

Radit, či neradit

v manželském poradenství, a když přece jen radit, tak co radit

TOMÁŠ NOVÁK

Věnováno nedožitém 65. narozeninám PhDr. Věry Capponi (1946-1998). Krajskou manželskou a předmanželskou poradnu v Brně vedla v období 1979-1989 jako „pověřená prozatímním zastupováním doposud neurčené vedoucí poradny“. Onen titul byl pro její post určen, aby mohla pracoviště řídit, i když odmítla vstup do KSČ a SČSP.

Text by měl být i vzpomínkou na MUDr. Miroslava Plzáka (1925-2010)

Radit, či neradit není dilema manželského poradenství od pradávna. Analýza několika zachovaných spisů první instituce tohoto typu u nás – Poradny pro manželské rozkoly v Praze – ukazuje, že v časech před 2. světovou válkou se radilo rázně a jednoznačně. Obdobně bylo poradenství koncipováno i na sklonku padesátých let v Brně. Tuto aktivitu zde např. reprezentovali psychiatři (doc. Bouchal, primář Žalman) nebo gynekolog MUDr. Koukal. Všichni poplatní stylu „lékař radí.“

Jako zjevení zapůsobil v matrimoniologii od šedesátých let minulého století primář Plzák. Byl vtipný, šarmantní, nementorující, schopný nadhledu, vcítění, empatie přinejmenším do potenciálních trápení mužů. Jeho přístup byl poměrně direktivním poradenstvím. Imago autority bílého pláště se v jím zastávané koncepci mísilo s přístupem sice humorného, ale přece jen učitele. Jinými slovy: „Řeknu vám, co máte dělat, jak se chovat, jak na situaci reagovat. Když mé rady budete respektovat, dobře se vám povede. To v rámci možnosti.“

Jeho kritici poukazovali na to, že radí jen, jak manželství přežít. Ne, jak v něm žít.

V osmdesátých letech minulého století byly publikovány výzkumy ukazující, kdo je habitem optimálně disponován k podávání direktivních rad. Onen přístup je klientem nejlépe akceptován, je-li poradce pyknického typu, blahobytné výživy, s brýlemi a počínající pleší, tj. muž, typově připomínající mj. M. Plzáka.

Zhruba od sklonku sedmdesátých či spíše od počátku osmdesátých let minulého století se prosazuje odlišný přístup. Řada manželských poradců procházela výcvikem v psychoterapii, a to i v její nedirektivní podobě. Navíc poradců, respektive ve feminizovaném oboru poradkyň, přibývalo. Zvláště mladým kolegyním nebylo direktivní poradenství vlastní. Prosazovaly nedirektivní přístup. Slovní hříčka s lehkým cynismem hovořila o „poradenství

bezradném“, ale přesněji šlo o poradenství jednoznačné rady neposkytující. Zastánci nedirektivní psychoterapie C. R. Rogerse kriticky hodnotili konzervativce stále ještě zpozditel radící. Poradenský dialog, pokud byl, dnes by se řeklo „in“, probíhal např. takto:

Klient: *Pani doktorko, tak já už sám nevím. Mám se rozvádět, nebo ne, co myslíte?*

Poradkyně ze všech sil se vřele, opravdově a empaticky usmívající: *Vaším problémem tedy je, zda se rozvádět, či zůstat.*

Klient: *Nerad bych přišel o děti. Soud, jak je u nás zvykem, je dá matce a žena mně již teď říká, že když odejdu, tak děti už neuvídím. To je hrozné! Mohl bych si ale sám sebe vážit, kdybych se nerozvedl a měl parohy, že s nimi neprojdou dveřmi? No řekněte sama.*

Empaticky, vřele a opravdově se projevující poradkyně: *Hm.*

Klient: *Rodina bude fuč, děti budou u matky, rozvodem přijdu o všechno, o co jsem se snažil. Já vůbec nevím, jestli se dá takový krach přežít. Mám strach, abych se z toho nezbláznil. Jak to mám vydržet?*

Poradkyně ze všech sil se stejně jako předtím vřele, opravdově a empaticky tiše usmívá: *Zkuste popsat ten pocit strachu!*

Klient: *No bojím se hlavně, co bude s dětmi, a štvě mě to. Nevím, jestli mám plakat nebo zuřit. Všechno, o co jsem se snažil, půjde do háje. Kvůli blbosti. Manželka je pod vlivem své kamarádky, co se nedávno rozvedla, a ta chce, aby má žena dopadla stejně. Má na ni velký vliv. Seznámila ji se svým třikrát rozvedeným bratrem. Kvůli němu se žena rozvádí, a přitom do návrhu napsala, že máme rozdílné zájmy. Dá se proti tomu něco dělat?*

Poradkyně stejně jako předtím vřelá, opravdová a empatická tiše dí: *Co myslíte, dá se něco dělat?*

Klient si nadále zoufá.

