# 5

# Zastav!

## Ukonči ten rozhovor, chci vystoupit

Matky a dcery mají za sebou dlouhou historii – v případě dcery celý život – která obsahuje celý život rozhovorů. Mohou se smát stejným vtipům, mluvit stejným tempem a přesně vědět, co ta druhá myslí, jakmile vysloví jedno nebo dvě slova.

Sdílení tohoto konverzačního vesmíru může přinášet velké potěšení. Pokud ale jiné stránky řeči té druhé lezou na nervy, obě jsou si jich také velmi dobře vědomy. Je to jako poslouchat rádio věčně naladěné na stejnou stanici, obě vědí, co přijde, když uslyší jistý druh poznámky, známý tón hlasu, určitý rytmus. Pokud jedna předpokládá, že po té poznámce, rytmu, přijde něco, co se jí nebude líbit, rozčílí se už předem. Rozhovor může být najednou napjatý nebo se rovnou změní v hádku – stejnou hádku jako mnohokrát předtím. To špatné rozhlasové drama už je unavuje, ale nemají tu moc přeladit stanici – ladicí knoflík je navždy zaseknutý.

Někdy se může zdát, že dcera s matkou se účastní tajemného rituálu, kde každá hraje svou roli. Jistý muž mi líčil, že když poslouchá přítelkyni telefonovat se svou dospělou dcerou, slyší, jak nadhazuje témata (říká jim „neuralgické body“), o kterých ví, že jejich přívětivou konverzaci změní k horšímu.

Protože se ty dvě ženy milují a celkově spolu mají dobrý vztah, nakonec to téma odloží stranou a vrátí se k milému tónu, který převládal, než se dotkly neuralgického bodu. Toho muže však zajímalo, proč to jeho přítelkyně nevidí, když on ano. Řekla bych, že ji něco podněcuje ještě jednou zkusit dceru přesvědčit o svém názoru a její dceru zase něco podněcuje odpovídat obvyklým způsobem. Muž to nejspíš čeká proto, že je pozoruje zvenčí. Pokud by matky a dcery mohly vystoupit ze smyčky a pozorovat postupný vývoj, také by jasně viděly, co se děje – a viděly by i možnost, jak změnit scénář.

## Hrajeme si svou písničku

Model, kterého si ten muž všiml při poslouchání telefonátů své přítelkyně, se denně odehrává mezi matkami a dcerami v jejich domovech a přes telefony napříč zemí. Tady je další příklad. Cesta do práce trvá Tracy hodinu a čtvrt, ale její manžel jede do práce jen dvacet minut. Protože Tracy pracuje déle a ještě obstarává péči o děti a o dům, její matka Mona jasně vidí, že by dávalo větší smysl, kdyby Tracyina rodina bydlela blíž k jejímu pracovišti, ne k jeho.

Kdykoliv však toto téma před dcerou nadhodí, skončí to hádkou – přesto to při telefonátech stále zmiňuje. Mona si myslí, že na svou dceru dává pozor, a snaží se zabránit tomu, aby na sebe brala veškeré břímě. Tracy má dojem, že matka nespravedlivě kritizuje její volbu, a co víc, jejího manžela; nesnáší, když musí stát mezi nimi, a nesouhlas s jejím manželem je nepřímo i nesouhlas s ní.

Podívejme se, jak se konflikt objeví a jak se stupňuje. Během rozhovoru Mona poznamená: „Jéje, zlato, zníš unaveně“, a Tracy připustí: „Jo, to taky jsem.“ Pak Mona řekne: „Víš, drahoušku, nebyla bys tak una-

vená, kdybys nemusela tak daleko dojíždět. Zkusili jste se podívat po nějakém domě blíž k tvojí práci, jak jsme o tom mluvily?“

