

PŮVODNÍ PRÁCE



KLÍMOVÁ H., ROUBALOVÁ KOSTLÁNOVÁ V.:
TRANSGENERAČNÍ PŘENOS TRAUMATU A
MOŽNOST UZDRAVOVÁNÍ – ZKUŠENOST SE SKUPINOVOU
TERAPIÍ PRO POTOMKY OBĚTÍ HOLOKAUSTU
(VÝSLEDKY ČTRNÁCTILETÉ PRÁCE TERAPEUTICKÉHO TÝMU RAFAEL
INSTITUTU)

KLÍMOVÁ H., ROUBALOVÁ KOSTLÁNOVÁ V.: TRANSGENERAČNÍ PŘENOS TRAUMATU A MOŽNOST UZDRAVOVÁNÍ- ZKUŠENOST SE SKUPINOVOU TERAPIÍ PRO POTOMKY OBĚTÍ HOLOKAUSTU; PSYCHOSOM, 2011;9(1), s.8-34

Abstrakt: *Následky těžkého traumatu pro jedince již našly své místo jakožto diagnostické kategorie v rámci MKN, avšak postupně se prokazuje i nebezpečí přenosu na další pokolení. V r. 1997 byla založena psychoterapeutická skupina určená těm, kdo přežili holokaust, i jejich potomkům. Ukazuje se, že členové této skupiny bývají vystaveni mimořádné kombinované zátěži (zejm. jde o příznaky depresivní, psychosomatické, poruchy vztahů...) velmi podobně jako členové podobných skupin v zahraničí. Postupně jsou uplatňovány odpovídající terapeutické přístupy. Ukazuje se, že příznaky jsou ovlivnitelné, resp. postupně léčitelné s pomocí skupinové psychoterapie, přičemž jakožto faktor nejúčinnější je prožívána skupinová koheze, pocit bezpečí, přijetí, ztráta pocitu odlišnosti, a zejména zbavování pocitů viny. Následující sdělení se opírá především o vlastní klinickou zkušenost, dále o literaturu a o spolupráci týmu Rafael Institutu.*

Klíčová slova: Holokaust, trauma, posttraumatický stresový syndrom, PSD, transgenerační přenos traumatu, psychosomatické symptomy, psychoterapie, skupinová terapie, efektivní faktory

KLÍMOVÁ H., ROUBALOVÁ KOSTLÁNOVÁ V.: THE TRANSGENERATION TRANSMISSION OF A TRAUMA AND THE POSSIBILITY OF HEALING - EXPERIENCE IN GROUP THERAPY FOR THE OFFSPRING OF HOLOCAUST VICTIMS; PSYCHOSOM, 2011;9(1), pp. 8-34

Abstract: *The consequences of severe trauma for an individual have already found their place as a diagnostic category in the ICD, however the danger of transmission to future generations is becoming increasingly apparent. In 1997 a psychotherapy group designed for those who survived the Holocaust and their descendants was founded. It appears that members of this group are exposed to extreme combined stress (especially depressive and psychosomatic symptoms, disorders in relationships ...), much like members of similar groups abroad. Appropriate therapeutic approaches are being gradually applied. It appears that the symptoms are influenceable or gradually treatable through group psychotherapy, where the most effective factors are experiencing group cohesion, a sense of security, acceptance, the loss of a sense of difference and in particular getting rid of feelings of guilt. The following communication is based primarily on the clinical experience of the Rafael Institute team and on existing literature.*

Key words: Holocaust, trauma, posttraumatic stress syndrom, PSD, transmission of trauma to future generation, psychosomatic symptoms, psychotherapy, group therapy, effective factors

PROLOG – KDO JSME

Když ve Spojených státech vyšla v roce 1979 kniha Děti holokaustu, inspirovaná mj. i vlastní zkušeností autorky Heleny Epsteinové, vzbudila mimořádný rozruch – a ze strany tzv. druhé generace nadšené přijetí. „Druhá generace“, to jsou děti těch, kdo přežili holokaust, a tato „druhá generace“ uvítala vyslovení svých generačních pocitů. V naší zemi se odkrývání různých společenských témat opozdilo pro absenci veřejného dialogu za totality, a tak jsme si následky holokaustu začali více uvědomovat a systematicky je studovat až počátkem devadesátých let.

Sešli jsme se tehdy jakožto skupina profesionálů – terapeuti, absolventi různých výcviků – a současně potomci přeživších. Rozhodli jsme se mluvit spolu o osudech našich rodin včetně holokaustu a zrušit tak dosavadní tabuizaci tématu. Náš dialog moderovala v letech 1995–2001 britská skupinová analytička a psychoanalytička Irene Bloomfield s kolegyní Gaby Glassman, ty dvě k nám z Londýna nejméně jednou až dvakrát ročně létaly a poskytly nám možnost doplnit naši sebezkušenost. Naše společenství se jakožto peer-group schází od roku 1994, a to až doposud.

Ve svých rodinách jsme zažili následky těžkých traumat a při svém vývoji osobním i odborném jsme se učili vědomě je zvládat. Doufáme nyní, že naše původní případná poškození se proměňují v porozumění, a rádi bychom svoji zkušenost poskytovali dalším. To je také důvod, proč jsme v roce 2006 založili Rafael Institut a pořádáme výcviky ve skupinové psychoterapii, zejména v prevenci a terapii traumatu.

Skupinu pro klienty jsme započali v roce 1997 a několik let jsme se scházeli v rámci Psychoterapeutického střediska Břehová, kde jedna z nás pracovala jako terapeutka. Nyní je tato klientská skupina též součástí Rafael Institutu. Skupinu od počátku vedou autorky tohoto sdělení pod supervizí napřed PhDr. Hany Junové, nyní MUDr. Václava Mikoty. V průběhu naší skupiny založili PhDr. Marek Preiss a Jana Vohryzková ještě další klientskou skupinu, existovala necelých pět let a představovala velikou pomoc – přijímala (mimo jiné) také rodinné příslušníky některých našich členů. Při práci s klienty se opíráme o mnohaletou spolupráci celého týmu Rafael Institutu.

Jako součást sebestředstavení cítíme potřebu zmínit i naši motivaci individuální, která nás k této specifické práci přivedla a která souvisí s našimi osobními osudy.

Helena Klímová se narodila dva roky před válkou, za holokaustu přišla o rodinu z matčiny strany, oba rodiče byli deportováni a sedm posledních měsíců strávila, spolu s mladší sestrou, v sirotčinci.

Věra Roubalová se narodila dva roky po válce, holokaust ji připravil o prarodiče, v padesátých letech oba rodiče zažili politické i antisemitské pronásledování a ona strávila, spolu s mladším bratrem, tři roky v dětském domově.

Takové dětské prožitky ovlivňují životní motivaci, a ta přivedla obě autorky k účasti na veřejných věcech. Obě se podílely na disentu, na Chartě 77, na tvorbě občanské společnosti... na prevenci případných totalitních recidiv.

Touto zmínkou vyjadřujeme zakotvení naší identity: spolu se členy naší klientské skupiny sdílíme podobné životní počátky, neuvažujeme proto v rozměru oni-my, sdílíme společné my – spřízněnost osudu. Tak může vznikat koheze, důvěra a otevřenost, které jinak, jak víme z praxe, pro úzkost až bytostnou nenastávají. Mnoho dobrého se ve skupině děje proto, že její

členové cítí, že nám na nich záleží osobně, že je máme rádi a že zdůrazňujeme lidskou důstojnost nás všech.

Tím více si uvědomujeme nutnost ctít hranice a pravidla, zvědomovat přenosové a protipřenosové děje, setrvat na pozici profesionality.

Tolik naše sebedědání.

VYMEZENÍ HISTORICKÉ, TEMATICKÉ A TERMINOLOGICKÉ

Výraz trauma pochází z řečtiny a znamená zranění. Mezinárodní klasifikace nemocí (DSM-IV) definuje traumatickou událost jako takovou, která znamená skutečnou či hrozící smrt, nebo závažné zranění či jiné ohrožení jedincovy tělesné integrity (APA 1994; 424). Traumatická událost může pro přeživšího obnášet i další ohrožení – zranění nebo ztrátu blízkých osob, otřesení základního předpokladu o světě jako místě bezpečí, o svém vlastním sebeobrazu a hodnotách, na nichž dotyčný postavil svůj život. Otřesený jedinec ztrácí schopnost plánovat budoucnost, převládá strach z neznámého, nedostatek sebedůvěry a pocit bezmoci (WEINBERG. H. et al., 2005).

Posttraumatická stresová porucha (post-traumatic stress disorder PTSD) – byla popsána již koncem 19. století, ale jakožto porucha psychiatrická definována až v osmdesátých letech minulého století, tak jak na Západě přibývalo zkušeností lékařů s veterány válek nebo koncentračních táborů.¹

Poznání lékařské na Západě se tedy odvíjelo spolu s rozvojem historie na Západě i u nás, a dokonce v rámci našeho týmu – Rafael Institutu. Poznatků jsme se dobírali průběžně. Při terapii generace přeživších jsme se mohli opírat o diagnózy již formulované a uváděné v MKN, avšak naši péči čím dál častěji vyhledávají i další generace. A tu se setkáváme pravidelně s celou sadou příznaků, které naše klienty – většinou děti přeživších – významně charakterizují a odlišují od ostatní naší klientely z populace majoritní. Jako diagnostický celek tyto příznaky dosud nejsou ustaveny, ale bývají tak popisovány a vnímány v odborném tisku.

Naše zkoumání následků holokaustu jsme započali napřed sami na sobě, v rámci naší peer-group, začali jsme tedy (po všech předchozích výcvicích každého z nás) novou sebezkušeností. Znamenalo to určitou výhodu: Vnímali jsme naše téma nikoli primárně jako patologii (jak se totiž může jevit zcela přirozeně těm, kdo jsou zváni k léčbě a kdo studují chorobopisy), ale v jeho úplnosti, kolem sebe a v nás, v komplexu celé reality, včetně příběhů s koncem relativně šťastným. Těmto příběhům s koncem šťastným se však až daleko později dostalo odborné

¹ „Diagnostický a statistický manuál IV Americké psychiatrické asociace z r. 1994 odlišuje dva typy poruch: akutní stresovou poruchu, která se rozvine okamžitě a pomine během jednoho měsíce, a posttraumatickou stresovou poruchu, považovanou za chronickou. Obě poruchy jsou klasifikovány jakožto úzkostné a předpokládají tři ústřední kategorie symptomů: intruzivní (dotírající), vyhubavé a nadměrně naléhavé, burcující (hyper-arousal). Akutní stresová porucha obsahuje také symptomy disociace“ (WEINBERG. H. et al., 2005:188).

pozornosti, včetně názvu PTG – „post-traumatický růst“ (Preiss M., 2009), stalo se tak až léta po stanovení termínu původního – PTSD post-traumatická stressová porucha. Konce relativně šťastné, samoléčivé, jakkoli nebývají zaznamenány odbornou literaturou, nicméně patří do celospolečenského vědomí, velice prospívají terapeutickému optimismu a my jsme měli to štěstí, že jsme některé takové mohli ve svém okolí poznat. Tuto zkušenost chceme předeslat jako naději zejména pro příběhy, které uvádíme.

Obstarávání a studium teorie, literatury, jakož i srovnávání mezinárodní následovalo, jak to šlo nejrychleji. Sdělíme tedy nyní témata a psychologické mechanismy zhruba tak, jak jsme je postupně poznávali my sami, a začneme pojmem obecným.

