erekce se dostavuje pomaleji a méně spolehlivě* (na druhé straně může být trvalejší). Manželské milování často vyžaduje, aby spolu manželé napřed strávili v dobré, klidné pohodě aspoň několik hodin, např. výletem do přírody, návštěvou divadla, společnou prací na zahrádce. Žena musí být trpělivější – a často také aktivnější. Teď by to měla být častěji ona, kdo partnera „dobývá“, něžnými doteky i polibky vyvolává a stupňuje jeho vzrušení. Je-li muž nemocen nebo jestliže prodělal srdeční infarkt či mozkovou mrtvici, má si žena navíc počínat tak, aby se při souloži příliš nenamáhal; riskantní může být i předchozí příliš vydatné jídlo a větší množství alkoholu (jež ostatně snižuje potenci). V tomto věku je také stále více případů, kdy žena touží po souloži častěji než muž (v mládí, zejména do třicítky, to bývá naopak). A ještě jedna změna: Muže teď více *vzrušuje cit pasivní závislosti* v milostném vztahu.¹⁹

Tato nová situace po mužově padesátce (někdy již před padesátkou, někdy až po šedesátce) může vést k eroticko-sexuální disharmonii. Jsou ženy, které po řadu let spíše jen z nutnosti snášejí pohlavní styk, aby vyhověly konvenci a aby mohly žít v manželství, nebo dokonce jen s námahou překonávají pocity ošklivosti, které jsou pro ně spojeny se sexualitou. (Nejčasněji je to následek chybné výchovy v dětství.) Tyto ženy pak omezí svůj sexuální život na minimum. Jiné dokonce využívají mužovy snížené potence k tomu, aby ho ponižovaly a mstily se mu za nějaké dávné urážky a nevěry. Problém se může zkomplikovat i tím, že se u ženy vyvine pocit méněcennosti: nejsem už přitažlivá, proto ho nevzrušuju. Případá v úvahu i bezděčný nebo vědomý strach z aktivnější úlohy: budu-li se chovat aktivně jako muž, ztratím svou ženskost, zpronevřím se svému ženství. Vždyť se to nesluší! Potíže tohoto druhu mohou zhoršit celou citovou atmosféru v manželství a vyžadovat odbornou péči. Čas-

těji se však věc řeší rezignací, stagnací vztahu, někdy i nalezením mimomanželského partnera a pozdním rozvodem.

Umíme stárnout?

(Dotazník k zamyšlení pro padesátníky – a tak trochu pro všechny)

1. Dovedete se podívat do zrcadla na svou tvář s laskavou něhou?
2. Plakal(a) jste někdy v posledním roce (stačí ve snu)? Víte, proč je to důležité?
3. Závidět je lidské: Víte aspoň o třech věcech, které závidíte dvacetiletým?
4. Vážíte se aspoň jednou za čtvrt roku? Víte, proč je francouzská kuchyně pro starší lidi vhodnější než česká?
5. Umíte prohrávat (v kartách, šachu, slovní potyčce – i se svými dětmi, v pracovním sporu atd.)?
6. Prohlédl(a) jste si v zrcadle ze všech stran své tělo a rozmyslel(a) jste si, jak zabrzdit další chátrání?
7. Odpustil(a) jste svým rodičům všechny křivdy a nepochopení? Žijí-li, dovedete být jejich „otcem“ („matkou“)?
8. Zkoušíte si najít pro příští léta nějakou novou kulturní zálibu, které jste dřív nepřišli na chuť (divadlo, koncerty, výstavy, pěší turistika, zahrádka atd.)?
9. Dovedete si představit svůj milostný život po šedesátce – nebo si připustit, že s ním případně bude konec?
10. Máte nějaké hobby, kterým vás baví zabývat se aspoň hodinu denně a kterému se budete moci věnovat i po šedesátce?
11. Žijete v míru se svými dětmi a vnoučaty? Mají si s vámi o čem povídat, baví je být s vámi aspoň občas?
12. Povídáte si někdy se známými o tom, jaké to bude v důchodu?
13. Dovedete se dívat čtvrt hodiny o samotě na hvězdnou oblohu, aniž vás přepadne úzkost – a aniž začnete zívát?
14. Sblížil(a) jste se v posledních třech letech aspoň s jedním novým člověkem natolik, že se s ním můžete – k obapolné spokojenosti – půl hodiny bavit o něčem, co nesouvisí s prací v zaměstnání?

¹⁹ Dnes je ovšem tradiční stereotyp mužsko-ženské polarit v milostném životě oslaben, některé ženy si dovoľují již v mládí dobývat muže nezastřenou aktivitou a někteří mladí muži si dovoľují nechat se takto dobývat, aniž by to pocítovali jako ztrátu své mužské identity.

Přidat léta k životu – přidat život k létům

(Životní cesta po šedesátce)

Co nás čeká po šedesátce? Odpověď záleží na tom, kdo tu šedesátku překračuje. Překračuje ji žena, nebo muž? Člověk, který věděl, co v životě chce, nebo někdo, kdo se jen bezcílně „vezl“? Měl rád své děti (a měl je vůbec)? Měl rád svou práci? Vynikl v ní? Je tělesně zdravý a plný chuti k životu, nebo už žije život spoutaný nemocí či invaliditou?

Biologická involuce dává životní cestě všech lidí do jisté míry podobný ráz. Jak přirozené (tzv. fyziologické) stárnutí, tak chronické nemoci, jichž po šedesátce přibývá, nás všechny stavějí před podobnou nejistotu, bolest a bezmocnost; a viditelné znaky stárnutí také určují, co od nás druzí očekávají a co nám jsou ochotni poskytnout. Avšak biologický (případně funkční) věk se nyní od jedince k jedinci velmi liší: někdo prostě stárne rychleji, někdo podstatně pomaleji.

Řekněme, že biologický rozdíl mezi *průměrným* šedesátníkem a *průměrným* sedmdesátníkem je stejně veliký jako mezi *průměrným* patnáctiletým a *pětadvacetiletým*. Ale rozdíl mezi *průměrným* patnáctiletým a *pětadvacetiletým* je patrný na první pohled, zatímco mnoho šedesátníků vypadá a funguje na sedmdesát – a naopak.

Individuální rozdíly jsou tedy zase jednou významnější než rozdíly dané chronologickým věkem. Pro psychický vývoj to platí dvojnásobně. Jsou muži i ženy, kteří ještě v osmdesáti vládou jako uznávaní vůdcové rodinnému

klanu, ne-li dokonce vědecké nebo umělecké škole¹ – a jsou i takoví, kteří se přes slušné tělesné i duševní zdraví už před šedesátkou chovají jako ten příslušný kus starého železa, myslí jen na své zdraví a pohodlí a ustrašeně někde v koutku přemítají, co bude dál. Duševní růst – nebo úpadek: tyto možnosti zůstávají i po šedesátce. Jak řekla už Bühlerová, teprve stáří často ukáže, co v člověku je, oč v jeho životě šlo.

Má tedy vůbec smysl členit vývoj po šedesátce ještě na další období? Ano: pro určitý pořádek ve vědecké práci, ve zdravotní a sociální péči o staré lidi a v různých kartotékách je užitečné dohodnout se na určitých věkových hranicích. Experti Světové zdravotnické organizace navrhli toto dělení: 45–60 let střední věk; 60–75 let rané stáří; 75–90 let pokročilý věk, vlastní stáří; 90 a více let vysoký věk, dlouhověkost. V této knize už nebudeme pojednávat o každém z těchto období zvlášť, uvedeme pouze některé údaje charakterizující lidi v určitém pásmu stáří.

Pojem geront (z řeckého gerón = starý muž) je obecně známý. Gerontologie je věda o stáří; lékařský obor zaměřený na stáří se nazývá geriatric². Česky bychom správně říkali „stařec“ a „stařena“, tato slova však mají silný a složitý citový náboj. Latinsky se geront řekne senex, od toho je odvozen lékařský pojem senilita a senilní. Tato slova však mají v laické řeči hanlivý význam, spojují se se stářím chorobným, zuboženým – proto se jim budeme vyhýbat. Termín senium (= stáří) zní přijatelněji.³

Pro člověka, který ve stáří, zpravidla po osmdesátce, potřebuje stálou péči, vypadá hodně staře nebo se prostě dožil velmi vysokého věku, máme v češtině neoborné a zlé slovo „přestárlý“. Vondráček protestuje: Přestárlý je strom, který už neplodí, kráva, která nedojí, slepice, která nenese. Něco je přesolené, překořeněné, je toho příliš mnoho. Geront je tedy příliš dlouho živ! Toto slovo je urážlivé a surové. Je výrazem ageismu a podivné filozofie, která vidí v člověku jen prostředek, nebo která si troufá rozhodnout, kdy ještě má život cenu a kdy už nestojí za to, aby byl žit.

V tomto století u nás přibývá gerontů rychleji než příslušníků jiných věkových skupin. Příčiny jsou dvě, jedna trvalá, druhá dočasná. První příčinou je pro-

- 1 Cicero: „Kdo tvrdí, že se stáří nemohou zabývat veřejnými záležitostmi..., počíná si podobně, jako kdyby prohlášoval, že kormidelník při plavbě nic nedělá, protože někteří šplhají na stožáry, jiní pobíhají chodbičkami mezi lavicemi veslařů, další vylévají vodu z podpalubí, kdežto on drží kormidlo a klidně si sedí na zádi. On sice nedělá to, co dělají mladí námořníci, avšak dělá něco mnohem důležitějšího a lepšího. Při velkých výkonech nezáleží na tělesné síle, obratnosti nebo rychlosti, ale na rozvaze, vážnosti a na správných názorech, a to jsou přednosti, o které stáří nejen není ochuzováno, ale které mu dokonce přibývají!“
- 2 Řecky iatros = lékař; podobně říkáme psychiatrie atd. Pro zajímavost: Zakladatel geriatric Nasher zemřel v roce 1964, stár 101 let.
- 3 Různé významy slova „stáří“ v historii i dnes by stály za samostatné pojednání. „V roce 1800 byl za starého běžně označován člověk čtyřicetiletý, v roce 1890 byl jako kmet vnímán padesátník. (20, str. 185) Dotazujeme-li se však dnešních šedesátníků, zda se považují za staré, odpověď bývá negativní: „Ani náhodou!“

dlužování lidského věku: Větší procento lidí se dožívá šedesátky, sedmdesátky atd. Druhou příčinou je snižování porodnosti: mladých lidí přibývá minimálně, přírůstek gerontů je relativně větší. Tato druhá příčina přestane působit, až bude dětem z nynějších slabých ročníků 60 a více let, tedy až snížená porodnost doběhne – jako vlna – do senia.⁴

Zvýšení procenta gerontů v populaci mění jejich životní podmínky a má tak vliv na biodromální vývoj každého z nás. Šedesátníci a sedmdesátníci se stávají silnou skupinou, která se chce společensky uplatnit, která má své nároky, svůj způsob života. Být příslušníkem takovéto silné skupiny je něco jiného než být – přehnaně řečeno – ojedinelým případem, výjimkou. A je to skupina, která má svou vlastní, jedinečnou historickou zkušenost, moudrost i pošetilost, naděje i strachy. Dnešní geronti musí řešit po svém i věčné otázky vztahu stáří a mládí, životní balance, vyrovnání se smrti. Ani smrt totiž není holý biologický fakt, nýbrž společenská událost, které dáváme smysl celým svým životem (viz str. 365).

Je senium šťastné, nebo nešťastné? Když se zkoumalo dotazníkovou metodou, jaký věk považují lidé různého věku za nejvíce žádoucí, volila většina osob každého věku mladou dospělost. Senium bylo považováno vcelku za málo šťastné. Zároveň se však ukázalo, že geronti jsou se svým věkem daleko spokojenější, než se o nich domnívala většina mladších osob.

Tělesná involuce

Je po šedesátce zase o něco rychlejší. Jak přibývá let, odlišujeme obtížněji, které změny jsou přímým nebo nepřímým následkem nějaké nemoci a které věk dříve či později přinese každému, i tomu nejzdravějšímu. Například už několikadenní klid na lůžku zvětšuje u geronta křehkost kostí, vede k atrofii svalů, ke slábnutí reflexů regulujících krevní tlak – nehledě k tomu, že nucená nehybnost může pacienta zúzkostnit a rozesmutnit.

Šedesátníkovy bicepsy mají v průměru už jen poloviční sílu ve srovnání s „životní formou“ dvacátníka; na polovině je i vitální kapacita plic. V různých orgánech ubývá funkčních tkání, zčásti je nahrazuje vazivo – pouhá výplň. Zuby teď slouží – pokud vůbec – jen „z dobré vůle“. Oči bývají přecitlivělé k silnému světlu, přibývá očních chorob vedoucích ke zhoršení zraku i k úplné slepotě; některé z nich však lze dnes operativně léčit ještě po osmdesátém roce. Sluch se zhoršuje víceméně plynule, po sedmdesátce rychleji klesá citlivost pro vysoké tóny. Nedoslýchavost je častá.

- 4 Předpokládáme, že se porodnost ustálí tak, aby se stabilizoval počet obyvatel, podobně jako v jiných evropských zemích.

Už padesátníky jsem varoval před obezitou v důsledku snížené látkové výměny. To platí po šedesátce ještě víc. Ale pozor: Jestliže se geront učí méně jíst, musí dbát, aby se neomezoval – třeba ze šetrnosti – na málo hodnotné potraviny, jako je bílé pečivo, cukr a živočišné tuky.

Člověk může jíst dosyta, třeba i tloustnout, a přitom trpět podvýživou, chybí-li zeřena, ovoce, kvalitní maso. Tato zákeřná *kvalitativní podvýživa* může vést k pocitům slabosti a ke snížení tělesné i duševní odolnosti. Je nebezpečná kdykoli, ale ve stáří zvláště. Dobré rady pro stravování ve stáří jsou dostupné v každé veřejné knihovně a není naším úkolem je zde rozvádět. Jde o psychologickou stránku věci: Proč mnozí geronti, mnohdy i ti, kteří si mohou dovolit velmi hodnotnou stravu, těchto rad nejen neuznávají, ale ani je neznají? Kromě šetrnosti a nezdravých návyků z mladších let hraje roli i lhostejnost, apatie některých gerontů (pak jsme ovšem v bludném kruhu!) – a nedostatek laskavého vztahu k vlastnímu tělu, k vlastní osobě. Působí i to, že vztah mezi životosprávou a výsledným efektem, tj. zdravým tělem a duševní pohodou, případně délkou života, je pravděpodobnostní, tj. platí pouze statisticky a může úplně selhat v jednotlivých případech: Člověk o sebe může vzorně pečovat a zemřít ve čtyřiceti na infarkt – jiný hodně kouří, pije a jí, co ho napadne, přičemž se díky zděděné odolnosti ve zdraví dožije devadesátky.

Po padesátce rychle stoupá počet gerontů, kteří jsou ve svých denních činnostech více či méně omezeni srdečními chorobami, chronickým zánětem kloubů, vysokým krevním tlakem, nemocemi páteře a nohou. Po sedmdesátce je častá tzv. polymorbidita, tj. současný výskyt více než jedné chronické nemoci. Častou příčinou nemoci a smrti je ve stáří úraz. Pouhé uklouznutí ve vaně může u osmdesátníka vést ke zlomenině, která se už nezhojí. – Tělo je méně odolné k infekcím (zvýšit opatrnost, pečovat o imunitu!) a ke zhoubnému bujení. Ještě častěji se ovšem umírá na nemoci srdce a celé oběhové soustavy.

Kdo má naději, že se mu vyjmenované nepříjemnosti a katastrofy budou vyhýbat, že bude stárnout pomalu a dožije se vysokého věku? A jak si zařídit dlouhý život? Specialisté odpovídají:

Chcete-li dlouho žít, udělejte toto:

- Především si vyberte dlouhověké rodiče, protože po nich pravděpodobně zdědíte dlouhověkost!
- Buďte bohatí a mějte dobré společenské postavení! (Specialisté bádali ve Spojených státech, ale z mnoha důvodů to jistě platí i u nás.)
- Mějte vysokou inteligenci a dobré vzdělání!
- Narodte se jako žena!

Opět – jako už několikrát – můžeme uvažovat, co je příčinou čeho. Vysoká inteligence může být zčásti důsledkem dobrého vzdělání (také naopak) a lidé s dobrým vzděláním mívají také dobré společenské postavení a větší majetek (a zase také naopak). Vztahy mezi vyjmenovanými (a ještě dalšími) charakteristikami tvoří složitou spleť, které není snadné porozumět.

A teď vážně: Co můžeme opravdu udělat? Jak zastavit stárnutí, jak třeba i omládnout? Alchymisté hledali elixír mládí. Papež Inocenc VIII. si prý v roce 1492 dal provést transfuzi mladé krve – zemřel při ní.

Naše mentalita, spoléhající na aktivitu a činnost, snadno přijímá radu: „Buďte hodně aktivní, protože aktivní geronti prokazatelně déle žijí!“ Tato myšlenka se nám líbí, ale Tvaroh zase připomíná: „Jako všude v přírodě, tak i zde je těžké rozhodnout, co bylo dříve, zda slepice, či vejce: Drží se geront tak dlouho, je čiperný a pracovitý proto, že k tomu má biologické fondy – či naopak jeho činnost je tou pravou prvotní příčinou, která životní fondy zachovává?“

Geront ve věku 79 let dosud v omezeném rozsahu přednáší málo náročnému publiku o praktických otázkách techniky řízení, sekretářské praxe apod. Celý život žil střídavě a pokojně, řídil se zásadami racionální výživy, jež byly uznávány v dané době, mírně rekreačně sportoval. Žije v prvním, harmonickém manželství, je v častém kontaktu se svými mladými příbuznými. Říká: „Snad nikdy jsem se necítil tak svěží jako teď. Do šedesáti jsem býval dost často nemocen, pak se všechno srovnalo, nemohu si na nic stěžovat.“

Celkem spolehlivě víme, že racionální životospráva (k níž patří nepřeháněná činnost, která člověku dělá radost) a dobré využití nejmodernějších znalostí, léků a techniky, jež má dnes medicína k dispozici, mohou předejít celé řadě chorob, na něž se ve stáří (ovšem i dříve!) předčasně umírá. A známe lidi, kteří si nevhodnou, těžkou prací ve vysokém věku zcela zřejmě ničí zdraví a zkracují život, když se třeba s nemocným nohama plahočí, aby si přivydělali nějakou tu korunu a mohli kupovat dárky pro své děti a vnoučata.⁵

Pro člověka – tvora společenského – je i ve vysokém věku důležité nejen to, jak mu tělo slouží, ale i jak vypadá, jakým dojmem působí na druhé. Položme tu otázku provokativně: Je starý člověk ošklivý?

Ovšemže ano. Trváte-li na jemnějším vyjádření, řeknu, že vzhledové změny ve stáří jsou z estetického hlediska negativní. Řídké, slabé, šedivé vlasy nebo pleš, často se skvrnitou, „nečistou“ pokožkou. Zvadlý, hlubokými vráskami zbrázděný obličej. Ochablé tělo. Vyhublé, vrásčité ruce. Visící břicho a nadra, kožní záhyby a neforemné tukové polštáře. Skvrny a drobné nádory po celém těle. Vymizelá linie pasu. Oteklé nebo vychrtlé nohy. A mohli bychom pokračovat.

Proč jsou tyto rysy ošklivé, proč se nám nelíbí? Proč nás odpuzují nebo i děsí? Že je to hloupá otázka? Ale neodpověděli jste na ni. Zkusme to takhle: Naše estetické cítění je zakotveno v biologicky účelných instinktech. Starý člověk nemá být sexuálně přitažlivý. Koho sexuálně přitahuje, ten má špatné

5 Opravuji se: Nemohu vědět, je-li tento geront natolik psychicky v pořádku, aby si dokázal vytvořit nebo přijmout jiný způsob života. Co když těch pár vydělaných korun nutně potřebuje pro udržení sebeúcty?

vyhlídky na kvalitní potomstvo a vymírá. Na mladých nás přitahuje právě to, čím se liší od starých.⁶ Dává-li mladá žena jako sexuálnímu partnerovi přednost starci před mladým mužem, mluvíme o úchylce, která má i jméno: gerontofilie.

Kulturní společnost zná významnou výjimku z pravidla, že stáří je ošklivé: Na tváři geronta lze spatřit krásu. Výměnou za mladistvý půvab získávají někteří jedinci oduševnělý, zajímavý, někdy vznešený výraz, přitažlivou osobitost. Citovali jsme k tomu už Balzaka (str. 232). Snad už tehdy, když se vytvářely naše instinkty, bylo účelné, aby starý obličej – na rozdíl od starého těla – budil sympatie, úctu, autoritu, případně důvěru.

Kulturní společnost umí ještě jedno: Být se stářím solidární, mít s ním soucit, chránit je. Co na úrovni holého instinktu mohlo být ošklivostí, úděsem, odporem, dovede kultura přetavit v dojetí:

„... ruce starých žen / žlutší jíl pod rakví / otevřené a prázdné / vy ruce zedřené a spotřebované / plachetky styxu / blíženci modlitby / žezla porouchaná / hnízda křečí / třeslice opuštěnosti / záhonky žil / orodovnice oněmělé / praporky zplihlé / pobočníci propuštění / marnotratnice zchudlé / těžítka bezesnosti / vy ruce starých žen / šustící listy...“ (František Halas)

Geront se musí vyrovnávat s přibývajícím stigma stáří, čelit stále hrozícím pocitům méněcennosti, snad i ošklivosti a nenávisti vůči vlastnímu tělu – i tělu svého manželského partnera. Učit se – jako v postupně devastované krajině – nacházet na těle svém i na těle druhého místa dosud krásná, obrysy dosud okouzlující, vidět ve tváři i tu krásu oduševnělé osobnosti, kterou přináší střední věk a která podivuhodně odolává pustošivému vlivu stárnutí.

O jedno se lze opřít: Žijeme ve společnosti, nejsme se svým stárnutím (a to se týká i duševního poklesu) sami. Stejně jako my stárnou i naši přátelé, bližší i vzdálenější. Je to úděl všech lidí. Další, snad ještě lepší oporou je myšlenka: Jsme kohortou ve stále pokračujícím sledu pokolení. Stejně jako my stárli i naši rodiče a nevážíme si jich proto méně; nemusíme tedy ani my pohrdat sami sebou, můžeme odolat pohrdání i posměchu, se kterými se setkáváme, nemusíme se jimi nakazit. A ještě něco navíc: Tou cestou dolů, kterou teď jdeme my, půjdou za dvacet nebo třicet let naše děti. Tady je pro nás úkol, tady je další smysl stáří: i pro ně tuto cestu „prošlapat“, prozkoumat, hledat způsob, jak v dnešní době stárnout důstojně, bez otrávenosti, naříkavosti, s humorem (i kdyby to měl být humor šibeniční).

Duševní involuce

Podobně jako u tělesného stárnutí i v duševním vývoji *těžko odlišujeme přirozené involuční změny dané věkem od změn, jež jsou součástí nebo následkem duševní poruchy*. Obojí změny vedou totiž podobným směrem. Kromě toho se v duševním stárnutí prolínají vlivy biologického věku mozku i celého těla s vlivem zkrácené životní perspektivy, změněného vzhledu a dalších společenských faktorů, které s sebou věk nese a které determinují duševní involuci. Přesto se pokusíme odlišit stárnutí spíše normální a stárnutí spíše chorobné. Budeme přitom ve střehu proti předsudkům, které involuci zveličují.

Duševní činnost starých lidí je především *zpomalená*. Máme pro to jednoduché vysvětlení: aktivita mozkových buněk je ve stáří pomalejší, což se projeví i na odpovídající duševní činnosti. Starým to „pomaleji zapaluje“. To je však až příliš jednoduché vysvětlení. Lze uvažovat také takto: Geront je ke své činnosti méně motivován, je na ní méně zainteresován, protože řady příjemností mladého věku tak jako tak nedosáhne. Už Cicero postřehl: „Duševní síly zůstávají zachovány i v pokročilém věku, jen když zůstane zachován zájem a horlivost...“

Dalším stejně dobrým vysvětlením je *zvyšená opatrnost* gerontů. Gerontovi např. více vadí, jestliže udělá ve svém uvažování chybu, než jestliže se opozdí: má přece více času. Přesnost je pro něj důležitější než rychlost,⁷ zvláště když se dostane do stresu (a to je při psychologickém vyšetření, kterým to zpomalení dokazujeme, skoro jisté). – Navíc geront vyšel z formy, pokud jde o činnosti a výkony, které po něm ve svých testech žádají bádající psychologové, protože tyto činnosti a výkony netrénuje, nemá to zapotřebí... A ještě jedno vysvětlení, se kterým přišla Neugartenová: kohortový efekt. Jestliže jsou dnešní geronti v mnoha věcech pomalejší než dnešní lidé středního věku, může být příčina v tom, že byli jinak vychovávaní a vůbec se jinak psychicky vyvíjeli, přijali *jinou představu o stáří* než dnešní lidé středního věku.

