

Neurotická osobnost podle Karen Horneyové

1. Karen Horneyová a její pohled na neurózu v kontextu psychoanalytického myšlení

Pod slovem **neuróza** rozumíme duševní obtíže **psychogenního původu**, provázené **úzkostí** a různými symptomy jako jsou fobie, psychosomatické problémy, deprese, různé zlozvyky a obsese aj., při kterých však **není narušena schopnost racionálního myšlení**¹ (narozdí od psychózy). Termín neuróza byl poprvé použit skotským lékařem **Williamem Cullenem** v roce 1769 pro označení různých nervových poruch a symptomů, jež nemohou být vysvětleny fyziologicky.² Termín zpopularizoval Freud a další psychoanalytici autoři, s ústupem vlivu psychoanalýzy se neuróza v diagnostických manuálech přestává používat jako diagnostická jednotka³ a rozpadá se na více poruch, samostatně popsanych (v MKN-10 ji odpovídá sekce F 40-49⁴).⁵

V psychoanalytické tradici se předpokládá, že podstatou neurózy je nevědomý konflikt. Pro Freuda je ústředním konfliktem oidipický komplex, klíčová událost v jeho teorii psychosexuálního vývoje. Ego musí skrývat hedonistické pohnutky pocházející z id pomocí zvnitřněných rodičovských postav superega. Tyto vytěsněné pohnutky se však mohou vracet do vědomí "maskovány" jako neurotické symptomy.⁶ Slovy Karen Horneyové je v rámci Freudovy pudové teorie cílem terapie "zmírnění krutosti superega" odvozeného částečně z oidipického komplexu a částečně z pudových sil (destruktivních a sadistických). Člověk mezi protikladnými tlaky pudových pohnutek a nároků společnosti a kultury však nikdy nemůže být zcela spokojen, jeho duše zůstane bojištěm libidinózních a destruktivních sil a různých jejich derivátů. V terapii lze jen dosáhnout lepšího nebo horšího "rozložení sil", lepší kontroly a úspěšnější sublimace.⁷

Horneyová bývá zařazována mezi představitelky kulturní psychoanalýzy (tzv. neofreudiány). Podobně jako Fromm nebo Sullivan opustila Freudovu teorii pudů a zaměřila se na mezilidské vztahy a kulturní podmínky vývoje osobnosti, přičemž právě poruchy a konflikty v této oblasti považovala za klíčové při vzniku neurózy.⁸ Její teorie dále prošla určitým vývojem, jenž vyústil výkladem neurózy pomocí ústředního intrapsychického konfliktu mezi konstruktivními silami růstu, seberealizace a destruktivními silami sebeidealizace, neboli konfliktu mezi pravým a falešným já.⁹ Zdravé prostředí a příznivé podmínky proces seberealizace podporují, zatímco nepříznivé jej blokují, neuróza však není pouhou maladaptační odpovědí mysli na v podstatě vnější podnět - zraňující prostředí v dětství, ale je kontinuálním procesem, jenž má tendenci se „zdokonalovat“ - což se projevuje jako zhoršování neurózy (neurotická smyčka). Seberealizační, zdravé síly jsou kvalitativně odlišné od sil a procesů neurotických, míří k protikladným cílům a jsou vzájemně v konfliktu. Tento pohled Horneyovou odlišoval od většiny ostatních psychoanalytiků, s nimiž ostatně měla mnoho sporů, jak odborných, tak osobních.