- **Projektivní identifikace (PI)** – k tomuto procesu shledáváme dvojí druh odkazů v literatuře:

„Pokud jedinec není s to být sám, neboť je to pro něj příliš bolestné a ohrožující, má sklon utéci tím, že přeskočí z vlastního nesnesitelného mentálního prostoru do něčího jiného: tomu Kleinová říká projektivní identifikace (Klein, 1955).“ (Resnik, 199, p. 333)

„Terapeuti často... hovoří o úloze projektivní identifikace, která nejen promítá na druhého nebo přijímá z druhého skrze identifikaci, ale také probouzí v nenáviděné skupině právě takové chování, z něhož ji promítající skupina obviňuje. Tento druh projekce také pomáhá přenášet neukončené záležitosti přes generace. Viděli jsme to v rodinách přeživších holokaust. Mnozí rodiče, oběti holokaustu, o svých zkušenostech nemluví. Nicméně děti z těchto rodin velmi zřetelně vnímají nedostatek příběhu jakožto nevyslovené 'něco', co projektivní identifikace mezi rodiči a dětmi přenáší dále na další generace k řešení, někdy tragickému.“ (RICE & BENSON, 2005/2) ²

Autoři prvních dvou citací popisují PI jako součást dynamického procesu, jímž subjekt přemisťuje nějakou svoji část do objektu k jeho škodě, anebo kdy sám – ke své vlastní škodě – se stane objektem takovéto dynamiky. PI se v těch případech projevuje jako druh obranného mechanismu. Naproti tomu Horwitz vysvětluje PI jakožto součást normální dynamiky při tvorbě skupiny: s pomocí PI si členové skupiny vyměňují různé části svých vnitřních obsahů, aby se tak vzájemně mohli vysílat do různých rolí a skupinových pozic a mohli se v nich navzájem potvrzovat, upevňovat, spoluprožívat a svá místa také přijímat. Podobně vidí Horwitz PI v případě partnerské dvojice muže a ženy, opět jako součást dynamiky při tvorbě vzájemného pouta. Toto obecnější pojetí nevyklučuje, ale může zahrnovat i zvláštní případy obran při vnitroskupinovém zápase (jak jsou zmíněny v prvních citacích). Horwitzovo pojetí je tedy širší, vyjadřuje působení PI jakožto mechanismu, který vytváří pouta a vztahy obecně, v normě.

Tuto obecnou podobu PI připomínáme jako základní pro pochopení všech příběhů, kterými se zabýváme. Nyní následuje první z vinět. Ve všech vinětách jsou identifikační znaky a některé reálie změněné, pro zachování důvěrnosti.

² Srovnejme toto pojetí s následujícím citátem Leonarda Horwitz: „...projektivní identifikace není jednoduše obranný mechanismus zahrnující vnitřní a vnější proměnu, jak je tomu u většiny ostatních obran; spíše je to současně intrapsychický mechanismus a interpersonální transakce, což předpokládá transformace jak v promítajícím, tak ve vnějším objektu“ (Leonard Horwitz 1983, p. 261).

Viněta 1: muž středního věku, intelektuál, zabývá se historií holokaustu, navrátil se k víře jako první po několika generacích bezvěrců, angažuje se v občanské společnosti, zabývá se pomocí lidem znevýhodněným. Byl zplozen rodiči brzy po jejich návratu z lágrů, vychován pouze matkou (otec na následky koncentráku zemřel). Matka protagonisty jako dítě vyrůstala v rodině zcela asimilované, teprve za války jako dívka byla konfrontována se svými židovskými kořeny jakožto s důvodem pro perzekuci a pro ohrožení na životě. Před synem téma rodinného židovství tajila. Syn v době puberty rodinnou historii objevil, tématu se ujal po svém, identifikoval se s ním a založil na něm plán svého vlastního života a své životní úsilí o humanistickou společnost.

Osudy tohoto druhu jsou pro druhou generaci charakteristické a tento příběh připomíná mnohé jiné muže i ženy. Protagonista se vyrovnává se zátěží, a dokonce naplňuje obsah pojmu PTG – posttraumatický růst. Jako mnohé příběhy, jimiž se zabývá psychoterapie, má i tento svůj předobraz mytologický, totiž symbol „vysvobozování zakleté princezny“.

Matka protagonisty jakoby zaklela – totiž popřela, potlačila a odštěpila – tu část své identity, skrze kterou zažívala ohrožení, násilí a narcistická zranění: svůj židovský původ a válečný osud. Odvrat od židovských kořenů nicméně nastal již v generacích matčiny rodičů a prarodičů (také jakožto součást obecného antireligiózního vývoje v předválečném Československu) a téma židovských kořenů se v rodině stalo tématem tabuizovaným (podobně jako v rodině Madeleine Albrightové). V rodinném nevědomí téma nicméně žilo a projevovalo se jako jakýsi behaviorální cluster, jako nepojmenovaný souběh postojů, zvyklostí, kulturních vzorců: v rodině panoval odpor k antisemitismu a obecně k rasismu, převládala tam zájem o občanská témata, zvýšená citlivost ke všem pronásledovaným; v příbuzenstvu se hodně četly knihy včetně židovských autorů a s chutí se vyprávěly židovské anekdoty... Není divu, že s takovým rodinným zázemím a s pozdější zkušeností holokaustu prožívala matka našeho protagonisty svou židovskou identitu dvojznačně: jednak jako ohrožení či dokonce hanbu, jednak jako hodnotu, kterou třeba chránit, ale co možno potají a s úzkostí.

Jak tuto matčinu ambivalenci prožíval syn – protagonista první viněty?

Ohrožení nějaké části a současně její vysoká hodnota pro subjekt – to jsou ty dvě okolnosti, jejichž souběh může v subjektu probudit úzkost a vyvolat fight/flight (útok/útek) reakci. Zatímco v generacích minulých byl častým řešením útek ze situace, totiž popření identity, protagonista naší viněty situaci čelí: jeho fight reaction, „útok“, na sebe bere vysoce sublimovanou podobu zápasu společenského. V jádru je skryt archaický mytologém: protagonista jakožto rytíř brání a vysvobozuje „zakletou princeznu“, totiž matčinu cennou část, která byla ohrožena, potlačena, umlčena – prostě „zakleta“. Tím zachraňuje i „království“, totiž obecné hodnoty původně popřené (svobodu, spiritualitu, humanismus, autenticitu, židovskou identitu). Tyto hodnoty svým jednáním osvobozuje, očišťuje, pojmenovává, oživuje ve prospěch světa.

- **Zachraňování světa a hledání řádu.** První náš příklad uvádí obecnější téma zachraňování a vysvobozování. Je to téma existenciální, týká se smyslu bytí, a do

našich úvah patří: záměrem holokaustu nebylo totiž jen zničení těl, ale také duší, zničení smyslu lidské existence – a tento záměr se částečně zdařil.

Sledování řádu jakožto smysl bytí se objevuje od samého pouštního počátku židovského národa. Společenství národa, víry, životního stylu – společenství smyslu – si Židé prvně ustavili, když při vyvádění z Egypta Mojžíš předložil Desatero všem přítomným, společně prchajícím. Zeptal se jich, zda chtějí tento zákon přijmout a respektovat. „*Potom vzal Knihu smlouvy a četl naslouchajícímu lidu. Prohlásili: 'Poslušně budeme dělat všechno, co Hospodin mluvil' “ (Exodus 24,7). Společenství národa tak bylo prvně ustaveno nikoli skrze pokrevensství anebo skrze hrdinné krveprolití, ale plebiscitem na poušti – demokratickým přijetím řádu.*

Potřeba řádu, potřeba navracet svět do řádu, později v židovské středověké mystice dostala jméno TIKKUN, jakási všenaprava. Podle tohoto pojetí svět při svém vzniku utrpěl poškození, zranění (tedy trauma), kdy prvotní nádoby-formy, obsahující počátky světa a všech sil, se roztrhly a rozletěly. Od té doby každý člověk může přispět k tomu, aby se střepy znovu scelily – a to tím, že povede příkladný život podle řádu. Tato pradávna myšlenka se mezi Židy znovu vzchopila k veřejnému životu od doby, kdy získali možnost studovat a vykonávat stejné profese jako ostatní. Od té doby se pak mnozí právě skrze své profese – zejména jako lékaři, spisovatelé, novináři, intelektuálové podobného zaměření, pracovníci pomáhajících profesí – snažili více či méně vědomě uvádět do světa prvky řádu a také porozumění pro lidskou odlišnost.

Prožitek holokaustu té odedávna snaze vtiskl zvláštní naléhavost: Takovým profesím se děti přeživších věnují častěji, než odpovídá demografické pravděpodobnosti. Výběr povolání lze také vidět jako součást posttraumatického růstu.

Myšlenka uvádění světa do řádu však v sobě skrývá i **osudové nebezpečí mesianismu, jakožto odpovědi na kolektivní trauma**. Judaismus sám není vírou misijní, neuznává misie ani obracení dalších na víru, naopak, chce-li kdo nový k víře přistoupit, rabín má povinnost jej odrazovat a odmítat. **Spasitelské pokušení ale na sebe může vzít také podobu strašných náboženství bez boha – totiž totalitních ideologií – a to zejména v situaci po kolektivním traumatu**. V situaci zničení společenství či jeho těžkého ohrožení se skupinová koheze rozpadá do dvoupolárního nesoudržného stavu agregace a masifikace; agregaci charakterizuje paralelní, vzájemně nekomunikující bytí jedinců, zatímco masifikaci charakterizuje verbální a emocionální splynutí, podobající se až infekci (volně podle Hoppera, 2003). Jestliže pak jsou struktury společenství takto zničeny, snadno se ujímají vzorce totalitní, a to někdy i opakovaně.

A to právě byla situace po holokaustu (a předtím v Rusku po pogromech): Úsilí uvádět svět do řádu v takové traumatizované společnosti potom bylo kontaminováno a transformováno totalitními vzorci. Lidé, kteří se po válce navraceli z koncentračních táborů zbavení domova, pozbyvší profesionálních vazeb, často osiřelí, toužili obnovit svůj smysl a smysl světa, nalézt naději, duchovní obnovu a řád. Pro tuto potřebu, v jádru **spirituální**, však někteří hledali odpověď v podobě ideologie, a ta se pak ocitla na místě, které jindy a jinde patří oblasti duchovní, víře. A tak se tyto těžce traumatizovaní přeživší někdy přidali k nápravě světa skrze totalitní ideologii marxismu-leninismu. Mnozí z nich se brzy zanedlouho sami stali obětmi oné ideologie, v procesech proti tzv. sionistům v padesátých letech. Tehdy v nich znovu ožily pocity strachu z pronásledování, z antisemitismu, docházelo k retraumatizaci a ke zraněním novým, zraňována byla už i další generace. Původní prastará touha po uvádění řádu do světa,

potřeba původně duchovní, tedy ve dvacátém století zdegenerovala, zhrubla, poklesla v totalitní ideologii – zejména jako následek traumatizace totalitou předchozí.

Tyto souvislosti historické a společenské přesahují rámec psychoterapie, širší rámec nicméně je zde na místě. Holokaust jakožto nejúplnější totalitní systém všech dob nezpůsobil jen poruchy, kterými se zabývá psychoterapie, ale ovlivnil podobu celé společnosti až po existenciální prožívání lidí. Tento rámec historický, tematický a terminologický tedy nutno brát v úvahu.

