

Nic není jako dřív...

Přednáška pro Psychoanalytické sympozium, září 2024

Petra Pokorná

Je neděle odpoledne, nasedám do auta s dcerou a její kamarádkou a odjíždím z víkendu na horách domů. Je konec června, slunce, ale ne horko, děvčata vzadu jsou veselá a já také. Jsem plná příjemných pocitů... strávili jsme hezký čas s přáteli, užili si přírodu i naši pohodu, kterou spolu máme už dávno, z let, kdy jsme spolu pracovali a bylo nám spolu dobře. Mám pěkný pocit ze současnosti i z minulosti, natahují k sobě ruku, je mi fajn. Zapnu rádio....

Po 150 dnech dnes osvobodila výsadková skupina Izraelské armády čtyři rukojmí, tři muže a ženu. Jsou živí a zdravotně v pořádku. Pocítím radost. Akce byla velmi komplikovaná, provedená tajnou policií. Dál se dozvídám, že ta mladá žena byla unesena z hudebního festivalu, který byl dějištěm největších hrůz... a dotkne se mě to ještě víc... viděla jsem v těch vláčených mladých lidech své děti, jakékoliv děti... tak žije! Cítím se dojatá... napadne mě ještě, že večer před útokem se narodil můj první vnuk, tyhle dvě věci se v mém prožívání bolestně spojily... tak dlouho, jak on poznává svůj šťastný svět, žila tahle dívka někde zavřená, i když ji snad nemučili, jistě to byla hrůza... sevře se mi srdce... zprávy pokračují... Při záchranné akci bylo zabito mnoho civilistů, palestinské zdroje mluví o stovkách lidí. Ustrnu... naskočí mi myšlenka – čtyři záchránění, stovky zabitých, stálo to za to? Jak to rychle přepočítat?? Zastydím se, že bych přepočítávala lidské životy. Všechny příjemné pocity mizí, cítím se zmatená. Vyskakují mi v mysli realistické obrazy bídných palestinských měst, přeplněných lidmi, žijícími tak, jak dokáží, plnými pocitů křivdy a hněvu a touhy po odplatě a představím si, jak se jejich chatrná obydlí hrouť jako domečky z písku. Cítím velký smutek. Komentář pokračuje. Podle zdrojů z Izraelské armády šlo o nižší desítky mrtvých (zase bleskové přepočítávání, to by snad šlo?) a vinu prý nese Hammás, který umístil typicky rukojmí mezi civilisty a navíc zasahující armádu donutil k použití větší palebné síly, protože sám zahájil boj... Teď už jsem úplně zmatená. Zapomněla jsem na chvíli, že to je smutnou a děsivou součástí války o Izrael – používání civilistů jako rukojmích, štítů, obětí servírovaných světové veřejnosti... Tak kdo tedy za ty mrtvé může? Srdce mi svírá smutek a hlavně znepokojení, nejsem si už jistá, co cítím, stydím se za radost, kterou jsem měla před chvílí.

Zkusím zaujmout neutrální postoj, nemusím si o tom přece myslet nic zásadního, jen to poslouchat jako zprávy... Ale reportáž pokračuje na citové notě – matka záchráněné dívky umírá na nádor mozku, ještě se shledají, snad dceru pozná, lékaři ji udržovali naživu kvůli její obrovské touze a naději

v záchranu dítěte... Tak to mne dostalo, teď už ležím v představě na nemocničním lůžku já, vzadu mi vesele štěbetá moje dcera, té unesené tolik podobná a já prožívám skoro osobní bolest... To nejde! Probouzí se ve mně profesionál. Myšlenky mi letí k tomu, jak asi v Izraeli funguje krizová intervence? Jistě dobře, mají s takovými situacemi bohužel mnoho, mnoho zkušeností... To mě trochu uspokojí. Postarají se o ně... Ale podaří se to? Budou moci osvobozená rukojmí, jejich rodiny, žít obyčejně svůj život? ... Blížíme se k domovu, pořád svítí slunce, reportáž končí, z rádia zní příjemná, neutrální hudba stanice Radiožurnál. Vysazujeme kamarádku, dcera si přeseďá ke mně dopředu. Snažím se na ni přeladit, připadám si ale ztuhlá a neupřímná, zlobím se na sebe, ale myšlenky na vyslechnuté a prožité nemůžu nechat být, pořád jako by běžely někde vespod, i když odpovídám Emě na otázky... jsem duchem jinde... končí víkend, ráno mě čeká celý den práce s pacienty. Vítejte v nové době.