V Tracy to začne vřít a zopakuje matce to, co vždycky, když s tím začne: „Mami, už jsem ti to říkala. Dívali jsme se. Nemohli bychom mít tak hezký dům jako teď, kdybychom se přestěhovali blíž k městu. Kromě toho si Marty bere hodně práce domů a ten čas potřebuje. Moje práce zůstává v kanceláři.“ Nato Mona odpoví: „Tracy, bolí mě, když vidím, že upřednostňuješ Martyho potřeby před svými. Existují spousty obytných čtvrtí blíž k tvé práci a jsem si jistá, že byste tam našli dům, který byste si mohli dovolit. Nedávno jsem se dívala na nabídky a…“ Tracy jí skočí do řeči: „Já si tu dobu, co strávím v autě cestou do práce a z práce, *užívám*. Můžu se uvolnit a být sama se svými myšlenkami, než dojedu domů a padne na mě všechen ten tlak.“

Pak Mona řekne: „No, kdybys nemusela dojíždět tak daleko, nebyla bys doma v takovém časovém tlaku.“ Jak spolu mluví, Monu čím dál víc rozčiluje, že její dcera odmítá vylepšit svůj život, a Tracy čím dál víc rozčiluje matčina propracovaná kritika. Svoje už řekla, pomyslí si Tracy. Tak proč to musí pořád opakovat?

Proč vlastně Mona neustále s tím tématem začínala, když věděla, že dceru naštve? A proč se do něho Tracy pokaždé zamotala? Samotnou mě to zajímá, protože jsem byla účastníkem podobných rozhovorů se svou matkou. Když se na to dívám z matčina úhlu pohledu, odhaduji, že Moninu cestu osvětluje záře naděje: nevzdává svou snahu vylepšit dceřin život, bránit ji, když se nebrání sama. Když se na matčino chování dívám z dceřina hlediska, řekla bych, že Monu pohání slepá paličatost; je si tak jistá svou pravdou, že věří, že tentokrát její dcera obrátí o sto osmdesát stupňů a uvidí matčinýma očima. Navíc si Mona zřejmě není vědoma bolesti, kterou způsobuje její nepřímý nesouhlas; nejspíš si nevšimla – nebo ji nezajímá – že se kvůli ní dcera cítí špatně. Je možné, že to byl ve skutečnosti její záměr?

Když tyto pohledy na věc sloučím, je jasné, že si matka nevšimla, že se kvůli ní dcera cítí špatně, protože se spíše soustředila na sdělení, snahu zlepšit Tracyin život než na skrytě vyjádřený nepřímý nesouhlas. A je neúnavná, protože si připadá bezmocná: je tak evidentní, co by měla dcera udělat, ale nedokáže ji k tomu přinutit. Motor pohání také

Tracyino odhodlání přimět matku, aby pochopila, že si nevybrala špatně, že se nenechává zneužívat – urážlivá domněnka obsažená v tom, co Mona považuje za obranu.

Existuje ještě další zdroj paliva pro motor tohoto konverzačního molochu, a tím je samotný rozhovor. Reakce každé z nich na poznámku té druhé vyvolá ještě dráždivější poznámku na oplátku. Když půjdeme pozpátku, Mona by nezmínila, že Tracy je kvůli dojíždění doma pod tlakem, kdyby Tracy neřekla, že cestu domů potřebuje jako jakési uklidnění před bouří. A Tracy to řekla, jen aby vyvrátila matčino přesvědčení, že dojíždění je utrpením. Proto také řekla, že její manžel potřebuje doma čas navíc, ale tato poznámka přiměla Monu pomyslet si, že Tracy upřednostňuje manželovy potřeby před svými. Mona si myslí, že zmínila Tracy potřebu se přestěhovat proto, že Tracy zněla unaveně. A Tracy se vlastně necítila až tak unavená, řekla to jen proto, aby neodporovala matčině poznámce „Zníš unaveně".

Každý výrok byl reakcí na to, co ta druhá řekla, a zároveň vyprovokovala další odpověď – v neustálém koloběhu stupňujících se odpovědí, které se změnily v provokaci.

## Vzájemně se provokující spirála

Pro tuto vzájemně se provokující spirálu používám termín „komplementární schizmogeneze". Schizma znamená rozkol, geneze znamená vznik, takže „komplementární schizmogeneze" znamená vznik rozkolu vzájemně se provokujícím způsobem. Tento termín začal používat antropolog Gregory Bateson, aby popsal, co se stane, když se potkají různé kultury: každá reaguje na odlišnou stránku chování tím, že protichůdné chování stupňuje.