JAK ROZUMÍME PŘÍBĚHŮM GENERACÍ PO HOLOKAUSTU

Naši první klienti přicházeli jednak z řad členů Židovské obce, zejména pak na doporučení kolegů a známých. Psychoterapeutická skupina, která vznikla na jaře 1997, byla otevřena těm, kdo přežili holokaust, a členům rodin. Nyní (čtrnáct let poté) většina členů skupiny patří ke druhé generaci. V průběhu let bylo možno shledávat, jak se odlišují od ostatních klientů psychoterapie. Výrazně častěji jsme v naší skupině shledali:

- ❖ poruchy rodinných vztahů, osamělost a symbiotické závislosti,
- ❖ častou nemocnost – depresivní poruchu a psychosomatické poruchy,
- ❖ sklon dostávat se opakovaně do situace oběti,
- ❖ sklon k prožívání pocitů viny,
- ❖ jídlo jakožto hodnotu významnou, symbolickou a spočívající v centru různých poruch,
- ❖ soucit, identifikaci s ostatními ohroženými lidskými skupinami,
- ❖ potřebu pečovat o život ve všech podobách, zájem ekologický,
- ❖ vyšší vzdělanost, vyšší profesionální postavení členů, zájem o pečující profese,
- ❖ časté cestování, zejména za příbuznými po světě,
- ❖ delší dobu docházení do skupinové psychoterapie,
- ❖ roli v původní rodině popsanou jako „sváteční svíce“ – jedinec na sebe (případně mezi sourozenci) bere úlohu nápravce osudu.

Tyto znaky vystupovaly do popředí různě v různých obdobích života skupiny podle jejího složení, nicméně určitý cluster setrvává. Obsahuje jak poruchy, tak projevy posttraumatického růstu (oboje se může vyskytnout u jedné osoby současně).

• **Výměna generačních rolí (parenting the parent)**

je tím, co často charakterizuje vztah první a druhé generace. V první viněťě jsme zmínili příběh muže, který se svými životními postoji a rolemi identifikuje s odštěpenou částí své matky a namísto matky uvádí tuto odštěpenou část zpět do reality. Tomuto muži se podařilo původní zátěž překonat, resp. obrátit v něco dobrého, podařil se mu post-traumatický růst.

Nicméně trauma v generaci první často působí poruchu v generaci druhé. Už od raného věku, dobrovolně a často neverbálně děti vnímaly a braly na sebe zátěž svých rodičů až po samu výměnu rolí. Do věku dospělého existují nyní dvougenerační symbiotické vztahy, kdy dávno a předčasně dospělé dítě celoživotně vychovává, střeží a opečovává svého rodiče, až po redukci svého vlastního osudu. Namísto rodiče uskutečňuje jeho potlačované téma.

Viněta 2: *Tamar jako holčička ještě předškolní zakusila drastické situace, když se spolu s matkou a novorozencem skrývala před transportem. Plačící novorozeně matka*

skoro udusila v hrůze před prozrazením, Tamar zažila matku poníženou, zoufalou, prosící. Pro nepřítomnost kohokoli jiného obracela se matka s voláním o podporu k Tamar jako ke svému staršímu dítěti. Tamar se snažila matku utěšit, jak uměla, a stala se postupně jakoby „matkou své matky“. Tato výměna rolí setrvala do dospělosti, Tamar se nikdy od své matky neodpoutala, celý život jí poskytuje náhradní partnerství a oporu – dokonce spíše než vlastním dětem.

Viněta 3: *Tomáš se narodil rodičům, jejichž ostatní příbuzní byli zavražděni; jak rostl, spoluprožíval s rodiči lítost a přál si všechny povražděné příbuzné svým rodičům vynahradit, a zejména nikdy je neopustit. Dále se po celý život snaží vytvořit partnerské pouto, ale jakmile se mu to začne dařit, sám vztah přeruší a vrací se do blízkosti rodičů. Po čase převládne hněv nad takovým sebemařením, Tomáš odjede co nejdále od rodičů a najde si další partnerku, ale po určité době se kyvadlový pohyb „k rodičům – ven k nezávislosti“ opět obnoví. Díky své inteligenci a s pomocí psychoterapie po čase dokázal Tomáš zvědomit své motivace. Nyní opět odjel, zdá se, že nový vztah se mu konečně daří.*

Príslušníci druhé generace k rodičům prožívali směs hlubokého soucitu, zodpovědnosti a ochranlivosti, bylo pro ně obtížné dovolit si přirozenou generační separaci, báli se rodičům „ublížit“. Někteří byli s to tyto motivace zvědomovat, a dokonce si dovolit hněv; vznikalo tak chování vedené ambivalencí, často celoživotně.³

K porozumění těmto souvislostem jsme se dobírali postupně, tak jak jsme byli s to přijmout a strávit poměrně těžko přijatelný, a přitom zcela zásadní jev, zvaný **identifikace s agresorem**.⁴

Viněta 4: *Riva je půvabná žena středního věku, nadaná hudebnice a vypravěčka a členové skupiny obvykle rádi naslouchají, s jakou živelností líčí své dětství na vzdálené vesnici. Nyní se však skupina naléhavě věnuje jinému členu, který zažil úmrtí v rodině... Náhle Riva začne křičet: nikdo prý jí doma nevěnoval pozornost, její starší sourozenci nedbají o její starosti, závidějí jí otcovu přízeň. Riva křičí, nevnímá nikoho ze skupinového kruhu. Teprve po chvíli se unaví a je s to naslouchat... Riva v dětství zažívala sourozeneckou soutěž o pozornost otcovu a jako nejmladší sklízela jeho lásku; ale zejména prožívala, se*

³ Zajímavé potom je, že podobný posttraumatický osud charakterizuje druhou generaci jak obětí, tak pachatelů – děti druhé generace byly zabřemeněny úkolem 'být rodičem svého rodiče'. „...neschopnost rodičů 'zvládnout zasutou a hrozivou součást vlastní vzpomínky' umožnila průnik částí jejich-rodičovské psychiky do základní identity a self-reprezentace jejich dětí. V tomto smyslu tyto děti pak neměly na výběr, než vyvinou to, co Winnicott nazval „falešné self“(Winnicott 1990)“ (Gerhard WILKE: 2007, p. 438).

⁴ Ta je popisována, podle Anny Freudové, takto: „Jestliže čelí hrozbě z vnějšku... identifikuje se subjekt s agresorem. Může tak činit buď že sám si přivlastní agresi, anebo fyzicky či morálně agresora napodobí, anebo přijme specifické symboly moci, kterými se agresor vyznačuje...“ (J. Laplanche, J-B. Pontalis 1973, p. 208).

strachem, ba hrůzou, otcovo občasně běsnění: otec křičel, nevnímal okolí... Později, jako dospělá, si Riva otcovo běsnění dala dohromady s jeho pobytem v koncentračním táboře a po takovém zvědomění byla s to otce politovat, ba milovat... Nicméně, bezděčně od něho něco přijala – totiž jeho úspěšný způsob, jak rodinu umlčet v hrůze. Když se nyní skupina s velkou účastí věnuje jinému potřebnému členovi, zarezonují v paměti Rivy dvojí dávné prožitky: řevnivost sourozenecká a křičení otcovo. Tyto prožitky bezděčně přenesou a ožijí v situaci skupinové...

Identifikace s agresorem se započala v generaci první: otec v naší vině, někdejší vězeň koncentráku, ve svém dalším životě v rodině napodobil chování dřívějších násilníků. Podobně jedná pak i jeho dcera a svět se jí rozpadá na oběti a násilníky. Fenomén identifikace s agresorem se tak přenáší i do generace druhé. Co první generace zažila jako těžký konflikt historie, to druhá generace obtížně tráví v intimě rodiny a těla. **Trauma vzniklé v generaci první na úrovni celospolečenské se do druhé generace přenáší v podobě poruch mezilidských, osobnostních a psychosomatických.**

Termín identifikace s agresorem pochází z 30. let minulého století a původně se vztahoval k obětem násilí na dětech. Dítě strádající násilím ze strany svého blízkého dospělého prožívá těžký konflikt: na svém dospělém je závislé svou existencí a touží jej milovat, současně se mu od něj dostává utrpení a ponížení. Kvůli své existenční a existenciální závislosti nemůže svého dospělého obvinít, hledá tedy vinu v sobě: vytvoří si představu, že jeho trápení je trest za to, že zlobilo, že není dost dobré. Jak dítě vyroste a dospěje, dokáže postupně svého trýznitele vidět kriticky – co však zůstává, je nízká sebeúcta původní oběti, sklon vybírat si vztahy, kdy se v roli oběti opět ocitne, tedy **falešné self – setrvávající identifikace subjektu s rolí, do níž byl uvržen agresorem.** Psychoterapeuti znají takové příběhy, kdy např. mladá žena, která jako dítě v rodině zažívala zneužívání, v průběhu dospívání po právu odsoudí a zavrhne agresora, ale nedokáže obnovit vlastní sebeúctu, sebedůvěru. Neumí uvěřit tomu, že dokáže a smí prožívat lásku. Neumí se vymanit z takového vztahu k sobě, který byl agresorem způsoben, totiž znehodnocení sebe samotné. Takovýto příběh je těžký, ale zní srozumitelně, umožňuje totiž jednoduché rozdělení světa na dobro a zlo: je jasné, kdo je zlosyn a kdo oběť.

Naše příběhy koncentračnické takové jednoduché rozložení na dobro a zlo neumožňují: přiči se nám označit toho rodiče, který dítěti zkomplikoval život, jednoduše jako agresora, i když čistě technicky se takové označení nabízí. V kontextu holokaustu totiž tento **rodič-agresor zcela jasně napřed sám byl obětí bez viny**, tou první a dosud obvykle nejzřetelnější obětí; dítě se pak stane obětí následně.

V našem kontextu se pak jeví obzvláště zřetelně střídání pozic oběť-agresor. Toto střídání se může odehrávat jednak v rozměru mezigeneračním, ale i v osudu jedince, tentýž člověk může být v některé své roli agresor a jindy oběť.

Vedle identifikace s agresorem se pak objevuje další termín, vystihující naši realitu specificky – totiž **traumatofilie**. Záměrem agresora bylo zničení nejen těl, ale i duší. Výsledkem této

snahy jsou mj. sebedestruktivní impulzy v několika generacích těch, jimž měla být zkáza určena.⁵

Viněta 5: *Tereza přichází do skupiny o holi, ještě kulhá po nedávném úrazu. Vypráví, jaké ji potkávají nehody a nemoci. Na podzim pálí trávu, vznikne požár a Tereza se jen taktak zachrání s popáleninami. Prochází kolem náradí opřeného o zeď, již zdálky tuší, co se stane – a opravdu všechno na ni spadne... Manžel ji škádlí – copak tě asi letos zase zneschopní? Ale nehody a nemoci se nevyhýbají ani rodině... Je to pro ni až vyčerpávající. Sbírá energii, jak to lze, vede si deník, aby sama sobě lépe rozuměla, s chutí pěstuje zahradu, ráda pomáhá sousedce v péči o batole... Snaží se jak nejlíp to jde a skupina uznává, že je opravdu statečná.*

Jindy při skupinovém dialogu se Tereza náhle sesune ze židle na zem, chvěje se a jakoby se ocitla někde jinde, sděluje vidění hrůzy: o vězni, kterého honí a trhají psi, který umírá, který musí umírání zažívat opakovaně... Terapeutka si sedá k ní na zem, bere ji do náruče, vybízí ji k pohledu z očí do očí, přivolává ji zpět do místnosti... Tereza vzhledne a spatří další členku skupiny, ta si také přisedla blíže a usilovně se na ni usmívá. Tereza se probere, pookřeje tím úsměvem...