Chtěla jsem tím malým příběhem ukázat, jak velmi a jak vlastně stále nás doba, ve které žijeme, ovlivňuje. Jak se ten citlivý pracovní nástroj, který v práci používáme, naše prožívání, naše já, naše duše, náš obraz světa, rozechvívá kontaktem s realitou, se zprávami, s obyčejným zapnutím radia. Když jsem přemýšlela o hlavní myšlence, kterou bych s vámi chtěla sdílet, měl to být apel na to, abyste si to víc uvědomili, abych si to společně uvědomili. Měla jsem i jistou představu, že postupně rozeberu úroveň, na kterých nás změněná situace zasahuje, jaký typ úzkosti v nás tím probouzí a jaké obrany nevyhnutelně a mnohdy nevědomě používáme. Chtěla jsem úzkost současné doby přirovnat k úzkosti, kterou zažívala generace analytiků v době válečných konfliktů první poloviny dvacátého století a najít tam třeba i nějaké odpovědi na otázky současnosti. Chtěla jsem v tom prostě udělat pořádek. Když jsem se ale začala připravovat, samotnou mne překvapilo, jak složité téma je a jak se vymyká uspořádání a směřuje k chaosu a psaní začalo být zajímavá výzva. Nakonec to dopadlo tak, že se řady témat jen lehce dotknu a spíš otevřu pole k přemýšlení a diskuzi.

Nestalo se nám nic menšího, než že jsme se z našeho pohodlného světa, zařízeného podle pravidel vývojové a vztahové analýzy, probudili v temné době Freudova pudu smrti a nelítostného boje o přežití. Jako když se ve scifi probudí rozmazlený moderní člověk ve středověku, ve vesnici, kterou zrovna dobývají Turecké hordy. Teď samozřejmě mluvím o válce, která už třetím rokem pokračuje jen pár hodin jízdy od nás na východ, o dalších válečných konfliktech lidstva, které mělo být podle všeho ve svém vývoji už mnohem dál – což byl mimochodem závěr myšlenek doktora Freuda v předvečer neslýchané

apokalypsy – že je potřeba kultivace a pozitivních, dosažitelných cílů a pro agresí nebude důvod. Ještě před válkou jsme zažili pandemii, něco tak neuvěřitelného, zážitek zase z jiných apokalyptických příběhů – pandemii, která je, jak se zdá, dnes skoro zapomenutá.

V rámci hledání zdrojů z různých oblastí jsem podnikla různé kroky – nejdřív jsem poslala skupině kolegů dotazník, jak se v posledním období změnili v práci – a překvapilo mne, jak banální jsem dostala odpovědi, včetně toho, že se prý nezměnilo vůbec nic... To mě překvapilo a zaujalo... pak jsem četla texty doktora Freuda z doby před 2. světovou válkou a také si pustila film Poslední sezení u doktora Freuda – tak ten je dost špatný, kromě potěšení vidět sira Anthony Hopkinse kdykoliv, kdekoliv, to o Freudovi vůbec není a skoro se mi zdá, že největší senzace se tam dělá z rozmazávání lesbického vztahu jeho dcery Anny. Také jsem si znovu pročetla a promýšlela přednášku naší kolegyně, doktorky Violetty Zavhorodnie, která po začátku války na Ukrajině uprchla do Čech. Studovala jsem i další texty o úzkosti, psychoanalytické, např. doc. Šebka, zabrousila jsem i do jungovské analýzy četbou Vereny Kast, pro zajímavý pohled z jiné perspektivy jsem oslovila kamarádku antropoložku, pracující s domorodými kmeny v džungli, ale ta se mi omluvila, že má takovou depresi, že nic nesepeíše a neurovědecky orientovaného primáře Psychosomatické kliniky doktora Kabáta, s prosbou o nějaká tvrdá data z výzkumů, jak úzkost ovlivňuje funkci našeho mozku. Tím jsem dostala mnoho zajímavých myšlenek, o kterých jsem pak dál sama přemýšlela, zkoušela je propojovat a také vzpomínala.