¹ Hartl, P. Hartlová, H.: Psychologický slovník, Praha: Portál, 2000

² Z řeckého slova neuron - nerv a sufixu -osis, jenž označuje chorobu

³ www.wikipedia.org, 4. 9. 2007

⁴ Hartl, P. Hartlová, H.: Psychologický slovník, Praha: Portál, 2000

⁵ Podle wikipedie se však neuróza jako nosologická jednotka stále používá např. ve Francii, což je právě dáвано do souvislosti s přetrvávajícím velkým vlivem psychoanalýzy na francouzskou psychologii - www.wikipedia.org, 4. 9. 2007

⁶ Mitchell, S. A., Blacková, M. J.: Freud a po Freudovi, Praha: Triton, 1999

⁷ Horneyová, K.: Neuróza a lidský růst. Praha: Triton, 2000

⁸ Mitchell, S. A., Blacková, M. J.: Freud a po Freudovi, Praha: Triton, 1999

⁹ Horneyová, K.: Neuróza a lidský růst. Praha: Triton, 2000

Úkolem terapie podle Horneyové je rozbíjením neurotických struktur uvolňovat prostor zdravým silám růstu, jež jsou přítomny v každém člověku. Úsilí o seberealizaci a autenticitu je přitom nekončícím procesem, celoživotní výzvou každému člověku. Tento v podstatě optimistický pohled na lidský úděl získal a získává Horneyové sympatie a popularitu, bývá však kritizovaná za přehnaný individualismus a nedostatečné zhodnocení těsnosti vztahu seberealizace a interpersonálních vztahů.¹⁰ Koncept neurózy jako "sebezdokonalujícího se procesu" umožňuje zachytit specifický vývoj osobnosti člověka ovládaného a zápasícího dlouhodobě se svou neurózou, proto jsem se v této práci rozhodla právě pro analýzu teorií Karen Horneyové.

Hlavním "motorem" a dynamickým centrem neuróz je podle Horneyové **úzkost**. V práci *Neurotická osobnost naší doby* se Horneyová zaměřuje na analýzu souvislosti vzniku této úzkosti s **potlačenou hostilitou**¹¹ a identifikuje nejvýznamnější neurotické potřeby, jejichž funkcí je ochrana před úzkostí (p. citové náklonnosti, p. moci, p. submisivity a p. uzavřenosti) a podrobně analyzuje nejvýznamnější z nich - neurotickou potřebu citové náklonnosti a neurotickou potřebu moci, vlivu a postavení. Všíhá si také podrobně neurotické soutěživosti a pocitů viny. Ve svém vrcholném díle *Neuróza a lidský růst* interpretuje problematiku neurózy z hlediska rozvoje **sebeodcizení** a následné **sebeidealizace**, klíčovými koncepty její zralé teorie. Pokračuje v rozvíjení ranějších myšlenek o neurotických potřebách a jejich funkci ochrany před úzkostí, kterým dává systematictější podobu, v níž se stávají základem typologie neuróz. Koncept (potlačené) hostility v popisu vývoje vzniku úzkosti zcela vynechává, snad proto, že byl ještě hodně ovlivněn Freudem nebo proto, že byl základem pojetí neurózy jako problému primárně v mezilidských vztazích (konflikt mezi touhou odevzdat se druhým, jež plyne ze slabosti a bezmocnosti vycházející ze základní úzkosti a nedůvěrou a neschopností to učinit plynoucí ze základní hostility), který později nahradila viděním neurózy jako problému primárně intrapsychického konfliktu mezi pravým a falešným já. Tyto dva pohledy lze však bez větších problémů spojit. Sama Horneyová možnost tohoto propojení v knize *Neuróza a lidský růst* naznačuje,¹² když mluví o primárně dvou druhích konfliktu - konfliktu mezi dvěma neurotickými potřebami (mezi expanzivními a sebezapírajícími sklony) a mezi neurotickou silou a zdravou silou pravého já. Druhý konflikt se pro ni v pozdějších pracích stal tím zásadnějším - nazývá ho "ústřední vnitřní konflikt" a tak se problematikou mezilidských vztahů neurotiků zabývá spíše okrajově (věnuje jim jen jednu kapitolu knihy), ač zdůrazňuje, že je to oblast neoddelitelná od intrapsychické oblasti. Proto jsem se rozhodla zařadit před popis neurotického vývoje, jak jej Horneyová podala v knize *Neuróza a lidský růst*, také výklad jejich ranějších myšlenek o vztahu úzkosti a potlačené hostility.