Potom, pobídnuta skupinou, Tereza vypráví: její maminka zažila čtyři roky koncentráků a Tereza, narozená po válce, od věku útlého žila úsilím bránit mamince v sebevraždě. Kdykoli se maminka přiblížila k oknu, Tereza se jí pověsila na sukni a prosila ji. Maminka pak z toho okna nevyskočila. Jindy maminka křičela divným hlasem a bila ji.

Velmi těžko se to členům skupiny poslouchá, ale současně začínají rozumět. Ukazuje se souvislost mezi Terezinou naléhavou potřebou se sdělit a současně neuměním se sdělit: k tomu, aby si na skupině vzala slovo, nasazuje intenzitu až nepřiměřenou, vyčerpávající, je s to se poškodit či propadnout záchvatu, jen aby ji někdo uslyšel... Jakoby své trápení napřed musela připodobnit matčinu, jakoby její vlastní potřeby nebyly dost hodnotné pro vyslovení...

Tereza tedy skupině slibuje, že své pocity nebude odehrávat sebedestrukci nebo záchvatem, ale že je bude sdělovat hned, jakmile se objeví. A opravdu nikdy už pak na skupině záchvatu nepropadne: namísto toho si bere slovo a sděluje se.

Malé dítě pro svůj duševní rozvoj potřebuje láskyplnou pozornost matky, její schopnost spoluprožívat, zrcadlit, dramaticky výrazně odehrávat dětské prožitky, emoce, potřeby, aby si

⁵ „Nejčastěji lidé znovu vytvářejí takové situace, jako jsou ty, při nichž byli traumatizováni, neboť úzkosti s traumatem spojené, stejně jako samo vnímání traumatu, jsou obvykle podrobeny popření a ostatním druhům prvotní obrany... jako jsou enkapsulace a disociace. Lidé pak potřebují traumatické situace znovu vytvářet ve službách vytlačení a útoku a zvládnání a kontroly, a nejvíce ze všeho potřebují vyjádřit svoji neverbální a nepříjemnou zkušenost. Tyto procesy se vážou s nutkavým opakováním a s traumatofilii“ (Earl Hopper, 2003, p. 131).

„Zaměřil jsem se na traumatofilii – lásku k traumatu – jakožto na přehrávání, odehrávání traumatické zkušenosti v naději, že co nemůže být symbolizováno, může být sděleno pohybem, gesty“ (ibidem, p. 193).

je dítě zvědomilo a mohlo vtělit, identifikovat se s nimi vědomě, začlenit je do své vznikající duše. V době Terezina dětství její matka toho nebyla schopna, sama by byla potřebovala láskyplnou pozornost, léčbu, aby se uzdravila ze strašných prožitků Osvětlemi. Nic takového, žádná léčba tehdy nebyla k mání, a tak Terezina matka, podobně jako jiní přeživší, v nouzi brala zavděk možností opřít se o toho nejbližšího člověka, který se naskytl, a často to bylo dítě (podobně jako v generaci ukrývaných dětí). Namísto aby s dítětem s chutí spoluprožívala a spoluvyjadřovala jeho drobné radosti a starosti, zavalila malou dceru celou svou zraněnou, po smrti toužící duší. Malá Tereza pak ve svém vnitřním prostoru (ve své duši) namísto vlastních obsahů vybudovala útočiště pro odštěpené části matčiny, s nimiž se ztotožnila jakožto se svými – vzniklo to, co se označuje jako falešné self. Později, ve věku dospělém, pak svým vlastním emocím neuměla dát jméno ani obsah (neboť je s ní její matka neprožila, nenaučila ji to) a puze naléhavou potřebou, vyjadřovala se slovníkem a způsoby své matky – anebo tak, jak svou matku sama vnímala. Nyní ve skupině Tereza může zažívat korektivní zkušenost – dostává se jí dodatečně toho, co jindy dítě zažívá v raném věku: pozornosti, spoluprožívání, pojmenovávání, zvědomování.

- **Porucha jako přirozená odpověď zdravé duše, poškození jako norma**

Cítíme potřebu učinit na tomto místě vsuvku: některé osudy našich lidí působí velmi trýznivě a jakoby už na hranici normy. Jakožto terapeuti respektujeme potřebu nestrannosti a současně se členy naší skupiny upřímně, hluboce spoluprožíváme. Dáváme najevo ocenění, když klient dokáže s velikou upřímností a důvěrou sdělovat okolnosti osobně bolestné – a je takových sdělení daleko více, než může obsáhnout tento text.⁶

Je tedy naprosto zřejmé, že **poruchy následující po prožitku koncentračního tábora je třeba vidět nikoli jako výraz osobnostní patologie, ale právě naopak: jako reakci citlivého člověka na situaci vymykající se přirozenosti a lidskosti**: kdyby prožitek koncentráku člověka neohrozil na zdraví, znamenalo by to, že je necitlivý. Toto zjištění chceme vyslovit právě v souvislosti s příběhy, které uvádíme, kdy je zřejmý přenos následků traumatu na další generaci: **primární patologie není v nás, ale v onom patogenním traumatu**.

Přijmeme-li pak Hopperovu definici traumatofilie, nabízí se otázka: co vlastně naše klientka musela opakovaně nevědomě odehrávat svým sebedestruktivním chováním? Komu patřily obrazy, které při záchvatu popisovala, o vězni, který opakovaně umírá? Byla to fantazie o prožitcích její matky v koncentračním táboře? Týkalo se to matčiny trýznivých sebevražedných pokusů? Či byla to metafora klientčinych sebedestruktivních náhod...

- **Smrt je téma nadmíru vábivé**

⁶ Bezpečnou oporou je nám pojetí vyjádřené v Mezinárodní klasifikaci nemocí, která posttraumatickou stresovou poruchu diagnostikuje takto: „...zpožděná a/nebo protrahovaná odezva na stresovou událost nebo situaci... neobvykle hrozivého nebo katastrofického rázu, která pravděpodobně téměř u každého vyvolá pronikavou tíseň (např. přírodní nebo člověkem způsobená katastrofa, boj, vážné neštěstí, přítomnost u násilné smrti jiných osob, být obětí mučení, terorismu, znásilnění nebo jiného zločinu). Pokud jsou přítomny predisponující faktory, jako např. osobnostní rysy (např. kompulzivní, astenické) nebo neurotické onemocnění v dřívější anamnéze, mohou snižovat práh pro rozvinutí syndromu nebo zhoršovat jeho průběh, ale nejsou ani nezbytné, ani nestačí k vysvětlení jeho výskytu“ (MKN 10, p. 133).

nejen v umění, ale někdy i v životě, a dokonce i při psychoterapii. Potřeba hranic je nám zřejmá právě v takových chvílích. Pomáháme klientu téma Thanatu zvědomit a vyjádřit slovy, věříme, že je pak nebude muset vyjadřovat nevědomým chováním, odehráváním. Ale nejvíce ze všeho povzbuzujeme přirozenou sebezáchovu:

jednak podporujeme vyvádění agrese ven, k sebeobraně, místo dovnitř k sebedestrukci – zejména aby se jedinec nebál vyjadřovat tzv. „spravedlivý hněv“;

velice nám pomáhají síly skupinové koheze, vzájemné podpory, porozumění a spoluprožívání, tedy síly instinktu opačného, síly Erotu;

s nadějí vidíme a podporujeme klientčinu vlastní sebetvorbu, totiž její schopnost obnovovat sílu v kontaktu s přírodou, s dětmi a při vlastní tvořivé činnosti.

- **Potřeba smyslu a potřeba viny**

Téma destrukce a sebedestrukce velmi souvisí s prožíváním viny. Jednou z primárních potřeb člověka je potřeba smyslu. Poznali jsme, že zneužívané dítě může svá traumata přežít snáze, když pro ně dokáže najít rámec dávající smysl, jakkoli falešný: aby dítě přežilo své strádání z ruky svého dospělého, vysvětlí si je jako trest za své viny. Dítě má potřebu vnímat svého dospělého s božskými přívlastky, jakožto všemohoucího, vševědoucího, všudypřítomného, vládnoucího nad pravdou a právem, tedy nevinného. Jenom takový božský rodič je s to ochránit dítě, které ještě postrádá vlastní účinnou sebeobranu i schopnost samostatného kritického vidění. Dětská potřeba vidět rodiče takto idealizovaně je silnější, než dětská schopnost analyzovat situaci zneužívání, než dětská schopnost obrany self, které ještě vůbec není zralé a snadno se zamění za self falešné. Je pak jen logické, že prožitky bolesti a hanby, pro dítě nesnesitelné, pokud postrádají smysl, jsou pro jeho duši únosnější tehdy, jestliže je jim přiřčen smysl: jsou-li viděny jakožto trest za provinění. **Vina je únosnější nežli nedostatek smyslu.** Síla původního dětského sebeobvinění, síla odpovídající mocné potřebě smyslu, působí potom i do dospělosti tak účinně, že může natrvalo snížit sebezpřijetí subjektu, a to i přes kritické rozpoznání, označení a odmítnutí skutečného viníka.

Vědomí smyslu bylo jednou z mocných motivací, které při utrpení pomohly přežít. Ti, kdo se ocitli v koncentráku pro svoji činnost či vyznávání, byli s to vtělit pronásledování do smyslu své životní cesty a čelili stresům a utrpení posílení. Ti, kdo byli pronásledováni pro tzv. „rasu“ (k níž se mnohdy ani nehlásili), zažívali nesmyslnost, která ubírala sílu k obraně.

Potřeba smyslu je tak základní, že je srozumitelná i myslí primitivní a vulgární. Zvláštní způsob mučení vynalezli dozorcí koncentračních táborů, kteří nutili vězně přenášet těžké kameny ostrým tempem po schodech vzhůru a zase zpět. Výsměch smyslu, zpupné vyhlášení moci, je obsažen též v pověstném nápise nad branou „Arbeit Macht Frei“. Je třeba vidět, že zvrácená potřeba zničit nejen těla, ale i duše, se potom někdy setkala s úspěchem.

Potřeba smyslu je jednou z hlavních, které nás motivují všechny, včetně našich lidí v naší skupině. Abychom byli s to strávit osudy svých rodičů a prarodičů, pokoušíme se vlastní životní cestu nějak vtělit do těchto souvislostí, a to tak, abychom svůj smysl mohli vidět jakožto nápomocný, korektivní, vysvobozující.

Uveďme nyní další variantu této snahy.

Viněta 6: „Nebyl bych se narodil, kdyby moji prarodiče nezemřeli v koncentráku,“ říká Jakub nešťastně. „Moji rodiče by se pak nebyli našli a já bych se byl nenarodil. Narodil jsem se proto, že oni tak hrozně zahynuli. Co s tím můžu udělat?“

Jakub pro nás v mnohém charakterizuje druhou generaci. Vybral si pomáhající profesi jako životní poslání a díky své bystrosti a jazykovým znalostem dosahuje mimořádných úspěchů. Daří se mu obdivuhodně i vztahy rodinné. Ale sám na sobě vidí něco divného: jakoby sám sobě stále něco kazil, takové jsou to divné drobnosti. Odchází na důležitou schůzku a otálí tak dlouho, až zmešká spoj. Nalezne vzácný nerost do své milované sbírky, ale vzápětí jej záhadně ztratí... Není to nedbalost, cítí nějaký skrytý záměr: „Jako bych si to dělal naschvál.“ Říká tomu „zatloukám si hřebíky do hlavy“.