Všimněme si: Vysvětlujeme-li duševní zpomalení jen zpomalením nervové činnosti, jeví se stáří jako neúprosný osud: s tím se nedá nic dělat! Ostatní vysvětlení jsou optimističtější, jsou to přímo výzvy k akci na pomoc gerontům.

Dalším známým, obecně uznávaným rysem stáří je *špatné snášení změny*. Geront má rád svůj pořádek v čase i v prostoru. Čím je starší, tím větším traumatem je pro něj stěhování nebo jiná větší životní změna. Ale není i tento názor o duševní nepružnosti stáří aspoň zčásti pesimistickým předsudkem? Jak pravděpodobná je v životě geronta větší změna *k lepšímu*? Daleko běžnější jsou

6 Můžeme zkusit i nesexuální neodarwinovský výklad: V blízkosti mladého, tělesně zdatného jedince jsme bezpečnější, ve spojení s ním spíše seženeme potravu, ubráníme se šelmě nebo cizincům. Proto nás přitahuje mládí bez rozdílu pohlaví, proto se nám mladá těla líbí.

7 Přesnost má v seniu přednost před rychlostí z mnoha důvodů a v mnoha situacích: přecházení vozovky, přepočítání peněz při nákupu (jak známo, nepoctiví prodáváci šidí kromě dětí právě geronty), záznam telefonického vzkazu, když na paměť už nelze tak bezpečně spoléhat.

změny spojené se ztrátami a ty snášejí mladí stejně špatně jako staří; mladí ovšem mívají více možností, jak se jim bránit.

Příklad: Babička žijící sama ve venkovské chalupě už špatně chodí a mladí ji přemluví, aby se přestěhovala k nim, do komfortního městského bytu. (S chalupou mají své plány.) Babička je náramně spokojená, ale po dvou měsících řekne: „Víte, je to u vás moc hezké, ale já si nemůžu zvyknout. Zkusím to přece jenom ještě v Podlesí.“ – Je to opravdu nepružnost, nepřizpůsobivost? Nebo si babička prostě nemůže zvyknout na horší? Vždyť ztratila kontakt s kamarádkami z dětství, v bytě je přes den většinou sama. Ztratila blízkost k přírodě – copak je městský park proti lesu a zahrádce? Ztratila kus soukromí, ve městě je spíš na jakési stále prodlužované návštěvě než doma. A snést se se snachou u plotny – jak často se to podaří i ženě v plné svěžesti a síle středních let?

Jak je to v seniu s inteligencí? Vraťme se ke grafům na str. 196 a 197. Vidíme na nich, že v některých složkách inteligence se výkon ve stáří značně zhoršuje. Je to však neodvratný osud? Hledejme jiná vysvětlení. Nabízím aspoň tři:

1. Současná psychiatrie se svými dokonalejšími diagnostickými metodami objevuje u gerontů stále více případů mírných i vážnějších duševních poruch, které dříve unikaly pozornosti. Někdy při těchto poruchách nachází také chorobné změny mozkové tkáně, jindy nikoli. Avšak v obojím případě dnes lze stále větší část těchto pacientů léčit. Když psychologové zkoumají úbytek inteligence s věkem, dostane se mezi jejich pokusné osoby vyššího věku větší procento lidí s nerozpoznanými duševními poruchami. Výsledky pak potvrzují předem daný pesimistický obraz stáří.
2. Na zhoršení výkonů v inteligenčních testech se podílí i depresivní kapitula před stářím, spojená s pocitem méněcennosti: „Tohle už dnes nedokážu!“
3. I tělesné choroby, mnohdy dosud nepoznané, přirozeně zhoršují výkon v testech inteligence i v různých praktických činnostech náročných na inteligenci: nevyspaní, únava, neklid, špatná nálada zhoršují každý výkon.

Dalším rysem stáří (už jsme se ho dotkli) je *snížení zájmu o okolí až netečnost*. To vystihl Graham Greene, když napsal: „Proč bychom se styděli za pošetilosti mládí, když se nestydíme za lhostejnost stáří?“ Mrkvička: „A je také životní únava, únava z životní cesty. Taková, kterou nesmaže noční spánek. Ráno se probouzíme s pocitem stejné tíhy, s jakou jsme večer usínali. Jdeme sice, plníme všechno, co se od nás očekává, ale naše smysly jako by otupěly a naše srdce je prázdné. Jdeme pouhou setrvačností, bez úsměvu a bez radosti. Na cestu se kladou stíny. Ztrácí se v šeru.“

Vysvětlení tohoto involučního rysu lze hledat v ubývání výběžků mozkových buněk a v řídnutí jejich propojení. V důsledku toho „emoční prožívání je méně intenzivní a často chudší, plošší, u mnohých začínají převažovat emoce negativní – mrzutost, nespokojenost, která kontrastuje s pozitivními vzpomínkami na minulost a s opomíjením tehdy negativně hodnocených zážitků“ (20, 243).

Skinner, jehož rady pro zapomnětlivé jsme už citovali, zpochybňuje i tento rys stáří. Říká: To není něco v nás, ale spíše v našem prostředí. Geront je prostě méně odměňován za svůj zájem a snahu, proto je poměrně lhostejný. Skinner se ovšem nevzdává, radí: Vytvořte si i ve stáří takové prostředí, které vás bude odměňovat za usilovnou činnost! Chuť k jídlu se dá povzbudit tím, že pokrm odborně okořeníme. Chuť k přemýšlení, četbě, zábavě se zvýší, když najdeme někoho, kdo má stejné zájmy jako my a s nímž o nich můžeme mluvit. Pohlavní život osvěží erotická literatura. (Zde se Skinner dovolává známého teologa Paula Tillicha, který gerontům schvaluje „porno“.)⁸

Existují i různé naděje a snad již i osvědčené *aktivizační programy* pro seniory, jako kurzy kreativního myšlení, univerzity třetího věku, zapojení do dobrovolnické činnosti na pomoc různě strádajícím atd. (20, str. 195).

Psychickou involuci můžeme chápat jako demontáž osobnosti, která probíhá více nebo méně spořádaně. Zatímco vzestupné stadium vývoje znamená diferenciaci, výstavbu bohatší, složitější struktury osobnosti, stárnutí bývá naopak spojeno se *zjednodušováním osobnosti*. Vyklízejí se pozice. Člověk ztrácí vztah k určitým osobám, zálibám, hodnotám, ideálům, nadosobním i osobním cílům. S novými problémy a stresy se vyrovnává primitivnějším způsobem. Tím se blíží dítěti, jako ono dovede například zavřít oči před tím, co nechce vidět, tj. prostě popřít skutečnost a nezabývat se jí, nebo velmi průhledně uniknout před nepříjemnou povinností do nemoci. – Netvrdím, že tato demontáž probíhá u každého šedesátníka. V šedesátých, v dobrém případě i v sedmdesátých a osmdesátých letech se involuce omezuje jen na zhoršování paměti a některých složek inteligence, postřehu, odolnosti ke stresu – zatímco jádro osobnosti zůstává nedotčeno.

S psychickou involucí se kombinují *psychické poruchy*. Gerontopsychiatrie má plné ruce práce. Koncem sedmdesátky má snad každý třetí geront obtíže, které vy vyžadovaly odbornou pozornost. Duševně svěží geront, stejně jako ten, kdo žije se starým člověkem, by si měl opatřit odborné informace – vyplatí se to!

Ve stáří se často vyskytují psychogenní⁹ *neurózy*. Vede k nim zvýšená duševní citlivost, zranitelnost i relativní bezbrannost a závislost gerontů, závažné ztráty a stresy. Lze je léčit farmaky, ale i psychoterapií, s jejíž pomocí se někdy geronti obdivuhodně vyrovnávají i s těžkými ztrátami, samotou a nepřízní svých blízkých. Často však podobné příznaky svědčí o tělesné chorobě ovlivňující mozek a diagnóza není snadná ani pro odborníka.

8 Zaznamenal jsem žertem pronesenou, ale předvídavou poznámku třicetiletého muže, který v rámci milostných her vytvářel odvážné fotografické akty své krásné ženy: „Proč bych si měl na stará kolena shánět porno?“

9 Psychogenní = psychického původu.

Ani *psychosomatické poruchy* nejsou ve stáří beznadějně. Jejich léčení může dokázat víc než jen zpomalit nepříznivý průběh. Podaří-li se odstranit vyvolávající příčinu, např. vyřešit chronický konflikt, pacient se může uzdravit.

Někdy dochází ke zlepšení duševního i tělesného stavu spontánně, v důsledku životních událostí, které změni okolnosti, zejména blízké vztahy, v nichž člověk žije. Sledoval jsem geronta, který desítky let trpěl vážnou psychosomatickou poruchou – astmatem. Po šedesátce ztratil manželku, kterou měl velmi rád, ale která pro něj byla zároveň těžkým břemenem: trpěla depresemi, což komplikovalo manželský i rodinný život. Astma zmizelo a starý pán prožil šťastné stáří uprostřed svých dětí a vnoučat.

Ve stáří se často *mění osobnost*. Psychiatrická zkušenost říká, že se člověk někdy stává karikaturou sebe samého, že se projeví nepěkné vlastnosti a sklony, které v mládí a ve středním věku dokázal tlumit, držet na uzdě, případně projevovat přijatelným způsobem. Ve stáří se šetrnost stává lakotou, stupňuje se depresivní mrzoutství a podezřivost. U žen se někdy stupňuje panovačnost (Xantipa) a pořádkumilovnost se měnívá v teror. Naopak hysterické osobnosti, které otravovaly život celému okolí věčným citovým neklidem a sklonem ke scénám, se k stáru často uklidňují.

Podezřivost, o které jsme se právě zmínili, je velikou hrozbou stáří. Dosáhnou-li chorobného stupně, mluvíme o *paranoiditě*. Ohrožuje zvláště osamělé lidi – anebo člověka zažene do osamělosti. Paranoidní pacient se domnívá, že je předmětem zvláštní pozornosti svého okolí, že mu lidé strojí různé úklady. Někdy k tomu přispívá hluchota nebo nedoslýchavost. Pacient má pocit, že se o něm za jeho zády mluví a že je ohrožen. Existuje ovšem i *oprávněné podezírání*. Starý člověk bývá své rodině na obtíž a ta skutečně kuje pikle ve snaze zbavit se ho, potají mu shání místo v domově důchodců¹⁰ nebo v psychiatrické léčebně, chce se zmocnit jeho bytu a úspor. Každý psychiatr zná případy, kdy příbuzní hrubě přehánějí úpadek duševních schopností u svého starého člena a různými způsoby se snaží lékaře pohnout k tomu, aby pomohl zařídit jeho umístění mimo domov.

Šedesátník, skleslý a rozcitlivělý perspektivou, že jeho pracovní kariéra brzy definitivně skončí, ličí své pocity: „Já dobře vím, že jsem ještě zdravý a při síle, ale někdy se začínám bát budoucnosti. Onehdy jsem šel po ulici, nikam jsem zrovna nespíchal – a najednou jsem viděl tváře lidí kolem sebe nějak nově. Byli to dvacetiletí, třicetiletí, čtyřicetiletí, všichni mladší než já a všichni se někam hnali. Občas do mě někdo vrazil, někdo se po mně podíval. A já měl najednou pocit, že jsou to takové zdravé a dravé rypáky shánějící, co kde urvat. Jako by říkali: „Ty se tady tak nějak divně motáš, máš tu ještě vůbec co pohledávat? Kdepak jsou tvoje věci, nebyly by ještě k potřebě? A kde je tvoje doupě, nešlo by tě z něj nějak vystrčit? Všechno potřebujeme pro sebe a pro své mladé!“ – No, dnes ještě bych se ubránil, ale za pár let... Vzpomněl

10 Tvaroh ličí případ staré ženy, kterou syn zanechal na lavičce v městském parku s tím, aby tam na něj počkala a aby u sebe podržela zalepenou obálku. Teprve když se večer o ni začala zajímat policie, zjistilo se, že v obálce je výzva k nástupu do domova důchodců.

jsem si na větu, kterou jsem nedávno četl v jedné švédské knize, říkalo se tam o nějakém pustém velkoměstském sídlišti: „A třináctiletí výrostci tam z nudy chodějí mlátit penzisty.“ – Někdy nevím, jestli je mi ze všeho víc úzko, nebo smutno.“

Typickou psychickou poruchou stáří je *demence*. To slovo zní v laickém jazyce hanlivě. V psychiatrii znamená jednak větší úbytek rozumových schopností, než odpovídá věku,¹¹ jednak některou z řady nemocí mozku, jež jsou příčinou tohoto úbytku a dalších nepříznivých změn. Některé typy demence se projevují především poruchami paměti, zvláště pro nový materiál, přičemž takzvaná staropaměť zůstává zachována; později se zhoršuje i výkon v inteligenčních testech, přičemž zůstává dlouho nedotčeno „jádro osobnosti“: zdravý úsudek, sebeovládání, schopnost a ochota jednat podle nadosobních i dlouhodobých osobních cílů a hodnot. Častěji, například u *demence Alzheimerova typu*, dochází nejdříve ke změně osobnosti a chování: „Pacient ztrácí zájmy, přestává navštěvovat své přátele, postupně u něj dochází k úpadku v eticko-estetické sféře a ochuzení myšlení ... někdy k nepřiměřeným projevům sexuality - sklony k pedofilii nebo exhibicionismu... (Baštecký a kol.: *Gerontopsychiatrie*. Praha, 1994, str. 244).

Žádná z vyjmenovaných duševních poruch není důvodem, abychom se na pacienta dívali jako na zdravotně – a tím méně lidsky – „vyřízeného“. Podle novějších výzkumů se někdy překvapivě zlepšují i ty poruchy, které se dříve považovaly za důsledek nevratného poškození mozkových buněk, např. poruchy paměti a jiných duševních funkcí pozorované u chronických alkoholiků. Dříve jsme někdy považovali zhoršení rozumových schopností za důsledek biologického úpadku mozku, tedy za nevratný úpadek, a současně se vyskytující úzkost a depresi za průvodní příznak – i v případech, kde dnes víme, že právě tato úzkost a deprese, které lze úspěšně léčit, bývají hlavní příčinou zhoršeného výkonu v testech rozumových schopností.

S věkem přibývá *depresí*, tj. chorobných smutků, mučivých duševních bolestí, spojených případně s neklidem a úzkostí. Někdy vznikají jako reakce na těžkou ztrátu: smrt manželky, amputace nohy, přemístění z rodiny do domova důchodců. Jindy se objevují při tělesném onemocnění, které pacienta vyčerpává, trýzní ho bolestmi, nespavostí atd. A konečně jsou zde deprese zvané *endogenní*: jejich příčina není dostatečně známá, snad jde o poruchu mozkové biochemie, která se nějak kombinuje se špatně zhojenými duševními zraněními z minulých, zvláště raných vývojových období, a s čerstvými stresy. – Všechny tyto deprese se většinou dobře léčí, pokud se ovšem jejich příčiny stále neobnovují, nebo dokonce nezvětšují a pokud jsou vůbec rozpoznány: pacient si totiž nemusí ani uvědomit, že trpí psychickou poruchou, nebo může svou depresi skrývat. I méně zkušený lékař (zvláště není-li vnitřně vyrovnán s tím, že jednou sám zestárne!) může zaměnit léčitelnou endogenní depresi u starého člo-

11 Od demence odlišujeme oligofrenii (mentální retardaci). To je závažný trvalý defekt rozumových schopností, buďto vrozený, nebo získaný v raném dětství.

věka s úbytkem svěžesti a chuti k životu, protože „copak ještě má takový chudák ze života?“

Deprese může být smrtelná: pacient *suiciduje*.¹² Suicidií v populaci přibývá s věkem. (Ne každé suicidium je následkem nebo projevem duševní choroby, i když někteří autoři soudí, že v každém případě musel selhat pud sebezáchovy.) Je zde nápadný rozdíl mezi výskytem suicidií u mužů a u žen (viz obr. 13.1). Muži mají více suicidií, ženy více nedokonaných suicidálních pokusů, jež často bývají vědomým nebo nevědomým voláním o pomoc nebo i prostředkem nátlaku.

Řekli jsme, že existuje zdravý smutek, cit, kterým se loučíme s tím, co je nenávratně ztraceno; smutek, při němž v slzách je útěcha a který nás osvobozuje pro nové možnosti nebo aspoň pro radost z toho, co nám ještě zbylo. Naproti tomu deprese je chorobný smutek, který nevede nikam. Ale nehledíme v tomto rozlišení snadný klíč ke každému smutku. Zamysleme se nad chmurnými verši starého mistra ze Zpěvů staré a nové Číny (v překladu B. Mathesia) „Dnešní tvá radost zítra je / zavátých řada stop. / Čas uplouvá, čas uplyne, / doba tvá, součet dob. / V přítomnu kus je minula, / v přítomnu smrti je kus: / veliký život, na dně tvém / proč smutek je, smutek a hnus?“ – Je to zdravý smutek, nebo zoufalá, bezvýchodná, černá deprese? Umělec na cestách svým vlastním nitrem často nerespektuje to, co bychom mohli nazvat výstražnými značkami, dovolí si větší citový rozkmit než druzí, protože se chce – řečeno Šaldovými slovy – „propálit až k jádru“. Někdy na to doplatí duševní poruchou.

Kde se mluví o psychických poruchách, myslí psycholog vždycky také na *psychoterapii*. Je u gerontů psychoterapie vůbec ještě možná? Dlouho převládá Freudův starý názor, že člověk v padesáti, případně i dříve, je příliš hotový a málo pružný na to, aby psychoterapie mohla řešit jeho hlubší konflikty a tak pozměnit strukturu jeho osobnosti; to samozřejmě nevylučuje tzv. podpůrnou psychoterapii spočívající v povzbuzujícím vyjádření účasti, racionální psychoterapii (rozumné domlouvání), hypnózu nebo nácvikovou behaviorální terapii.

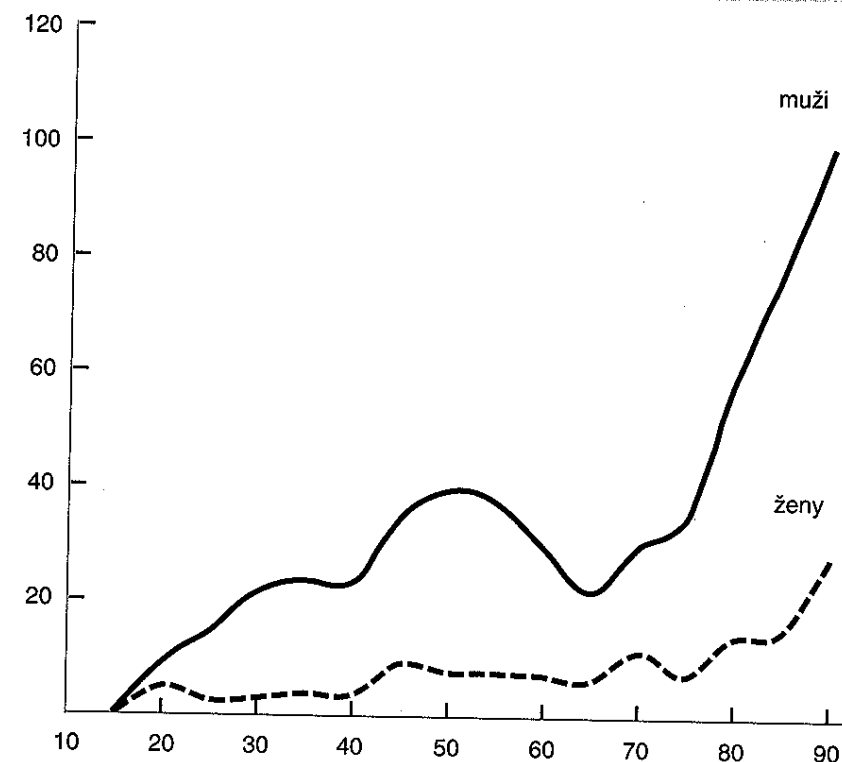
V posledních desetiletích se považuje i u gerontů za nadějně pokoušet se ovlivnit osobnost. Psychoterapie však musí být zaměřena na vývojové úkoly, které jsou pro ně aktuální, na těžkosti a konflikty jejich věku.

Psychoterapie bývá obtížná tam, kde je pacient ve svém životě příliš dobře „zařízen“, kdy by psychoterapie zasahovala do celého jeho způsobu života více, než je ochoten připustit. Raději snáší své obtíže, jen aby všechno mohlo zůstat při starém. Tak tomu bývá ve středním věku. Život geronta je však dynamičtější, protože se chťe nechťe musí přizpůsobovat ztrátám a měnit své způsoby jednání; proto někdy snadněji přijímá psychotherapeutické usměrňování. Zkrácená životní perspektiva mu také naléhavě připomíná, že má-li se v jeho životě

12 Suicidium znamená latinsky doslova sebezabití. Běžněji se mluví o sebevraždě, toto české slovo však obsahuje už morální odsouzení, zesílené ještě ustáleným rčením „spáchat sebevraždu“. To je v případě duševně chorého nespravedlivé nařčení. Ostatně ani suicidium duševně zdravého člověka – přestože v nás vzbuzuje hrůzu – bychom neměli automaticky odsuzovat už slovem, kterým je označíme.

Obr. 13.1

Roční počet dokonaných suicidií v ČR podle věku a pohlaví



něco řešit, otálení nemá smysl. To dobře ilustrují slova sedmdesátiletého (tělesně zdravého) pacienta, který řekl svému psychoterapeutovi: „Víte, před popravou to někdy člověku myslí náramně jasně!“

Jako příklad psychoterapie ve vysokém věku uvedeme zkušenosti americké psychoterapeutky Naomi Feilové.¹³ Pracovala s geronty více než osmdesátiletými, kteří ztráceli reálnou orientaci v čase a prostoru. Feilová je přesvědčena, že jejich zmatené řeči a činy – mají smysl! Nejsou to pouhé „výplody chorého mozku“, nýbrž poslední zoufalé pokusy uspořádat svou minulost, konečně ještě vyjádřit city, které nikdy neprojevíli, „vyčistit dům před smrtí“. Běžný způsob jednání s takovými pacienty spočívá v tom, že se je zdravotní sestry nebo pečovatelky snaží v rámci možností přivést zpět k realitě. Laskavě jim domlouvají: „Jste přece v nemocnici... vaše matka je dávno mrtvá, nemůžete s ní mluvit.“

13 Feil, N.: The final life Task. *Journal of Humanistic Psychology* 25, 1985, str. 91–105.

Tato strategie rozumného domlouvání však mívá za následek, že se pacienti tím více stahují do svých halucinací a bludů.¹⁴ Feilová naopak bere jejich projevy zcela vážně a hledá jejich smysl, tj. vnitřní konflikty, které se v těchto projevech zrcadlí – a hovoří o nich tak, aby pacientům pomohla dojít pokoje.

Zde jsou úryvky z psychoterapie stoleté ženy, která se kdysi provdala proti matčině vůli. Bolestný konflikt nebyl nikdy vyřešen. Pacientka se s ním nevyrovnala ani po smrti své matky, v době, kdy byla její osobnost ještě silná a byla by mohla o věci rozumně přemýšlet, rozumně truchlit, rozumně odpustit.¹⁵ Smíření s matkou je však pro ni stále potřebou!

Pacientka: „Podívejte, někdo mě střelil. Mám ustřelenou nohu.“ (Ve skutečnosti byla noha amputována pro špatný krevní oběh.)