2. Úzkost a vztek

Za určitých nepříznivých podmínek v dětství, daných především neschopností rodičů vytvořit dostatečně vřelé a přijímající prostředí (často v důsledku vlastních neuróz), ale také kombinací mnoha různých dalších faktorů včetně vrozených vlastností dítěte, dochází podle Horneyové ke vzniku **základní úzkosti**.

V ranější podobě jejich teorií se toto děje přes **potlačení hostility**. Dítě musí svůj (oprávněný) hněv vytěsnit. Toto vytěsnění, respektive tlak nevědomých obsahů, pak vyvolává základní úzkost.¹³ Vytěsnění je **nevědomé**, podobné reflexnímu ději, jak říká Horneyová. Jeho alternativou by byla vědomá kontrola agrese, té však postižený není schopen, neboť vytěsnění nastává v situaci, kdy je pro člověka neúnosné si svou hostilitu uvědomit (např. proto, že je na

¹⁰ Sayersová, J.: *Matky psychoanalýzy*. Praha: Triton, 1999

¹¹ Pod vlivem Freuda předpokládá, že úzkost může být v principu reakcí na jakékoli pohnutky, jež jsou vytěsněny v situaci, kdy by projevení těchto pohnutek znamenalo vnější ohrožení (nesouhlas, trest). Nejvýznamnější z těchto pohnutek je podle ní hostilita.

¹² Str. 101

¹³ Horneyová upozorňuje na zveličování nebezpečí frustrace dětských přání pro zdravý rozvoj dítěte a zdůrazňuje, že dítě, jež se cítí milované, snese bez problému občasný trest, považuje-li jej za spravedlivý

tom, ke komu pocítil nenávisť, závislý). Nepřítomnost vědomé reflexe však také znamená **nemožnost kontroly**. Nekontrolovatelný vztek se v nevědomí rozšiřuje v podobě velmi výbušného afektu usilujícího o vybití - je nevědomý, ale na určité úrovni přítomný a registrovaný a sice právě jako nejasná úzkost (kdyby vytěsněný vztek vybuchl, leccos by ohrozil). Po vytěsnění nastává druhá část procesu, také nevědomovaná - **projekce hněvu na okolí** (jiné osoby, zvířata nebo i věci či situace - symptomaticky se může projevit jako fobie), které pak jsou vnímány jako stejně nebezpečné jako vlastní vytěsněné podněty. Celý proces má podobu jakési "dvojí lži". Nejprve člověk "předstírá", že problém neexistuje (vytěsnění) a potom že destruktivní pohnutky pocházejí zvenčí.¹⁴ Proces vzniku úzkosti potlačením hostility je sebeudržující, úzkost způsobená vytěsněnou hostilitou vyvolává reaktivní hostilitu, která je opět potlačována a tak zase vyvolává další úzkost atd. a lze proti ní postavit různé obrany jako je např. zvýšená potřeba spánku, závislosti apod.¹⁵ **Základní úzkost** zesiluje primární bezbrannost a bezmocnost a **oslabuje rodičí se sebedůvěru**. Pociťovaná vnitřní slabost a bezmocnost vede k touze přenechat odpovědnost zcela druhým, základní hostilita však způsobuje velkou nedůvěru a tedy neschopnost se druhým odevzdat. V základní úzkosti je tak už přítomen **konflikt mezi touhou spolehnout se na druhé a nemožností to učinit kvůli hluboké nedůvěře a hostilitě vůči nim**, který je klíčovým konfliktem v ranější verzi teorie K. Horneyové. Setrvání v tomto konfliktu je nesnesitelné, takže člověk, jenž se v něm ocitne, začne svou energii směřovat do úsilí o jeho zmírnění.