„Já si musím pořád zatloukat do hlavy nějaké hřebíky, musím se nějak trestat, abych s tím tátou taky něco nesl,“ říká. Jenže Jakubův táta už dávno nežije. Jakub sám je táta, ale své bolestné synovství není s to opustit. „Táta si nikdy nestěžoval,“ vypráví Jakub, „číslo na předloktí nosil pod rukávem a nikdy o tom nemluvil. Ale já jsem viděl, jak na to nikdy nepřestal myslet. Stačilo, aby se zadíval do dálky, dostal takový zvláštní výraz a mně bylo jasné, že zase na to myslí. Byl bych ho chtěl před Tím ochránit, ale zpětně už to nešlo. Napadlo mne, když si udělám nějakou bolest nebo nepříjemnost, že tím jakoby něco z tátý sejmu, že mu pomůžu... Anebo jinak: já se mám teď moc dobře, ale rodiče tátovi byli zavražděni a on byl čtyři roky otrok a zažil mučení – jak to můžu odčinit? Jak bych mohl něco ze svého dobrého osudu převést na ně? Jak něco z jejich osudu nést s nimi? Možná když se budu nějak jakoby trestat?“

Na takováto slova členové skupiny živě reagují, Jakub mluví i za ně. Na příkladu druhého lépe rozumějí sobě samým, vlastním různým sebeničivým náhodám...

Protagonista v tu chvíli mluví i za členy skupiny, jako dítě doma, jakoby mluvil, či spíše spontánně jednal i za své sourozence. Ti se tolik netrápili, necítili potřebu utrpení prarodičů a rodičů vyrovnávat sebetrápením. Tato dobrovolná role rodinného obětího beránka je v kontextu následků šoa přerámčována jako rituální „slavnostní svíce“ (Wardi, D, 1992).

Při pobytu ve skupině se členové učí svá neurotická přání zvědomovat. Náš protagonista si je si vědom absurdity svého puzení, proto také do terapie vstoupil. Přes toto zvědomování je pro něj těžké sebetrestající chování opustit zcela...

Souvisí to s potřebou smyslu, osmyslením celého rámce. Než se smířit s nesmyslností utrpení, subjekt dá přednost možnosti vytvořit si koncept viny a trestu jakožto smyslu. Podobně je tomu i zde: aby unesl nesmyslnost smrti svých nejbližších, prožívá protagonista vinu za svůj nerušený dobrý život. Vytvoří si dodatečné trápení jakožto trest, aby mohl utrpení nést spolu s někým, aby svým sebetrápením pomohl. Touha po smyslu může být silnější než sebezáchova i než racionalita a **součástí smyslu je i vina jakožto vysvětlení, a potom i trest jakožto odčiňování.**

- **Rozpětí mezi kulturou a neurózou**

Téma viny a trestu je jedno ze základních lidských témat a odvíjí se od poznání vlastní smrtelnosti. Nevyhnutelnost a jistota smrti je poznání tak absurdní a strašné, že jakmile si je člověk zvědomil, touží jakožto úlevu nalézt jeho smysl – a proto si vytváří koncept viny, hříchu jako svého existenciálního zakotvení. Poznání dobrého a zlého, poznání vlastní konečnosti, pojem prvotního hříchu, vyhnání z ráje nevědomosti... to vše je součástí jediného mýtu o prvotním člověku. Přijetí viny, hříchu jakožto základního lidského údělu a smyslu, může být pro subjekt snazší než poznání konečnosti, než představa smrti bez jakéhokoli smyslu. Smrtelnost jako trest za hřích je únosnější než smrtelnost beze smyslu.

Jedná se pak o vinu mimoracionální, o vinu existenciální, která souvisí se smyslem existence. **Téma, se kterým se člověk jako jedinec vyrovnává s pomocí neurotického příznaku, může člověka jakožto druh inspirovat k symbolizaci – ke stvoření kulturního výtvaru, mýtu.** V některých zemích je sebetrýznění – spolunesení kříže a zabíjení hřebů do vlastního těla (a to doslova) vnímáno jako projev hluboce náboženský, tedy jako součást kultury. Rozpětí mezi společenskou kulturou a individuální neurózou je lidskému druhu vlastní. Obě řešení mohou být viděna jako obrana a jakožto oddělená od racionálního poznání.

Podle našeho pojetí lze sebetrýznění chápat jakožto neurotický příznak, po jehož odléčení může subjekt smysl hledat lépe, svobodněji, účinněji. Protagonista předchozí viněty nicméně zmiňuje další okolnost, která se v anamnéze lidí z druhé generace vyskytuje docela pravidelně, je to **porucha rodinného dialogu, existence tabuizovaných témat.** Rodiče mnohdy skrývali svá vytetovaná čísla, při dětských dotazech zaváděli řeč jinam, nemluvili o svých mrtvých příbuzných ani o židovských kořenech rodiny, potlačovali svoje pocity, neúčastnili se bytostného rozhovoru... Takto jednala – jistě též v souvislosti s politickou cenzurou a s antisemitskými procesy 50. let – velká část první generace u nás (na rozdíl od rodičů amerických, kteří, jak popisuje Helen Epsteinová, své děti řečmi o koncentracích někdy obtěžovali až příliš).

Příslušníci naší druhé generace v dětství málo zažili vyjadřování emocí a intimní dialog se svými nejbližšími, neměli tedy potom jak, od koho se to naučit. Svůj život, svoji kulturu včetně komunikace museli objevovat a vytvářet částečně nově.

- **Řeč těla jako vyjádření emocí či tělesných potřeb a symboly osobní, novotvary – sny**

***Viněta 7:** Ilona skupině vypráví svůj sen: „Viděla jsem malou holčičku, ještě nemluvně. Namísto v postýlce ležela na okenní římse zvenčí, docela nahá, v zimě, jakoby vystrčená ven. Uvnitř v pokoji bylo teplo a lidi, vypadalo to ale, že ji nikdo nevidí. Bylo mezi nimi to sklo. A ona tam ležela nad tou hlubinou, neuměla mluvit...“*

Sny máme ve skupině rádi, rozumíme jim jako sdělením, která nesou význam. A tak okamžitě zazní otázka „kdo je ta holčička?“ - a Ilona vypadá, jako by chtěla plakat...

Ilona je překladatelka, překládá slova a příběhy cizích lidí, vládne mnoha různými jazyky, „půjčuje lidem svoji hlavu“, jak říká. Sama pro sebe jazyk moc nepoužívá. Na skupině spíše mlčí a je-li k hovoru vyzvána, omlouvá se, že druhým zabírá čas. Pokud o sobě něco sděluje, tedy spíše krátce, věcně, bez emocí.

Vlastně si toho doma říkali docela málo. Tatínek žil za války s falešnou identitou, asi aby unikl transportu, a zvykl si o sobě nemluvit. Maminka jakožto kojeneček a batole žila v

sirotčinci, kdoví jak, o čem a kdo ji učil mluvit... Ilona doma nezažila hovory o ničem osobním, o minulosti, a vlastně ani o přítomnosti. Občas se mluvilo o věcech profesních nebo občanských. Pocity se nedávaly najevo, i když Ilona si je jista, že členům rodiny na sobě vzájemně záleželo.

Později se Ilona vdala za muže, kterého si vážila pro jeho veřejné postoje. Manžel býval zaneprázdněný, žili vedle sebe, ale nikoli spolu: jakoby odděleni sklem... Děti odrůstaly, Ilona onemocněla, přežila operace... Zažívá psychoterapii. Sebe samu nejlépe sděluje pomocí snů, také začala psát povídky. Svoje pocity může vyjádřit pouze jazykem symbolů. Ale dokáže vyjádřit pocity bez zábran, když spoluprožívá za jiné, tehdy si dovolí i hněv a ukáže svůj překvapující a chytrý smysl pro humor: člen skupiny vypráví o jednání s úředníky, Ilona náhle zaimprovizuje skeč proti byrokracii, pojme ji i s hereckým projevem – a skupina se hlasitě rozesměje – překvapeně, osvobozeně...

Spoluprožívání emocí podněcuje terapeutický účinek. To, co protagonista neumí vyjádřit sám za sebe, náhle prožije spolu s někým jiným, kdo se rozhněvá, kdo se rozpláče, jakoby za něho.

Viněta 8: *Alena vypráví, jak ji někdy matka bila. Alena se narodila jako třetí, poslední dítě, říká, že ji maminka možná už ani nechtěla. Chtěla pracovat, „být užitečná, aby se to vraždění, kterému v koncentráku sama jen taktak unikla, už nikdy neopakovalo“. Není divu, že se pak maminka vracívala z práce unavená a že pak už neměla sílu a že jí někdy ujely nervy... „Mívala jsem po tom bití dlouho velké modřiny,“ říká Alena, „možná jsem mamince překážela, ale já jsem moc chtěla být hodná!“ Alena mluví monotónním hlasem a jakoby bez výrazu, zato členové skupiny zareagují daleko bouřlivěji: někteří se rozčílí, zlobí se na matku, někdo na Alenu, že za sebe nebojuje, někdo pláče. V té záplavě emocí se Alena náhle probere z apatie. Bouřlivě vzlyká, pláče, žasne – a posléze jakoby nově ožila.*

Skupina členovi poskytuje to, co matka dítěti: spoluprožívání, tolik potřebné pro jedince, aby dokázal zvědomit své osudy a vyrovnávat se se svými pocity a motivacemi s pomocí slov a vědomých počinů.

Milníky na cestě skupiny jsou krize, spoluprožití, katarze, usmíření, sebezpřijetí, oživení. Spoluprožívání vnímáme jako ústřední. Co člověk způsobil (jakožto „man-made disaster“), **co je člověkem zaviněná katastrofa, na to nejlépe působí zase lidská pomoc přímo, spoluprožívání malé lidské skupiny, která je základní podobou člověčenství.** Pro druhou generaci tato pomoc spoluprožíváním účinkuje dvojnásob, právě proto, že mnozí to rodičovské spoluprožívání zažili v dětství nedokonale, jejich rodiče si pevné soužití s dítětem nedovolili: nikoli pro nedostatek lásky k dítěti, ale pro nedostatek lásky k sobě. Tím, koho matka bila, nebylo jen dítě, byla to i matka sama, která skrze destrukci dyády 'matka-dítě' ničila i sebe samu. Takoví rodiče si potěšení s dítětem nedovolili

kvůli vlastnímu sebestlačení a sebesnížení, v rámci falešného self, nevědomé identifikace s agresorem.

Toto sebedestruktivní chování bývalo pak na úrovni vědomí kompenzováno nějakým obranným mechanismem, kupříkladu podporou spásitelských ideologií. Ideologie související s tímto stavem duše ostatně bývala také ideologií násilí, ideologií totalitní (u nás to byl komunismus padesátých let).

- **Zápas duše a zápas těla**

Větna 9: *Rut vypráví: v jejich sochařském ateliéru se objevil nový spolupracovník a Rut mu se samozřejmostí uvolnila své místo, svůj světlý prostor. Jenže na ni teď zbývá jen tmavý koutek. Co si to sama sobě udělala?*

Členové skupiny komentují... Rut si náhle na něco vzpomene: Když jako dívka dorůstala, maminka jí věnovala nový gauč, krásný vyřezávaný. A Rut ho vyměnila s bratrem za ten jeho obyčejný. Ale proč? Rut přemýšlí... asi pro ni bylo těžké mít před bratrem nějakou výhodu. A pak si uvědomí: něco se jí opakuje celý život! Vždy dá přednost druhému, a pak musí unést nějaké následky. Musí to unést, musí být silná. Celý život vždy pečuje o druhé více než o sebe... tu se náhle zarazí: už přece zabrala skupině tolik času, říká, je třeba předat slovo zase dalším – a terapeutka soudí, že Rut právě v tuto chvíli zase zamýšlí 'dát svůj gauč někomu jinému'.