Kdy to vlastně začalo? Kdy přestal být náš svět docela bezpečné místo k životu? Pokud vůbec někdy byl a nežili jsme jen v bláhovém snění... Kdy vy jste pocítli to mávnutí křídel osudu? Když vletěla letadla do dvojčat? Když vjel nákladník do bezstarostných turistů na promenádě v Nice? Nebo to bylo ještě dost daleko? Když se ve zprávách objevila reportáž o rychle se šířícím viru v Číně s děsivými obrázky přeplněných nemocnic? Nebo až když vjely Ruské tanky na Ukrajinu? Nebo dokonce až když vešel mladý muž se zbraní mezi naše české studenty a chladnokrevně je vraždil? A co padající kolosy ledovců, rozpouštějící se jako kostka cukru v šálku, tornádo na Moravě, zimy bez sněhu, neskutečná vedra v létě?

Co se do nás vejde, čemu odolá ten bezpečný pocit na dně duše, že svět je docela ok místo k životu a všechno nějak dopadne? Někdo řekl, že nakonec vše dobře dopadne a jestli to tak nevypadá, tak je to proto, že to ještě není konec... ten někdo měl asi hezké dětství, bohužel se jmenoval John Lennon a na jeho konci cesty se zrovna na ten happy end marně čeká...

Nechci, aby to vyznělo tak, že dobrá bazální jistota je naivní stav mysli. Je to naopak poklad, základ naší stability, ale někdy těžce zkoušený. Teď právě zkoušený je, a přitom je nezbytný proto, abychom mohli situace ohrožení přežít v psychickém zdraví a dokonce dál pracovat. První téma tedy je, jak si jej udržet, jak dokázat být i dál užitečný pacientům, schopný mít otevřenou mysl. Ukrajinská kolegyně Violetta Zavhorodnia popisuje, jak to, že se v okolí Kyjeva vedou těžké boje, že Kyjev je ostřelován a chystá se do něj vjet ruská armáda, bylo v tak děsivém kontrastu k představě bezpečného světa, že to nemohla udržet v hlavě, že hrozil podle Winnicotta pád do prázdna, provázený úzkostí ze zhroucení všeho. V takovém případě je jediné možné řešení vytěsnění. Vzpomínám i na sebe, ač se stupeň ohrožení vůbec nedá srovnávat, jak jsem první týdny války na Ukrajině prožívala pocit odosobnění. Byl to tak velký útok na pocit bezpečného světa, že se mi nedařilo ho nijak překonat. Chodila jsem jako ve snu. Teprve postupně a jistě i díky tomu, že v reálném světě nedošlo k příšernému a úplnému masakru bránců se Ukrajiny, jsem se vracela do sebe. Zase taková drobná osobní ilustrace: zajímavé je, že hodně velký krok k obnovení duševní rovnováhy u mne nastal, když jsem v dobrovolnickém skladu pro uprchlíky hodiny třídila přijaté věci a rozdělovala je, hlavně dětské věci, podle velikostí. Tak i takto fungujeme, jednoduchá, smysluplná činnost, konkrétní, praktická a navrátí se pocit, že člověk není bezbranný a svět okolo se neřítí do úplné a nezadržitelné katastrofy, které můžeme jen bezmocně přihlížet... Je to jeden ze způsobů překonání traumatického stavu mysli, umožnění efektivní akce, která pomůže zlomit vnitřní prožitkové zamrznutí v okamžiku traumatu, bezmoci a znehybnění. A pak přichází další, pozvolnější způsob vyrovnávání se s novou, strašlivou realitou, habituace. Prostě si přivykáme. Co bylo před měsícem nesnesitelné, po třiceti dnech zevšední... Ale ta všednost obsahuje nový obsah. Vzpomenete si, jak jste toto období prožívali vy? Hrozil vám pád do nicoty? Co ho zastavilo? Šlo vám i v nejvypjatějších dobách pracovat? To jsou otázky do diskuze, na kterou doufám zbyde dost času... Každopádně to je první úroveň, na které jsme byli zasaženi – na úrovni udržení bazální jistoty.