Horneyová identifikuje **4 hlavní způsoby obrany proti základní úzkosti**:

1. **citová náklonnost** ("Miluješ-li mne, neublížíš mi") - jakési zavázání láskou, hledání lásky ne kvůli ní samé, ale abych si zajistil bezpečí.
2. **submisivita** ("Pokud se podrobím, neublížíš mi") - vzdání se vlastní vůle, abych si zajistil bezpečí
3. **moc** ("Mám-li moc, nikdo mi nemůže ublížit") - moc a síla stojící na slabosti a strachu
4. **uzavřenost (nezávislost)** ("Pokud se uzavřu, nic mi nemůže ublížit") - když mi bude všechno jedno, budu v bezpečí, indiference motivovaná strachem - ne láskou.

Všechny tyto pokusy o ochranu před základní úzkostí jsou podněcovány **potřebou sebezpotvrzení** (ne touhou po slasti jako je tomu u Freuda). Někdy je možné používat výhradně jeden ze způsobů obrany, často je však používáno více způsobů a právě konflikty mezi nimi a z nich vyplývajícími postoji pak bývají dynamickými ohnisky neuróz. Nejčastějším konfliktem je **konflikt mezi úsilím o citovou náklonnost a touhou po moci**.

3. Úzkost a odcizení od pravého já

V pozdější verzi myšlenek Horneyové, shrnutých v knize *Neuróza a lidský růst*, způsobuje ohrožující prostředí vznik úzkosti přímo, bez vloženého konceptu potlačení hostility. Ochromující základní úzkost dítě nutí zacházet se svými pocity tak, aby nezvyšovaly, ale zmírňovaly úzkost. Spontánní city a jejich projevy jsou nahrazovány pocity pokřivenými službou ve válce proti úzkosti. Tento vynucený proces je samozřejmě nevědomý a podle vrozených vlastností a podmínek prostředí může ústít do tří typů postojů, které jsou v podstatě odvozeny z popisu hlavních způsobů obrany proti základní úzkosti podaných dříve. (1. a 2. bod - submisivita a citová náklonnost - jsou sjednoceny do 1 kroku - "k druhým"). Tyto postoje Horneyová nyní nazývá: **1. krok k druhým** - přilnutí k nejsilnější nebo nejvlivnější osobě, kterou má v okolí, **2. krok proti nim** - tj. vzpoura a boj a **3. krok od druhých** - uzavření se do sebe sama, emocionální distance.

¹⁴ Projekce může být ještě podpořena strachem z odplaty druhých (za vytěsněný vztek proti nim) a může také sloužit sebeospravedlnění - ne on ale jiní jsou krutí, špatní atd..

¹⁵ Narozdíl od Freuda Horneyová tvrdí, že ač základní úzkost vzniká v dětství, dospělá úzkost není pouhým opakováním, pouhou infantilní reakcí, ale také prochází vývojem.

Ve zdravém vývoji jsou tyto tři pohyby komplementárními schopnostmi - podle okolností je flexibilně používán jeden z nich. V situaci, kdy je dítě tísněno základní úzkostí, se však všechny kroky stávají rigidními a ulpívavými a dítě je hnáno jakoby všemi směry najednou, což vede k řešení konfliktní situace výběrem jednoho z postojů jako převažující strategie chování. Horneyová toto zafixování jediné strategie vztahu k druhým nazývá "**prvním řešením neurotických konfliktů**". Už toto první řešení má podle ní důsledky ve stavbě a strukturování osobnosti - podle převažující strategie dítě uzpůsobuje své potřeby, citlivá místa a inhibice a také cíle a morální hodnoty (např. vzpurné dítě začíná přisuzovat velkou hodnotu síle a boji, poddajné dítě nesobeckosti a dobrotivosti atd..). Tak začíná **jednostrannost vývoje znemožňující** využívat všechny aspekty a nadání, což vede k oslabení vnitřní síly a **neschopnosti vytvořit si zdravou sebedůvěru**. Dalšími aspekty raného neurotického vývoje, jenž ve svých konkrétních podobách může být v závislosti na podmínkách prostředí a vrozených vlastnostech velmi různorodý, jsou vnitřní rozpolcenost a **pocit méněcennosti** (který, jak dodává Horneyová věrná svému "kulturnímu" zaměření, znamená v naší soupeřivé společnosti velké ohrožení).