Feilová: „Kdo vám to udělal?“

Pacientka: „Celý můj svět je zastřelený. Zastřelili mi matku. Nenechají mě ji navštívit. Nikdo mě neposlouchá. Všichni jsou hlší.“

Feilová: „Kde je teď vaše matka?“

Pacientka: „Je v nemocnici... A i kdyby byla naživu, nenechali by mě ji navštívit.“ (Při jiné příležitosti pacientka viděla v parku veverku.)

Pacientka: „Takhle umřela moje matka. Vyšplhala na strom. Veverka ji klovl do oka. Spadla.“

Feilová: „Vaše matka hodně šplhala na stromy?“

Pacientka: „Já jsem byla jako kluk. Matka mě za to nenáviděla.“

Feilová tvrdí, že rozhovory vedené takovýmto způsobem pacienty uklidňují, protože jim pomáhají přijmout minulost, smířit se s tím, co a jak bylo. Když se to daří, zlepšuje se i jejich péče o sebe a komunikují lépe s ostatními pacienty. Jinými slovy: osvozuji se od minulosti a otvírají se realitě, které je zde a nyní.

Věnovali jsme Feilové tolik místa ne proto, že by její zkušenosti něco dokazovaly ve smyslu striktního vědeckého výzkumu, nýbrž pro autorčinu odvahu jít až po krajní mez, tam, kde jiní vidí už jen ubohé, bezcenné trosky bývalého lidství.

Rozlučme se teď s psychiatrií stáří, a to pronikavou myšlenkou amerického lékaře Guttmanna. Podle tohoto autora má psychiatrie sklon chápat stárnutí jako proces, který vede od plného zdraví ve středním věku k tomu psychickému rozkladu, ve kterém končí její těžcí staří pacienti: zmatenost, dezorientace, nepoznávání nejbližších, apatie, nebo naopak bezcílný neklid, mrzoutství, schopnost zajímat se nanejvýš jen o jídlo, naprostý egocentrismus, citové vyhasnutí, pouhé tělesné vegetování. To je *katastrofický pohled na stáří*. Z tohoto hlediska se životní cesta ve zralém věku jeví jen jako rychlejší nebo pomalejší úpadek směrem k vyjmenovaným smutným koncům. Tento pohled je realis-

14 *Halucinace* je přelud: Pacient vidí, slyší, čichá i hmatá něco, co neexistuje, např. slyší „hlasy“, které mu nadávají, k něčemu vybízejí. Blud je mylný výklad skutečnosti, např. přesvědčení, že mě dcera chce otrávit, že jsem zavinil válku, že moje mrtvá matka žije.

15 Rozumné neznamená mírně, chladně, rozumově, nýbrž spíše smysluplně, ovládaně, formou, při které ani silné city člověka nerozvracejí.

tický, takhle to s námi všemi skutečně dopadne, pokud nezemřeme „včas“ nějakou tělesnou nemocí. Neštěstí je v tom, že nám katastrofický pohled na stáří bere naději a houževnatost v péči o duševní stav starých lidí, že nám brání vidět pozitivní lidskou hodnotu toho, co psychicky upadajícímu člověku zbývá, a toho, co se v jeho životě ještě může stát – že vede k terapeutickému pesimismu a k zanedbávání péče o tyto lidi jak ve zdravotnických institucích, tak i v rodinách.

Hrajme dál!

Sečetli jsme ztráty. Je jich dost a není to veselé čtení. Co dál? Cicero (5, str. 55) říká: „Jen tehdy vzbuzuje stáří úctu, když se samo dokáže uhájit, když si dokáže udržet své právo, když se nikomu nezaprodalo, když vládne svému panství až do posledního dechu.“ Tak smýšlí tvrdý světovládný Řím. A postavme si vedle toho bojovné heslo Šedých panterů, mohutné organizace gerontů v USA: „Nemáme co ztratit!“ Tito geronti nechtějí být objektem péče, čekajícím, co „se“ pro staré udělá, ale společenským subjektem, který se všemi dostupnými prostředky snaží o zlepšení životních podmínek starých lidí. Vydávají se časopisy (např. *Moderní zralost*), pořádají se sjezdy, požadují se úpravy zákonů. Žádá se například, aby zákon zaručil úpravy pracovních podmínek tak, aby vyhovovaly lidem, jejichž schopnosti v některých směrech klesají. Šedí panterí patří ke generaci, která už v mladém věku prožila pokles úcty ke stáří a nechce se dát tímto jevem zaskočit, bojuje proti ageistickým předsudkům, proti diskriminaci stáří.

Nejdůležitější činností zdravého šedesátníka má být práce, při níž uplatní především své znalosti a zkušenosti.¹⁶ Vedoucí pracovník či konstruktér s průměrnou „životností“ by se měli kolem šedesátky¹⁷ pomalu připravovat k přechodu do funkce poradce, která je stejně kvalifikovaná a cenná, ale méně stresující, nevyžaduje tolik pružnosti, pohotovosti a schopnosti orientovat se v záplavě nových informací a – což je velmi důležité – umožňuje omezit pracovní úvazek. U některých kategorií pracovníků je obtížné najít uplatnění pro toho, jehož výkon se ve stáří snižuje, i když zůstává stále kvalitní. Jak těmto lidem pomůžeme v dalším pracovním uplatnění, to je praktický test naší úcty ke stáří.

16 Nejde jen o výdělečnou práci, nýbrž o jakoukoli společensky prospěšnou činnost, k níž má šedesátník chuť a energii. Ale je třeba respektovat i lidi, kteří vidí hlavní náplň svých šedesátých let v zábavě podle svého vkusu.

17 Pro vedoucí funkci vyžadující dravost a rvavost může být optimální věk už čtyřicítka – a padesátka může znamenat stáří!

Geront si musí umět včas přiznat, že už nedokáže to, co kdysi. Vzorem může být opět Skinner. Pozdní práce, kterou jsme citovali (str. 321), je už jen stínem jeho génia. Autor to ví a končí ji slovy: „Víte, když geront přednáší, je to jako když pes jde po zadních nohách. Nedělá to dobře – ale jste překvapeni, že to vůbec dokázal.“

Starobní důchod! Na ten je po šedesátce čas pro muže a ženy na tom budou brzy stejně.¹⁸ Slovo „starobní“ nezní pěkně, ale tomu, kdo na důchod toužebně čeká, chutná přesto sladce. Jsou lidé, pro které je možnost odejít do důchodu vysvobozením z těžké dřiny, nudné rutiny nebo ponižující pozice. Pro jiné je perspektiva blížícího se důchodu noční můrou: půjdu „do starého železa“. V každém případě je ukončení soustavné výdělečné činnosti, kterou člověk vykonával řadu let, často od dokončení školy, nesmírně významným, mnohostranným předělem, který nás nutí *přebudovat svou identitu*.

Zrušení „socialistické“ pracovní povinnosti a uvolnění soukromého podnikání umožňuje většině z nás postupně omezovat pracovní aktivity podle svých sil a podle svého přání. Připravované zákony tuto svobodu ještě stupňují umožněním „předčasného“ odchodu třeba o řadu let dříve – za cenu trvale snížené výměry důchodu. Procento lidí, pro které v určitou chvíli „padla“ a kteří rázem odcházejí z plné pracovní aktivity „na odpočinek“ jen proto, že dosáhli určitého věku, tedy kleslo a bude dále klesat. Bude však stále dost těch, kteří takto skončí – proti své vůli – ze zdravotních nebo rodinných důvodů, pro ztrátu pracovní příležitosti apod. Bude dost i těch, kteří sice budou moci pokračovat ve výdělečné činnosti, ale budou se muset rozloučit s tím druhem práce, který jim byl drahý, případně s pozicí, s níž se hluboce sžili a na níž lpějí – bez naděje na návrat alespoň formou nějakého částečného úvazku.

Strach z budoucnosti tíží často budoucího důchodce už několik let dopředu. Bojíme se ekonomické nejistoty, těžko se smiřujeme se snížením příjmu. Nejde jen o rozdíl mezi výší platu a výší důchodu, nýbrž i o ztrátu všelijakých možností vedlejších příjmů, přesčasů, stravenek, internetu, mimořádných odměn, vzájemných výhodných protislužeb mezi spolupracovníky a tak dále. Pokles životního standardu bývá proto citelný. Mnozí muži – ostatně i ženy – se obávají hlavně vzdálenější budoucnosti: můj důchod se bude sice valorizovat, ale bude zaostávat za růstem průměrných mezd, takže se budu postupně propadat – ve srovnání s mladými – do chudoby!

Těžký bývá ten pocit: *Už tam nebudu patřit*. Někdo jiný si stoupne k mému stroji, sedne k mému stolu. Nechají mě tam možná, jestli a dokud mě budou potřebovat, v každém případě budu už na vedlejší koleji...

18 Průměrný věk, jehož se dožíváme, stále stoupá a stoupá i věk, do kterého jsme schopni pracovat, což se týká žen ještě více než mužů. Technický pokrok by samozřejmě bez problémů umožňoval, abychom všichni odcházeli do důchodu v padesáti letech, to by ovšem nesměly stoupat naše nároky na spotřebu zboží a služeb všeho druhu tak rychle, jak tomu v celém světě je.

Může to být dost dramatické: Padesátiletý zástupce ředitele, náměstka nebo jiného vedoucího ještě aspiruje na postup, hvězda jeho vlivu dosud stoupá – a zároveň s každým rokem stoupá i nebezpečí, že až se bude o postupu rozhodovat, někdo řekne: „Ano, je to perfektní pracovník, pro tu funkci jako stvořený, ale přece jen, v tomhle věku...“¹⁹ Od nějaké doby, kdy už se „to“ dá spočítat na prstech jedné ruky, cítíme z drobných náznaků, že nás o pár let mladší kolegové zdraví jaksi ledabyle a při přípravě dlouhodobých projektů je u našeho jména pomyslný, ne-li skutečný otazník. Musíme si přiznat, co jsme měli vědět dávno, že totiž pro většinu spolupracovníků jsme důležití svou pozicí, ne tím, že jsme inteligentní, vzdělaní, osobně sympatičtí.

Ztráta dosavadního stavu ještě-ne-důchodce je pro řadu mužů ponížením, zraněním sebeúcty, sebevědomí. Vznikají kruté pocity méněcennosti.

Cituji z monologu muže, který na blížící se důchod reagoval neuroticky. (Neurotická reakce často v přehnané formě vyjádří to, co cítí – mírněji a skrytěji – i mnozí jiní.) „Důchodce! Já když to slovo někde uslyším, tak jako když mě poleje. Slyšel jste už sestru v čekárně u doktora říct: „Vy můžete počkat, pane Malý, vy jste důchodce!“ A doma, když ráno vstanu – kam půjdu? Snad do parku na procházku? Nebo s babama nakupovat?... Patřit k *těm*! a čekat někde ve frontě na důchod, nebo jak se to dostává... Já vím, že jsem na to dělal celý život, zasloužím si to, ale – zrovna to, že to bude tak málo, to mě ponižuje! A když se nějaký známý, který to o mně ještě nebude vědět, zeptá: „Tak co nového v práci?“... Starobní důchod tomu říká – ale copak já jsem starý?“

Pro muže je představa důchodu někdy opravdu hroznější než představa smrti. Být vyřazen z práce, se kterou jsem srostl! Proto také životní spokojenost mnoha mužů už před šedesátkou dost prudce klesá. Samozřejmě ne všech mužů, je i dost takových, kteří se těší. Jde o to, jak to udělat, abychom patřili – aspoň částí svých pocitů – k těm druhým.

Pro ženu může být perspektiva důchodu stejně zlá jako pro muže, tak daleko emancipace jistě pokročila. Pro ženu, která žije svým povoláním „po mužsku“, to může být ještě horší, pokud dosahuje důchodového věku dříve než muž. Ale vcelku se dnešní ženy dosud s touto vyhlídkou smiřují snadněji než muži; je více těch, které ji vítají.

My, kteří cítíme odchod²⁰ do důchodu jako ztrátu půdy pod nohama, stojíme před dvěma možnostmi, které už dobře známe z jiných předělů na životní cestě: buďto hrozbu hodit za hlavu, jít dál a dělat, i sami před sebou, že se nic neděje, zapomenout na důchod „jako na smrt“ – anebo si věc připustit, což znamená,

19 Odmyslíme si nemoc, a přece tak často právě největší a nejetizádostivější dřič si jednoho dne musí v lékařské ordinaci vyslechnout: „Poslyšte, ten váš krevní tlak...“ nebo „Tak tohle, pane inženýre, bude cukrovka. Nebojte se, nic hrozného, jenom ode dneška nesmíte... A musíte...“

20 Ano, skoro vždycky se říká „odchod“, málokdy „přechod“ a vůbec už ne „vstup“. „Odchod“ je jasně minusové slovo.

jak napovídá český jazyk, pustit si ji k tělu: začínat o ní rozhovory s vrstevníky i v rodině, pokoušet se o ní vtipkovat, poptávat se těch, kteří mají ke „dni D“ ještě blíž než my, případně ho už mají za sebou, chodit na ty rozpačité oslavy pětadesátin a dobře se tam dívat. Někdy by člověk brečel, když na „to“ pomyslí, někdy se mu břicho sevře úzkostí, a má-li slabší povahu, zaslouží si i těch pár tablet nějakého toho uklidňovačla – když už žijeme v tom chemickém věku. Ale hrajme se svým smutkem a úzkostí otevřenou hru – vyplatí se to. Když se s chutí zasmějete vtipu na důchodce (znáte ten „...Mladá paní, vy jste nějaká netrpělivá...“?), tak už to jde.

Zopakujme si to ve vážné, ale útěšné tónině, kterou tak mistrovsky ovládá Mrkvička: „Naše pracovní kariéra se pomalu uzavírá a ke slovu se hlásí mladší. Přicházejí s trumfy nových nápadů v rukou a my se těžko bráníme pocitům zářlivosti. Naše životní dílo se dovršuje a my si nespokojeně říkáme, že to nebo ono by se ještě na něm dalo vylepšit, aby bylo perfektní – jenže už nezbývá čas. A tak to nechme jiným, ať tedy ukážou, co dovedou. Vždyť nejde o nějaký náš soukromý podnik. Je to dílo společné, naše i jejich. A teď už hlavně jejich.“ (27, str. 23)

Udržení pozice v práci nesmí být jediným cílem. Už jsme mluvili o tom, že je třeba včas začít pěstovat osobní záliby, kterými budeme vyplňovat čas v důchodu. (Je ovšem pravda, že pro mnoho lidí tento problém neexistuje, mají tolik hobby, že by to stačilo na tři důchody.) Vztahy k blízkým lidem v rodině i mimo ni vyžadují teď více času, hrozí nebezpečí, že se navzájem vzdálíme. Nemáme-li si např. mnoho co říci s manželským partnerem, není rozumné utíkat do práce, nýbrž snažit se obohatit vztah společnou, sdílenou zkušeností – i když to často vůbec nejde samo. Ale jsou zde i příbuzní a přátelé. Až na ně budeme mít víc času, zjistíme možná, že je pozdě.

Vedoucí oddělení výzkumného ústavu, věk 64 let: „Asi se mi mění povaha. Včera jsem utekl ze semináře. Bylo to sice zajímavé a důležité a nebyl jsem ani unavený, ale najednou jsem ztratil všechnu chuť tam sedět. Chtělo se mi domů. Vymluvil jsem se, že musím připravit nějaké podklady pro ředitele, a šel jsem. Je u nás na pár dní dcera s rodinou. Klábosili jsme, krmil jsem Julinku a pak jsem ji pomáhal koupat. Koukali jsme na pitomou detektivku v televizi, ale to nevařilo – bylo mi fajn.“

Finanční otázky a případné pracovní zařazení po dosažení důchodového věku hodně zaměstnávají řadu lidí kolem šedesátky; vážně trápí zvlášť ty úzkostné a osamělé. Zaměstnávají a trápí často víc, než by měly. Je tu totiž problém, který se nakonec ukáže jako důležitější: jak trávit čas, který získáme omezením a později ukončením pracovní aktivity v zaměstnání? Čím naplnit dny? Hledat si až v důchodu nějakého koníčka... on se pak už těžko sedlá.

Po padesátce je nejvyšší čas, po šedesátce už skoro pozdě (docela pozdě nesmí být ovšem nikdy). Je totiž čím dál těžší naučit se mít rád něco nového, přilnout k tomu, najít v tom zalíbení. A je také záhodno dostat se ve svém

hobby na slušnou úroveň: třeba o fotografování si něco přečíst, získat trochu cviku. Čím lépe věc umíme, čím víc ji rozumíme, tím je pro nás přitažlivější. Sblíží nás také s druhými, kteří mají stejné zájmy. Máme si s nimi o čem povídat, co ukazovat, o co se i pohádat. Výborné jsou zájmové kluby a kroužky, ve kterých můžeme pěstovat své záliby do vysokého věku; ale po šedesátce se v nich už těžko chytáme jako noví členové.²¹

Někdy se podaří vrátit se k nějaké dávné, opuštěné zálibě, například k hudebnímu nástroji (Sokrates se v pozdním věku věnoval hře na lyru) nebo k malování, které jsme měli ve škole rádi a na které pak nikdy nebyl čas. Introvertní zaměření druhé poloviny života se ve výtvarném umění uplatní velmi dobře.

Komu zavoní zahrádka a má příležitost rýt se v hlíně, je na tom výborně. To je hobby, které dlouho vydrží, nevyžaduje ani brilantní intelekt, ani pohotovou paměť, ani pevnou ruku, ani mnoho peněz. Je to zároveň platná práce, která má hmatatelný smysl, což v mnoha povoláních vůbec není samozřejmé. Mírný pohyb na zdravém vzduchu prospívá tělu i duši. Vracejí se nám půvaby dětských her se slastmi hmatovými i čichovými, jak jen si lze přát v soubojích s plevelem a s jinými škůdci se vyřádí agresivita (chcete-li to podle Freuda, tedy i anální agresivita, a ta zvlášť!) a je zde místo pro něžné pečovatelské touhy: těch klíčících semínek, těch bezmocných poupat! Máme účast na záračné plodivosti země; jemně a hluboce nás vzrušuje, jak zvolna mohutnější plody i hlízy. Snad nikde se nenabízí tak široké spektrum radostí, ať už zahrádkaříme na úrovni zemědělece z doby bronzové, nebo na úrovni doktora zemědělských věd. – Ale i s touto zálibou je třeba začít včas.

Nejdůležitější složkou života jsou blízké rodinné a přátelské vztahy. Důchod nám dá v dohledné době příležitost trávit více času se svými nejbližšími. Anebo naopak: důchod nás *přinutí* trávit s nimi více času – ta vyhlídka může být příjemná i nepříjemná. Je třeba více pěstovat a možná ještě i hledat společné záliby. Jak stárneme, vážíme si stále více přátelství, která nám zůstala z mládí nebo která jsme navázali později. Jsou lidé, kteří se sblíží snadno a rychle, těm nehrozí samota. Většina z nás to neumí, stále obtížněji vytváříme nové vztahy, osamělost je stále větší strádání nebo hrozba.

Někdy se na stará kolena sblíží sourozenci, kteří na sebe celý život neměli čas, neměli si co říci, případně se rozešli ve zlém, třeba se potahali

²¹ Místo rozumné kultivace volného času bohužel často nasazujeme k závěrečnému spurtu v zaměstnání. *Teď děláme na důchod!* Sháníme přesčasy a vedlejší úvazky. Pracujeme do úpadu, abychom si zajistili prémie a jiné odměny, protože to všechno se započítává při výměře důchodu. Dovedeme kvůli tomu být velmi úslužní a poslušní – a na druhé straně bezohlední. Je to ekonomicky pochopitelné, ale psychologicky i prostě zdravotně viděno je to ta nejhorší možná příprava na stáří.

o dědictví po rodičích. Teď už bychom neměli plýtvat energií na staré spory: svárlivý starý člověk je stejně směšný jako trucovité dítě! Je nejvyšší čas pochopit starou pravdu: Jediný skutečný luxus, který stojí za to, jsou lidské vztahy.

Někteří geronti naplňují čas, který získali omezením práce – studiem. Studují něco docela jiného, než čím se celý život zabývali ve své profesi. Existují i univerzity, na nichž může zájemce získat diplom ve kterémkoli věku. Studuje se z čistého zájmu, pro radost z poznání – i z potřeby dokázat si: „Ještě na to stačím!“

Na jednu americkou univerzitu se zapsala žena ve věku 59 let. Chtěla studovat psychologii a sociologii stáří. Na dotaz, proč si vybrala takové zaměření, odpověděla prostě: „Abych věděla, co mě čeká.“

Vydrží-li nám zdraví a duševní svěžest, čeká nás po šedesátce řada let, která mohou být klidná, radostná – a svobodnější než dosavadní rutina, směrnice, píchačky, plánování a vykazování plnění. Jde jen o to najít si něco, co nám za to opravdu stojí, kde se uplatníme; je dobré, když je to něco víc než pouhá zábava.

Jak nám ubývá tělesných a duševních sil, musíme slevovat, vyklízet celá rozsáhlá území svého osobního světa. Místo zaplávání v bazénu musí stačit procházka v parku, a to možná ještě s holí. Někdo už nemůže ani sám z bytu. Ještě že je tu okno do ulice. Dívat se celé hodiny z okna, pozorovat, kdo jde s kým a kam, kdy se vrací, jak oblečen – a pak to všechno podrobně probrat se sousedkami: to může být činnost konaná s maximálním zaujetím, podstatně hodnotnější a více osvěžující než pasivní sledování televize nebo četba sentimentálního románu. Má to dokonce i společenskou funkci, vytváří se tak místní veřejné mínění, v němž bývá koneckonců víc pravdy než pomluv. Nepohrdejme hned „tou babou, co nemá nic jiného na práci než čumět z okna“! Možná má už špatné srdce, daleko nedojde, štrikovat nemá pro koho, číst ji netěší – ale žije ráda, a to není tak málo.

Dokud slouží oči a ruce, lze něco robit, opravovat, vyřezávat ze dřeva, číst, psát dopisy, malovat. Čím víc různých věcí jsme v životě zkusili, tím víc možností máme v záloze, až nás bude zrazovat stárnoucí tělo.

Když nám někdy mezi 65 a 90 lety (ale i dřív, nebo také později, individuální rozdíly jsou obrovské) začne podstatně ubývat duševních schopností, naše záliby se zjednoduší. Nestačíme už na složitý psychologický román, spokojíme se s detektivkou – a později nám už ani nevádí, že jsme ji četli před měsícem. Vracíme se ke knihám svého dětství. Geront si čte mayovky nebo listuje v rozdrbaných sešitech Foglarových Rychlých šípů. Znal jsem univerzitního profesora, který v pozdním stáří čítal pohádky Boženy Němcové a těšil se na televizní Večerníček, ačkoli dovedl ještě vystupovat s důstojností akademika. Svoji

demenci²² si plně uvědomoval a bylo mu z ní smutno, snášel ji však s postojem, v němž se mísil filozofický klid a dětská odevzdanost.

Kvete láska v každém věku?

Manželství gerontů bývají velmi šťastná: Za desítky let soužití se partneri dobře znají, rozumějí si, navzájem se dokonale přizpůsobili. Nemusí spolu mnoho mluvit, a přesto sdílejí své radosti i starosti, rozumějí si „na půl slova“. Mají společné vzpomínky, milé i nemilé, nejednou i vzpomínky na překonané krize, kdy se jeden z nich zamiloval mimo manželství, kdy ztratili léta žárlením nebo spory o moc, které se teď jeví jako nicotné. V šedesátých letech spolu ještě manželé mohou (a mají!) cestovat do ciziny, koupit si nové auto, získávat nové známé a vést čilý společenský život, společně fungovat v nějaké zájmové organizaci, zařizovat prázdniny pro vnoučata i pravnoučata, chodit pilně na koncerty nebo do divadla. Slouží-li zdraví, mohou v tom všem pokračovat i po sedmdesátce, i když s podstatně menší intenzitou. Stále více času zabírá denní provoz – obstarávání běžných záležitostí, také „obsluhy“, „údržby“ a případných „oprav“ stárnoucího organismu; přibývá pasivního odpočinku, tichého posezení, někdy prostě spánku. I v tomto zpomaleném rytmu je mezi manžely souhra, prohlubující se intimita a nyní stále více i vzájemná závislost.