Rut přišla do skupiny vlastně nadvakrát. První docházku skončila, aby se mohla více věnovat druhým. Po pár letech se vrací: Ráda by snížila svoji tělesnou hmotnost – není moc silná? Možná nedávno tolik přibrala, když začala užívat antidepresiva? Rut totiž teď pečuje o maminku v její bezmoci, každodenně po práci za ní chodí, předčítá jí a zklidňuje ji... Musí být silná, vždýcky musela. Maminčiny úzkosti vyvažovala už jako holčička, když maminka občas chtěla skončit svůj život. Rut ji tehdy nasazovala veškerou svou dětskou sílu... Rut nežije nikdy ani trochu pro sebe, konstatuje skupina, musí být strašně silná, aby všechno vydržela.

Rut dostala od osudu mnoho darů: vrozenou fyzickou krásu, vlohy umělecké a laskavý vhled do tváře druhých. Ale nedovolí si své dary užívat, opakovaně překračuje svoje bezpečné hranice, nasazuje větší sílu, než může... Její bytost nevědomá pak volá o pomoc řečí těla a použije archaickou obranu: pro zápas o život se tvor umí udělat na pohled mocným, velkým, silným... a tehdy se tělo beze slov obaluje sebou samým jako silnou ochrannou vrstvou...

Slova nejsou to, co by Rut v dětství postrádala. Její dětství bylo prostoupeno mnoha slovy, intelektuálními rozmluvami dospělých a knihami, avšak – slova, slova, slova. Rozhovor bytostný, intimní dialog o věcech nejpodstatnějších, ten chyběl: těžké bylo pro rodiče mluvit o tom nejdůležitějším, o zavraždění prarodičů za holokaustu a otázce, zda tomu snad mohli zabránit... a od těžkého mlčení o tom prvním se odvíjelo mlčení o všem dalším.

Malá Rut ztratila důvěru ve slova. To nejpodstatnější vyjadřuje neverbálně. Namísto zvukem, slovem, se vyjadřuje – prostorem. Dopřává jej štědře druhým, ten svůj prostor života. A stala se sochařkou: vydává se do prostoru vně sebe a zanechává ve hmotě působivá poselství, která jiným jazykem než jazykem prostoru vyjádřit nelze. Ve chvílích těžkých pak zápas o život do prostoru sochá vlastním tělem silné heroiny: pomine pak úzkost těla a nastane prostornost těla...

V situaci stresu lidská řeč může ztratit svoji dominantní roli a tělo mluví některým jazykem archaickým. To, že člověk jako druh pro svoji řeč používá ústrojí dechové, patří až k posledním stupínkům na cestě oddělení od ostatních živých, umění řeči není vrozené a každé dítě se řeč musí učit. Jiní živí tvorové používají pro dorozumění jiné tělesné funkce, pohyby, vůně... Tyto rozmanité funkce těla použije pro nevědomou komunikaci někdy i člověk, tím, že je obdaří symbolickým významem.

- **Hlad těla a hlad duše**

Často bývá symbolickým významem obdařena významná funkce orální. Potrava, jídlo, hlad nebo nasycení – to bylo za války, v koncentracích, jedno z dominantních témat naší rodičovské generace.

Viněta 10: *Dalia vypráví své nedávné sny. Všecky byly o jídle. Měla nakrmit spoustu lidí, stále jich přibývalo. Jídla bylo napřed málo, pak zase přebytek, nezvládala to. Nikdo jí nepomohl: otec zmizel, matka se šla dát korunovat za královnu, dcera byla ještě malá. Ani žádný muž nepomohl. Oporou jedinou bylo kotě a terapeutky. Dalia prožívala bezmoc, věděla, že musí všecky nakrmit, jinak se stane něco strašného...*

Skupina se zlobí na tátu a mámu, kteří tam nejsou, když je dcera potřebuje. Dalia cítí podporu, a tu se jí vybaví vzpomínka: vidí sebe jako malou holčičku, sedí skrčená nad talířem, nad ní stojí otec a řve. Že to Dalinka musí dojít, i kdyby jí ty brambory měly lézt ušima ven, a že se nesmí napít, aby neměla břicho plné vody... Holčička si představí, jak jí ty brambory polezou z uší jako červi, a je jí z té hrůzy na omdlení. Když má polknout, dáví se. Když míjí jídelní stůl, zavírá oči. Je hubená až podvyživená... Jistě tehdy tátovi připomínala – tak to vidí Dalia dnes – jeho rodiče, kteří zemřeli v ghettu v Lodži. Zřejmě zemřeli hladem. Třeba proto tak nutkavě krmil dceru, když už nemohl nakrmit rodiče? Pro tátu bylo jídlo téma traumatizující, pro dceru potom taky, pro každého jinak... Ale kde byla tehdy maminka?

Objeví se vzpomínka ještě jedna, starší: je spánek a je probuzení, dítě otevře oči a volá. Je přání jídla a přání dotyku. Ale nikde nic. A tu tiše přijde čtyřmohý tvor, posadí se a hledí: zlatýma očima s podlouhlými panenkami. Volání se utiší. Dětská ručička se vztáhne, dotkne. Je to živé, teplé, huňaté, vydává to hluboký klidný zvuk... není jídlo, ale je dotyk. 'Daliu vychovaly kočky,' směje se později maminka. Maminka - nekorunovaná královna rodiny...

Téma jídla je dodnes pro Daliu divné. Má strach uvařit a prostřít pro hosta. Zkouší upéct bábovku, ale prožívá při tom nevysvětlitelný strach, že tu informaci z kuchařky nedokáže proměnit v těsto – ona, která lehce zvládá všecky informační technologie. Daří se

jí její prestižní práce, daří se jí pěstovat osobní eleganci a radovat se z ní, daří se jí před lidmi ukrýt setrvalou dlouholetou depresi. Večer přijde domů, odepíše dětem na mailly z jejich zahraničních univerzit a nakrmí kočku. Potom jí. Sama. Moc. Ani neřekne jak moc. Ale proč to dělá?

Terapeutka se ptá, koho to Dalia v těch snech krmila, co to bylo za lidi, a Dalia říká: „No jasně jsem krmila všechny ty lidi z koncentráků, ale co s tím mám dělat?“ a je v tom hlase skoro pláč...

Terapeutka se ptá, kdo jí to krmení nařídil nebo koho tím chce usmířit – a téma se stáčí zase k tátovi. Nabízí se nápad: Použijeme metodu dvou židlí, proti Daliině židli posadíme imaginárního tátu a budeme simulovat rozhovor. Dalia si to jen představí a hned se rozjasní: dovolila by si to, co v dětství nemohla, ví, kam by tátu s tím jeho krmením poslala, ochránila by své hranice před násilím!

Terapeutka nabízí svoji představu: Úkol všechny nakrmit se nemůže zdařit, ty mrtvé nakrmit už nejde. Přitom téma jídla příliš naplňuje Daliin vnitřní prostor – její duši. Možná tam pak nezbývá dost místa pro muže, jakkoli upřímně Dalia po lásce touží?

Při jednom z klubů inscenujeme hraní rolí a Dalia si zahraje roli novou – je to ona, kdo prostře stůl a krmí – ten imaginární, kdo sedí za stolem, je její táta a daří se to krmení v míru a bez násilí...

Žijeme symbolickým životem skupiny, abychom proměnili svůj život reálný. Na příští skupinu výjezdí pak Dalia přináší překvapení: moučník, který sama podle kuchařky upekla. „Když jsem ho pekla, modlila jsem se,“ říká Dalia. Je to rekech – moučník k židovskému svátku.

Plynou týdny, měsíce. Dalia se daří žít bez antidepresiv! Je to po dlouhých letech veliká změna.

Jindy sdělí, že možná začne partnerský vztah. Možná se v jejím vnitřním prostoru tvoří nové místo – pro lásku?

Jídlo a láska se potkávají v žaludku nejen podle lidové představy, ale i pohledem vývojové psychologie. První objetí a první hledění z očí do očí zažívá člověk při kojení, potrava je první dar lásky. Dotyk a jídlo, potrava a láska dosud nejsou odděleny, a jakožto jediný zdroj života plní a sytí dosud jediný vnitřní prostor.

Dítě roste a postupně dokáže rozlišovat jídlo a vztah. (Neumění rozlišit, zaměňování vztahu za jídlo, představuje neurotickou potíže.) Jak jedinec zraje ke zdraví a dítě k dospělosti, z původní nerozlišenosti se funkce orální odděluje k samostatnosti a samostatně pak zraje i vnitřní prostor. Anatomickou předlohou vnitřního prostoru jsou ženské vnitřní orgány a jejich sublimovaným obrazem je – duše. Vlastní potravou vnitřního prostoru – duše – pak už není jídlo, ale láska.

- **Kulturní zpracování tématu jídla jako klíč k identitě?**

S potravou se vyrovnává nejen jedinec při svém vývoji, jídlo je tématem, které zpracovávají všechny kultury, každá po svém. Jídelní kultura může vydat překvapivé svědectví.

Viněta 11: *Annou od mládí trápí silné bolesti hlavy, léčí se léta, marně. Je šťastně vdaná matka malých dětí, je krásná a může dělat, co jí těší. Tak proč má takové trápení?*

Přichází do skupiny jako nová a s chutí se včleňuje do dialogu. Ale proč mluví tak nápadně potichu? Při jejích slovech ztichnou i ostatní, těžko je slyšet... U Anny doma se šeptalo. Anna vyrůstala jen s maminkou, a ta nemluvila skoro vůbec, a když, tak šeptem. Maminka nekřičela, nehádala se, neplakala, nikdy Annu neobjala, nedala najevo cit. Nic.

Ale proč?

Anna zkoušela něco zvědět v létě od dědečka a babičky. Moc se nedozvěděla, jen to, že za války se babička s maminkou jako batoletem musela schovávat v lese. Nesmělo se tam křičet. Nesmělo se mluvit, jenom šeptem. Jak dlouho to trvalo? Anna neví... A dědeček prý nějak měnil křestní listy – ano všichni jsou pokřtěni, jsou křesťané.

Jako dospělou Annu napadlo slovo „Židé“, ale nikdo v rodině jí nic k tomu neřekl. Přichází do naší skupiny. A brzy po svém příchodu se účastní našeho obvyklého víkendového pobytu, je to na chalupě, kam jindy jezdí členové Židovské obce s rodinami. Skupina se ubytuje, nastává vaření. Členové rozdělují potraviny do dvou ledniček, domlouvají se, kterým nožem krájet máslo a kterým maso, použité nádoby rozdělují do dvou mycích dřezů – už se to vše naučili z respektu k těm, pro něž toto dělení má rituální význam... Po jídle se pak skupina sesedne v obvyklém kruhu... A tu promluví Anna: Zažila tady a teď veliký zážitek, veliké poznání! Přesně takhle divně vaří její maminka a vařila i babička! U žádné spolužačky Anna nezažila takové oddělování nádob a jídel, takový zvláštní způsob vaření...

A tak je teď Anně jasné, jak to s ní je.

Opakované víkendové pobyty jsou jednou z našich specifik a současně složkou velmi účinnou. Třídenní soužití terapeutický proces vždy znatelně posune.