Nejzhoršivějším důsledkem raného řešení je však počínající **odcizení od sebe sama**. Pocity a myšlenky jsou zatlačovány a vytěšňovány s ohledem na jediné - naplnění potřeby bezpečí v ohrožujícím a zúzkostňujícím světě. Vlastní přání a potřeby přestávají být určující, ten, kdo jedná, se vzdaluje od sebe sama, od svého středu, od svého pravého já. Právě toto odcizení je mezi všemi popsány procesy tím klíčovým. Vyvolává potřebu vytvořit si náhradní identitu (místo pravého já, které se nevyvíjí). Jediným prostředkem, jenž v této situaci člověku zbývá, a jenž se začne uspokojovat všechny potřeby je cesta fantazie - musí vytvořit svůj **idealizovaný sebeobraz**.

Jeho počátkem a základem je **idealizace řešení neurotického konfliktu** - poddajnost je idealizovaná jako svatost, dobrota, láska, agresivita jako hrdinství, síla, všemocnost a uzavřenost jako nezávislost, moudrost, prostota. Nedostatky plynoucí z jednotlivých zaměření jsou bagatelizovány. Protichůdné potřeby lze buď také idealizovat, jen trochu odsunout do pozadí (např. agresivní a mocichtivý typ je ve svých představách také skvělým a něžným milencem, ale tato představa je více v pozadí, projeví se až později) nebo izolovat takovým způsobem, že si daný člověk vůbec neuvědomuje konfliktnost svých vědomých představ o sobě sama (dobrodinec lidstva a zároveň schopný bez výčitek vraždit) a nebo je povýšit na "komplementární aspekty bohaté osobnosti" (tak člověk např. sám sebe "vyzbrojí" křesťanskými ctnostmi, politickými schopnostmi a nezávislostí mudrce). Ve všech těchto případech zůstává podstatou takové sebeidealizace velká rigidita, kdy člověk nereaguje určitým chováním na určité okolnosti, ale vytváří si strategie, o které opírá své sebeurčení - to se stává jejich primární funkcí, nikoli jejich užitečností v dané situaci.

Vývoj dále pokračuje tím, že se člověk **se svým idealizovaným obrazem**, jehož přitažlivost spočívá v jeho schopnosti uspokojovat všechny protichůdné potřeby najednou, **postupně identifikuje**. Sám sebe poměřuje a hodnotí podle svého idealizovaného já, ono je tím já, **o jehož realizaci začíná usilovat**. Tato sebeidealizace je podle Horneyové "**celkovým neurotickým řešením**" - uspokojuje potřeby, přináší úlevu od nesnesitelných pocitů a navíc dodává pocit naplnění, smyslu (který pramení ze vstupu do služeb realizace sebeidealizovaného já). Celkové neurotické řešení je počátkem nového vývoje, protože jeho důsledkem je **přesunutí energie** od procesu seberealizace - realizace pravého já, **k procesu sebeidealizace - realizace idealizovaného já**. Tento proces postupně ovládá celý život člověka, jeho touhy, cíle, hodnoty i vztahy a dusí rozvoj pravého já. Horneyová jej metaforicky přirovnává ke smlouvě s ďáblem, za příslib moci, kterou však ďábel reálně nemá, platí člověk svou duší (pravým já).