Tak dál... přežili jsme první útok a jdeme do práce. Možná jsme ji museli na chvíli přerušit, možná byla naopak důležitým zdrojem stability.

Ale už dříve, než projdeme dveřmi, jsme jiní. Moje milá kolegyně chodí po Praze s velkými sluchátky, naivně jsem se jí zeptala, co pěkného poslouchá – a ona řekla, že zprávy, že musí dávat pozor na svět. Tak si nemůže cestu do práce zpříjemnit, nemůže se vznášet na vlnách hudby, ladit se do příjemné nálady. Ona musí dávat pozor na svět, který už na sebe nedává pozor dost sám... Jsou to drobnosti? Uvědomila jsem si, že před covidem jsem já poslouchala skoro

výhradně anglické podcasty a vysílání a radovala se, že už ztrácím pojem, jestli naslouchám cizímu nebo vlastnímu jazyku a budu tedy moci brzy (konečně) vyrazit fakticky i obrazně do světa a být samostatná v kontaktu se zahraničním analytickým prostředím ... Jenže na začátku pandemie covidu jsem přeladila na české zprávy, bylo by to příliš znejišťující, ty nebezpečné informace poslouchat v cizím jazyce – a moje angličtina spokojeně zakrněla. Možná to není tak důležité, ale cítím to jako ztrátu, jako jednu z potencialit, které už nevyužiji a na této rovině mne to vrací do dětské, závislé pozice, kdy musím čekat, co mi kdo přeloží...

Tak, cestu jsme už nějak zvládli a přicházíme do práce. Třeba dnes přichází nový pacient...

Vzpomínám si na přednášku doc. Poněšického o tom, jak na začátku procesu musí terapeut překonat nevědomý odpor k cizímu. K cizímu, se kterým se v průběhu terapie dotkne na nesčetně úrovních a které ovlivní i jeho. Když už cituji žijící klasiky, stála jsem kdysi jako elév skupinové analýzy, sestavující supervidovanou skupinu, u dr. Vrby a svěřovala se s obavou, že moje skupina s pacienty nic neudělá. Zasmál se. To se nemusím obávat. Udělá a udělá i se mnou, tak to prostě s hlubinou terapií je, že ti dva – nebo více lidí, kteří do ní vstupují, se o sebe změní. V poli mezi nimi se setkají jejich nevědomá očekávání, obrany, introjиковané obrazy významných blízkých, vzorce prožívání a zpracování interakcí, mentalizační procesy. Musíme být odolní, ale i otevření, citliví, ale pevní... a v době ohrožení dochází ke kvalitativnímu posunu v tom, co jsme ochotni a schopni s druhými sdílet, aniž by byla ohrožena naše integrita. Jedna z odpovědí v mé anketě byla, že kolega se určitým tématům s pacienty vyhýbá.

Umíte si představit, jak velký je to zásah do autenticity setkání, do otevřeného stavu mysli, potřebného k analytické práci, když vím, že existuje oblast, která je nebezpečná, ne – sdílitelná – a přitom významná, obsahující naše i pacientovy způsoby prožívání právě těch nejvíc ohrožujících témat? Nemám v úmyslu se tvářit, že mám ten problém vyřešený, spíš je to další námět k zamyšlení, k reflexi, ke sdílení ... nezapomenu na svoje památná selhání, když jsem záhy po Ruské invazi zareagovala na překvapivou zlobu pacientky, dělnice, že nám uprchlíci přijdou brát práci, neuváženou interpretací, že to ohrožení nepřichází od uprchlíků, ale spíš z vlastní nejistoty sebou... a podruhé, když pacientka, která prožila jako děvče dva roky obléhání Sarajeva, prohlásila, že přece musíme litovat i ruské kluky na tancích a já byla ztuhlá a nejvíc, na co jsem se zmohla, bylo mlčení... obě terapie skončily, obě mou

chybou, kdy jsem nedokázala být s nimi, ale ošetřovala jsme si tu svoji ochrannou vrstvičku. To je totiž to, co situace zvýšeného ohrožení způsobí – už to není jen obvyklá dávka odporu k prolnutí s cizím, ale zvýšená citlivost a obrana před intruzí.