V rámci odborné korektnosti lze načrtnout i „dialog s radou“, jejíž využití klientkou se nejeví jako optimální.

Klientka: *Pane doktore, ta čůza je o dvacet let mladší než on a asi jí dělá radost odtáhnout mého chlapa od rodiny. Myslíte, měla bych za ní zajít a říci jí, co si o takové krůtě myslím?*

Poradce: *Ne, raději ne. Ona se nezmění, jen si bude vašemu muži stěžovat, jak jste jí nadávala, a jaká je proto chudinka.*

Za týden nato:

Klientka: *Tak jsem to, pane doktore, udělala přesně, jak jste říkal: Zašla jsem za tou jeho pipinou do práce a říkám jí: ...Ty ludro, normální, svobodnej chlap by si o tebe neopřel ani kolo. Tak musíš svádět ženatý děd-*

ky nebo co? To se nestydíš? Být tvoje máma, tak raději porodím ježka než takovou ku...

Poradce vřele, opravdově ani empaticky se neusmívající, spíše jen v duchu počítající do deseti: *Hm*.

Jistým východiskem v hledání přijatelné formy poradenství měl být přístup vycházející z modelu „*když uděláte x, stane se asi y*“. Obdobně „*pokud budete jednat tímto způsobem, očekávejte od partnera, že bude jednat tak a tak*“. Pověstná chybička se ovšem mnohdy vloudí v souvislosti se složitostí prognózování. V každé manželské poradně znají desítky lidí, kteří na nevěru partnera reagovali vzorně podle doporučení „ochranného systému“ podle Plzáka, „tj. vyčkávali, nevyčítali, dbali na pohodu a útulnost domova“ ... a dnes jsou rozvedeni. Znají tam ovšem i klienty, kteří partnerovu nevěru řešili vyhozením jeho kufrů za dveře a zcela nezákonnou výměnou zámku. Dnes žijí opět ve spokojeném manželství samozřejmě s oním protějškem.

Nezbývá než ponechat dilema „radit, či neradit“ na zaměření a stylu každého poradce. Přesto existují určité univerzální rady, které byť situaci se zárukou a s jistotou samy o sobě nevyřeší, chybu jimi neuděláme. Naplňují klasické Hippokratovo „*primum nihil nocere*“ ... a občas i pomohou.

Rady „především neškodící“

Vyvarujeme se proto obecně platných rad o nutnosti tolerance, ohledu na děti, vzájemného respektu ba i toho, že „není kostelíčka, aby v něm nebylo kázáníčka“. Uvedu zde několik rad, jejichž platnost jsem si ověřil v rámci více než čtyřicetileté poradenské praxe. Střídmě je lze použít i v rozhovoru laického poradenství.

- *Dělej, co funguje, nedělej, co nefunguje. Když to nefunguje, dělej něco jiného*
Pokud jsme protějšku něco určitým způsobem vytkli, dejme tomu pětkrát a marně, v budoucnu to jiné nebude. Zřejmě vznikne pouhé ověřené téma sporu, kdy se zaručeně znovu a znovu pohádáme. Nezbývá než se s tím smířit, působit zcela jinak, eventuálně, pokud jde o něco zcela nenesitelného, odejít.

- *O čem nelze mluvit, o tom je třeba mlčet*

Název je úplným textem jedné z esejí postmoderního filozofa Ludwiga Wittgensteina. Představa „*jednou se domluvit musíme*“, „*musí mne přeče pochopit*“, je mylná.

- *Uražené mlčení nic neřeší*

Mlčet, ale nelze nekomunikovat, třeba mimoslovně. Vzniká pak uražený myšlenkový dialog beze slov. Ten situaci výrazně komplikuje. Nemluvit s partnerem půl dne je hodně.

- *Závislost prohrává*

Situaci naopak často zlepší změna závislosti na nezávislost. Závislý dítě: „*Nemohu bez tebe žít!*“ Chová se jako odkopnutý a zoufale kňučící pes. Nezávislý jedná stylem: „*Mám tě rád a chci s tebou žít, ovšem za určitých podmínek. Jinak to nejde. Ač nerad(a), musel(a) bych odejít.*“

- *Esemesky věc veřejná*

Partner, byť i technický antitalent, si dřív nebo později pod různými více či méně nejasnými výmluvami přečte to, co máte uloženo v mobilu. Samozřejmě, pokud si je uložíte. Totéž platí pro mailovou komunikaci.