Manželství gerontů bývají velmi nešťastná: Pocit zklamání životem se klade za vinu partnerovi. Při nedostatku kontaktů s jinými lidmi se manželství hermeticky uzavírá a snadno vzniká „ponorková nemoc“, o které jsme se zmínili u mladých manželství. V šedesátých letech se ještě uvažuje o rozvodu: mít konečně pokoj od partnera, který ustavičně mluví a komanduje, mlčí a kouká jako bubák, vztekale vybuchuje, myslí jen na jídlo a na své pohodlí! Přání, aby ten druhý zemřel (a sebeobviňování za taková přání), se pojí se strachem: Co si počnu sám, už teď, a což teprve, až přijdou vážnější nemoci? Manželé se vzájemně zraňují – znají dokonale svá citlivá místa. Komunikace upadá, jestliže se zhoršuje sluch a paměť a klesá-li i zájem o to, co druhý říká, protože člověka přitahují a vtahují jeho vlastní starosti a chmury: „Co's to říkal?“ – „Ale vždyť ty mě stejně vůbec neposloucháš!“

Manželství gerontů bývají většinou prostřední: Jsou dny špatné i dobré, důvěrné chvíle i odcizení, láska i záblesky nenávisti, hádky i usmíření, boje o nadvládu i odlehčení, když si najednou uvědomíme, jak je to všechno k smí-

²² Tady narážíme na zajímavou ošidnost pojmu demence, který jsme definovali na str. 341 jako větší úbytek rozumových schopností, než odpovídá věku. O průměrném devadesátiletém gerontovi řekneme, že je dementní, a tentokrát to bude znamenat: Jeho rozumové schopnosti poklesly natolik, že už není schopen se o sebe postarat – což víceméně odpovídá věkové normě: Je to běžné.

chu. Ještě se žárí, například manžel může žárlit na manželčina ovdovělého bratra, s nímž ona ráda tráví čas a s nímž si vlastně lépe rozumí; manželce je zase líto, že děti a vnuci mají raději dědečka, se kterým je větší legrace než s ní.²³ V manželstvích gerontů se hodně vzpomíná. Rozebírá se, co se kdy stalo, jak to vlastně bylo, co kdo udělal, myslel, cítil, co bylo krásné a kdy jsme měli smůlu; také, a to hodně, kdo komu ublížil a jak mnoho. Co mohlo a mělo být jinak. Vedou se dokonce dlouhotrvající ostré hádky o dávnou minulost.

Je to tak důležité? Nebo se spory vedou jen z nudy a zloby, ze stařecké svárivosti? Geronti mají potřebu uspořádat svou minulost, pochopit ji, vyznat se v ní jako v příběhu, který dává smysl. A je to společný příběh, k jeho pochopení (nebo, jak by řekl skeptik, k vytvoření společné legendy o proběhlém životě) je třeba dvou. Riskuje se i otvírání starých tajemství, nevěř a jiných podvodů – v pozdním stáří asi i proto, že udržet před blízkým člověkem tajemství vyžaduje námahu, ke které už není dost sil. Potřeba smyslu u kulturního člověka²⁴ ve stáří stoupá. Hádky nejsou samozřejmě vždycky nejlepší způsob, jak se dobrat pravdy, ale bývá to velmi účinný způsob.

V seniu se také ještě uzavírají nová manželství – jistě častěji, než tomu bývalo před padesáti nebo více lety. Je to pochopitelné: Žije se déle, častěji dochází k rozvodům v pozdním věku, a jsou zde tedy volní partneři, a konečně společnost je k pozdním sňatkům tolerantnější, než bývala.

Starší snoubenci mívají za sebou trýznivou zkušenost samoty a nejistoty. „Je vždycky lepší, když z postele čouhají dvě hlavy než jedna,“ řekla mi na toto téma lapidárně jedna prostá žena. Partneři chtějí mít někoho, o koho by se mohli opřít v tísní, v nemoci, někdy ve sporech s dětmi. Mohou získat i víc – šťastnou pozdní lásku, milostnou intimitu. I oni ovšem musí projít obtížným stadiem vzájemného přizpůsobování.

Jak známo, čím starší ročník, tím více převažují ženy nad muži. To ovlivňuje počet a ještě více procento mužů, kteří v seniu vstupují do manželství, ať už jsou svobodní (ještě!), ovdovělí nebo rozvedení.

Čím více je žen bez partnera, tím důležitější jsou přátelské vztahy mezi ženami a izosexuální skupiny žen; může dojít – víceméně z nouze – i k pozdní lesbické orientaci. V dobách, kdy generace žily více pospolu, nebyl tento problém tak naléhavý. Dnes, kdy mnoho starých žen nemůže žít se svými rodinami, význam izosexuálních skupin stoupl. Měli bychom vědecky zkoumat, jak

23 Muži po sedmdesátce bývají u svých rodin o něco oblíbenější, získávají snadněji sympatie než staré ženy. Snad je to dáno i tím, že jsou vzácnější co do počtu. Evoluční psycholog by řekl: Sedmdesátník je ještě potenciálně plodný, a i když na to nikdo ani nepomyslí, může to hrát – mimoracionálně – roli ve vztahu žen k němu.

24 Připomínám, že tím nemyslím člověka zvláště vzdělaného; prostý člověk bývá často kultuře svého národa věrnější a lépe ji rozumí než ti, kteří mnoho studovali, nebo se dokonce kulturou zabývají profesionálně.

spontánně vznikají menší i větší skupiny žen, jak jejich členky společně tráví čas, jak si pomáhají – a vytvářejí podmínky, aby se rozšiřovaly nejlepší formy společenství, které existují. Osamělost je osobní neštěstí, a navíc osamělí častěji potřebují péči institucí, které jsou chronicky přetíženy.

Vyrovnat se s ovdověním bývá velmi těžké. Znamená to tvořivě přeorganizovat svůj život, upnout se k hodnotným cílům, nepropadat pocitům méněcennosti. Naučit se skromněji hospodařit. Naopak byl-li partner břemenem pro svou invaliditu, nesnášenlivost nebo jiné povahové vady, demenci atd., může být ovdovění úlevou.

Uvádí se, že osamělí muži trpí v seniu více než osamělé ženy: Hůře se o sebe dokážou postarat, uvařit si, vyprat atd. Uvažme však ještě dvě další souvislosti: a) Žena má naději na delší život než stejně starý muž, je tedy obvykle také zdravější než on. b) Muž, který zůstane osamělý přesto, že v jeho okolí je řada stejně starých i o něco mladších žen bez partnera, strádá možná i něčím jiným než nepraktičností.

Ke vztahům mezi muži a ženami v seniu patří ovšem i *sexualita*. To je ožehavé téma, zkomplikované předsudky, omyly a nepřátelskými postoji veřejnosti. I mnozí geronti jsou přesvědčeni, že sexuální život od čtyřicítky slábne a končí ne-li v padesáti, tedy v šedesáti nebo pětadesáti – v pozdějším věku jde už o cosi nemístného, neestetického, komického, ne-li nemravného! Členové rodiny, ale i lékaři, a dokonce nezkušení psychoterapeuti se někdy domnívají, že projevy sexuality u gerontů znamenají neschopnost včas rezignovat na tuto složku života, že jde o chorobný nedostatek zábran, jež nám diktuje slušnost. Stereotypní imago stáří nám představuje babičku, která peče koláče, a dědečka, který podřimuje u televize nebo snad ryje na zahrádce – těžko si však představíme, jak takoví starouškové flirtují v kavárně, domlouvají si schůzku a tráví spolu noc. Potentní geront se považuje za „starého kozla“, od starší ženy se čeká, že bude dost kritická ke svému zevnějšku, aby se sama zřekla milostného života.²⁵ Sblíží-li se dva geronti, dívá se veřejnost na jejich erotický vztah přinejlepším shovívavě, podobně jako na vztah dvou nezralých pubescentů nebo adolescentů.

Čemu slouží *stereotyp asexuálního stáří*? Sociologové odpovídají: ageismu, „studené občanské válce“ proti starým. Jsou-li geronti „vyřizení“ v této oblasti, není třeba obávat se jejich konkurence a respektovat je ani v jiných oblastech. Se zvlášť silným odporem se však sexualita gerontů setkává u jejich vlastních dětí, zvláště jestliže tyto děti byly vychovány prudérně, jestliže před nimi rodiče skrývali vzájemné něžnosti, případně v nich pěstovali ošklivost k sexualitě

25 V naší době je stále ještě rozšířen názor (nebo snad spíše pocit), že sexualita je přece jen – říkejte si co chcete – něco nižšího, co potřebuje být ospravedlněno krásou partnerů. Je to dědictví křesťanského středověku, který schvaloval pouze sex za účelem plodění? Starověk ctil – dokonce zbožňoval – pohlavní pud jako takový!

vůbec. Postoj k sexualitě vlastních rodičů je – z různých důvodů – většinou problematický od dětství, představa jejich sexuálního styku budí rozpaky. Najde-li si pak ovdovělá žena milence, může tím v očích dětí znesvěcovat otcovu památku: Zejména jestliže jsme se nerozloučili normálním zármutkem se zemřelým otcem, míváme sklon ho idealizovat – a kdo je pak hoden vstoupit na jeho místo?! A konečně zcela prozaicky: Jestli se nám dědeček znovu ožení, kdo po něm bude dědit?

Není toho tedy málo, co v naší kultuře překáží erotickému a sexuálnímu životu gerontů. Přesto existuje. Ještě v 80 letech je čtvrtina mužů schopna styku. Z deníku Victora Huga lze přý doložit, že ve věku 82 let během tří měsíců osmkrát souložil. Milostné přede hry nabývají na významu – a nakonec zůstává jen u nich. U mužů slábne schopnost i zájem o sex o něco dříve než u žen; jsou však i ženy, u nichž se v seniu objeví averze k sexuálnímu životu.

Odborníci dnes většinou doporučují pohlavní styk v seniu nebo aspoň masturbaci jako jeho náhražku, a to z obecně hygienického, zvláště z mentálně hygienického hlediska. „Pečujte o pravidelný výron semene“, radí Zvěřina.

Sexuální aparát muže prochází v seniu involucí. Varlata se mění v chabé, hadrovité útvary, penis se zmenšuje, erekce po ejakulaci rychleji ochabuje. Někdy je třeba změnit techniku pohlavního styku, aby ho byl muž schopen uskutečnit. Geront má někdy volbu mezi kratší souloží s výraznějším orgasmem, nebo delší souloží, po níž následuje mírnější orgasmus. Erekce je slabší a dostavuje se pomaleji. Někdy chybí ejakulace a někdy nedojde vůbec k erekcí, muž selže; to se ovšem některým mužům občas stane už kolem čtyřicítky a v klidném, vyrovnaném erotickém vztahu se to nebere tragicky. Klesá ovšem i četnost mužovy touhy po styku a schopnosti uskutečnit ho. Existuje předsudek, že muž „to má spočítané“, že může svou sexuální kapacitu brzy vyčerpat, nebo si ji šetřit. Je tomu spíše naopak: Kdo žije sexuálně intenzivněji, zachová si potenci déle – pokud ovšem nejde o nevázaný sexuální život spojený s prohrškou proti správné životosprávě (alkohol atd.).

Ženské pohlavní orgány se také mění: Pochva se zužuje, zkracuje, ztrácí pružnost. Její sliznice může atrofovat, zvlhnutí je pomalejší²⁶ a styk může být bolestivý, zvláště když trvá dlouho a když žena nějakou dobu abstinovala. Ztrácí se pevnost stydkých pysků a síla svalů, které se uplatňují při souloží. U zdravé ženy však neklesá schopnost orgasmu, pokud delší dobu neabstinuje. Kvalitu pohlavního styku zlepšuje cvičení spočívající ve stazích pánevního svalstva; toto cvičení je i jinak zdravotně prospěšné – u nás mu někteří instruktoři jógy věnují velkou pozornost. Dále se ženám doporučuje z estetických důvodů cvičit břišní svaly pro upevnění břišní stěny a plavat, což brání předčasnému ochabnutí řader.

Optimističtější pohled přebírají Langmeier a Krejčířová ze světové literatury: Muž může být v seniu sexuálně aktivní, pokud žena neodmítá „méně obvyklé formy sexuální aktivity, které jsou nyní pro muže nezbytné, má-li dosáhnout plného orgasmu. Pokud jde o ženy, není žádného důvodu očekávat, že menopauza omezí jejich sexuální kapacitu a činnost nebo že otupí pohlavní pud“. Ze souboru mužů ve

26 Doporučuje se užití lubrikantu; u mladší ženy ovšem nedostatečné zvlhnutí skoro vždycky znamená, že není psychicky připravena k souloží – ať už je vina na její straně (frigidita), nebo na straně muže (netrpělivost, nedostatečná milostná přede hra).

věku 80–102 let 62 % mužů a 30 % žen „mělo alespoň občas pohlavní styky“. – Snad má tedy pravdu i Sheehyová se svou povzbudivou zvěstí: „Ženy v šedesáti, sedmdesáti i osmdesáti se stále zamilovávají, některé z nich dokonce poprvé! Může se to stát, když se po manželově smrti rozplyne dlouholeté manželství plné povinností. Přezívší žena se najednou vášnivě, po uši, k smrti zamiluje; předtím neměla ani ponětí, že takový extatický stav může vůbec existovat ... Ženy si udržují schopnost několika násobných orgasmů – a 25 % sedmdesátiletých žen stále masturbuje.“ (Po padesátce či pětapadesátce navazují některé ženy, které byly celý život heterosexuální, homo-sexuální vztahy.)

Sexuální život má ve stáří poněkud jiný význam než v mládí. Nejde tolik o to vybit sexuální tenzi jako ujistit se hodnotou vlastního těla, jeho vitalitou, zdatností. V naší době, která tolik zdůrazňuje sexualitu, bychom skoro mohli říci: „Souložím, tedy jsem“, to jest jsem ještě plnohodnotný člověk, nikoli troska. Pohlavní život tak napomáhá udržet si sebevědomí, sebeúctu. Sexuální aktivita tlumí úzkost, pozvedá skleslou depresivní náladu (což ostatně platí celý život).²⁷ Sexualitu chápeme především jako složku milostného života, a ten se odehrává v lidském vztahu. Jak už víme, vztah k druhému člověku je něco, co lze stěží definovat. Čím více o něm přemýšlíme – a hlavně čím více, čím věrněji, odvážněji a otevřeněji v určitém vztahu žijeme (či krásným staročeským slovem „obcujeme“) – tím více žasneme nad jeho bohatstvím a hloubkou, do které může růst. Snad teprve zralý věk umožňuje pochopit, co všechno znamená slovo „Ty“.

Tělesná blízkost při pohlavním styku je výrazem něhy, vřelosti, solidarity, citové blízkosti vůbec. Poskytuje těžko nahraditelný pocit bezpečí, vyjadřuje úctu (právě v seniu) a obdiv, důvěrnost, intimitu. V sexuální životě gerontů, kteří se dlouho znají, je i určitá odlehčenost, nadhled a – dovolíte-li – smysl pro legraci, neboť do sexuality se ve stáří dostává opět něco z dětské hravosti. Věc není tak smrtelně vážná, jako když byla mladá těla vydána napospas „tyranii pudu“. – K milostnému životu gerontů patří stále – nebo spíše ještě více než dosud – kulturnost, estetika, květiny, slavnostní večere při svíčkách, trocha dobrého pití.

Američtí psychologové vyhledali v jednom velkoměstě 45 gerontů ve věku od 60 do 92 let (průměrný věk 68 let), kteří byli ovdovělí nebo rozvedení a měli poměrně trvalé heterosexuální vztahy: dávali si schůzky, obvykle spolu také měli sexuální styk. Tito lidé vyprávěli badatelům o stejných citech, jaké kdysi prožívali v mládí, o zamilování, při němž buší srdce a potí se ruce, při němž člověk pociťuje v nepřítomnosti partnera prázdnotu a stesk. Pro jejich milostný život byly často důležitější doteky, polibky a pohazení než vlastní pohlavní styk. Pro některé byl partner jediným člověkem, kterého se vůbec dotýkali. Na milostném životě oceňovali, že přispívá k jejich sebevědomí, protože jeho zásluhou cítí, že je někdo potřebuje. Žena ve věku 77 let rekla: „Když jste

27 Někteří lékaři výslovně doporučují nemocným po infarktu myokardu, kteří by neměli mít 8 až 14 týdnů pohlavní styk, aby v této době aspoň masturbovali.

starší, není sex tak důležitý, ale jistým způsobem ho víc potřebujete.“ Šlo o lidi zkušené v citovém životě, kteří věděli, že počáteční zamilování nepotrvá, že však může přejít v „trvale hořící oheň“. Někteří z nich skrývali vztah před svými dětmi a jejich rodinami. Jedenašedesátiletá žena řekla autorům, že její osmašedesátiletý přítel u ní už rok tráví tři noci ze čtyř, ale že o tom nedokázala říci své rodině: „Když mají přijít vnoučata na návštěvu, schovávám jeho boty.“ Někteří z dotazovaných uvažovali o sňatku,²⁸ ale zvláště ženy nebyly ochotny vzdát se své nezávislosti. Některé odrazovala od sňatku i možnost, že by partner onemocněl a že by se pak o něj museli starat.

Americká studie, ze které jsme právě stručně citovali, vrhá na milostný život v seniu optimistické světlo. Je to pochopitelné: šlo o lidi, kteří se spolu rádi scházeli a mohli svůj vztah kdykoli přerušit. Stáří má ovšem i bolestné problémy v milostném životě. Jeden z partnerů může mít zájem na podstatně častějším styku než druhý, zatímco dříve se shodovali. Při větším věkovém rozdílu dochází často k nevěře mladšího z manželů. Nevyřešené eroticko-sexuální problémy z mládí a středního věku se mohou zhoršit. Milostný život dvojice gerontů se odehrává v sociálním prostředí, kde každý z nich denně potkává množství mladých lidí, kteří jsou pro něj sexuálně mnohem přitažlivější. Není to úplně nová životní situace, ale nyní je vyhrocená: ještě jednou mít vedle sebe v posteli žádoucí mladé tělo!

Jsou stará, pevná manželství, jejichž partneři si navzájem tolerují i ty pokusy urvat pro sebe na chvíli iluzi mládí. Jinde se žárlivé sřeží i pohledy a bezmála myšlenky („Proč ses dnes v noci ze spaní tak krásně usmívala?“) – ačkoli ze vzájemného milostného vztahu nezbylo už nic.

Gerontopsychiatrii upozorňují, že při demenci určitého typu dochází někdy k odbrzdění sexuálních popudů (viz str. 341), muži mohou jevit nepřiměřený zájem o velmi mladé partnerky, případně exhibovat. Nesmíme samozřejmě tyto ojedinělé případy zaměňovat s běžnou touhou gerontů pomazlit se s vlastními vnoučaty.

Z vyprávění třicetileté ženy: „Tchán měl krásné manželství, ale když mu zemřela žena, zamiloval se – šestasedmdesátiletý – do třicetileté. Chodila k nám každý týden na hodinu nebo dvě. Moc ji miloval, seděl u stolu vždycky celý rozechvělý už od oběda... zamykal dveře tak, abychom se s ní já a manžel nemohli setkat. Předem vyhrožoval, že se otráví, jestli mu budeme bránit. Dával jí peníze, byla hlavně na peníze – a věci, nějaké starožitnosti. Jednou neměl co jí dát, dal jí moje šaty... Manžel se moc těžko loučil s tím, jak mu vždycky byl otec vzorem. Chce, abychom se od něj odstěhovali... Ale asi tchánovi ta ženská prodloužila život, po smrti tchyně byl tak smutný, že by byl snad umřel...“

Současné zdůrazňování a doporučování sexuálního života v seniu je historicky nový jev. Mnoha lidem tyto nové názory usnadňují, zpřijemňují a obohacují

život. Nese to však s sebou i nové problémy: pohlavní život v pokročilém věku se může stát nepsanou, ale uznávanou a prosazovanou *normou* – i pro ty, kteří už o něj nemají zájem.²⁹ Pro některé lidi je sexualita z nějakých důvodů celý život zdrojem pocitů méněcennosti – a teď si od nich neoddychnou ani ve stáří. Jiné může víceméně povinně prodloužený sexuální život odvádět od zájmů, které by byly cennější pro jejich další osobní růst a pro jejich potomky. V některých manželstvích je sexualita zdrojem chronických konfliktů a prodloužení sexuálního života pak oddaluje uklidnění vztahu. Je dokonce možné říci, že zdůrazňování sexuality v seniu hrozí degradovat stáří, protože je nutí *srovnávat se s mládím* v něčem, v čem se mu nemůže vyrovnat. Máme pak jen o jeden důkaz více, že stáří je v podstatě jen špatné, upadlé mládí.

Věnovali jsme sexualitě v seniu poměrně mnoho místa, protože je zde řada otázek, které se běžně zamlčují nebo na které se odpovídá jen povrchně. V našem společenskokulturním klimatu budeme muset řešit tyto otázky po svém, nevystačíme s formami řešení, které se osvědčily nebo které se teprve zkoušejí v jiných zemích.

Stáří a víra

Pojednali jsme o významu náboženství (respektive spirituality³⁰) pro vývoj svědomí (kap. 5), pro vytváření adolescentní identity (kap. 8) a pro předávání tradice (kap. 12). K tématu se přirozeně vrátíme znovu ve 14. kapitole věnované smrti. Nyní je na místě položit si otázku, co znamená náboženství v životě starého člověka.

Vágnerová věcně konstatuje, že starému člověku může náboženská pospolitost *pomoci od osamělosti*. Zatímco jiné organizace si vybírají, v církvi (pokud plní své poslání) je vítán každý. Víra v sílu modlitby umožňuje i fyzicky bezmocnému gerontovi, aby se podílel na úsilí své náboženské pospolitosti o dosažení různých cílů. Osobní víra a jednání v souladu s ní prokazatelně (statisticky

29 „Není obtížný nedostatek toho, po čem netoužíš.“ Dobře to řekl Sofokles, když se ho – to už byl v pokročilém věku – kdosi zeptal, zda se ještě oddává milování: „Chraň bůh! Jsem rád, že se mi podařilo uprchnout z otročení tomuto divokému a zuřivému pánovi!“ (5, str. 68)

30 České slovo *náboženství* navozuje dojem, že jde o vztah k Bohu či božstvu, slovo *spiritualita* (duchovnost) je pro mnohé přijatelnější. Latinské *religio*, které přešlo do většiny evropských jazyků, znamená *vazbu*, rozumí se, že k něčemu, co člověka přesahuje (transcendence), co je pro něj v nějakém smyslu *posvátné*. Patří sem i tzv. *neteistická náboženství* (náboženství bez bohů). Současná Evropa je nábožensky velmi pestrá, mnozí hledači přejímají prvky z různých náboženství, některým slouží jako náboženství i věda (méně než v minulém století), jiným umění nebo filozofie. Slovo *víra* lze chápat jako označení vztahu k čemukoli, co člověka směřuje k tomu, aby jednal slušně, ušlechtilě, nesobecky, s jistotou, že to má *smysl*, jiným výrazem: *má to budoucnost*. Častá je *humanistická víra* v člověka, v lidstvo apod. – na velmi různé úrovni opravdovosti a působivosti.

28 Převažující nechuť ke sňatku byla patrně důsledkem výběru dotazovaných. Autoři vyhledali lidi, kteří spolu chodí, nikoli lidi, kteří se v seniu vzali.

převážně, což neznamená automaticky) *mírní a pomáhá nést nejrůznější těžkosti*, opuštěnost, bolest, úzkost, strach ze smrti.

Náboženská víra se může stát jedinečnou *pomocí v hledání integrity*. V celé životní cestě lze zpětně najít dobrý smysl, pokud věřící chápe svůj uplynulý život jako plnění určitého úkolu či poslání i jako výzvu k vděčnému vzpomínání, jestliže i svá selhání reflektuje v kontextu víry v odpuštění a smíření s druhými atd. Mimoracionální pocit otevřené budoucnosti i tváří v tvář nemocem a chátřání vlastního těla, který může víra poskytnout, emočně doplňuje kognitivní zvládnutí rozpornosti a mnohoznačnosti osobní historie.

Víra může *harmonizovat vztahy geronta k jeho nejbližším*, může prohlubovat porozumění pro jejich problémy i selhání a zvyšovat sociální hodnotu starého člověka pro jeho okolí. Jeho věrnost vlastní víře může i nesouhlasícímu okolí imponovat.