Skupina je nám jedním z pomocníků života – tuto zkušenost jsme učinili nejen my v Rafael Institutu, ale podobně i kolegové v zahraničí, kde následky traumatu holokaustu a jeho transgeneračního přenosu bývají s úspěchem léčeny s pomocí skupinové psychoterapie (De Levita, D., 2001).

DISKUSE

Tento **text neobsahuje údaje kvantitativní**, nemáme vzorek kontrolní, nejedná se o zprávu výzkumnou. Co možno věrně sdělujeme prožívání a úryvky osudů (v rámci zachování důvěrnosti). Sdělujeme nicméně skutečnosti obecnější, počet strádajících je vyšší. O těch, kdo

se vyrovnali bez potíží, obvykle nevíme, ale jejich většinový podíl bychom si přáli. Současně také zjišťujeme, že **projevy posttraumatické poruchy i projevy posttraumatického růstu se mohou projevat i v chování jednoho člověka**, například členové naší skupiny dokážou své strádání mnohdy proměňovat v pozitivní hodnotu, počínaje skupinovými prožitky porozumění a vstřícnosti. Takové žádoucí postoje pak mohou vyzařovat i do velké společnosti.

Od samého začátku skupinové terapie pro generace po holokaustu jsme se vyrovnávali s tím, že naše skupina se poněkud lišila od standardních psychoterapeutických skupin. Naši členové se vyznačovali dobrým vzděláním i pracovním postavením, ale nízkým počtem příbuzných, neúplností až neexistencí rodiny. Zřejmě proto od počátku vnímají skupinu jako náhradní rodinu, hluboce prožívali smrt naší milované členky nejstarší, v situaci okamžité nouze si poskytují vzájemně pomoc i mimo skupinová sezení, nejlépe se cítí na společném výjezdovém pobytu, někteří se do skupiny i po skončení docházky vrací na jedno či více setkání... Zvažovali jsme a zvažujeme skupinové hranice a pravidla, diskutujeme s kolegy zahraničními. Uklidnil nás zejména dialog s Davidem de Levitou (2001), který měl mnohaletou zkušenost s moderováním podobných skupin v Německu a Holandsku. Ujistil nás, že v těchto tendencích jsou si naše skupiny podobné. **Vykazují některé rysy vzájemně podpůrné, avšak svým základním založením jsou to skupiny psychoterapeutické.**

V této souvislosti třeba zmínit i roli terapeuta: od samého začátku až doposud, i při postupné proměně členů, **je to skupina, kdo je tím hlavním inspirátorem proměny, ke skupině jako celku se vztahují přenosové vztahy členů.**

Od počátku naší práce se skupinou jsme se také setkávali s občasnými dotazy ostatních kolegů, kteří naši rodinnou anamnézu nesdíleli, na náš názor, totiž: **zda je třeba, aby terapeut sám či ve své rodině následky šoa zažil**, řečeno jinak, zda terapeut léčící trauma holokaustu musí být taky Žid. Na tuto otázku máme dvě odpovědi.

První naše odpověď zní „zajisté nikoliv, netřeba“: dobrý terapeut dokáže pomoci i v situaci, kterou sám nezažil (a takových kolegů, kteří tak činí a jichž si vážíme, známe dost). Tento názor sdílíme ve vší upřímnosti.

Druhá odpověď je na straně klientů: opakovaně od nich slýcháme, že různé terapie pro své potíže již zažili, ale nedokázali promluvit o židovských kořenech své rodiny, o osudu rodiny za šoa, či sdělili něco z toho jen okrajově. Celoživotní tabu a strach byly příliš silné. A teprve ve skupině, kde onu zkušenost sdílejí s ostatními i s terapeutem, se dokážou osvobodit od zábran, dokážou budovat pocit svobody. Takový argument je nám srozumitelný, mnozí z nás terapeutů jsme to rodinné těžké tabu zažili stejně, to nás právě původně vedlo k založení svépomocné peer-group (ještě před skupinou klientskou). Ostatně i jindy a jinde se daří různým jiným specifickým psychoterapeutickým nebo svépomocným skupinám: manželek alkoholiků, rodičů dětí specificky nemocných... a různým dalším skupinám, jejichž členy sbližuje pocit stejnosti nebo prožitek podobného osudu. Taková okolnost přispívá ke kohezi a otevřenosti mezi členy skupiny anebo, jako v našem případě, důvěru ve skupinu vůbec umožňuje.

Nicméně nabízí se ještě další námitka, kterou známe z doby předchozí, z doby totality. Za totality, v době totální cenzury, nás tajně navštěvovali stateční kolegové ze zahraničí, vozili vzácné knihy a přednášeli na neveřejných domácích seminářích. Občas vyslovili zdvořilou otázku k naší tehdejší praxi psychoanalytické a k praxi cvičné analýzy: zda totiž se analytik

spolu se svým pacientem nebo s kandidátem neocitají v konfliktu zájmů, neboť spolu sdílejí tajemství přede všemi ostatními, jsou spolu spjati a znevolnění společnou ilegalitou. Kontext společenský potom vystupuje do popředí, zatímco by naopak jeho význam měl být minimální...

Nemůže tomu tak být nyní s námi a našimi klienty, **že bychom byli natolik spjati společným osudem, že by nám to mohlo bránit v nezaujatosti a v terapeutické nezávislosti? Že bychom se ocitli v konfliktu zájmů, řekněme, mezi terapií a spojenectvím?**

Tato námitka je založena na předpokladu, že v zájmu úspěšné terapie má kontext ustoupit a v popředí zájmu se ocitá především vztah klient-terapeut nebo jedinec-skupina, skupina-terapeut. A ti spolu mohou být ve vztahu neutrality, neboť žádný kontext tomu nebrání. Tento předpoklad zajisté má své opodstatnění pro rozvoj přenosových vztahů, a to zejména ve skupinách tradičních, které se obvykle zabývají především terapií potíží vzniklých v mikrosocietě, v rodině.

Téma kontextu však nemožno odsunout či nezvědomovat při terapii traumat způsobených silami společenskými. Trauma způsobené silami makrosociálními, krizí velké společnosti, není-li pravdivě reflektováno, léčeno, zvládnuto v první generaci (což se v případě šoa a v podmínkách naší historie zdařit ani nemohlo), může ústit do nového nešťastného řešení v rámci velké společnosti – může vést k návratu či přenosu totalitních vzorců. To se v první generaci opravdu v některých případech přihodilo, jak jsme shledali. Mesianistické řešení bylo dobře míněným, ale nešťastným pokusem o post-traumatický růst.

V případě traumat vzniklých jako následek násilí mezi lidskými skupinami nemůže terapie celospolečenská témata pominout, potlačit, ale vyhradí jim patřičné místo. Taková je ostatně teorie i praxe moderní skupinové analýzy: úkolem terapeuta není kontextu se vyhnout, odsunout jej na okraj. Terapeutova možnost jediná je kontext zvědomovat tak, jak v životě skupiny vyplyne, včetně terapeutova vlastního místa v kontextu. **Jestliže terapeut a skupina jsou spojeni kontextem, je třeba toto spojení opakovaně reflektovat a vždy znovu přeložit zpět do základního vztahu terapeutického.** Tento proces třeba pečlivě zvážit, umožňovat zvědomování a vytváření postojů – a přitom se nenechat vtáhnout do role didaktické, případně do skupinové alfa-role. Terapeut se nesmí rozplynout ve spojenectví, ve svůdném přátelství, nesmí v kontextu setrvávat. (Terapeut se také podrobuje pravidlu abstinence, resp. potlačení svých potřeb ve prospěch sublimace.) Terapeutova role je vše zvědomovat a interpretovat, bezpečně **podržet skupinu v její hranici symbolického útvaru**, hlídat tolik svůdné přesahování a rozplývání do reality. A teprve touto rolí a jejími pevnými hranicemi se uskutečňuje terapeutův soukromý, verbálně nesdělovaný vztah blízkosti a lásky ke skupině a jejím členům.

ZÁVĚR – SHRNU TÍ

Záměr agresora se částečně zdařil – totiž záměr ničit nejen těla, ale i duše. Prožitek koncentračních táborů, prožitek pronásledování pro tzv. rasový původ (tedy pro něco daného, bytostného) ničil to, co v jedinci buduje péče matky: sebezáchovu, existenci obranných hranic osobnosti, možnost lásky k sobě i k druhému člověku, základ důvěry v lidský rod – vše, co se

vytváří skrze takzvanou připoutávací vazbu mezi matkou a dítětem (Honzák, R., 2011). Ohroženo a mnohdy zničeno bylo to, čím se člověk počiná. Trauma holokaustu jakožto výsledek skupinové nenávisti a násilí narušilo samotný pudový základ. Tam, kde by měl panovat Eros, sebezpřijetí a přijetí druhých, zvítězil Thanatos, který je ve vědomí reprezentován mj. kategorií viny a na úrovni mezilidské může vést k totalitním vzorcům chování. Na úrovni psychiky individuální působí ztrátu smyslu, naděje, řádu a lásky jakožto součást depresivní poruchy, a dále nejrůznější projevy traumatofilie, kdy jedinec je opakovaně a setrvale puzen k sebedestrukci. Ženy, jejichž narcistické sebezpřijetí (původní dar jejich matek) bylo zničeno, jejichž dominantním setrvalým prožitkem se stalo očekávání, či dokonce přivolávání smrti, byly poškozeny ve svých biofilmních schopnostech mateřství. (Podobně i otcovská schopnost mohla být poškozena.) Sebemařící sklon se pak jako neverbální vtištění mohl přenést i do další generace.

Druhá generace zažila tabuizaci tématu šoa, zažila nedokonalost příběhů a slov, absenci rodinného dialogu, a s rodiči prožívala především neverbálně jejich zraněné duše i těla. Trauma, jež svými kořeny tkví ve velké společnosti a v předchozí generaci, zpracovává druhá generace především jakožto následek rodinné dynamiky. Bojuje s ním v bolestech svých smyslů, žvýká a tráví je ke škodě svých útrob, zápolí s ním svými osobními těžkými osudy. Druhou generaci provázejí potíže psychosomatické a zraněný koncept člověka, totiž pocity viny a s tím pak související deprese, ztráta smyslu, sklony sebemařící.

Jakkoli jsou těžká narcistická zranění mnohdy reflektována na úrovni racionálního poznání, nebývá snadné je vyléčit. Poškození po sám antropologický základ, po zničení mateřského díla – je možná náprava? Věříme, že odpovědí není akademický úsudek, ale pouze praktické úsilí jako jediný možný počin.

Poškozené mateřské dílo se může regenerovat s pomocí mateřské péče symbolické – uvnitř malé lidské skupiny, resp. speciální skupiny psychoterapeutické. Skupina založená na stejnosti identity a podobnosti osudů skýtá pocit bezpečí. V regresi pak člen okusí spoluprožívání, zrcadlení, zvědomění, nepodmíněné přijetí – tedy to, čím matka dítěti umožňuje onu připoutávací vazbu. Tak se obnovuje důvěra jedince v sebe sama, v druhého, v lidský svět a v budoucnost. Tato proměna je cílem terapie a může se dařit. Je dílem úsilí více let a ochranlivých hranic psychoterapeutické skupiny, která na úrovni nevědomé matku reprezentuje. Na úrovni vědomé členové skupinu mohou prožívat jako náhradní rodinu. Proměna se odvíjí skrze zvědomování nevědomých obsahů a současné hledání smyslu. Proměna se projevuje jakožto posttraumatický růst.