- *Ptát se můžeme na cokoli, ale musíme snést kladnou i zápornou odpověď*

Jinak se raději neptejme. Výbušné otázky např. jsou: *Máš mne rád? Jsi mi věrný? Sluší mi to? Je vidět, že jsem zhubla? S kým jsi byl šťastnější, se mnou, nebo s ní? Těšíš se, že přijede moje matka? Těšíš se, že na Vánoce opět pojedeme k mé matce? Líbí se ti XY? Nejsi se mnou nakonec jen kvůli dětem (matku)? Na co teď myslíš? Bylo to pěkné? atd.*

- *Jsem s tebou jen kvůli dětem*

Zní to sice strašně, ale dojem bývá horší než realita. Manželství není určeno k permanentnímu milování, ale právě k výchově dětí. Zůstat spolu „kvůli dětem“, pokud dokážeme jednat korektně, má smysl. Navíc vysoká rozvodovost manželství i s dětmi ukazuje, že ony samy soužití rodičů neudrží. Musí tu být i další důvody.

- *Snášet peklo kvůli dětem není rozumné*

Vyrůstat v pekle je traumatizující. Přes všechnu kritičnost a jistý posun daný společenským vývojem mají dcery sklon volit podobného partnera jako matka, synové pak zejména v zátěži jednají jako otec. „Peklem“ připravujeme „peklo“ budoucím generacím.

- *Bez dcerky neodejdu*

...je název knihy a filmu z arabského světa. Odejít z rodiny, nechat protějšku děti do doby, než si pro sebe i pro ně vybudují nové zázemí, je velmi riskantní i v našich poměrech. Druhý z partnerů může u dítek poměrně rychle na bázi vymývání mozku vytvořit tzv. syndrom zavrženého rodiče. Namluví jim zjevné nepravdy, což může vést k jednoznačnému odmítání toho, kdo odešel.

- *Jak se do lesa volá...*

Když někoho chválíme, je určitá naděje, že nás pochválí také. Pokud někomu třeba i zaslouženě káráme, je jistota, že nás pohání též. Může to být i po chvíli a zdaleka ne jen slovně. Káráním a výčitkami si nelze zajistit klidný, ale ani tzv. hezký večer. Mimo jiné navíc platí asertivní doporučení „ironicky to nejde“.

- *Dbej na svoji zakázku*

Nedávej „*kufry za dveře*“, chceš-li, aby se protějšek „*chytil za nos*“ a zůstal. Mohl by odejít.

- *Když vám nevěrný(á) doporučí „také si někoho najdi“,*

není to hodno obdivu a následování. Obvykle jde o past. Dotyčný chce přehodit vinu za rozpad vztahu na vás.

- *Sex ex?*

Samozřejmě nikdo nemůže nikoho nutit k pohlavnímu styku s nevěrníkem. Nicméně, budeš-li jej odmítat, vytvoříš sexuální tenzi nahrávající nelegálnímu protějšku. Partnerský konflikt je zdrojem úzkosti. Podle profesora H. J. Eysencka úzkost redukuje sex, jídlo a autogenní trénink. Mimochodem v partnerské krizi se obvykle hubne a na AT nebývá nálada.

- *Po překonání krize nelze očekávat poryvy sentimentálně romantické lásky*

Mnohdy stavěj spíše prostor, v němž byl uhašen požár. Náprava chce čas. Nečekejte zázraky na počkání.

Závěrem dodávám ještě varování před nejhorší radou v manželském a rodinném poradenství. Zní: „*Když se vám ve vztahu něco nedaří a máte konflikty, musíte si to vyřkat. Uvařte si kávu, v klidu se posaďte. A to by v tom byl čert, aby se dva rozumní, inteligentní lidé nedokázali domluvit!*“

Zmíněný čert v tom je, neboť bez ohledu na výši IQ aktérů „vyřkávání“ větších sporů nefunguje. Přesněji řečeno, situaci zhoršuje. Platí: Chcete-li si vztah zachovat, nerozpitvávejte ho.

Literatura

Kratochvíl, S.: *Manželská a párová terapie*. Praha, Portál 2009, str. 280.

Novák, T., Průchová, B.: *Předrozvodové a rozvodové poradenství*. Praha, Grada 2005.

Novák, T., Drinocká, H.: *Partnerské a rodinné poradenství*, Práce s klienty. Praha, Grada 2006.

Novák, T.: *Manželské a rodinné poradenství*. Praha, Grada 2006, str. 108.