Geront, který se v rámci své dlouhodobé náboženské praxe naučil *meditovat* (či *rozjímat*), lépe snáší samotu, bývá psychicky celkově vyrovnanější a pozitivněji laděný, což přispívá k jeho zdraví a k celkové kvalitě života.

Nutno ovšem uvést i *možná faktická negativa* náboženské orientace v seniu. Geront může ztrpčovat život svému okolí ustrašeným fundamentalistickým moralizováním (motivovaným případně nevědomou závistí toho, co si sám v životě nedovolil!) a vyvolávat tak vůči sobě negativní reakce. Při nevhodném pastýřském vedení může být zvýšeně úzkostný nebo depresivní, může se skrupulózně šdit o ty životní radosti, jež mu jeho věk a zdravotní stav ještě dovolují, může si vyčítat i ono slastné nicnedělání, na které má nárok. Může trpět jeho spontaneitą a prostą radost ze života. Může se nutit do myšlenek a úkonů, jež jsou mu v podstatě cizí a jež mu brání v pravdivém pohledu nazpět a v pozitivním účtování se životem.

Staří u mladých

Dostáváme se k otázce, která je důležitá pro geronta, pro rodinu či rodiny jeho dětí i pro celou společnost: Jaký bývá a jaký má být vzájemný vztah mezi starým člověkem a jeho dětmi a vnuky, případně pravnuky? Jaké je a jaké má být jejich soužití? Není to pro nás nová otázka, mluvili jsme o tom, jak se odpoutávají mladí dospělí od svých rodičů, a později o babičkovství a dědečkovství. Život však běží dál, šedesátá a sedmdesátá léta životní cesty mění situaci.

Touhou většiny gerontů je, aby v pozdním stáří nezůstali sami, případně aby nemuseli dožít v domově důchodců (pocitivější by možná bylo říci „ve starobinci“). Nepříjemná perspektiva: žít až do smrti na několikálůžkovém pokoji jako v kasárnách. Přesto žádost o umístění přibývá – možnost a ochota mla-

dých žít se starými zřejmě klesá. Je praktické zajímat se – raději s předstihem – o komfortnější, byť dražší, penziony pro seniory.

Jadrně vyjádřil strach z osamělého stáří již před třiceti lety akademik Charvát³¹: „Volně žijící paviáni prý pečují o staré příslušníky v houfu. Homo sapiens se dnes snaží předat své staré členy do péče státu. Mladí lidé se přestávají stydět, že je staří nezajímají. Jaký je smysl stáří? Je vůbec nějaký?“ Stáří může být ještě trpčím údělem, než bylo a než je. O důvod víc, abychom uvažovali o mikrokosmu své rodiny, abychom se snažili aspoň v něm vytvořit takové vztahy mezi generacemi, které by odpovídaly potřebám všech zúčastněných, tak jak jsme o nich už mluvili v předcházejících kapitolách.

Tedy *dožít mezi svými*. Tento cíl samozřejmě nemůže určovat celou životní strategii zdravého geronta už od šedesátky. Ani tehdy ne, když se první nebo druhé manželství dětí ukázkově povedlo a je naděje, že jednou bude existovat místo, kam bude možné se uchýlit – skutečný domov pro starého člověka. Průměrného šedesátníka (počítaje v to nemocné) čeká ještě 15 let života, průměrnou ženu 19 let. Máme svou práci, přátele a nejrůznější zájmy, které vyplňují náš čas.

A přece bychom si měli svých mladých hledět a *soustavně se snažit upevňovat rodinné svazky*. Proč? Zčásti jsme na to odpověděli už v 11. kapitole srovnáním tradičního a současného soužití generací. Současný způsob života rozložil tradiční společenství, tradiční soudržnost rodu a širokého příbuzenstva. Staří i dnes potřebují mladé a mladí potřebují staré, ale tradiční formy, ve kterých se tyto potřeby uspokojovaly, jsou narušeny. Staří tím trpí viditelněji, protože zůstávají sami; mladým to zdánlivě tolik nevadí. Je třeba hledat nové formy a je naším historickým úkolem při tomto hledání uplatnit svou vynalézavost, životní zkušenosti, trpělivost, všechny přednosti stáří. Není to vůbec snadné, každý z nás je zatížen svými předsudky, starými i čerstvými pocity křivdy, viny, méněcennosti a kdovíjakým psychickým haraburdím. I v rodině se ve vztahu mladých ke starým projevuje ageismus, který všechno ztěžuje. Možná se nakonec ukáže, že je většinou schůdnější *pěstovat solidaritu vrstevníků* bez ohledu na příbuzenské svazky a hledat zde citovou i existenční jistotu pro pozdní stáří. My, kteří věříme v záchranu, a dokonce v renesanci rodiny jako základního životního společenství od kolébky až za hrob, v obnovení a upevnění solidarity mezi generacemi uvnitř rodiny, se snažíme – za pomoci psychologie a sociologie – najít prostředky, jak tuto myšlenku realizovat.

Hned při prvním kroku narážíme na prostou, ale těžko překonatelnou překážku: časté stěhování. Naši mladí se odstěhovali za výhodným zaměstnáním: syn 200 kilometrů na západ, dcera 300 kilometrů na východ, dospělá vnoučata

31 Charvát, J.: *Člověk a jeho svět*. Praha 1974, str. 135.

se provdala do zahraničí. My staří zůstáváme sami.³² Snad už i to rozstěhování na velkou vzdálenost je spíše následkem než příčinou citového odcizení. Snažíme se však zachránit, obnovit, co se dá. Můžeme si dopisovat, snažit se o časté návštěvy, využívat každé příležitosti ke sblížení a – což není to poslední! – doufat a čekat. Existují nejen rozchody, ale i návraty. Citové vztahy se mohou při velkém fyzickém oddálení vyvíjet pozitivněji, když nemáme příležitost je kazit všelijakými drobnými lapáliemi soužití, které bylo příliš těsné. Syn může například potřebovat několik let úplného odloučení od matky, aby se vymanil z dětské vazby – a aby ji mohl nově ocenit, přiblížit se k ní s novou vřelostí. Mít někoho, kdo na mě doopravdy a s láskou myslí, kdo se mi snaží porozumět, to je v každém případě velká věc a je pravděpodobné, že člověk, který za něco stojí, ji časem ocení.

Teď však budeme předpokládat, že staří rodiče žijí poblíž svých dospělých dětí, že se stýkají – řekneme – aspoň několikrát měsíčně. Co řekneme, bude se do jisté míry týkat i soužití na velkou geografickou vzdálenost.

Platí dvě hlavní zásady: 1. *udržovat odstup* a 2. *pěstovat blízkost*.

Smyslem odstupu je dodržování *autonomie*, zásada nevmešování. Můžeme od sebe bydlet kilometry, pár set metrů, koneckonců stačí i jediná, hodně silná zeď. V podstatě jde o to, aby zde byly jasné hranice: Tady jsou naše věci – tamhle vaše; sem přijdu jen tehdy, když se na tom předem domluvíme; na tuhle záležitost nikdy nezavedu řeč; těmhle společným známým o vás nikdy nic nepovím; vašim dětem nikdy nedám kofolu, když vy jim ji zakazujete; nikdy, pokud to nebude naprosto nutné, nebudu vyžadovat váš čas a vaši společnost, když o to nebudete stát. Atď. atď. – Odstup je nejdůležitější v době, kdy se soužití dětí teprve utváří, tj. v adaptačním stadiu manželství. Později se hranice udržují a upravují drobnými střety a konflikty, které se řeší podobně jako konflikty mezi jakýmkoli dobrými sousedy.

Odstup, autonomie je nutným předpokladem a rámcem *blízkosti*, o kterou v soužití s dospělými dětmi stojíme. Především je nutné mít co nabídnout. Nikoli úplatky! Litují stárnoucí rodiče, kteří už po padesátce kalkulují: „Na stará kolena budu víc potřebovat dceru než syna, takže se musím při každé příležitosti snažit zavděčit se jí, dávat dárky hlavně jejím dětem, a hlavně ji proboha ničím nepohňevat!“ – Jak se ke mně mé děti jednou zachovají, o tom už je v podstatě rozhodnuto: Bude to záležet na jejich dobrém srdci a svědomí. Jak jsem je vychoval, takoví jsou.³³ Naneyvš jim ještě mohu něco předvést na svých vlastních rodičích, na tchánovi a tchyni (pokud ještě žijí) nebo na jiných starých příbuzných.

Teď jde o rovnocenný vztah, ve kterém ovšem my staří jako moudřejší a zkušenější máme vést. Vytrvale hledat společné zájmy. Vědět, koho co trápí, cítit s ním, mít pro něj „ucho“.³⁴ V rozhovorech naslouchat asi tak 90 % času a vypravovat o starých časech, jen když se vás opravdu vyptávají. Imponovat pečlivě udržovaným zevnějškem a bytovým zařízením, aby se mladí nestyděli k vám přivést i své přátele. – Ale na druhé straně se i svěřit se svými starostmi, bolestmi, nemocemi, vyjádřit i smutek a nakonec i zklamání a hněv. Blízkost není možná bez otevřenosti. Manželství našich dětí má už dávno za sebou kritické adaptační stadium. Není už tak choulostivé a zranitelné, můžeme dospělým dětem říkat, co si myslíme – většinou to beztak vědí. Jen pozor: Máme už sklon se opakovat a být se svými moudrostmi nudní.

V šedesátých letech (někdy i mnohem, mnohem dříve) býváme na svých dětech citově závislejší než ony na nás. Můžeme tuto nerovnováhu jakžtakž zakamuflovat tím, že jim ušetříme na auto nebo jim zaplatíme cestu do Řecka, kterou bychom si možná spíš měli dopřát sami; krásnými zážitky a nahrávkami, které bychom ze svých cest přivezli, bychom byli pro rodinu zajímavější než těmi darovanými penězi.³⁵ Každé hodnotné hobby, sebevzdělávání, okruh zajímavých přátel a známých, a hlavně nerozborná jednota mezi stárnoucími manžely jsou kromě jiného také obranou proti předčasné a příliš silné citové závislosti na dětech.

Mějte doma krásně vedené album fotografií svých dětí a vnoučat, magnetofonové nahrávky jejich prvních slůvek, říkanek a písniček. Proč byste nemohli vést svou rodinnou kroniku dál, jako kroniku rodu?

Dokud to jde, snažíme se držet krok i s tou zatracenou elektronikou: mobil, počítač, e-mail, digitální fotoaparát a videokamera...

Pracujte na tom, abyste vzbudili zájem a přízeň svých vnoučat, ať jsou malá, nebo už dospívají. Možná se k nim dokážete přiblížit lépe než jejich rodiče – hlavně aby vám tihle mladí mohli říci cokoli bez obavy, že je odsoudíte (pohádat se nevadí), že prozradíte jejich tajemství.

Ale ať děláme co děláme, ať se „držíme“ sebeděle – naše závislost na dětech pomalu roste, zvláště když zůstaneme sami, nemocní, těžko pohybliví, s nízkým důchodem, když nám pomřeli přátelé, špatně slouží paměť a oči. Přichází okamžik pravdy: Jak se o nás teď postarají? Měli bychom bydlet velmi blízko,

34 Malá kontrolní zkouška pro tchyni: Víte, kdy má vaše snacha svátek a narozeniny (nezapomenete?), s kým se přátelí, čeho si na sobě nejvíc cení, jakou hudbu má nejradši, jaké knihy a časopisy čte, o čem si ráda povídá, jakou barvu s oblibou nosí, čím jí imponujete i čím jste jí protivná?

35 Je to stará moudrost: Darované peníze spíš kazí vztahy mezi lidmi, než aby je zlepšovaly. Obdarovaný se cítí dlužníkem – a chtěl bych vidět upřímnou lásku dlužníka k věřiteli. Něco úplně jiného je posloužit, pohostit, navštívit v nemoci.

32 Mobilita pracovní síly, oblíbený pojem ekonomů, vyjadřuje absurditu ekonomického myšlení, jež ignoruje lidské psychologické potřeby.

33 Pro přesnost: Nepopírám značný význam dědičnosti a nejrůznějších poškození organismu – ani svobodnou volbu našich dětí mezi dobrem a zlem.

nakonec prakticky v jednom bytě. Budeme potřebovat péči, ošetření v nemoci. Budeme ležet v nemocnici. Řekne dcera nebo snacha lékaři: „Kdypak už nám budete moct dát babičku domů, pane doktore?“ – anebo naopak: „Pane doktore, nemohla by tady babička ještě zůstat, víte, on se o ni nemá doma kdo starat, všichni musíme do práce.“ Existují ženy, které odejdou na léta ze zaměstnání, protože otec nebo matka nemohou už být doma sami, případně nějak jinak, byť s velkými obtížemi, zajistí domácí péči.

Poslední zkouška vzájemnosti – *bezmocnost stáří*. A jestli se nám nakonec zakalí rozum demencí, budeme na svých dětech i psychicky plně závislí – znovu jako děti. Budeme je (nebo jiné pečovatele) milovat tou závislou láskou, která už si zase nemůže vybírat, budeme je obdivovat za všechno, co udělají, ať si to zaslouží, nebo ne, budeme jako děti hloupoučce zapírat i trucovat, budeme se jich bát, budeme se s nimi identifikovat. Nejkrásnější hudbou pro nás bude jejich vlídná řeč. Největším štěstím jejich laskavé pohlazení.³⁶ Rozdíl mezi námi a kojenci nebo batolaty bude ovšem zásadní: na rozdíl od nich nebudeme moci spoléhat na rodičovské instinkty svých dospělých dětí, na neodolatelný šarm a roztomilost malého dítěte. Budeme odkázáni na dobré srdce, svědomí, soucit, kulturní úctu ke stáří, vděčnost za krásné dětství – a na předvídatost svých dětí: Jak ony nám, tak jednou jejich děti jim!

Pozoroval jsem vdovu ve věku čtyřiaosmdesáti let, žijící v rodině svého syna. Nemocné srdce, špatný zrak (oční zákal), lehké závratě, dosud schopna sebeobsluhy a trochy lehké práce v domácnosti. Psychicky však byla plně fit. S chutí sledovala konverzaci u stolu, zasahovala do ní vtipnými poznámkami, bylo zřejmé, že ji zajímají problémy všech přítomných a že má o nich přehled. Navrhovala, co by kdo mohl dělat odpoledne, aniž by v tom byl sebemenší náznak prosazování vlastní vůle: prostě dávala k dispozici své nápady. Dovedla si i postěžovat na své neduhy, ale stručně, bez nařikavosti, dokonce zajímavě. Byla v tom i nevyslovená lehká, nevtravá připomínka: „Jestli brzo neumřu, budete se o mě muset postarat...“

Jsou ovšem i staří lidé, u nichž dojde k *degradaci osobnosti*, nesnesitelně obtížní, dotěrní, podezřívaví, vztahovační, verbálně útoční, nesnášenliví, nevypočitatelní, nedbající na hygienu, vyžadující celodenní dozor a péči. Neznáte-li aktuální situaci v rodině, nesuďte nikoho za to, že se takového trápení zbavil a svého starého otce či matku předal do ústavní péče.

Nelze skončit tuto kapitolu bez notně disharmonické zmínky o bezmocných *týraných gerontech*. Podobně jako týrané děti nacházejí lékaři i geronty s vícečetnými zraněními, dehydratované, s hrubě zanedbanou hygienou atd. I to patří – a bezpochyby vždy patřilo – k obrazu stáří.

36 I v odborné psychologické péči o staré, osamělé lidi – ať v nemocnici nebo v jiné instituci – je laskavý dotyk, řeč těla, jedním ze základních „technických“ prostředků.

Nakonec o smrti...

„... ve chvíli, kdy už podává své černé zrcadlo.“

(Jaroslav Seifert)

Smrt je téma, které neodlučně patří k biodromální psychologii, stejně jako patří k životu kulturního člověka. Nejde jen o holý biologický fakt, že organismus umírá a ukončuje tak naši životní cestu. Člověk o smrti také *předem ví*, tímto vědomím platí za uvědomělou existenci, za svou tvořivost, za štěstí, jímž je lidský vztah, za řeč a poezii, za kulturu a za všechno, co zakládá jeho lidství. A toto vědomí smrti zároveň hluboce ovlivňuje – ať chceme, nebo nechceme – všechno naše jednání, citění a myšlení.

Smrt se nám jeví především jako *hrozba*, máme z ní strach, zakódovaný už v naší instinktové výbavě. Jde nám tedy o to, jak se s tímto strachem vypořádat, jak ho oslabit, jak s ním žít bez přílišného utrpení. Už dítě prožije strach ze smrti, když pochopí, co smrt znamená. Společnost má však pro ně připraveno řešení, jak odsunout vědomí smrti kamsi na okraj myšlenkového a citového horizontu, zapomenout na smrt „jako na smrt“. Obrana proti strachu ze smrti (různá podle toho, v jakém sociokulturním prostředí žijeme) pak za běžných okolností spolehlivě funguje – až na výjimečné situace a vývojová stadia, jak jsme se o tom zmínili v souvislosti s adolescencí a s krizí životního středu.

Nejde však jen o strach ze smrti a o jeho překonávání. Téma je mnohem bohatší. Vědomí vlastní smrtelnosti a smrtelnosti druhých lidí, hlavně našich nejbližších, a silný citový náboj, který je s tímto vědomím spojen – to je *obrovské obecně lidské téma*. Toto téma lze různým způsobem uchopit, ztvárnit, dát mu různou podobu a různý smysl. Můžeme na ně například odpovědět vírou, že po smrti život pokračuje jinou formou, pro dobré v ráji a pro zlé v pekle. Takovým způsobem je smrt zakomponována do nauky a do životního slohu křesťanství, islámu a jiných náboženství.

Pro filozofa může být vědomí smrtelnosti inspirací, aby radikálně pojal *odpovědnost člověka za každý čin*, za každou příležitost něco vykonat, poznat, procítit; vždyť žádný okamžik se nevrátí.

Umělci užívajícímu jakýchkoli prostředků, nejvíce snad lyrickému básníkovi, umožňuje téma smrti jasněji, *jemněji a silněji uvidět a vyjádřit* krásu i ošklivost, radost i smutek, extázi i zoufalství.

Jako psychologové se zatím nemůžeme pochlubit nějakým zásadním, historicky významným přínosem k tématu smrti. Nechejme tedy chvíli mluvit klasiky jiných oborů. V Čechách můžeme těžko začít jinak než Seifertovou básní.

Křik strašidel

Marně se chytáme letících pavučin
a ostnatých drátů.

Marně se opíráme patou o hroudu,
abychom nebyli vlečeni tak prudce
do tmy, která je černější
než nejčernější noc
a nemá korunu hvězd.

...

Když z dívčích úst odlétla duše
a rozplynula se v modrém,
dívce uvadla ústa jako ulomený květ.

... vzápětí

anděl hniloby
přistoupil k mrtvému tělu
a počal sápat dívčí pleť
fialovými nehty.

...

Zbylo tam jen pár hrstí prachu
nic víc.

Ve tmě se zvedal a zas usedal
po celé prostoře hrobky.
A škvírou mezi deskami
jako štěkot psů
prodrala se občas vůně fialek.
(Morový sloup)

Co znamená smrt blízkého, drahého člověka, tomu rozuměl Saint-Exupéry. „Není nejdůležitější uložit tělo do země, ale jde o to, abychom jak z puklé urny sebrali všechno dědictví, jehož opatrovníkem byl zemřelý, abychom ani zrnko neztratili. Je obtížné zachránit vše, dlouho to trvá, než jsme schopni poskytnout obrazu mrtvých u sebe přístřeší. Je třeba dlouho oplakávat, přemítat o jejich životě a vzpomínat jejich výročí.“ (Citadela)

Ze vzdáleného, ale mohutného duchovního proudu k nám hovoří o smrti indický básník Thákur:

„Smrti, má smrti, poslední naplnění tohoto života, promluv ke mně! Po celý život každý den bdím a čekám na tebe, pro tebe snáším bolest útrap i štěstí. Smrti, má smrti, promluv ke mně! – Vše, co jsem kdy dostal, vše, čím jsem, všechny mé naděje a všechna láska chvátají nevědomky k tobě. Setkám se s tebou v čirém lijavci jako dívka, jež se má na celý život stát čísi oddanou manželkou. Smrti, má smrti, promluv ke mně! – V mé duši je uvit svatební věnec a čeká, až s tichým úsměvem na tváři vstoupíš v šatě ženicha. Pak už nebudu mít starý domov; jako věrná choť vyjdu do osamělé noci za svým pánem. Smrti, má smrti, promluv ke mně!“ (Gítáňdžali)

Smrt je tedy jedno z nezákladnějších lidských témat. Každá kultura, každá doba se s tímto tématem vyrovnává jinak, každá hledá jeho smysl jinak – a vždycky těžce, bolestně. Naše století není výjimkou. Nevídaný rozběh přírodních věd jako by sliboval *podrobit smrt* v dohledné době lidské kontrole. Konzumní mentalita *degraduje smrt* na ztrátu možnosti užívat. Kult mládí, výkonnosti a krásy se od ní odvrací s ošklivostí. *Pěstování optimismu* odmítá každou myšlenku na smrt jako škarohlídství. Ve veřejnosti, v současné literatuře, dokonce i mezi zdravotníky převládá donedávna názor, že zabývat se smrtí je morbidní, že je třeba odvracet od ní za každou cenu pozornost pacientů, zdravých dospělých a samozřejmě tím spíše i dětí. Díváme-li se na společnost jako na obrovský, hladce fungující stroj, pak *opotřebování a výměna jednotlivých součástí* není tragédií, nýbrž běžným jevem, který má svou statistickou zákonitost, který se i plánuje jako součást provozu. Smrt je pro mnoho lidí téma zanedbávané a zapomínané. Když se nám pak toto téma jednou vnutí, má podobu strachu, proti němuž jsme bezbranní. V tom měli naši předkové nespornou výhodu: „Rození a umírání bylo v minulosti mnohem spíše chápáno jako přirozená součást lidského životního běhu – stálo uprostřed života společenství, jako stál kostel s hřbitovem uprostřed obce. Děti se seznamovaly přímo s rozením a s umíráním, které jsou dnes vytlačeny většinou do neosobního ústavního prostředí mimo okruh rodiny. Vytlačení každého pomyslení na umírání a smrt z mysli však neodstraní jejich realitu. Místo toho *oplošťuje plné prožívání celého života...*“ (Langmeier) „Tvoří se však *nový životní sloh, v němž se jistě obnoví respekt ke smrti, nejdůležitější události*

v *životním dramatu*.“ (Příhoda)¹ Tento nový sloh nebude ovšem vymyšlen v nějakém vědeckém ústavu. My všichni ho hledáme pro sebe a pro své děti – a naše osobní příprava na smrt je součástí tohoto historického hledání a tvorby.

Jako kliničtí i poradenští psychologové narážíme často na zmíněnou tabuizaci smrti v životě svých pacientů a klientů. Jejich pojetí vlastního života, jejich životní scénář je defektní, protože smrt je v něm přítomna jen jako jakási *neurčitá mlha na nedohledném konci* – a jako *neurčitý, bezejmenný smutek, úzkost, tíseň a zoufalství, jimž oni sami nerozumějí*.² Pacienti a klienti různého věku očekávají, že s nimi budeme mluvit o všem možném: o rodinných neshodách, o skrývané nenávisti, o přepracování a stresech na pracovišti, o sexuální životě, o čemkoli – jen o smrti ne! Často trvá delší dobu, než na toto téma přistoupí a než najdeme společnou řeč. A přece právě tato skrytá otázka bývá často skutečným ohniskem jejich spletitého neštěstí, s nímž se nám svěřují.

Jak jde smrt s námi životem

Smrt znamená něco jiného pro dítě, dospívajícího, dospělého a geronta: jinak jí v různém věku rozumíme, jinak se zaměstnáváme myšlenkami na ni, jinak se těmto myšlenkám bráníme. Už jsme na to několikrát narazili a zde je na místě vrátit se k věci soustavněji, protože v seniu se téma smrti rozehrává naplno.