Pokud už překonáme prvotní odpor, pokud už o té větší odpudivosti v sobě víme a vidíme na ni, přichází ke slovu další problém – specifický problém při práci s lidmi více traumatizovanými. Tehdy se v terapii rozechvějí naše zrcadlové neurony, odpovědné za to, že prožíváme, včetně tělesných reakcí, bolest podobnou sdílené. To je tedy malý exkurz do světa hmatatelných, či spíše zobrazitelných změn v hmotném nosiči našeho prožívání, v mozkové tkáni. Představte si, že se naší prací dobrovolně vystavujeme stavu, který je blízky skutečnému zážitku utrpení. Co nás k tomu motivuje? A jak to vydržet? Proč své práci propůjčujeme naše prožívání? Když cituji ty české klasiky, v tomto případě již, bohužel, nežijící, musím zavzpomínat na docenta Mikotu, u kterého jsem strávila mnohé, neskutečně poučné, krásné i drsné chvíle na supervizích. Z nových adeptů psychoterapie vábil vyznání, proč se jí chtějí zabývat. Odpovědi, týkající se touhy pomáhat, byly vstupenkou k přísné konfrontaci se sobeckými, nezralými a pacienty zatěžujícími motivacemi. Správná odpověď byla pouze zvědavost. Zvědavost na lidské osudy, zvědavost, ze které plyne zájem a porozumění, nezatěžující očekáváním, tlakem na promptní zlepšování, uzdravování či dokonce vděčnost pacientů. Nechci pana docenta zpochybňovat, ale přece se dnes sama ptám, jestli taková motivace stačí tváří v tvář tak nesnadným a až bolestivým úkolům. Víme o typické osobnosti terapeuta: depresivní a masochistické. Dává to samozřejmě smysl, i když to není pohodlné slyšet, že za našimi ušlechtilými počiny stojí ve větší či menší míře stísnující pocit nedostatečné hodnoty, potřeby gratifikace péčí či dokonce sebeobětováním a odčiňování neuchopitelných provinění. A také překonávání pocitu bezmoci. Je to nepříjemné, ale, ruku na srdce, trávil by člověk, zcela prostý podobných hnutí myslí, většinu času svého života v tak těsném kontaktu s lidským utrpením? Samozřejmě procházíme svými výcviky, měli bychom se neurotických motivací zbavovat, nebo je alespoň oslabovat, ale co když se tyto aspekty v krizi zase znovu posilují?

Čelíme síle tak velké, že se ocitáme v regresivní pozici a v ní se dostáváme do kontaktu s archaickými vrstvami své osobnosti. A tak vnější ohrožení, budící úzkost, vzbuzuje reakci – snahu zabránit pocitu bezmoci a ohrožení. Prací na svém malém políčku lidského utrpení usekáváme pomyslné hlavy drakovi zla. Vedeme své maličké boje za spasení světa. A pokud se daří, pokud občas nějaká ta hlava upadne, zažijeme úlevu, pocit smysluplnosti a jdeme do toho znovu. Může to být tak silný úlevný mechanismus, že se stane bezděčně i návykový. Já

jsem se například začala angažovat v ochraně zvířat- místo toho, abych opravdu relaxovala ... Ale nebojte, projev zvýšeného ohrožení na naše prožívání nemusí být tak vyčerpávající, například další z odpovědí v mé anketě se týkaly snahy tyto vlivy neutralizovat a získat nad nimi kontrolu – nebo pocit kontroly – tím, že si někteří konečně nastavili limity v práci s klienty, že dbají na psychohygienu, jedna kolegyně pečlivě popsala, jak se stará, aby měla dostatek spánku. Čím jsem starší, tím víc se před obyčejnými fyzikálními zákony skláním, ano, je potřeba spát, odpočívat, nesesedět v pracovním do devíti večer... ale je to i snaha o to, dostat svět zase víc pod kontrolu, zastavit pocit, že je chaosu a nebezpečí okolo nás příliš mnoho, k nevydržení. Je to konstrukce malého světa, kde ještě pořád rozhodujeme my, co se do něj vejde...