Aby tento model doložil, použil Bateson příklad hypotetické kultury, jež upřednostňuje asertivitu a dostane se do kontaktu s kulturou, která jeví známky poddajnosti. „Je pravděpodobné," napsal Bateson, „že povolnost bude podněcovat další asertivitu, která bude zase podněcovat další povolnost."

Bateson také vymyslel termín „symetrická schizmogeneze“, aby popsal, co se stane, když se setkají kultury s podobným chováním: Chování obou kultur budou zdůrazněna spíše podobným než protichůdným způsobem. Aby tento postup objasnil, nastolil Bateson hypotetickou situaci, kdy obě kultury projevují známky vychloubání.

Každá strana reaguje na vychloubání druhé tím, že stupňuje svoje vlastní. Chování obou kultur je zdůrazněné, ale spíše stejným než rozdílným způsobem.

Adaptovala jsem Batesonovy termíny a představy, abych popsala, co se děje mezi mluvčími v každodenní konverzaci. Symetrická schizmogeneze by se mohla vztahovat na situaci, kdy se jedna osoba rozzlobí a zvýší hlas, a druhá na oplátku také zvýší hlas. Nakonec obě křičí, obě reagují zesílením stejného chování: zvýšením hlasu. Naopak komplementární schizmogeneze by popisovala situaci, kde se první osoba rozzlobí a zvýší hlas, a druhá osoba svůj hlas ztlumí, aby tak sdělila, že zvýšený hlas je nepřípustný. Tím první osobu naštve, protože tlumený hlas naznačuje nedostatek emocionální účasti. Mluví tedy ještě hlasitěji, čímž nutí druhou osobu mluvit stále tišeji. Nakonec jedna křičí a druhá šeptá, nebo se dokonce uchýlila k mlčení. To je komplementární schizmogeneze, protože každá z reakcí má za následek neustále se stupňující formy opačného chování.

Když v konverzaci nastane symetrická schizmogeneze, mluvčí většinou dobře vědí, co se děje. Oba používají formy mluvení, které znají a chápou. Komplementární schizmogeneze však může být matoucí. Způsob mluvení druhé osoby vám nedává příliš smysl a váš způsob mluvení nemá ten účinek, který máte v úmyslu, nicméně vás nenapadá jiný způsob, jak se v té situaci zachovat. Je to, jako byste seděli na jednom konci houpačky a druhá osoba ze svého konce seskočila a s plesknutím vás poslala k zemi. Samozřejmě víte, kde jste přistáli, ale nejste si jistí, jak jste se tam dostali, protože to nevyplývalo z ničeho, co jste udělali. Když rozhovor ovládne komplementární schizmogeneze, slyšíte se mluvit způsobem, jaký jste rozhodně neměli v úmyslu. A nejen že vás zajímá „Proč takto mluvím?“, ale také „Jak se ze mě stala taková osoba?“. Tyto rozhovory mohou být nesnesitelné, zvlášť když se odehrávají znovu a znovu, jako stále hrající smyčka na kazetě.

Existuje mnoho způsobů, jak mohou dcery a matky uvíznout v komplementární schizmogenezi. Velmi snadno se to může stát při určování hranic blízkosti a odstupu. Irene se například chce přiblížit své dceři Marge. Často jí volá, snaží se navázat ten typ rozhovoru, o kterém se domnívá, že by spolu měly vést, tak, že se ptá, co se děje v Margině životě, a vypráví jí o svých starostech: zdraví, osamělost. Marge má dojem, že matka volá až moc často, že její otázky jsou dotěrné a že mluví až moc o sobě; obzvlášť nelibě nese, když matka mluví o tom, jak je osamělá, protože Marge to nevnímá jako „sbližující povídání", na které by mohla odpovědět „Vím, jak se cítíš", ale slyší spíše kritický ráz: „Jsem osamělá, protože se mnou netrávíš dost času." V důsledku toho Marge omezuje informace, které matce dává jako odpověď na její otázky, a sama nikdy otázky nepokládá, aby matku nepodporovala v ještě zdlouhavějším povídání. Odchází od telefonu tak rychle, jak jen může, s tvrzením, že má moc práce, což koneckonců má.