4. Aspekty neurotického vývoje

Neurotický vývoj je realizací idealizovaného já. Jeho podstatou je touha po dokonalosti idealizovaného obrazu já, jehož je třeba dosáhnout a jenž má nahradit prázdnotu, nepřítomnost pravého já a z ní vyplývající nedostatek sebe-důvěry a sebe-jistoty. Tato prázdnota a sebe-odcizení

jsou důsledkem raného řešení neurotického konfliktu - obrácení normálního přístupu, kdy je jednání ve vztahu k druhým lidem spoluurčováno situací v rigidní a identitu ustavující ulpění na jediné strategii bez ohledu na realitu. Rané řešení je důsledkem životní situace vyvolávající nezvladatelnou úzkost.

Realizace idealizovaného já znamená uskutečnění představy, zapřáhnutí celé bytosti do cíle ztělesnění dokonalosti. Uskutečnění této dokonalosti není možné, ale "zdokonalování" neurózy ano. Děje se více prostředky. Jejich základem je posílení **sebeodcizení** a **přehlížení reality**, vnitřní - v podobě vlastních přání a tužeb i vnější - v širokém slova smyslu.

Bič, kterým neurotik sám sebe pohání k nedosažitelné dokonalosti nazývá Horneyová **vnitřní diktáty** - nebo také "**tyranie měl bych**". Měl bych být nejčestnější, nejdokonalejší, nejodvážnější, nejhodnější, spontánní a zároveň vždy kontrolovat své pocity atd.. Vnitřní nároky jsou nereálné, jsou založeny na tom, že pro mě nic není nebo by nemělo být nemožné. Podle Horneyové vnitřní diktáty nesouvisí s morálkou, morální požadavky sice mohou být jejich obsahem, ale struktura těchto "morálních" diktátů je stejná jako jiných "měl bych" - tedy v podstatě spíše nemorální, spjata s přetvářkou, arogancí a touhou stát se božsky dokonalým, navíc mají stejně jako jiné aspekty neurotické osobnosti nutkavý charakter. Stane-li se, že si neurotik uvědomí, že se choval v rozporu se svým požadavkem dokonalosti, reaguje obvykle silnou úzkostí, kterou pak zpracuje svým obvyklým způsobem. Mezi **účinky vnitřních diktátů na osobnost** řadí Horneyová **neustálý pocit napětí** a ohrožení, který může vést k chronické únavě, **přecitlivělost na kritiku** (člověk, který se sám neustále velice nemilosrdně posuzuje, nesnese sebemenší nesouhlas druhých právě proto, že mu připomíná jeho vlastní krutou kritiku sebe sama) a **blokování spontaneity** - "měl bych" se obracejí i proti myšlenkám a pocitům a mění je ve hře "myslím si to, co bych si měl myslet, cítím to, co bych měl cítit" v imaginární pocity a myšlenky. Tyto imaginární pocity někdy mohou vypadat docela přesvědčivě, prozrazuje je však jejich povrchnost a schopnost při nepatrném podnětu se proměnit v pravý opak. **Nemožnost dostát** svým **vnitřním nárokům** pak vyvolává **sebenenávist**.

Vlastní potřeby a přání (jež u neurotiků nemohou vznikat spontánně, ale jsou přizpůsobována službě neurotickému řešení) jsou proměňovány v **nároky** - přesvědčení, že člověk má nárok na splnění svých potřeb, bez ohledu na realitu. Zcela pochopitelná přání, aby se něco povedlo, něco náhodou vyšlo (třeba počasí) apod. jsou přeměněna v nárok, jehož nenaplnění (jedu na výlet a prší), vyvolá hluboký pocit nespravedlnosti. Tento rys se velmi typicky uplatňuje v osobních vztazích. Mám-li potřebu mít vždy pravdu, nemá nikdo nikdy právo mě kritizovat, mám-li potřebu empatického porozumění, nemá nikdo právo mi je nedat, ač jsem protivná a podrážděná atd.