A tím se dostávám k dalšímu bodu – obranám. Protože k udržení stability v situaci ohrožení je potřebujeme. Jsou nutné, nevyhnutelné – a určitě do terapeutického prostoru vstupují a mění ho.

Co se obran týče, všimla jsem si, že se málo mezi kolegy setkávám s popřením, i když, i k tomu se vrátím... ale štěpení, tomu se přátelé nevyhneme. Je to pochopitelné, když se venku střílí, musíme si vybrat stranu, na které skočíme za barikádu. Potřebujeme si něco myslet, něčemu věřit, udělat si jasno, kdo nebo co je zlo. Jedině to nám umožní v situaci ohrožení se zorientovat, zpřehlednit si ji a učinit ji srozumitelnou a zvládnutelnou. Jenže - při štěpení nám zároveň s úlevou poněkud „spadne hledí“, a nejsme už úplně otevření vnímat nezaujatě přicházející impulzy a informace. My se přikláníme na stranu dobra přece! Zlo je nepříjemně reálné, není to už nějaký teoretický koncept, se kterým si můžeme pohrávat. A – bohužel, může se stávat, že naši pacienti reprezentují zrovna tu druhou stranu. Co s tím? Kolega to zkouší neřešit – problematické oblasti se vyhnout... já tedy věřím, že to nejde, že si zakázané téma pro nás přijde, jen na něj nebudeme připraveni. Nemám opět recept přímo na odstranění štěpení, nebo vytěsnění, spíš další téma k diskuzi...

Mohla bych teď probírat obrany jednu za druhou, ale to není cílem mého sdělení, ostatně mne napadlo, že možná není náhodou, že se Anna Freud vrhla do systematizace a analýzy obran v době též zesilujícího ohrožení a úzkosti...

Když bych zůstala u obrany štěpením, tak souvisí s další změnou, která u nás nastane v situaci, kdy zažíváme reálné vnější ohrožení, a tou je potlačení vlastní agresivity. Nevědomě se potřebujeme odlišit od původce nebezpečí, který nám způsobuje úzkost. Potřebujeme cítit, že v nás převažuje dobro. Víte, proč jsou pohádky pro děti často drastické? Tedy, ty staré, klasické pohádky. Boj dobra a zla v nich je symbolické ztvárnění boje dobra a zla v dětech samotných a vyhrávající dobro je zprávou, že se nemusí bát svých agresivních myšlenek a

pocitů, že dobro je spolehlivě přemůže... Ale co dělat, když zlo má navrch a není to pohádka? Pak není ani vlastní agresivita bezpečná...

Jenže s agresivitou se těsně spojená i kreativita a energie. S ní přichází síla originální myšlenky, odvaha ji pacientovi, klientovi sdělit, i když mu nebude příjemná, odvaha jít do situace, kdy se může pacient zlobit na nás. Aniž si to uvědomujeme, v situaci zvýšeného ohrožení se stává naše terapie víc opatrná a je v ní víc péče. Jsme o něco hodnější terapeuti. Možná se terapie bezděčně stává prostorem ošetřování nalomené bazální jistoty... (obou?) Prostorem ujištění, že jsou stále bezpečné, laskavé vztahy...

I to samozřejmě do terapie patří, zvláště do terapie křehčích pacientů s ranější problematikou, ale ne v takové míře, aby se stalo překážkou vývoje. Zase je to téma k diskuzi, nicméně podle mne je tato oblast hodně obtížně přístupná změně, protože nás prostě určité myšlenky nenapadají a ani nevíme, že chybějí...