Jak se jí dcera vzdaluje, Irene svou snahu o sblížení stupňuje a volá častěji, pokládá více otázek a zveličuje své zdravotní problémy, aby zvýšila své šance na reakci. To všechno Marge dohání k soustředěnější snaze o udržení odstupu ze strachu, že by ji matka překonala. Ani jedna z nich si neuvědomuje, že chování, které se jí nelíbí, je částečně reakcí na jejich vlastní chování.

Irene se její dcera zdá vzdálená; nepřijde jí na mysl, že to vzdalování se je zčásti reakce na její snahu přiblížit se. A Marge si myslí, že matka je dotěrná; nenapadne ji, že je ta dotěrnost zčásti vyprovokovaná jejím ustupováním. Obě si myslí, že reagují a ta druhá iniciuje. Ani jedna nepodezřívá viníka: komplementární schizmogenezi.

Protože se tento proces odehrává v rovině skrytého významu, je těžké jej pochopit a také je těžké najít cestu ven. Je to jen další síla, kvůli které se matka i dcera mohou cítit bezmocné, a tedy si naléhavě uvědomovat moc té druhé. Irene se cítí bezmocná, protože neví, jak překlenout propast. Marge však reaguje tak, jak reaguje, zčásti proto, že ji matčina moc snadno překoná. Pro dceru představuje matčina schopnost udělit či odepřít souhlas mohutný meč, visící nad její hlavou. Dospělé dcery si

často neuvědomují, do jaké míry se zvětšila jejich vlastní moc: schopnost omezit kontakt a ovládat možnost setkat se s vnoučaty se staly stejně mohutným, na oplátku mávajícím mečem.

## Neslučitelné rozdíly ve stylu

Problematické rozhovory mezi členy rodiny, včetně matek a dcer, někdy pramení z rozdílu v povaze a zvycích. Jedna je pořádkumilovný fanatik, druhá je nevyléčitelně nepořádná. Jedna balí několik dní před cestou, druhá v panice pár hodin před odletem. Jedna by nevyšla k poštovní schránce bez upravených vlasů, make-upu a oblečení, druhá na sebe hodí džíny a tričko, udělá si culík a žene se na smluvený oběd. Protože tyto odlišnosti už dříve vedly ke zklamáním a tvrdým slovům, buď matka, nebo dcera (nebo obě) se mohou snažit předejít nepříjemné reakci pomocí nepřímosti.

Paradoxně samotná nepřímost může dráždit. Právě takovou situaci popsala studentka jednoho z mých kurzů, která svou písemnou práci založila na rozhovorech, které spolu vedly její matka a babička a popsala je její matka, jíž říkám Sandra.

Sandra často čelí výzvě: její matka je pedantsky dochvilná – a také úzkostlivá – zatímco Sandřina rodina bere čas na lehkou váhu. Sandra se někdy ocitne mezi nimi a konflikt může dorůst k obrovské nespokojenosti pro obě. Kdykoliv se Sandra, její manžel a jejich dospívající děti chystají jet k matce na rodinné setkání, matka je celá rozrušená, kdy dorazí, a to záleží na tom, kdy vyrazí. Při jedné takové příležitosti se Sandra s rodinou chystala vyjet okolo jedenácté hodiny, dost brzy, protože cesta trvá asi čtyři hodiny a večeře nejspíš začne mezi pátou a šestou. V deset ráno zvoní telefon. Celá rodina ví, kdo to zaručeně bude: Sandřina matka telefonuje, aby zjistila, kdy budou odjíždět – a aby je přesvědčila, aby vyrazili dřív.

Sandra zvedne telefon a slyší: „Ach, *ahoj*, Sandy!“ Matčin nenucený tón neodpovídá vznikající obavě, která, jak Sandra ví, ji dohnala k zavolání. „Musím teď na chvíli odejít, tak jsem si říkala, že bych měla zavolat,