Sám *pojem smrti* se nám – z výšin dospělého intelektu – zdá poměrně jednoduchý: Smrt je přeměna, kterou živý tvor ztrácí život, stává se mrtvým tělem; všechny životní projevy se nenávratně ztrácejí. Obyčejně však přitom myslíme i na trvalý následek ztráty života: Řekneme-li smrt, myslíme tím „už nebýt živ“, případně neexistovat vůbec, ani jako mrtvé tělo, které se třeba dávno rozpadlo nebo bylo spaleno: Člověk je mrtev i tisíc let po své smrti. Tento výrok má určitý smysl. Řeknu-li „Můj otec je dávno mrtev“, vyvolává to *zvláštní emoci* vztahující se k tomuto otci, určuje to i mé postavení ve společnosti atd.

1 Huxley ve svém *Konci civilizace* popisuje *nejhlubší degradaci a banalizaci smrti* ve světě konstruovaném inženýry štěstí: Život je pečlivě naplněn prací a dětinskými zábavami, lidé jsou vedeni k tomu, aby se chovali celý život stejně, a lékařská péče účinně brzdí vnější projevy stárnutí. Umírání je rychlé. Téma smrti, ale také k němu poukazující témata utrpení, tragédie a jakýchkoli otázek po smyslu života jsou dokonale cenzurována. Vychovatelky vodí předškolní děti na oddělení umírajících, kde si s nimi vesele hrají a rozdávají jim pamlsky, aby se jim myšlenka na smrt pevně spojila s příjemnými pocity. Ve škole se pak dozvědí, že součástí jejich těla je velmi cenný fosfor, který bude řádně zužitkován, až zemřou.

2 Druhou možností, že se totiž smrt „vlomí“ do *žité přítomnosti* smrtelnou nemocí někoho blízkého či nemocí vlastní, neodbytným neurotickým strachem ze smrti nebo jako přání zemřít, zde ponecháváme stranou. Už jsme na ni několikrát narazili a ještě se k ní budeme muset vrátit.

Smrt jako událost a fakt týkající se lidí nebo jiných živých tvorů může být podřazena *širšímu pojmu zániku*. Hodím-li tento rukopis do ohně, shoří a mé dílo přestane existovat: bude „mrtvé“.

Svou vlastní smrt lze chápat stejně, mluvíme-li o ní „objektivně“, jako by šlo o smrt někoho jiného. Problém ovšem vzniká, když se pokusíme *představit si svou smrt* (své posmrtné nebytí) a vzít přitom v úvahu, že smrt znamená nevnímání, necítit, nemyslet, nebýt si vědom, a to nenávratně. To odporuje naší tisícinásobné zkušenosti, že jsme se dosud vždycky probudili ze spánku, případně z bezvědomí. Kromě toho máme tendenci *představovat si všechno myšleně konkrétně*, představujeme si tedy například ztrátu vnímání jako vnímanou tmu. Konec duševního života je v tomto smyslu nepředstavitelný. Smrt jako neexistence následující po životě je pojem, jehož pochopení vyžaduje určitou sílu abstrakce. Zde je zřejmě jeden z kořenů víry v posmrtný život: Pojem smrti je příliš neživotný. Nicméně většina dospělých lidí naší kultury se přes tuto nesnáž přenesla a přinejmenším připustí, že nenávratný konec jejich duševního života je myslitelný. V tomto smyslu chápou pojem smrti a dovedou ho užívat.

Racionální úvaha, kterou jsme právě provedli, abstrahuje ovšem od *konkrétní konfrontace se smrtí*, která může představovat rozmanitou a bohatou zkušenost. Reakci na mrtvého nebo umírajícího jedince téhož druhu můžeme zkoumat na subhumánní úrovni a je zřejmé, že je instinktivně dána, že je biologicky účelná. Dospělý člověk reaguje na mrtvé tělo, které vidí (třeba v pitevně) obvykle zpočátku silným citem odporu, ošklivosti, strachu.³ To ovšem není prostá instinktivní reakce, velkou roli zde hraje také učení, celoživotní zkušenost s těly druhých lidí, která jsem viděl znetvořená, neobvykle zbarvená, s obličejí v nejrůznějších grimasách. To vše se stává *signálem nebezpečí*. Spolupůsobí nepochybně i zkušenost s vlastním tělem, které jsem viděl zraněné, krvácející, napučené. Ke konfrontaci se smrtí patří dále nebezpečné situace jako dušení pod vodou, hrozba pádu z výšky, napadení šelmou (mocná úleková reakce) a varovné signály vydávané rodiči, doprovázené nejsilnějším emočním projevem: „smrtné nebezpečí!“ Se smrtí se seznamujeme v pohádkách a dětských hrách nebo i *přímo, jsme-li přítomni umírání*, dále z nejrůznějších vyprávění, jež podněcují naši fantazii: války, přírodní katastrofy, popravy... Smrt, to je pro nás i plačící matka, které zemřelo dítě, pohřeb, nedokončené dílo zemřelého umělce, hrob neznámého vojína, představa, jak by naši nejbližší reagovali na naše úmrtí a jak my bychom reagovali na jejich konec.

Smrt jako psychologická realita – to je tedy velmi *složitá struktura myšlenek, představ a citů*; dominuje v ní nepochybně u zdravého člověka varovný strach, který doplňuje samozřejmé přání zůstat naživu. Zhruba řečeno: Děsí nás představa a pomyšlení, že bychom přišli o život; kde snad toto selže, takže bychom lehkomyšlně riskovali nebo se chtěli zabít, máme ještě „*pojistku*“ ve *strachu z umírání* a ovšem ve svých instinktivních reakcích. Společnost, v níž

3 Jsou však i jedinci, kteří reagují intenzivní zvědavostí.

žijeme, víceméně plánovitě usměrňuje náš strach ze smrti. Pomáhá nám jej překonat, jde-li o hrdinský čin – a posiluje ho, kdybychom např. riskovali život pro něco nemorálního.⁴

Dítě se od malička postupně propracovává k tomu rozumovému i citovému vztahu ke smrti, který jsme právě načrtli u dospělého. Kojenec neví nic o smrti, ale zná děs ze samoty, opuštěnosti a vnitřního chaosu, zmatku nebo prázdnoty a tento děs je – jak se domníváme – *podobný tomu*, co si bezděčně (nevědomě) představíme, když se řekne „smrt“.⁵ Předpokládáme, že se tato archaická zkušenost v pozdějším vývoji zabuduje do strachu ze smrti, jak jej známe my dospělí (viz s. 370). Batole má už bohatší zkušenost se svým tělem a dovede se bát jeho poškození (praktická pojistka proti úrazům), zde tedy máme další složku pojmu smrti a strachu z ní.

Předškolní dítě dobře zná slovo smrt. Smrt je oblíbeným tématem pohádek – bezpochyby i proto, že dítě zajímá; často si na ni spontánně hraje. V naší kultuře se většinou nesetká přímo se smrtí člověka, ale vidí mrtvá zvířata, jejichž rozkládající se těla je děsí i přitahují. Může být svědkem zabíjení králíka nebo vepře – a důležitou vývojovou zkušeností je jistě i zabíjení hmyzu. – Když se předškolák bolestivě zraní a hodně krvácí, může propadnout panickému strachu ze smrti – pokud ovšem uznáme za smrt to, co on si pod tímto slovem představuje: událost, která při sebevětší hrůznosti je *vratná*, neboť kdo zemřel, může zase ožít.

Praktická vložka: Co dělat, zemře-li někdo, koho měl předškolák rád? Zapřít, zastřít před dítětem pohřeb a pak říci, že odcestoval někam daleko – nebo je vzít na pohřeb, třeba i nechat je naposledy pohlédit mrtvou tvář? Nemáme platnou kulturní normu, která by – jako v tradičních společnostech a u přírodních národů – stanovila, co se má, smí, nesmí. Shoda je snad aspoň v tom, že je dobře, aby dítě vědělo, co se stalo, aby vidělo zármutek ostatních pozůstalých a mělo na něm účast. Zatajená smrt rodičů nebo někoho blízkého vede k tomu, že i když se to později dítěti řekne – a jednou se to říci musí –, děje se to „za studena“, nikdo už nepláče, netruchlí, takže pro dítě je mnohem obtížnější prožít přiměřené city, vyplakat se.

V *mladším školním věku* se dítě pomalu přibližuje pochopení, že smrt je *nevratná událost*. Nedokáže si však představit, že by mohl zemřít i někdo z jeho blízkých nebo ono samo. Kolem osmého roku se mohou objevit myšlenky na smrt spojené se strachem. To signalizuje nové vývojové stadium v poznání

smrti. (Má-li ovšem dítě více zkušeností se smrtí, např. je-li delší dobu v nemocnici na oddělení mezi smrtelně nemocnými dětmi, vyvíjí se po této stránce rychleji, a dokážeme-li tento vývoj výchovně vést, může to pro ně být i pozitivní přínos.)

Strážlivý realista se dovede nadchnout *hrdinskou smrtí*. V tom se jeho osobní zájem pozoruhodně kryje se zájmem společnosti: Společnost mu vštěpuje ochotu riskovat za mimořádné situace (ve vzdálené budoucnosti) život – a dítě získává cosi jako stavební materiál, ze kterého staví svůj ochranný val proti strachu ze smrti.

Po desátém roce už děti suicidují, i když velmi vzácně. Dovedou pochopit smrt jako konec všeho utrpení. Když se pak rozvinou formálně logické operace (str. 174), nestojí nic v cestě, aby pubescent po intelektové stránce pokročil k dospělému chápání smrti.

Dítě se tedy propracovává k pochopení smrti zpravidla po malých krocích, tak jak získává zkušenost se svým tělem a s mrtvými zvířaty, jak si osvojuje jazyk a kulturu. Spisovatel Vercors se pokusil v románu *Sylva* vylíčit tuto dlouhou cestu v dramatické zkratce: Sylva je dívka, jejíž lidský vývoj začíná – pokud jde o psychiku – „od nuly“, avšak s vyspělým tělem včetně mozku; postupuje proto velmi rychle. Když pojde pes, kterého Sylva velmi milovala, vytrvale se snaží přimět ho k pohybu, ke hře. Je svědkem jeho pohrbu, dvakrát ho vyhrabe, podruhé už prolezlého červy – a konečně pochopí, že pes si *už nikdy nebude hrát*. Pak ji napadne, že její pěstoun snad také jednou – „už nikdy hrát“, a když rázem pochopí, že i on je smrtelný jako ten pes, upadne do záchvatu, v němž se mísí hrůza, smutek a vzdor. Když se po dlouhé době utiší, položí poslední otázku. „Zašeptala: A Sylva?...“ a já se jí neodvážil odpovědět. Očekávala ostatně nějakou odpověď? Nebyla odpovědí už sama ta její otázka? Řekla: „A Sylva?...“ a podívala se na Nanny. Když se dívala na ni, a ne na mne, dobře cítila, dobře tušila, že tady narazí na slabší obranu. A skutečně, když na ní utkvěl tento pohled, ubohá Nanny zakolísala, nebyla s to utajit své vzrušení a svou trýzeň. Napáhla k Sylvě obě ruce s výrazem poděšeného soucitu a lásky. Ale dívka nejen že se k ní nevrhla, uskočila naopak od ní dál. Změřila si nás jednoho po druhém s jakousi nenávistí...“ – Vývojovou proměnu, ke které vlivem této události u dítěte-ženy došlo, se Vercors snaží vyjádřit popisem, jak nově se Sylviny oči nyní dívají na svět: „Ten pohled! Nebyl k poznání, a to ve mně vyvolalo takové překvapení nebo spíš takový otřes, pohnutí tak hluboké a strhující, že se to dá právem nazvat úplným zjevením. Až doposud zářily Sylviny zraky, ty úzké a nehybné upřené oči, jakýmsi krystalickým leskem... pohled, který zůstává uzavřen v sebe, který si bere, aniž se dotkne, aniž ohmatá – aniž polaská... Pochopil jsem, že ani v nejsrdечnějších, nejdůvěrnějších chvílích, ve chvílích nejvřelejšího zájmu, Sylva přece jen nikdy nepřestala mít tento pohled, ten pohled, za kterým se možná také něco děje, ale ve tmách, a tak, že na povrch nikdy nic neprotrpí. Naproti tomu teď, naproti tomu tento pohled, který se teď potkal s mými zraky! To už nejsou jen dvě oči, které vidí, nýbrž oči, které pronikají, které vstupují do mých očí, jako kdyby teď samy chtěly vypátrat nějakou odpověď, nějaké tajemství.“ – V těchto řádcích je mnoho vědecky nepodložené beletristické spekulace. Avšak právě předvědecké spekulace a postřehy o lidském jednání a prožívání byly vždycky živnou půdou psychologie. Těžko můžeme přeslechnout Vercorsovu výzvu: Pokuste se prozkoumat (třeba vy, psychologové!) ten nový rozměr, který lidské vzájemnosti dává vědomí: ano, oba zemřeme.

4 Rozumí se, že co jedna společnost, společenská třída, náboženské společenství atd. považuje za hrdinské, může jiná společnost zavrhnout nebo k tomu být lhostejná. Každá psychologie smrti je tedy neúplná, pokud nepřihlíží ke společenskému zařazení lidí, které zkoumá.

5 Dokážeme-li tento děs vyslovit s emoční působivostí, tak jako Seifert v citované básni, pomáhá nám to vyrovnat se s ním. Podobně nám pomáhá drsná scéna z Formanova filmu *Amadeus*, kde je Mozart pohřbíván za prudkého deště v pytli do společného hrobu chudých.

Adolescent rozvine svůj intelekt a citlivost i v zápase s tématem smrti. Chápe už vážnost, kterou smrt dává životu, a je schopen rozletu, s nímž se filozofie zabývá touto nevyčerpatelnou existenciální otázkou. Zároveň – patrně právě proto – je adolescent tématem smrti (především své vlastní) *zranitelnější než dříve nebo zase později*, kdy už s ním bude nově vyrovnán. Souvisí to asi i s myšlenkou osobní jedinečnosti, kterou často vyjadřují přemýšlivější adolescenti a která pro ně má i velký citový význam: Zemřou-li teď, zmizí něco nenahraditelného.⁶ Dobře chápeme postřeh Haškovcové: Pro adolescentní zdravotní sestru je nesmírně těžké jednat klidně a bez úzkosti právě s adolescentním smrtelně nemocným pacientem.

Mladá dospělost chápe nově a hlouběji smrt druhého člověka: strach o něj je neuniknutelnou, tragickou dimenzí milostné intimity.

Brzy nato pak nabývá smrt své *nejhrozivější podoby v životním tématu generativity*: Mohlo by zemřít mé dítě!⁷ Hrůzu ze smrti vlastního dítěte jako součást rodičovského citu obnažuje česká dramatička Fischerová. V modlitbě středověkého davu za vlastní děti v její hře *Báj* je klíčová věta: „Dej, ať zemrou až po nás!“

Téma vlastní smrti se objevuje s novou naléhavostí v *krizi životního středu* (str. 278), kde je spojeno s „bilancí poločasu“. Od čtyřicátých let se pak už vlastní smrt naléhavěji a naléhavěji připomíná tělesnou involuci, nemocemi a stále častějším umíráním vrstevníků. Psychologicky je stále méně důležité, jak daleko jsem od okamžiku narození – a stále důležitější, kolik mi ještě zbývá žít: žít v tělesné a duševní aktivitě, v určitém sociálním zařazení – a kolik mi vůbec zbývá!

Délka dosavadního života získává nyní nový význam: vděčnost, radost z toho, co bylo dáno. Šedesátka dožitá ve zdraví je už i pádným důvodem k radosti. Krásně to vyjadřuje německá gramatická vazba „gelebt zu haben“, tj. *mít žito, užito, prožito* (Erich Fromm).

Z rozhovoru s dělníkem, který při oslavě svých pětadesátin mimořádně rozvázal: „Já už asi tak od své padesátky těm mladým nezávidím. Říkám si: ‚Oni ještě můžou umřít v pětáctyřiceti na infarkt, malé děti můžou umřít a neužijou vůbec nic, nic nepoznají. Vždyť je to hrůza! Mně už se to stát nemůže.‘ Měl jsem dobu, kdy jsem si říkal každý večer: ‚Sakra, zase den v troubě!‘ – a bylo mi všelijak. Dnes si řeknu: ‚Zas jeden den navíc – díky!‘ A těším se na ráno.“ – Zaznamenal jsem zde křečovitě zastírání strachu z blížícího se konce – nebo skutečnou, nefalšovanou moudrost?

6 Lidé, kteří mají celý život abnormálně silný pocit osobní důležitosti, trpí tímto strachem stále. Lépe jsou na tom ti, kteří si „vsadí“ na obyčejný život. Snadněji překonají adolescentní komplex.

7 Pro mnoho lidí je vlastní smrt po celý život největší hrozbou. To jsou ti, kteří nedospěli ke skutečné generativitě, zastavili se na nižším stupni vývoje.

Existuje ovšem i zvláštní necnost gerontů: *závistivé soutěžení s vrstevníky*, kdo koho přežije. Smutek nad blížícím se koncem kamaráda se mísí s nepřiznanou (nebo i přiznanou) škodolibostí: „Ten už to má spočítané!“ Je v tom jakási iracionální naděje: Smrt si vybírá svou daň – sáhne-li vedle mě, bude to on, ne já! Je v tom zároveň stejně iracionální sebestoprvčení, zadostiučinění: „Tak se nakonec ukázalo, kdo z nás je lepší! A jaký byl!“ – Navíc: Byl zemřelý známý svědkem nějakého mého dávného ponížení? Tak dobře – s ním je to definitivně pohřbeno.

Jsou to hloupé a ošklivé myšlenky, ale pochopme to: Teď už jde do tuhého, už se „kácí v našem lese“ – a leckomu je dobrá každá klička, každý háček, na který se dá zavěsit kousek naděje, ždíbec útěchy, špetka sebevědomí.

Dozví-li se mladý člověk, že někdo zemřel, zajímá ho, kdo to byl. Čím jsme starší, tím více nás zajímá, kolik bylo zemřelému let, pak také, co bylo příčinou smrti – a konečně stále více i to, *jak* zemřel! Staří o tom rádi mluví, zajímají se, jak zemřel kdo z jejich známých, co se kolem jeho smrti událo doma, v nemocnici nebo tam, kde právě byl. Není to veselá tematika, ale je aktuální; a to, o čem se mluví, je méně děsivé než to, o čem se mlčí a nač přitom nejde nemyslet.

Většina lidí si přeje *zemřít především bez bolesti a strachu*, nejlépe ve spánku, aniž by věděli, že umírají. (Čím jsme starší, tím větší naděje, že zhasneme bez těžkého zápasu se smrtí.) Jiní si naopak přejí *prožít svou smrt*, rozloučit se se svými blízkými, případně přijmout útěchu od duchovního a snad i vzdorně čelit „v boji zblízka“ nevyhnutelnému konci své existence. Trochu jiný motiv zní ze slov staré paní, která večer řekla manželovi: „Kdybych umírala, tak mě vzbudí!“

Říkává se: „Postav dům – zplod syna⁸ – zasaď strom!“ *Vědomí „Něco po mně zůstane!“* je v seniu stále důležitější (pokud se osobnost už nerozpadá demencí nebo jinou psychickou poruchou). V tomhle směru se našim pradědům chystalo k smrti lehčeji, zvláště když po nich zůstával majetek, třeba jen rodinná chalupa, kterou zdědili a zvelebili, anebo kus dobrého díla, který byl dlouho vidět. S trochou nostalgie si uvědomujeme, že dnes dílo obyčejně zaniká nebo zastarává dříve, než zemře jeho tvůrce. I dobrá kniha žije většinou jen pár let. – Lidé se také hodně stěhují, a to je jako kdyby vítr zaval stopu ve sněhu nebo v písku. Můžeme se pouze – jako Příhoda – utěšovat, že i nejnepatrnější čin, jímž člověk zasáhl do vývoje obce, národa a lidstva, trvá, byť jen jako nepozorovaný atom budoucnosti, nebo můžeme s Křivohlavým prostě věřit, že to, co jsme vykonali dobrého, zůstává.

8 Pořád ten věčný antifeminismus: Proč se neříká „Zplod dceru!“?

Umírání a smrt – těch druhých

Smrt blízkého člověka může být důležitější otázkou, těžší starostí a větším trápením než smrt vlastní – a zároveň je naše jednání a prožívání spojené se smrtí druhých důležitou přípravou na vlastní smrt. Obojí platí po celý život, v seniu je to jen aktuálnější a věnuje se tomu více času.

Solidarita gerontů má svou bojovou stránku, kterou zdůrazňují Šedí panter. Zahnuje však i ty nejobyčejnější, dávno známé, a přesto zapomínané věci. Především *návštěvy těžce nemocných* příbuzných a přátel, starších i vrstevníků – doma i v nemocnici. Bývají kolem toho všelijaké společenské rozpaky a také obyčejné sobectví zvané nedostatek času. Největším problémem však je *úzkost*: Jak s ním (s ní) jednat, co říkat? Jak se tvářit? Zdá se nám, že musíme nemocného za každou cenu povzbuzovat, utěšovat, ujišťovat ho, že vypadá báječně a že jistě co nevidět půjde domů, zatímco on vidí v naší tváři strach a snad i zákmit ošklivosti. Někdy ani zdravotníci nevědí, že nejdůležitější je *umožnit nemocnému, aby mluvil* o tom, co ho trápí, čeho se bojí. Náš hlavní úkol je ovládnout svou úzkost a lítostivost – a naslouchat. Výstižný je název knihy, kterou napsala nejznámější autorka v tomto oboru psychologie Elisabeth Küblerová-Rossová – *Co umírající chtějí říci*.⁹

Těžké je *žít se smrtelně nemocným partnerem*, třeba měsíce i léta, případně vědět od lékařů i to, co jemu zamlčeli. Potlačujeme negativní city, jež v nás tato situace budí. To je přirozené, ale měli bychom vědět, že se jim nevyhneme: Můžeme je ovládnout, ale stěží trvale potlačit, nikdy nezakusit. Existuje i *truchlení předem*, smutek, kterým se s nemocným loučíme dříve, než zemřel: citově se od něj chtě nechtě poněkud odpoutáme, jinak bychom nevydrželi být mu trvale nablízku. Dovedeme nemocnému dokonce bez jakékoli logiky – a přece silně – *zazlívat*, že nás svou nadcházející smrtí opustí.

Je v lidské povaze myslet do budoucnosti a žena přirozeně myslí na to, co bude dělat, jak bude žít, až za rok nebo za dva ovdoví; ale stejně přirozené je i to, že má za toto plánování – vždyť kalkuluje se smrtí toho, kdo je zde vedle ní, kdo se na ni dívá! – i pocity viny. Někdy si také *přeje, aby už byl konec*, aby skončil stav, kdy oba trpí, jak se zdá, úplně nesmyslně. A přece právě v tomto společném utrpení může být vrchol celoživotního vztahu a vdova to tak po čase sama uvidí, není-li příliš zmatena běžnou orientací na hodnoty konzumu, krásy a zdatnosti, jež převládají v jejím okolí.

„Já jsem ráda, že jsem Františkovi dosloužila k smrti, jak se u nás říká. Bylo to těžké a trvalo to dlouho, měl bolesti, nařikal a sekýroval, chudák... Já jsem už špatně cho-

9 Jedna pozůstalá, která se právě dozvěděla, že jí zemřel manžel, vyčítala zdravotní sestře: „Proč jste ho nezbudili, když umíral? Určitě by mi byl něco vzkázal.“

dila, trpím na zánět žil. Paní doktorka řkala: „Nechcete, abychom ho vzali do nemocnice? Potřeboval by infuze.“ Ale já jsem řekla: „Paní doktorko, prosím vás, nechte ho umřít doma! Vždyť vidíte, že bude stejně za pár týdnů konec, on už nechce žít, chce jenom umřít v klidu.“ – Chvilí přemýšlela, ještě něco řkala, ale nakonec mi ho nechali.“

František tedy dodýchal. Co bude dál?

Mozek umírá asi pět minut poté, co byla přerušena dodávka kyslíku pro jeho energeticky vysoce náročné buňky. Jiné tělesné tkáně žijí mnohem déle, např. ruku nebo nohu lze replantovat i po hodinách; nějakou dobu po smrti pokračuje dokonce růst vlasů, vousů a nehtů.