O jiný způsob proměny vlastních potřeb (a tím neutralizování jejich nebezpečí, které představují pro prohlubování sebeodcizení) se postará "**neurotická pýcha**", která mění potřeby ve ctnosti. Také "neurotická pýcha" je falešná, nerealistická, netýká se objektivních kladů, ale vysněných představ o dokonalosti, v čemž ovšem také spočívá její velká **zranitelnost** - neurotik může být pyšný na své štěstí, na to, že má na výletech vždy pěkné počasí, že nikdy ne onemocní, na svou "svatost", upřímnost atd.. Zranění pýchy vyvolává pocit ponížení nebo studu, někdy pak následuje hostilita, která se obrací buď vně nebo proti sobě samému ve formě silných výčitek. Neurotická pýcha "léčí" nedostatek sebedůvěry, je to však velmi pochybný lék, neboť zvyšuje pacientovu zranitelnost a jejím rubem je **sebenenávist**.¹⁶ Neurotik proměnil své potřeby v ctnosti a své hodnoty v neurotickou pýchu a je pyšný na vše, co ho směřuje a povzbuzuje k uskutečnění idealizovaného já. Jak říká Horneyová, zbožštělé já se stává měřítkem, podle kterého vše poměřuje. Skutečné já, překážka a nepříjemné svědectví vlastní lidskosti a omezenosti, se stává předmětem pohrdání a nenávisti. **Sebenenávist** rozdmýchává válku mezi falešným a pravým já a zároveň udržuje proces sebeidealizace - je bičem a svěrací kazajkou, která brání, aby se skutečný

¹⁶ Tato propojenost pýchy a nenávisti je pro Horneyovou zcela zásadní, pro proces zahrnující obě složky užívá název "systém pýchy".

člověk propadl do svých slabostí - viděno z úhlu zbožštělého já. Odcizení od sebe samého dělá ze sebe nenávisť neuvědomovaný proces, neurotik zná jeho důsledky - výčitky, pocity viny a méněcennosti atd., ale jejich původ a podstatu nezahledá. Buď z nich dělá ctnosti - důkaz své vysoké morální citlivosti, jemnosti atd. nebo je externalizuje, což pak velmi komplikuje mezilidské vztahy. Sebe nenávist může ústit do **sebedestruktivních činů** jako jsou různé typy sebepoškozování, vystavování se bezdůvodně velkému riziku (zběsilá jízda autem, adrenalinové sporty apod.), sebevražedné myšlenky a impulsy, přehlížení zdravotních problémů, sebedestrukce pomocí alkoholu nebo drog.

5. Neuróza proti seberealizaci a autenticitě (závěr)

Podstatou neurotického vývoje je aktivní odklon od Já. Je-li nastartován neurotický vývoj, má tendenci udržovat se a rozvíjet se stále k větší dokonalosti. (Neurotické) prostředky ke zmírnění napětí (např. odcizení od já, externalizace pocitů, racionalizace) vždy zároveň posilují a fixují neurotický proces, jenž pohlcuje stále větší část osobnosti. V každém člověku však zároveň vždy zůstávají zdravé síly růstu pravého já, byť mohou být neurózou velmi utlačeny. Jsou-li neurotické struktury rozbíjeny (což je úkolem terapie), tyto zdravé síly začnou přirozeně nabývat na síle a pomáhat destruktivní procesy přerůst. Cesta vede skrz pravdivé prožívání vlastních pocitů, přání a myšlenek a úsilí o jasnější uvědomění životního směru k přijetí zodpovědnosti za svůj život a svá rozhodnutí, od neurotického prožívání sebe sama jako jedinečné důležité výjimky k překonání egocentričnosti a uvědomění sebe sama jako součásti většího celku světa a života.