Už jsem popsala změny, které nastávají v terapeutovi, v našem vztahování k pacientovi, ve způsobu, jakým pracujeme, tak zbývá ještě další perspektiva – jaké změny nastaly ve vztazích mezi námi, terapeuty? Můžeme sem jednoduše extrapolovat změny, které nastaly ve vztahu s pacienty – tedy zvýšenou ostražitost a sebeochranu, menší frustrační kapacitu a větší riziko vyvedení z rovnováhy běžnou zátěží konflikty... ale zatímco terapie většinou pokračují, i když třeba poněkud jiné, s kolegy jsem zažila i úplnou ztrátu propojení, které prostě neuneslo náročné, změněné podmínky. Stalo se to za covidu se dvěma intervizními společenstvími. Ta společenství byla každé jiné, byla letitá, procházela vývojem s rozkvětem i slábnutím, ale stále byla dost stabilní. Za covidu se začalo řešit, zda se můžeme setkat fyzicky, pak už bylo jasné, že ne, že jediná možnost je on line. A tam jsme narazili na hlubokou rozdílnost v prožívání situace – někdo na setkáních lpěl, pro jiného znamenala v úzkostné situaci zátěž, pro někoho to nebyl ani dost bezpečný způsob sdílení citlivých témat, pro někoho narušení prostoru a času, který vnímal jako intimní, rodinný a neuměl a nechtěl ho dát všanc. Dalo by se říci, že v nastalé situaci zvítězila antiskupina. Malý exkurz pro ne-skupinové kolegy... To znamená, že rizika a nepříjemnosti spojené s vytvářením a udržováním blízkosti jsou vnímaná jako silnější než ta blízkost sama. Místo blízkosti a porozumění se stane cílem udržet si svoji individualitu, jakoby hrozilo, že skupinou bude člověk pohlcen a rozmělněn. Je to normální tendence ve všech společnostech – touha někam patřit a obava z téhož. Za obyčejných časů potřeba propojení většinou vítězí. Očividně ne v době zvýšené úzkosti. Druhá skupina se, kromě jiného, rozpadla kvůli postoji k protiepidemickým opatřením. Jak jsem už zmínila, objevil se silný prvek obrany popřením a najednou nebylo možné shodnout se na



nejzákladnějším chápání situace, například potřebě dodržovat protiepidemická opatření. Asi vás napadne, že jsme mohli začít opět na staré známé bázi osobních setkání, když covidová opatření pominula, ale nestalo se to. Vzdálili jsme se, také proto, že jsme měli příliš různé strategie zvládnání úzkostné situace. Osobně to vnímám určitě jako ztrátu a ochuzení, ale ani já jsme nedokázala vyvinout zvláštní snahu skupiny znovu vzkřísit. Zvykla jsem si už prostě, že tato platforma není... Možná máte jinou zkušenost, možná vaše skupiny krize přežili, nerozložily se, utužily se, staly se oporou ve složité době. Tím lépe, ale i rozvrat je možný...

Mluvila jsem o společenství bez hierarchie, kolegiálním, zbývá tedy ještě se aspoň v náznaku dotknout změn, které mohly zasáhnout i organizované společenství, jako jsou naše analytické společnosti

I na nás dopadá situace, úzkost a obranné procesy. Jak asi působí? Na první pohled dochází k semknutí – na začátku války například byla deklarována podpora sesterské společnosti na Ukrajině, organizovaná faktická a hmotná pomoc, konference Proč válka? odkazující ke slavnému Freudově článku. Ale vevnitř, v hlubších proudech mohou probíhat podobné jevy, o jakých jsem už mluvila dříve. Jak by se mohly projevit v životě společností? Napadá mě hned několik možností, jako potřeba hledání pevné otcovské postavy, nebo lpění na známých postupech, menší otevřenost k novým myšlenkám nebo dokonce i podezíravost?

Protože vím, že jsem prakticky vyčerpala čas, řeknu jen zmínku o tom, že úzkost, ohrožení, nepřinášejí jenom obrany, ztráty, ale mají v sobě i růstový potenciál, což je možná námět pro nějakou další přednášku.

Přinesla jsem vzorek změn, které prožíváme, jistě jsem všechny nevyčerpala a ani nešla nikde dostatečně do hloubky, ale to bychom tady museli strávit mnohem víc času a nevím, jestli jsem k hlubokým závěrům povolána, jsem empirik, pozorovatel života, samozřejmě zvědavý... Děkuji vám za pozornost, těší mne, jestli vás některé moje postřehy zaujaly a ještě víc se těším na vaše.