Co zůstává? Mrtvola nebo – jak se říkává na pohřbech – tělesné pozůstatky zesnulého. Tělo, s nímž je nutno nějakým způsobem naložit. Aspoň doposud každý kulturní národ nějakým způsobem pohřbíval a pohřbívá své mrtvé, i když ovšem způsob a význam pohřbu byl a je v jednotlivých kulturách značně rozmanitý.¹⁰

Ať uděláme s mrtvolou cokoli, mrtvému to neprospěje ani neublíží.¹¹ Avšak představa, *jak bude naloženo s naším vlastním tělem a s těly našich blízkých*, je pro nás přece jen důležitá. Řekněme (ale já ani to neřeknu), že je nám lhostejné, budeme-li pohřbeni do země nebo spáleni a urna někde uložena nebo popel rozprašen; ale stěží bychom souhlasili s tím, aby se z našeho těla vyrobily – dovolíte-li provokaci – konzervy pro psa. Máme určité představy o správném, pietním, uctivém zacházení s mrtvým tělem svým i svých blízkých.

Jsou lidé, kteří si předem – mohou-li – zakážou pitvu nebo odmítají dát souhlas k pitvě svých zemřelých dětí. Představa, že část mého těla bude po smrti transplantována, mě může děsit – nebo mi může být naopak útechou.

Jde jen o pozůstatek křesťanských představ, podle nichž bude tělo jednou vzkříšeno (což je dodnes pro někoho argument proti pohřbu žehem), případně podle nichž lidské tělo zasluží zvláštní úctu, protože Bůh se do něj vtělil?

Historické kořeny úcty k mrtvému tělu jsou mnohem starší než křesťanství a bezpochyby odpovídají určité antropologické konstantě, tj. jsou neodlučitel-

10 U některých přírodních národů narazili badatelé na *rituální nekrofilii* – posvátnou povinnost prokázat mrtvému tělu úctu tím, že se s ním zachází jako se sexuálním objektem. Věru těžko to chápeme, připadá nám to perverzní – ale je to možná lidsky důstojnější než praxe rozšířená dnes u nás: *neudělat nic a nechat na nemocnici*, aby se mrtvolý, jakéhosi „odpadu“, zbavila, jak dovede. Podobné barbarské chování převládá vůči potraceným plodům.

11 Starověký Egypt – a nebyl sám – smýšlel ovšem jinak. Právě pronesený výrok by tam byl kvalifikován jako ideologický zločin, rozvracející základy společnosti.

nou charakteristikou lidství. Rozborem kulturně srovnávacím, sociologickým a psychologickým bychom se mohli přiblížit smyslu, který má úcta k mrtvému tělu i pro nás. Tento rozbor by vedl – velmi zhruba řečeno – k výsledku, že úcta k mrtvému tělu ztělesňuje úctu k rodinné tradici i k tradici jiných společenství a zároveň souvisí s úctou k živému tělu, s respektem k osobnosti druhého člověka (člověk nemá tělo, člověk je tělem, viz str. 60n.). Neúcta k mrtvému tělu – v tom souhlasím s Egypťany – podryvá morální základy společnosti, naši nevyjímaje.

V současnosti procházíme (a je třeba to vědět, abychom porozuměli svému životu, abychom mu dovedli dát smysl!) *historickou krizí vztahu k mrtvému tělu*. Na hřbitovech pozorujeme náhrobky, na nichž už není ani jméno zesnulého, tím méně datum narození a úmrtí, nýbrž pouze jméno rodiny: Je to lacinější. Mnohé rodiny v místech, kde nejsou krematoria, šetří na cestovním a odbývají smuteční obřady na nejbližším hřbitově, načež přenechají tělo zřizencům, které ani neznají,¹² aby je dopravili do vzdáleného krematoria, kde bude zpopelněno v blíže neurčené době podle harmonogramu optimalizovaného vzhledem k minimalizaci provozních nákladů. Tato fáze pohřbu psychologicky zcela odpovídá poslední fázi Mozartova pohřbu ze zmíněného filmu.

Při smutečním obřadu promluví většinou *obřadník*, který si – v lepším případě – na poslední chvíli vyžádá od pozůstalých několik údajů o životě zemřelého, aby je vložil do jedné z variant připravené řeči. Podle mých zkušeností se pozůstalí bez protestů spokojují s jakoukoli úrovní projevu tohoto řečníka „ex offio“. Provoz je rychlý. Upadá i obyčej, že nad rakví promluví někdo, kdo zemřelého dobře znal a měl k němu blízký vztah. Ještě že stále kvetou květiny a že je hudba (i když bohužel většinou na poslední chvíli vybraná z repertoáru nahrávek, které má daný smuteční stánek k dispozici).

Vraťme se však k těm, kteří truchlí po mrtvém. Smutek je cit, který patří k životu, k loučení. Psychologa vždy *znepokojí, když pacient není schopen truchlit – stejně jako když truchlí neúměrně dlouho*. Smutek po zemřelém se má prožít naplno, jen v krajních případech se má tlumit psychofarmaky. K úměrnému a kulturnímu truchlení má pomoci právě pohřební rituál, ten však, jak jsme viděli, dnes často plní svou funkci velmi nedokonale. V tradičních společnostech a u přírodních národů mívá *truchlení přesně předepsanou formu i trvání*: vdově je například předepsán určitý oděv, a to na určitou dobu. Po tu dobu také nesmí myslet na nový sňatek. Když uplyne určená doba, rázem změní oděv i chování.

12 Při této anonymitě se snadno věří pověstem, podle nichž tito zřizenci jednají s mrtvým – řekněme to mírně – s menší úctou než hrobníci na starých venkovských hřbitovech. Většina pozůstalých však ani nepomyslí na to, že by bylo možné nějak ovlivnit standardní provoz na „běžícím pásu“ ústavu.

Takovéto formy pomáhají přiměřeně truchlit i lidem citově nejistým nebo povrchním.¹³

Platí zde totéž, na co jsme narazili při sledování životní cesty moderního člověka už tolikrát: *rituál je v úpadku, bezpečí starých forem zmizelo, životní řád a životní sloh je oslaben*. Lidé si musí v mnohém hledat svou cestu sami, jednat podle svého úsudku – nebo podle povrchní konvence, jež neodpovídá jejich hlubším psychickým potřebám a sklonům. V této historické situaci má psychologie velkou konjunkturu: Je totiž schopna pomoci lidem pochopit – od případu k případu – jejich citové potřeby a individuálně je vést v těžkých životních situacích, kdy společnost jednoznačné formy nenabízí, tím méně předepisuje.

Co lze z psychologického hlediska všeobecně doporučit pozůstalým? Splnit přání zemřelého, pokud jde o formu pohřbu. Jestliže žádné přání nevyslovil, uvažovat o tom, co by si asi nejspíše přál. Věnovat pozornost výběru rakve nebo urny, starat se o pozemek na hřbitově, o pomník atd. Jde o vaše city – berte je vážně, neutíkejte od nich, dejte si na ně i čas! Odpusťte mrtvému, čím vám ublížil, protože když spolu lidé žijí, ublíží si vždycky. *Je nebezpečné idealizovat mrtvého*, postavit si jeho příkrášlený obraz na domácí oltářiček jako nedostižný vzor lidských ctností. Tím byste si blokovali cestu k žijícím lidem. Nespěchejte s likvidováním věcí po nebožtíkovi, ale také neschovávejte léta jeho staré haraburdí. Připomínejte si, co říká Saint-Exupéry (str. 365).

Ve stínu smrti

Nikdo z nás neví, kdy a jak zemře. Někdo po náhlém krvácení do mozku, z něhož se už neprobere, někdo po srdečním selhání, které mu hrozilo už delší dobu, ale o kterém nebylo možno předpovědět, kdy přijde. Někdo zvolna, bezbolestně dohasne pomalým úbytkem tělesných a duševních sil. Někdo zemře po kratším či delším smrtelném zápase, o němž do poslední chvíle nebude možno říci, jak dopadne.

Někteří z nás budeme už životem unaveni, budeme trpět různými neduhy a nemocemi, snad budeme opuštěni. Budeme si přát zemřít. Existuje řada lidí, pro které je život břemenem. Může jít o chorobnou depresi, ale nemusí.

13 Pevné, důstojné pohřební rituály a další zvyklosti v zacházení s mrtvým tělem *sníží i strach z vlastní smrti*: vím-li, co se bude dít s mým tělem, až zemřu, je v tom jakási jistota, dávající kus citové útěchy a bezpečí. Jsou lidé, kteří se rádi zabývají fantaziemi o vlastním pohřbu, dokonce na něj mají ušetřeno a mají zcela určitá přání týkající se pohřbu do země nebo žehu, květin, hudby, řečníka. Dobová mentalita nás vede k tomu, abychom se na takové počínání dívali v lepším případě se shovívavým úsměvem, v horším případě s pohrdáním. Zkuste se od této mentality na chvíli oprostit a v duchu (nebo – máte-li dost odvahy – tedy na papíře) načrtnout svůj nekrolog: Co byste si přáli, aby bylo řečeno nad vaší rakví, případně vytištěno v místních novinách? Jaký nápis na pomníku? Co se má udělat s věcmi, jež vám jsou nejmilejší?

Někteří z těchto lidí končí život dobrovolně, suicidiem – a nemyslím, že bychom měli právo odsuzovat je na základě nějakého absolutního mravního zákona. Spíše má smysl se ptát, co uděláme my, jestliže se dostaneme do podobné situace: v čem najdeme další smysl života, sílu a chuť jít dál? Pro některé lidi je samozřejmou mravní povinností žít až do poslední chvíle, přestože touží po smrti. Když se jich zeptáme, řeknou nejspíš: „Cožpak si člověk smí vzít život, který si sám nedal?“ Jejich současná bilance slasti a strasti je silně záporná, ale žít se podle nich prostě má, musí, dokud to jde. Mluvit s takovými lidmi je sice smutné, ale nakonec povzbuzující, upevňuje to naši úctu k životu, naše odhodlání dělat něco pro to, aby život nebyl marný. – Někteří lidé v této situaci uvažují o suicidiu, ale neprovedou je ani tehdy, když by k němu měli dost odvahy. Myslí na to, jak by se dotkli svých pozůstalých, jak by otráslí jejich důvěrou v život a v jeho nejvyšší hodnoty, případně jejich náboženskou vírou.

Někdo z nás bude dlouho trpět bezmocí a bolestí. Lékaři se budou snažit ztlumit jeho bolest, úzkost a depresi na přijatelnou míru, což bude někdy obtížné. Zároveň však budou mít prostředky, jak mu o týdny i měsíce prodloužit život tím, že udrží v chodu základní tělesné funkce. A budou samozřejmě povinni těchto prostředků užívat: Kdopak si troufne posoudit, kdy už je vaše nemoc beznadějná, kdy už se váš stav nemůže aspoň na nějakou dobu podstatně zlepšit, prostě kdy už váš další život nemá cenu? Někdy je těžko říci, kdy ještě prodlužujeme lidský život – a kdy prodlužujeme už jen strastiplné umírání.

Dostali jsme se k těžkému problému zároveň lékařskému, mravnímu, psychologickému, sociologickému, právnímu a historickému – a neměli bychom před ním uhnout. Je to *problém eutanazie*. Toto řecké slovo¹⁴ znamená milosrdnou pomoc ke smrti. Jde o slovo, které v nás desítky let budí hrůzu, protože nacisté jím označovali hromadné vyvražďování příslušníků údajně nižších ras a také duševně nemocných.

Odlišujeme pasivní a aktivní eutanazii. *Pasivní eutanazie* spočívá v tom, že přestaneme udržovat pacienta při životě různými víceméně radikálními prostředky, např. tím, že má zavedeno stálé umělé dýchání. Jde tedy o to, že přestaneme bránit přirozenému procesu umírání. Pasivní eutanazie přichází v úvahu, když už je zřejmé, že je pacient v konečném stadiu nevyléčitelné nemoci. Příslušné předpisy ovšem velmi přísně brání pacientovo právo na prodloužení života. – *Aktivní eutanazie* spočívá v tom, že je nemocný z milosrdenství přímo zabit, aby se už netrápil, a to buďto na vlastní žádost (případně po uvážení názoru jeho nejbližších příbuzných), nebo na základě rozhodnutí lékaře samotného. Aktivní eutanazie je u nás zakázána, šlo by o vraždu, i když

snad s polehčujícími okolnostmi.¹⁵ Zákon ovšem není věčný, odpovídá určitým společenským podmínkám, převládající mentalitě a filozofii, stavu medicíny atd.

Jsou země, které dnes za určitých okolností výslovně připouštějí pasivní eutanazii. V mnoha státech, kde platí stejné zákony jako u nás, se v odborných kruzích i ve veřejnosti diskutuje o návrzích na změny, jsou i země, jež eutanazii legalizovaly.¹⁶ Argumentuje se tím, že ulehčení smrti a ochrana lidské důstojnosti je hodnota, která má být v určité rovnováze s hodnotou nejistého prodloužení života.

Považuji takové diskuse za plodné i v případě, že nevedou ke změně zákona: Jejich účastníci si ujasňují vlastní hodnotovou orientaci. Zajímavá je například myšlenka, že by lékaři měli o pasivní, snad i o aktivní eutanazii rozhodovat po poradě s rodinnými příslušníky nemocného. Zkuste to představit si, že by šlo o vás, že byste v bolestech prosili o milosrdnou smrt nebo že byste leželi týdný v bezvědomí bez naděje, že někdy promluvíte nebo poznáte kohokoli ze svých blízkých – a lékaři by se radili s vašimi dětmi, manželem, snad sestrou, jak s vámi naložit!

Před lety přispěl do diskuse o aktivní eutanazii německý lékař Hackethal razantním činem. Měl pacientku trpící velkými bolestmi při neléčitelné rakovině obličej – jinak byl její organismus v dobrém stavu. Hackethal jí pomohl zemřít. Obešel zákon tím, že nedal cyankáli přímo jí, nýbrž pro ni jejímu bratru. Ve chvíli smrti byla s pacientkou lékařova manželka. Poslední slova nemocné prý byla: „Vyřídte doktorovi, že to chutná příšerně.“ Hackethal svůj čin nijak neskrýval, ihned vystoupil v televizi.

Ve Velké Británii byl žalován autor brožury obsahující návod ke spolehlivému suicidiu pomocí dostupných léků. Autor argumentoval: „Mnoho lidí provede nezdařený suicidální pokus, při němž se trvale zmrzáčí. A ostatně – proč nemá mít dospělý člověk právo rozhodovat o svém životě a smrti tak, jak sám uzná za vhodné?“ I to je otázka, o které patrně málo diskutujeme – počínaje hodinami občanské nauky ve škole a konče odbornými filozofickými časopisy. Hodnotu života a hodnotu svobody individua je třeba stále znovu ujasňovat, každá generace ji pro sebe musí sama znovu objevovat, obhajovat – a vytvářet, protože nejde o něco, co by platilo takovým způsobem jako třeba zákon gravitace.

15 Právně složitý je případ, kdy pacient v konečném stadiu nemoci trpí nesnesitelnými bolestmi, které lze zmírnit jen tak silnými dávkami analgetik, že by ho mohly zabít. (Katolická církev, jež eutanazii principiálně odsuzuje, takovýto milosrdný postup moudře dovoluje.) Jak daleko se ovšem lékař prakticky odváží zajít? Kdyby bylo jeho *úmyslem* usmrtit pacienta, porušil by zákon. Co však přesně znamená úmysl? Právo zná i nepřímý úmysl: člověk zodpovídá za následky svého jednání, jestliže si byl vědom, že k těmto následkům může dojít, a doufal, že k nim nedojde... Na druhé straně žádné léčení není bez rizika a lékař je povinen pomáhat! – Nemocný není v rukou zákona, ale v rukou člověka.

16 Naše veřejnost není dobře informována. Několik vzdělaných lidí, s nimiž jsem o věci mluvil, bylo překvapeno mým sdělením, že lékař za žádných okolností nesmí ukončit utrpení nemocného milosrdnou smrtící injekcí.

14 Eu = dobře, thanatos = smrt.

Za zamyšlení stojí vyprávění evangelického faráře Miloše Rejchrt: „Vzácný muž profesor Placák jednoho večera dokončil překlad, uložil jej do desek, ráno doprovodil manželku na autobus do práce, umyl nádoby a pak si ve vaně otevřel žíly. Nepřekvapilo mě to, já už předtím od něj slyšel, že o status bezmocného inkontinentního dědečka, co je jiným na obtíž, nemá zájem. Byl příliš zkušeným lékařem, aby si nevšiml, že se to neodvratně blíží – a provedl autoeutanazii.“ Na otázku, zda šlo o sebevraždu, Rejchrt odpovídá: „Aby byl sebezmar sebevraždou, musela by být motivem *acedia*, tedy hřích zoufalství, jak se to překládá. Tam nebylo žádné zoufalství, nýbrž touha druhým nepřekážet...“¹⁷

Küblerová-Rossová popsal typický průběh dramatu, jež nastává, dozví-li se člověk, že trpí nevyléčitelnou, případně zvláště strastiplnou nemocí; ortel může znít: nevyléčitelná rakovina – neodvratný konec během několika měsíců. Nemocný se o tom dosud někdy dovídá náhodou, proti vůli lékaře. Někdy to snadno uhodne ze způsobu léčby. Uzná-li lékař za vhodné, může nemocného také sám otevřeně informovat.

Sdělení zlé pravdy je náročný odborný (v tomto případě lékařský) úkon, na který je třeba mít dostatek času, klidný prostor a příslušnou psychologickou průpravu. U nás není zatím nic z toho samozřejmé.

Drama může mít různý průběh podle toho, jak se nemoc projevuje, jak je pacient stár, jaká je jeho duchovní a hodnotová orientace. Küblerová-Rossová však vyzdvihovala stadia, která v tomto dramatu následují obvykle v určitém pořadí. Celý průběh lze dokonce schematicky znázornit – viz obrázek 14.1.

Prvním stadiem je *šok*: duševní bolest, v níž převládá strach, panika, zděšení, zhroucení všech životních nadějí.

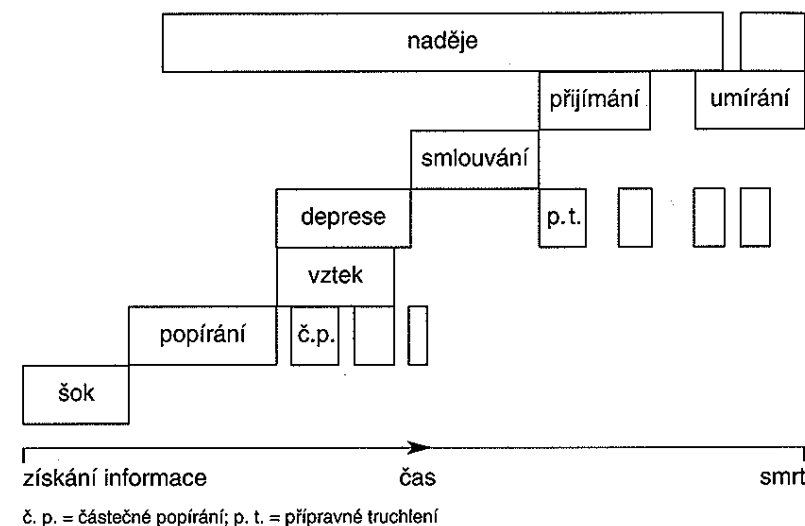
Brzy nastupuje (samozřejmě ne vždy) druhé stadium, *popření*: Nemocný přestane zlé zprávě věřit. Je přesvědčen, že jde o omyl: „V laboratoři určitě zaměnili zkumavky, vidím, jaký nepořádek tady mají v papírech!“

Popření je ovšem jen jakási „první pomoc“, nouzové opatření k udržení psychické rovnováhy. Nelze s ním dlouho vystačit. Umožňuje však zmobilizovat *naději*, nehlubší a nejmocnější sílu, která v nás je a která nás – fakta nefakta – neopouští: Naděje umírá poslední.

Další stadium je složité. Pacient reaguje *zároveň vztekem a depresí*. Závidí zdravým a chvílemi je nenávidí: „Proč já, proč zrovna já, a ne oni?“ (Za dávných morových epidemií, říká Camus, se prý nemocní věšeli na zdravé, aby je nakazili.) Zároveň nastupuje *deprese*: Pacient je skleslý, pláče, nařiká. Tu a tam si ještě „vypomůže“ částečným popřením, vrací se k myšlence, že snad přece jen je všechno jinak, že „to“ nemá.

17 Miloš Rejchrt: *O něco svobodnější*. Praha, 2002.

Obr. 14.1 Vývoj postoje nevyléčitelně nemocného ke smrti



Po vzteku a smutku následuje stadium *smlouvání*: Nemocný jakžtakž přijímá zlou skutečnost, ale doufá v odklad: „Snad se ještě dožiju Mařenčiny maturity, nebo aspoň neumřu, dokud Frantíkovi nebude patnáct.“

Dosavadní stadia byla jen provizoriem, kdy se připravovalo *rezignující přijetí skutečnosti*. Pacient už realisticky počítá se zkrácenou životní perspektivou a s možnostmi, jež mu zbývají. Současně může prožívat chvíle truchlení předem, navazující na prodělané stadium deprese.

Posledním stadiem je vlastní umírání. Avšak i během umírání může vytrvat *naděje*: naděje, která – podle některých filozofů, jež potvrzuje klinická zkušenost Haškovcové – je psychický stav překonávající, „překračující“ bezvýchodnou osobní situaci. Teologovi jistě neupřeme právo vyložit tuto naději jako víru v Boha, která sama sobě (ještě) nerozumí.

Vyrovňávání se smrtí probíhá často tak těžce, že se pacient vrací ke stadiím, která už jednou překonal, dokonce i k prvnímu, nesnesitelnému stadiu šoku. Potřebuje samozřejmě psychoterapeutický přístup; lékař také vždycky uváží užití léků tlumících úzkost a depresi.

Někdy si překvapivě dobře *psychicky pomáhají podobně postižení pacienti navzájem*. Ten, kdo zná jejich tragédii jen zvenčí, jim obvykle nemůže tak dobře rozumět; i když to – jako zkušený psychoterapeut – dokáže, těžko získává jejich plnou důvěru. Není jedním z nich. Osvědčilo se organizovat schůzky podobně postižených nemocných a jen nepřímo je řídit. Psychoterapeut, který s nimi pracuje, musí ovšem počítat s tím, že na něj bude situace ve skupině citově silně doléhat, že sami nemocní na něj budou reagovat spíše negativními než pozitivními pocity.

Integrita – nebo zoufalství

„Jde o celistvost našeho života. A my o tu celistvost musíme zápasit v napětí mezi životním naplněním a životní prázdnotou,“ píše Mrkvička.

Celistvost nebo – jak říká Erikson – integrita je *poslední velké životní téma*. Toto téma se v seniu dostává na první místo, když už jsme splnili své hlavní, generativní poslání. Je těžké vyjádřit nějakou jednoduchou definicí, oč jde. Slova „celistvost“ a „naplnění“ jsou spíše nápovědi, hesla než přesně vymezitelné pojmy. Skutečnost, o kterou jde, je však zcela konkrétní. Pokusíme se přiblížit si ji ve čtyřech bodech:

1. Jde o *pravdivost k sobě samému*, která nám umožňuje poznat, oč vlastně v celém našem životě šlo. Toto zaujetí pro pravdu připomíná adolescenci, teď je však mnohem zralejší, zkušenější a schopnější zbavovat se iluzí: je více sebekritické.

Starý lékař z Bergmanovy filmové povídky *Lesní jahody* uvažuje: „Je mi sedmdesát šest let a připadám si příliš starý na to, abych sám sobě lhal. Ačkoli jist si tím nejsem. Samotný klid, s jakým se stavím k pravdě, může skrývat prolhanost. Ale nejsem si vědom ničeho, co bych musel přeručovat nebo zatajovat... Do jisté míry jsem zůstal na stará kolena osamělý. Nestěžuji si, je to prostě konstatování skutečnosti. Od života nežádám nic jiného než klid a příležitost věnovat se těm několika zájmům, které mi dosud poskytují vzpruhu, byť jen povrchní...“

2. Jde o *smíření se vším, co bylo*. Zralí, moudří geronti často říkají, když vzpomínají na celý svůj život: „Prožil jsem dobré i zlé, udělal jsem hodně hloupostí – ale kdybych měl žít svůj život znovu, nechtěl bych, aby byl jiný.“ Mladšího člověka takový výrok překvapí: Proč dělat znovu stejné chyby? Geront však nechce na svém životě nic opravovat! Je to pro něj příběh, jehož hlavní kapitoly byly uzavřeny, a je to dobrý příběh. Zbývá jen málo a bude celý.