Ten proces se podobá zápasu a my jej se členy skupiny spoluprožíváme. Uvědomujeme si jeho hodnotu. Vlastně přesahuje hranice psychoterapie. **Je to stále jedno a totéž úsilí, od toho pradávného plebiscitu na poušti až podnes – je to stále tentýž zápas o řád a smysl lidského života.**

BIBLIOGRAFIE:

1. *Bible, Exodus 24,7, Kalich Praha 1975:152 - The Holy Bible, Exodus 24,7, London 1611: 93*
2. *De Levita, D. „říjen 2001, osobní sdělení – Oct. 2001, personal communication*

3. Honzák, R. (2011), *Holokaust – nezacelená rána*, in print for *Psychosom*
4. Hopper, E. (2003): *The Social Unconscious*, Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia:131
5. Horwitz, L. (1983): *Projective Identification in Dyads and Groups*, *Int .J. Group Psychoter.*33(3):259–279
6. Laplanche, J. Pontalis, J.–B. (1973): *The Language of Psychoanalysis*, The Hogarth Press, London:208
7. MKN 10
8. Preiss, M. (2009) *Trauma a posttraumatický růst*, *Psychiat. pro praxi*, 10(1):12–18
9. Resnik, S. (1999) *Borderline Personalities in Groups*, *Group Analysis* 32(3):331–347
10. Resnik, S. (1999) *Borderline Personalities in Groups*, in: *Group Analysis* 32(3):331–347
11. Rice & Benson (2005): *Hungering for Revenge*, in: *Group Analysis*, 38(2):224
12. Wardi, D. (1992) *Memorial Candles, Children of the Holokaust*, Routledge
13. Weinberg, H., Nuttman-Schwartz, O., Gilmore M. (2005) *Trauma Groups: An Overview*, *Group Analysis*, 38(2):188
14. Wilke, G. (2007) *Second Generation Perpetrator Symptoms in Groups*, *Group Analysis*, 40(4):429–447

PŘÍLOHA: ANKETA

Po třinácti letech zkušenosti se skupinovou terapií jsme se rozhodli pro netradiční zpětnou vazbu: rozeslali jsme anketu současným i minulým členům skupiny. Několik charakteristických odpovědí, zkrácených pro tento účel, nyní zmíníme:

- „*Trápila mne neschopnost komunikace, ztráta sebevědomí... na skupině mi pomohl zájem ostatních, zjistila jsem, že mohu komunikovat se vzdělanými lidmi, aniž bych si o sobě myslela, že jsem pitomá, díky skupině mám ráda i rodinu svého bývalého muže, což je veliká změna.*“ (absolventka, věk 55 let)
- „*Nejvíce mi pomohl pocit sounáležitosti, účasti, bezpečí, zjištění, že se mohu o své starosti podělit, to jsem do té doby neuměla... terapie mi zachránila život.*“ (absolventka 46 let)
- „*Doma jsem nemohla vůbec mluvit o svých pocitech ani starostech. Trápila mne neschopnost spát déle než 2–3hodiny, zkoušela jsem terapii individuální, ale nebyla jsem schopna vydržet pozornost upřenou pouze na mne... Skupinu jsem vždy velmi silně prožívala. Pro mne bylo nesmírně osvobozující mluvit o svých problémech... nejvíce mi pomáhají situace, kdy méně kontroly své jednání a myšlení – tedy hry nebo rozhovory, které se mě zpočátku osobně netýkají, a teprve následně mě vtahují a jsem v nich schopna rozeznat logiku mých podvědomých duševních pochodů. Nejvíce mi pomohlo vědomí, že svým blízkým mohu i velmi energicky oponovat, aniž bych je nějak poškodila, že mám právo prosazovat svou vůli... větší důvěra i váha i úcta k vlastním názorům a činům.*“ (členka 57 let)

- Nikterak nepřekvapuje, že první, co našim lidem nejvíce na skupině pomohlo, byla úleva z možnosti komunikace, znovunalezení řeči v situaci bezpečí a důvěry. Skupinovou kohezi – možnost důvěry k lidem a vzájemné spoluprožívání – vnímali jako něco neobvyklého, jako vzácnost a zdroj radosti.
- Podstatné je také to, co bylo třeba sdělovat, jaký druh obsahů:
- *„Měl jsem problémy se svou židovskou identitou, strach přivést na tento svět děti. Nejvíce mi pomohlo, že na skupině jsem byl schopen vyjadřovat smysluplně své obavy, myšlenky, nápady, reakce, starosti, a že to vše bylo vesměs přijímáno jako něco vhodného, oceňovaného.“ (absolventka 58 let)*
- *„Důvodem vstupu do skupiny byly moje partnerské problémy, problémy s projevy antisemitismu a také potřeba trochu porozumět svému židovství... silně na mne zapůsobilo vyprávění přeživších... zážitky ve skupině jsem prožívala a dožívala často velmi silně. Nevím, co mi nejvíce pomohlo, ale fakt je, že už zdaleka tolik nebrečím.“ (absolventka, nyní 55 let)*
- *„Hodně důležité pro mne bylo, že skupina je židovská – podobné zázemí, vše snáze sdělitelné, podobné zážitky z rodin a pocity účastníků (i terapeutek). Nyní mám odvalu komunikovat otevřeněji v rodině i mimo ni. Svět se nezhroutí, když udělám chybu.“ (čl. 62 let)*
- Schopnost přijmout svoji identitu židovskou, i schopnost přijmout sám sebe obecně, a rostoucí chuť to činit, konec pocitu společenského vyčlenění, jinakosti – tak členové naší skupiny viděli podstatu své cesty ke zdraví.
- *„Nejvíce mi pomohlo zjištění, že nejsem tak 'divná' a 'jiná'.“ (abs. 53 let)*
- *„Nejvíce mi pomohlo zjištění, že já sám musím být spokojený, abych mohl pomáhat druhým a řešit svoje problémy. Bezprostředně po ukončení docházky se můj stav zlepšil, v současnosti jsem bez problémů.“ (abs. 51 let)*
- *„Nejvíce mi pomohlo ocenění od členů skupiny a od terapeutek, až díky tomu jsem si uvědomil, jak hluboce si nevěřím... před vstupem do terapie jsem měl intenzivní myšlenky na sebevraždu... na skupině mi došlo, že jsem milováníhodný.“ (abs. 34 let)*
- *„Některé problémy se určitě přenášejí přes generace... pocit viny, strach, pocit, že si musím všechno zasloužit, ale přitom se držet stranou a moc nevynikat... nejvíce mi pomohlo, že zdaleka nejsem sama se svými problémy a že nejsem divná jen proto, že je mám. Nejvíce mi pomohl pocit, že jsem přijatá.“ (čl. 59 let)*
- Možnosti přijmout sám sebe v pravdivé podobě ale někdy brání těžké narcistické zranění, provázené falešným self, to pak vytváří potřebu jiného sebeobrazu:
- *„Do vaší skupiny jsem vstoupila, abych psychoterapii podpořila a dodala k ní odvalu dalším potřebným v mém okolí. Oficiálně jsem uváděla, že chci pro sebe něco udělat...“ (abs., nyní asi 67 let)*
- To, co respondenti někdy shledávají jako příčinu nepřijetí sebe samého a co samo o sobě tvoří obrovské a setrvalé téma v rámci terapie, jsou pocity viny na různém stupni zvědomění.
- *„...strach a pocit viny, za kterou nemohu, a kterou, abych si ji uchoval a zdůvodnil, stále občerstvuji vytvářením drobných i chronických tísni... poznal jsem velikost rozporu mezi rozumnou analýzou a tímto nutkavým mechanismem.“ (čl. 63 let)*
- *„Velmi silně na mne zapůsobilo opakované sdělení terapeutky, že vina je pouze tehdy mám-li zlý úmysl a činím něco se zlým úmyslem. Nemusím si tedy vyčítat, že se něco nepovedlo, můžu si odpustit a můžu odpouštět i druhým... není to ničí vina... potom*

mi velmi pomohlo a zároveň mne udivilo, že pocity a zkušenosti účastníků skupiny si byly tak moc podobné, a smířilo mne to tudíž s těmi mými.“ (abs. 49 let)

- Potíže s pocitem viny naši skupinu od počátku charakterizují, vedle strachu a nezvyku komunikovat. Cesta ke svobodě se otevírá při dialogu v situaci koheze a přijetí, zejména v okamžiku náhlého sebepoznání, identifikace s někým druhým:
- *„Bylo mi stále smutno, měla jsem noční děsy, psychosomatické potíže. Byla jsem zbytečně tvrdá sama k sobě, věnovala jsem více sil druhým, to mne oslabovalo. Uvědomila jsem si, že si nechávám vědomě ubližovat. Nejsilněji na mne zapůsobilo, když jsem slyšela, jak jedné z účastnic ubližovala matka, rozplakala jsem se poprvé ve skupině a vybavilo se mi moje dětství.“ (abs. 48 let)*
- *„Můj otec byl za války v ghettu už jako dítě. Mívala jsem chronické deprese. Důvodem ke vstupu do skupiny pro mne byla naděje, že budu mít možnost být mezi lidma židovského původu, a taky naděje, že se prolomí moje blokády komunikační a nebudu mít konflikty s lidma... Mně hodně pomohlo, když jsem o sobě vyprávěla. Když jsem to ze sebe dostala a brečela, najednou problém zmizel a začala jsem žít úplně vysvobozena. Zmírnil se pocit odcizení, konflikty s lidma nemám. A změnila jsem si jméno, po rozvodu jsem přijala zpět své dívčí.“ (čl. 44 let)*
- Svobodný krok, krok sebepřijetí, který následuje po katarzi, pak může být docela neobvyklý.
- *„Nejsilněji na mne zapůsobilo, když jsem na skupině dala velmi ostře najevo svoji nelibost s vyprávěním někoho, vlastně už nevím, o co šlo. Ale já jsem praštila sklenicí s vodou o zem, protože jsem se už nemohla ovládnout. To u mne bylo naprosto výjimečné, své emoce moc neprojevují a tehdy jsem je neprojevovala vůbec. Ve skupině jsem se naučila své emoce až tak neskrývat, ale musím říci, že můj muž to těžce snáší... nejdůležitější pro mne bylo uvědomění, že mám právo být jaká jsem, sama za sebe, že tu nejsem jen pro ostatní, ale i pro sebe a že je to vlastně povinnost k sobě.“ (čl. 61 let)*
- Když členka skupiny praští sklenicí, leckdo by třeba vzpomněl termín „agování“. My jsme naopak docela obvykle velice rádi. Ta rozbitá sklenice je pro nás nejlepší důkaz proměny, jakého je klientka v tu chvíli schopna. Jsme rádi, objeví-li se krok proměny spontánně. Jindy se takový krok proměny pokoušíme umožnit plánovitě, někdy i při různých technikách neverbálních, anebo při hraní rolí.
- *„Silných prožitků ve skupině je spousta. Třeba na klubu, kdy Jakub mluvil s Terezou v roli její dcery: odehrálo se před námi neuvěřitelné, na spousty otázek, které těžce Terezu trápily jako pocity viny, Jakub na tyto věci odpovídal s neuvěřitelnou přesností a moudrostí, jako by byl ta dcera... Tereza dostala úlevu, nějaké vnitřní vysvobození a to viděli všichni...“ (čl. 44 let)*
- Prožitek proměny nezávisle potvrzuje v anketě i protagonistka sama:
- *„Nejsem jediná, kdo má problém jako dítě rodičů přeživších holokaust. Nejsilněji na mne zapůsobilo sezení v klubu, kdy jsem pochopila souvislosti mých nynějších potíží s těžkostmi při výchově... mé dcery.“ (čl. 59 let)*