Je otázkou, zda k rozbití neurotických struktur může dojít i bez pomoci terapie a za jakých podmínek a okolností. Horneyová, která sama na sobě prováděla tzv. autoanalýzu, nebyla skeptická vůči "rozbíjení" neurózy skrze vlastní uvědomění, pochopení a "prožití" touto cestou, ale připomínala, že vztah k analytikovi /analytičce může být významnou pomocí, nejen pro jeho efekt zrcadla, ale také pro důležitost pozitivní lidské vazby a důvěry na celý proces. Upozorňovala také na nebezpečí pouhého začlenění psychoanalytických konceptů do vlastní neurózy - člověk pochopí, že jeho úzkostná reakce např. před zkouškou je dětinská a protože s jeho velikášským sebeobrazem dětinskost nepasuje, "překoná" reakci ještě silnějším potlačením, čímž posílí sebeodcizení i systém pýchy a celou neurózu. Podle Horneyové by se spíše měl zaměřit na konflikt své pyšné představy o sobě samém a reality dětinské úzkostné reakce a z tohoto prožitku - nikoli intelektuálního pochopení - vycházet. Uzdravení z neurózy neznamená podle Horneyové jen zmizení symptomů, ale zásadní proměnu celé bytosti.

S důrazem na potřebu zásadní proměny člověka se setkáváme v mnoha duchovních tradicích, v jejichž teoretickém rámci je také zachyceno mnoho užitečných pomůcek, jak tuto proměnu podporovat. Domnívám se, že alespoň lehčí případy neuróz mohou být významně narušeny prožitkem náboženského obrácení, konverse, jenž je často vědomě vnímán jako počátek nového, zdravého vývoje a růstu a který takovým skutečně může být, zvláště jsou-li v příslušné náboženské skupině rozvíjeny a podporovány možnosti zdravého duchovního doprovázení apod.¹⁷ Komplexní náboženskou problematiku nelze redukovat na psychologické faktory, je však jisté, že tyto oblasti se dotýkají a překrývají a pochopení a prožití různých náboženských "pravd" má psychologickou odezvu a důsledky. Tak např. křesťanské pojetí hříšnosti může být lékem na neurotickou pýchu (ale také sloužit sebe nenávisť) a zkušenost Boží lásky a milosti poskytovat odvahu k důvěře a léčit původní základní úzkost atd.

V tomto kontextu mi připadá zajímavá otázka, kterou se Horneyová příliš nezabývala, zda a jak mohou k nastartování tohoto procesu proměny přispět hodnoty (tedy skutečné hodnoty, ne pouhá neurotická "měl bych"), schopnost jejich promyšlení a reflektování a to čemu bychom

¹⁷ Samozřejmě neuróza se může velmi úspěšně rozvíjet i v náboženském prostředí, živena a podporována ještě duchovní pýchou a jinými vymoženostmi.

mohli říct "zdravý světónázor".¹⁸ Horneyová zmiňuje tuto možnost, stejně jako možnost zlepšení neurózy v prostředí zdravých lidských vztahů (bez terapie), ale zdůrazňuje spíše výjimečnost takových situací a dále se (pokud vím) touto otázkou – např. analýzou podmínek, za nichž k takovému zlepšení může dojít, nezabývá.

5. 9. 2007

Použitá literatura:

- Hartl, P. Hartlová, H.:** Psychologický slovník, Praha: Portál, 2000
Horneyová, K.: Neurotická osobnost naší doby. Praha: Portál, 2007
Horneyová, K.: Neuróza a lidský růst. Praha: Triton, 2000
Kernberg, O.: Normální a patologická láska. Praha: Portál, 1999
Mitchell, S. A, Blacková, M. J.: Freud a po Freudovi, Praha: Triton, 1999
Sayersová, J.: Matky psychoanalýzy. Praha: Triton, 1999

¹⁸ Oporou pro mou domněnku, že schopnost teoretické reflexe a etického hodnocení názorů na svět může velmi pomoci v orientaci a tím i samotnému procesu proměny, se mi zdá být např. přesvědčení současného psychoanalytika Otty Kernberga o důležitosti "zdravého superega" pro schopnost zdravého partnerského vztahu. Kernberg sice mluví primárně o interpersonálních, ne intrapsychických problémech, ty však spolu souvisejí velmi úzce. (Kernberg, O.: Normální a patologická láska. Praha: Portál, 1999, s. 123-130)