Nejde ovšem o smíření, k jakému by bylo možné dojít lacinou rezignací po životě, v němž člověk pro nic nepracoval, ničím se nenadchl, k ničemu nepřilnul, viděl jen sebe. Jak by bylo možné přijmout příběh, v němž nebyla důvěra ani rád, v němž nebyla vytvořena identita a skutečná intimita, který nebyl naplněn generativitou?

3. Jde o *domov*, o místo, kam patřím, kam jsem vždycky patřil. František Halas: „Už aby bylo po tom pekelcování místy, kam nepatřím. Ať svítí světla milovaných chalup, ne jako bóje v dálce, ale betlémsky radostně a vytrvale. Všechny cesty vedou do dětství. Toho skřípění kol na cestách křižujících se v mém srdci! Ať si jen země letí do prázdna, ať si jen letí, jen když zbude jistota jednoho místa, místa posledního, místa jen pro hrob. Chci ho mít tam, jen tam u nás. Kdyby mi jen oči pro pláč zbyly, já se tam vrátím, já se tam i poslepu vrátím.“

Domov je to, co milujeme, kam se chceme a můžeme vracet. Lhostejný člověk nemá domov. Domov jsou lidé, které máme nebo na které dovedeme aspoň s láskou vzpomínat.

Nejde však jen o nejbližší lidi. K celistvosti života patří i domov v národě, k němuž patříme, dokonce i solidarita s celým lidským pokolením – a konečně snad i s vesmírem, z jehož látek se skládá naše tělo. I při pohledu na hvězdnou oblohu se můžeme cítit doma – anebo absurdně pohozeni do prázdnoty, která je lhostejná a chladná.

Domov je to, s čím jsme se nejlouběji szili: také místa, která jsme si zamilovali, verše, které k nám mnohokrát promluvily, stará vyprávění, jež nám přešla do krve a k nimž se stále vracíme, písně tisíckrát přezpívané s radostí, smutkem, touhou i hněvem. Jsou to i věci ze dřeva, kamene a kovu, které jsme vzali nesčetněkrát do ruky.

Domov máme všude, kde jsme zapustili kořeny, třeba na fotbalovém hřišti, po kterém jsme od raných klukovských let běhali za míčem a kde jsme snili o sportovní slávě. Když devadesátiletý geront, který měl celý život rád kopanou, posledními zbytky zraku sleduje v televizi fotbalový zápas, když celým tělem spoluprožívá každý pohyb hráčů – je v tu chvíli doma.

Orientální jogín je zvláštním, nám těžko přístupným způsobem *doma ve svém těle*. Jeho každodenní cvičení můžeme dobře přirovnat k procházkám krajinou, kde po čase známe každý strom, každou studánku, kde si zamilujeme i kámen u cesty. Pozorně sledovaný vnitřní pocit, tisíckrát navozený stejnými pohyby, stejným způsobem dýchání, stejným zaměřením pozornosti – i to může být kus domova.

4. Jde o *životní filosofii*, o moudrost, k níž se člověk dopracoval celoživotní zkušeností a přemýšlením. O pochopení životních hodnot, které platí i tváří v tvář smrti. K této filosofii patří zralý názor na lidské vztahy, na to, oč v nich stojí za to usilovat, názor na to, co se má a co se nemá – a proč. Tato životní filosofie ovšem není věčná pravda. Mít ji znamená mít kořeny ve vzdělanosti a kultuře. V našem čase to znamená být pozorně otevřen duchovnímu hledání celého lidstva, které – snad – spěje k jednotě, k syntéze. Neznamená to lhostejnou shovívavost ke všemu, „protože na všem něco je“. K životní filosofii dospívá i prostý člověk vyrovnáváním s rozpory, na něž naráží ve své zkušenosti politické i osobní, kognitivní i emoční.

Haškovcová potvrzuje zkušenost, že životní ohrožení těžkou nemocí může být impulzem, který *probudí hluboké zamýšlení nad sebou a nad světem*. Uvádí příklad prosté ženy, která žila jen běžnými hospodyňskými zájmy, v nemoci však začala pozoruhodně uvažovat o smyslu života, o smyslu lékařské pomoci, o solidaritě těch, kteří mají stejnou smrtelnou nemoc, o podstatě lidského porozumění.

Jak říká Erikson, jde o to být si vědom *relativity všech životních filosofí*. Ta, které jsme se dobrali právě my, vznikla jako náhodný souběh naší indivi-

duální existence a jednoho úseku historie lidstva. A přece právě ona je naší jedinou možností, jak se podílet na tom, co je společné celému lidstvu.

Protipólem integrity je *zoufalství*. Stáří je tvrdou zkouškou, ve které neobstojí životní nepravda, neupřímnost k sobě i k jiným, citová kocovina zbývající po prázdném životě plném malých lásek; neobstojí však ani celoživotní úsilí o vlastní dokonalost, o vyniknutí, a tím méně celoživotní boj o vládu nad druhými, poctivé nebo nepoctivé hromadění majetku. Všechno se hroutí, na pokus začít ještě jednou od začátku je pozdě.

Přesný příklad zoufalství podává Arthur Miller ve své hře *Smrt obchodního cestujícího*. Starý muž chystající se k suicidii horečně seje na své zahrádce ve stínu vysokého čínžáku zeleninu, „aby po mně aspoň něco zůstalo“!

Zoufalství je ovšem stále ještě projevem života, je to *něco* – na rozdíl od tupé lhostejnosti nebo spokojeného vegetování člověka, který nepochopil vůbec nic.

Polarita integrity a zoufalství představuje dvojí vyústění, dva různé konce životní cesty. Avšak integrita stáří není něco, co by bylo možno jaksi definitivně „inkasovat“ nebo na co by bylo možno si „sednout“. Ztráty stáří nutí geronta, aby svou integritu hájil proti pocitům beznaděje a zoufalství, které důvěrně zná a které musí čas od času překonávat.

Může geront udržet integritu, vrchol svého životního růstu, až do pozdního věku, do samého konce? Může – pokud nedojde k hluboké demenci, k rozkladu osobnosti, k duševnímu úpadku. Někdo umírá najednou, někdo po částech. Vidět trosky velké osobnosti je důvod ke smutku, ale nikoli k zoufalství.

Ohlédnutí

Celý života běh je jen vlnou nedohledného toku v řece času, vteřinou, zachvěním křídla ve vývoji druhu *Homo sapiens* – druhu, který se vymkl z pouhého přírodního určení své existence, „nepřirozeného zvířete“ (Vercors), jež nastoupilo cestu fascinujícího a riskantního dobrodružství s otevřeným koncem, zvaného dějiny. Člověk objevil a stále nově objevuje věc jako nástroj, stroj, a konečně jako samočinný počítač s umělou inteligencí, ale i jako zbraň, kterou může zničit sám sebe i s kořeny, z nichž vyrostl. Objevil a objevuje nové způsoby vzájemnosti ve spolupráci, v organizaci násilí a manipulace až po zásah do vlastního genomu, i ve společenství těch, kteří se osvobozují, aby chránili a pěstovali to, co už zde je a co milují. Vytvořil řeč a kulturu, říši ducha, kde se každé nové poznání a každé sdělení ukazuje jako nová otázka, každá volba jako nové rozcestí, každé tvořivé dílo jako otevření nových možností, každý smysl

života jako výzva k hledání smyslu ještě podstatnějšího, ještě jemněji uchopeného.

Jen vlna, vteřina, zachvění křídla. A přesto příběh, který právě pro své začlenění do dějin lidstva, jejichž jádrem je hledání a vytváření lidství, humanity – je dramatickým, smysluplným a významným dějem, anebo popřením smyslu, poklesem, zmařením jedinečné šance.

Každý člověk má svou vlastní cestu a jen skrze ni rozumí cestám jiných lidí. Jinak na tom není ani autor této knihy. Přes všechnu literaturu, z níž čerpá, přes poctivou snahu o vědeckou objektivnost je nakonec v rozhodujících bodech odkázán na vlastní životní zkušenost; samozřejmě včetně zkušenosti se svými klienty a pacienty, z té však opět může čerpat jen to, čemu je schopen porozumět.

Jsou knihy psané snadno, s profesionální rutinou. Tato kniha k nim nepatří. Vznikala dlouho a těžce. Bezpochyby přímo či nepřímo ohráží nejen zkušenost mé generace v mé zemi, ale i to, jak já sám jsem žil a mohl žít, po čem jsem toužil a čeho jsem se bál, co mi bylo či nebylo dáno, v čem jsem selhal, co se mi podařilo, čeho si v poslední etapě své cesty vážím a za čím chci ještě jít. Jsem vděčný kolegům Blažkovi a Olmrové, jejichž kniha *Krása a bolest* mi pomohla pochopit pojem laictví. Laik je podle nich ten, kdo je v určité situaci poprvé, kdo jí je „přepaden“ a nemůže užít osvědčených profesionálních praktik. V tomto smyslu je moje kniha prací laika. A je samozřejmě psána pro laiky, pro čtenáře, kteří žijí svůj jediný život, v němž se každý den může stát neopakovatelnou příležitostí nebo neznámou nástrahou. Jim předkládám své pochopení lidské životní cesty, včetně otevřených otázek a pochybností, aby s ním naložili, jak uznají za vhodné – s nadějí, že zde najdou aspoň nějaký podnět k tomu, jak se vyrovnat se svou minulostí a jak jít po svém v našem společném světě tím časem, který jim zbývá.

Vybraná použitá a doporučená literatura

1. Allport, G. W.: *Pattern and Growth in Personality*. New York 1961.
2. Beauvoirová, S.: *Druhé pohlaví*. Praha 1966.
3. Bühler, Ch.: *Der menschliche Lebenslauf als psychologisches Problem*. Leipzig 1933.
4. Bühler, Ch., Massarik, R.: *The Course of Human Life: a Study of Goals in the Humanistic Perspective*. New York 1968.
5. Cicero, M. T.: *Cato starší o stáří*. Praha 1975.
6. Erikson, E. H.: *Identity: Youth and crisis*. New York, 1968.
7. Erikson, E. H.: *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha, 1999.
8. Erikson, E. H.: *Dětství a společnost*. Praha, 2003.
9. Evans, D., Zarate, O.: *Evoluční psychologie*. Praha, 2002.
10. Faltermayer, T., Mayring, P., Saup, W., Strehmel, P.: *Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters*. Stuttgart, 2002.
11. Freud, S.: *Vybrané spisy, I, II, III*. Praha 1969–1971.
12. Fromm, E.: *Umění milovat*. Praha 1967.
13. Gould, R.: *Transformations: Growth and Change in Adult Life*. New York 1978.
14. Haškovcová, H.: *Fenomén stáří*. Praha, 1989.
15. Heidbrink, H.: *Psychologie morálního vývoje*. Praha, 1997.
16. Jung, C. G.: *Vybrané spisy I.–VI*. Brno, 1998–2000.
17. Kalvach, Z. a kol.: *Úvod do gerontologie a geriatrie*. Praha, 1997.

18. Kohlberg, L.: *The Meaning and Measurement of Moral Development*. New York 1979.
19. Langmeier, J.: *Vývojová psychologie pro dětské lékaře*. Praha 1983.
20. Langmeier, J., Krejčířová, D.: *Vývojová psychologie*. Praha 1998.
21. Langmeier, J., Matějček, Z.: *Psychická deprivace v dětství*. Praha 1974.
22. Mahler, M.: *Psychological Birth of the Human Infant*. New York 1975.
23. Matějček, Z.: *Rodiče a děti*. Praha 1986.
24. Matějček, Z., Dytrych, Z.: *Radosti a strasti prarodičů*. Praha, 1997.
25. Matějček, Z., Langmeier, J.: *Výpravy za člověkem*. Praha 1981.
26. Matějček, Z., Langmeier, J.: *Počátky našeho duševního života*. Praha 1986.
27. Mrkvička, J.: *Knížka o radosti*. Praha 1984.
28. Neugarten, B.: *Middle Age and Aging*. Chicago 1968.
29. Pacovský, V.: *Geriatric*. Praha, 1994.
30. Pacovský, V., Heřmanová, H.: *Gerontologie*. Praha 1981.
31. Piaget, J.: *Psychologie inteligence*. Praha, 1966.
32. Piaget, J., Inhelder, B.: *Psychologie dítěte*. Praha 1970.
33. Příhoda, V.: *Ontogeneze lidské psychiky, I.–IV.* Praha 1963–1974.
34. Raboch, J.: *Očima sexuologa*. Praha 1977.
35. Rogers, C. R.: *On Becoming a Person*. Boston 1961.
36. Říčan, P.: *Agresivita a šikana mezi dětmi*. Praha 1995.
37. Říčan, P.: *S Romy žít budeme, jde o to jak*. Praha 1997.
38. Sheehy, G.: *Passages – Predictable Crises of Adult Life*. New York 1974.
39. Sheehy, G.: *Průvodce dospělostí*. Praha, 1999.
40. Silbereisen, R. K., et. al.: *Development as Action in Context*. Berlin 1986.
41. *Statistická ročenka Československé socialistické republiky 2002*. Praha 2003.
42. Švancara, J.: *Psychologie stárnutí a stáří*. Praha 1979.
43. Tvaroh, F.: *Všichni stárneme*. Praha 1984.
44. Vágnerová, M.: *Vývojová psychologie*. Praha 2000.
45. Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování pražské mládeže*. Praha, 1994.
46. Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování v ČR – situace a trendy*. Praha, 2001.
47. West, G. K.: *Dobrodružství psychického vývoje*. Praha, 2002.

Rejstřík věcný a jmenný

A

adolescence 191–228, 306, 309
 adolescentní moratorium 223, 237
 afrodiziaka 316
 ageismus 295, 359
 aktuální vývojový program 31
 analita 111n.
 Anaňjev, B. G. 15
 arterioskleróza 303
 autenticita 279, 283

B

Balzac, H. 232, 336
 Beauvoirová, S. 205, 242, 302
 Bergman, I. 380
 Bronfenbrenner, U. 228
 Bühlerová, Ch. 15, 332

C

Cicero, M. T. 319, 326, 332, 337, 345
 citové zneužívání dítěte 263n.
 Cooley, Ch. H. 78

Č

Čapek, K. 203
 čas žitý 59n.
 četba 176, 200

D

Dante Alighieri 278
 Dawkins, R. 29
 dědičnost 27

demence 341, 351
 deník 223
 dentice 77
 deprese 35, 60, 99, 293, 322, 341, 378
 diferenciace vývojová 23
 dionýzovské stadium 58, 239
 Dobiáš, J. 326
 domov 381n.
 dospělost, znaky 230n.

E

egocentrismus 123
 emancipace 141, 184, 214, 237, 243, 253, 347
 epigenetický princip 50
 Erikson, E. H. 45nn., 48, 91n., 95, 116, 142, 240n., 269, 421n.
 erotika a sexualita 238
 etologie 28
 eutanazie 376n.
 evoluce 22n.
 Eysenck, H. J. 198

F

falické stadium 139nn.
 fantazie 104
 Feilová, N. 343n.
 Fischerová, D. 370
 Freud, S. 50, 77, 116, 138nn., 259, 342
 Friedenberg, E. Z. 216
 frigida 255n.
 Fromm, E. 241, 266, 370

G

generativita 54, 258n., 287n., 289, 325, 370, 421
 genetický vývojový program 25
 Gould, R. 231, 304
 Greene, G. 338
 Guttman, J. 344

H

Halas, F. 336, 380
 Haškovcová, H. 370, 379, 381
 Herčík, F. 75
 historický vývojový program 31, 282
 hobby 171, 298, 348n.
 hodnotová orientace 253, 377n., 422
 homosexualita 208n.
 hra 103, 127n., 155n., 176
 Hubálek, S. 208
 humor 240
 Huxley, A. 31n., 366
 hypochondrie 294
 hysterie 340

CH

Chaplin, Ch. 323
 Charvát, J. 359

I

Ibsen, H. 243
 identifikace 135n., 243, 259, 276, 306
 – sexuální 136, 194, 219
 – s agresorem 136
 identita 216–223, 243, 279
 individuace 286
 infarkt myokardu 293
 infarktová osobnost 293
 integrace 23n.
 integrita 54, 380nn.
 inteligence 80, 149, 174n., 194nn., 338nn.
 intimita 46, 238–245, 254, 257, 263, 304, 351nn.
 introverze 222, 285, 325
 involuce 22n., 229
 – duševní 320, 337nn.
 – tělesná 232, 333n.
 izosexuální vztahy 58, 158, 244

J

Já 89n., 112, 218
 jádro osobnosti 339nn.

James, W. 237
 Jaques, E. 278n., 282
 jedináčci 245n., 274
 Jiránek, F. 211
 jóga 92, 319
 Jung, C. G. 139, 276, 281, 325

K

Kagan, J. 131
 kastrační komplex 140
 Kinsey, A. 387
 klimakterium 315
 – mužské 316
 kohorta 66n., 195
 kojení 94
 Komenský, J. A. 114
 komplex méněcennosti 234
 kosmetické operace 234, 316
 Koščo, J. 15
 krása tělesná 233n.
 kritické období 39n.
 krize 276nn.
 – manželství 268n., 254, 303n.
 – vývojová 46nn.

kruhová reakce 103
 Křivohlavý, J. 371
 Küblerová-Rossová, E. 372

L

Langmeier, J. 86, 96, 109, 214, 365
 láska
 – manželská 255, 274
 – mateřská 17
 – předmanželská 251n.

Lát, J. 97
 Lem, S. 277n.
 longitudinální strategie 67
 Lorenz, K. 213, 296
 Ludvík z Perštejna 97

M

Mahlerová, M. 87n., 275
 manželská krize vývojová 268, 303
 manželský konflikt 277, 301
 manželský soulad 249
 manželství 254nn., 264nn., 361, 302
 – alternativy 248
 – adaptační stadium 254nn., 361
 – skupinové 247

– uzavřené a otevřené 286
 – ve stáří 351
 masturbace 186n., 206, 239
 Maslow, A. 52, 325
 Matějček, Z. 86, 96, 109, 114, 119, 260, 303nn., 323
 mateřství 249, 262n.
 matka chladná 262
 maturace 26
 Mayové 96
 Mellan, J. 248
 menopauza 314n.
 menstruace 172n.
 Mikota, V. 283
 Miller, A. 382
 milostný vztah 239nn.
 Minuchin, S. 275
 monogamie 58, 240
 mravní vývoj 133nn., 210
 Mrkvička, J. 50, 214, 218, 223, 240, 244, 277n., 280n., 281, 338, 348, 380

N

naděje 210, 231, 283, 379
 narcismus 294
 Nasher, I. L. 332
 nativismus 27n.
 negativistické stadium 113nn.
 neodarwinismus 29
 Neugartenová, B. 230, 337
 neuróza 139, 220, 243, 283n., 316
 nitro 222, 285
 novorozenec 76

O

odloučení od matky 108n.
 odpuštění 134, 358
 oidipovský komplex 139nn., 183, 234
 oralita 91n., 94
 organogeneze 69
 osamělost 294, 322nn., 349, 353, 357
 osobnost 33n.
 otcovství 260nn.
 ovdovění 353

P

Pacovský, V. 317n.
 paměť 320n., 339nn.
 paranoidita 340

petting 208
 Piaget, J. 56n., 82, 122
 Plzák, M. 268, 300n., 387
 pocit méněcennosti 166, 316, 322, 328, 336nn., 357
 pohádka 132n.
 pohřeb 367nn.
 polarita pohlavní 220, 238
 poluce 172
 polygamní stadium 239
 porod 72n., 259nn.
 potence 299, 316, 328, 354
 potřeba 52n.
 – bezpečí 260n.
 – otevřené budoucnosti 260, 323n.
 povijan 97n.
 pozorování 25
 pracovní uplatnění 59, 165, 230, 234, 345
 projekce 303
 projev citu 106
 prostata 309
 představy 105
 Příhoda, V. 58, 104, 106, 115, 124, 132, 151, 170nn., 184n., 203, 227, 230, 254, 270, 276n., 297, 314, 366, 371
 pseudointimita 241
 psychohistorie 97
 psychopatie 338
 psychosomatické poruchy 303, 340
 psychoterapie 225, 342n.
 puberta 35, 171–174
 pud 209, 238, 342, 354

R

receptivita 92nn.
 reflexy vrozené 76
 regrese 43, 219, 240
 rituál 32, 44, 73, 156, 201, 225nn., 250, 374n.
 rodiče a děti 135nn., 159nn., 181nn., 213nn., 258, 304nn., 358nn.
 rodina
 – mladá 257nn.
 – neúplná 162, 247
 rodinná výchova 50
 role 107n., 120, 126, 135nn., 154, 217, 218
 rozvod 162, 247, 264–269, 284n., 300nn.
 Russell, B. 241
 růst osobnosti 53, 212

Ř

řeč 102

– egocentrická 125

S

Saint-Exupéry, A. 258, 274, 365, 375

sebevědomí 165

Seifert, J. 363n.

Selye, H. 317

senzitivní období 39n.

separace 85, 89nn., 214n., 307

separační úzkost 85

Shakespeare, W. 11

Sheehyová, G. 231, 259, 280n., 300, 310n., 355

Schiller, F. 233

Schopenhauer, A. 185

sexualita 58, 138nn, 184nn., 202nn, 238n.,
327, 353, 357

Shaw, G. B. 293

Siouxové 95n.

Skinner, B. F. 321, 339, 346n.

socializace 30

specifické připoutání 84

smrt 124n., 219, 263, 281n., 286n., 290nn.,
325n., 358n., 363nn., 372nn.

smutek 282, 305, 323, 342, 364, 372nn.

smysl stáří 336, 359

smysl života 376

sport 156, 176, 319

sňatek 248n., 278, 283n., 311, 374n.

sociální hodiny 31, 246, 278, 290, 296

stadium vývoje 43, 170

strach z cizích 84

stres 247, 315, 322, 337nn.

suicidium 342

svoboda 14, 116, 183, 258,

svědomí 134

symbióza 89

Š

Švancara, J. 313

Švejcar, J. 272

T

tanec 201

těhotenství 249, 257, 261

tělové schéma 87

Thákur, R. 365

tchán, tchyně 309nn., 360

tradice 239, 258, 323n., 357

transkulturní psychologie 65

transverzální strategie 66nn.

Toman, W. 253

Tvaroh, F. 335, 340

tvorivost 51, 236nn., 272, 363

U

učení 24n.

učitel 154

úpadek duševní 320nn.

úsměv 82

úzkost, úzkostnost 38n.

V

Vančura, V. 237, 382

věk funkční 317

Vercors 369, 425

Verny, T. 71

Víra 357

vnoučata 120, 323n., 351, 359nn.

vlastnosti duševní 28

volba partnera 250nn.

volba povolání 180, 225,

Vondráček, V. 325, 332

vydírání 135, 249, 268

výtvorný projev 127n.

vývoj 19nn.

vývojový úkol 45, 180

vzájemnost citová 126

vzdor 113nn.

vzhled 271n., 315nn.

W

Weiss, P. 206

Y

Yurokové 96n.

Z

základní důvěra 92

zamilování 92, 184n., 272n., 278

závislost 263, 397n.

zoufalství 310, 423

zplození dítěte 282

zralost osobnosti 256, 258, 273, 280nn., 284n.

Zvěřina, J. 206, 354

Ž

životní projekt 14

životní scénář 14

Pavel Říčan

Cesta životem

Vydalo nakladatelství Portál, s. r. o.,

Klapkova 2, 182 00 Praha 8,

naklad@portal.cz

www.portal.cz

jako svou 972. publikaci. Praha 2004

Návrh obálky Markéta Zindulková

Na obálce použita reprodukce (výřez)

Botticelliho obrazu *Primavera*

Odpovědná redaktorka Lenka Běloušková

Výtvarný redaktor Vladimír Zindulka

Sazba a DTP © Jiří Kolář

Výroba ERMAT Praha, s. r. o.

Tisk FINIDR, s. r. o., Český Těšín

Vydání druhé, přepracované, v Portálu první