

Berne

Eric Berne

Transakční analýza v psychoterapii




portál

Berne

Eric Berne

Transakční analýza v psychoterapii



portál

Původní anglické vydání:

Transactional Analysis in Psychotherapy:

The Classic Handbook to its Principles

Copyright © 1961 by Eric Berne

All rights reserved including the right

of reproduction in whole or in part in any form.

This edition published by arrangement with

Ballantine Books, an imprint of Random House,

a division of Penguin Random House LLC.

České vydání:

Translation © Adéla Polomíková 2012, 2025

Afterword © Blanka Čepická, 2025

© Portál, s. r. o., Praha 2025

ISBN 978-80-262-2306-1

In Memoriam
Patris Mei David
Medicinae Doctor et Chirurgiae Magister
atque Pauperibus Medicus
MONTREAL, CANADA, 1882–1921

Obsah

Předmluva	7
Terminologie	9
Poděkování	11
Úvod	13
 I Obecné úvahy	 18
 I Psychiatrie individua a strukturální analýza	 24
II Struktura osobnosti	25
III Funkce osobnosti	35
IV Psychopatologie	43
V Patogeneze	52
VI Symptomatologie	62
VII Diagnóza	72
 II Sociální psychiatrie a transakční analýza	 89
VIII Společenský styk	90
IX Analýza transakcí	99
X Analýza her	108
XI Analýza scénářů	131
XII Analýza vztahů	145
 III Psychoterapie	 154
XIII Terapie funkčních psychóz	155
XIV Terapie neuróz	172
XV Skupinová terapie	188

IV Hranice transakční analýzy	220
XVI Jemnější struktura osobnosti	221
XVII Pokročilá strukturální analýza	232
XVIII Manželská terapie	246
XIX Regresní analýza	262
XX Teoretické a technické úvahy	272
 Dodatek: Ukončený případ, který je dále sledován	 290
Výkladový slovníček základních pojmů transakční analýzy . .	310
Doslov	317

Předmluva

Tato kniha nastiňuje jednotný systém individuální a sociální psychiatrie tak, jak byl vyučován v průběhu předchozích pěti let na semináři skupinové terapie v Mount Zion Hospital v San Francisku, na psychiatrické vědecké konferenci v Monterey Peninsula, na seminářích sociální psychiatrie v San Francisku a v novější době ve State Hospital Atascadero a v Institutu neuropsychiatrie v Langley Porter Neuropsychiatric Institute. Tento přístup nyní užívají terapeuti a skupinoví pracovníci jak v prostředí rozličných institucí, tak v soukromé praxi k léčení téměř všech typů mentálních, emočních či charakterových poruch. Vzrůstající zájem o tuto problematiku a rovněž větší rozšíření těchto principů ukázaly, že je zapotřebí vydat tuto knihu, neboť začíná být obtížné splnit všechny žádosti o přednášky, dotisky a odpovídat na všechny dopisy. Autor měl tu čest navštívit nemocnice pro duševně choré v přibližně třiceti různých zemích v Evropě, Asii, Africe a na ostrovech v Atlantiku a Pacifiku a využil příležitosti testovat principy strukturální analýzy v různých etnických a kulturních prostředích. Přesnost a prediktivní hodnota těchto principů velmi dobře obstály v obzvláště přísných podmínkách, které vyžadovaly, aby se demonstrující dokázali přiblížit také jinak smýšlejícím lidem, kteří pocházeli z prostředí pro ně exotických.

Vzhledem k tomu, že je strukturální analýza obecnější teorií než ortodoxní psychoanalýza, bude čtenář k sobě a k autorovi korektnější, pokud odolá, přinejmenším zpočátku,

pochopitelnému pokušení vtěsnat obor strukturální analýzy do psychoanalýzy. Zkusíme-li se na to – správněji – podívat z opačné strany, zjistíme, že psychoanalýzu lze popsat jako metodologicky vysoce specializovanou oblast strukturální analýzy. Kupříkladu transakční analýza, sociální aspekt strukturální analýzy, hovoří o několika typech „zkřížených transakcí“. Pestrá škála fenoménů přenosu může být téměř celá shrnuta pod tento jediný typ, který zde označuji jako „zkřížené transakce I. typu“. Jiné příklady vztahu psychoanalýzy a strukturální analýzy uvádím dále v textu.

Terminologie

Pojem *transakční analýza* bude nadále užíván jako název celého systému včetně strukturální analýzy. Ve vhodných kontextech použiji termín striktně ve smyslu analýzy jednotlivých transakcí.

Sociální psychiatrie zde znamená studium psychiatrických aspektů specifických transakcí nebo souborů transakcí, jež se odehrávají mezi dvěma a více konkrétními jedinci v konkrétním čase a prostoru. Srovnávací psychiatrická epidemiologie neboli porovnávání psychiatrických problémů různých sociologických, kulturních či národnostních skupin, které je také občas nazýváno „sociální psychiatrií“, je adekvátně a možná lépe a přesněji popsáno výrazem „srovnávací psychiatrie“. (Tento problém v nomenklatuře jsem probíral již dříve /v roce 1956/ a přitom jsem se zmínil tom, že pojmu „srovnávací psychiatrie“ už užil Yap v roce 1951.)

Zájmeno *on* se často vztahuje k osobě obecně, nezávisle na pohlaví. Sloveso *je* v technickém kontextu znamená, že se daný jev, pokud je mi známo, vyskytuje pravidelně. Sloveso *zdá se* značí, že „mně se to tak z opakování jeví, avšak ne tak často, abych si tím byl jist“. Skuteční lidé jsou označováni jako „dospělý“, „rodič“ a „dítě“. Když je pak píši s velkým počátečním písmenem, jako *Dospělý*, *Rodič* a *Dítě*, hovořím o stavech ega, nikoli o osobách. Jako odpovídající adjektiva používám „rodičovský“, „dospělý“ a „dětský“, někdy s velkým počátečním písmenem, jindy s malým, v závislosti na kontextu.

Pojem *psychoanalýza* a jemu analogické výrazy by v této knize měly odkazovat k tomu, co je známo jako ortodoxní psychoanalýza čili řešení konfliktů z dětství systematickým užitím volné asociace, v němž se pracuje s fenomény přenosu a odporu dle systému freudovské psychoanalýzy. Je však nicméně třeba vzít v potaz, že před několika lety jsem se s psychoanalytickým hnutím, v němž jsem setrval po dobu patnácti let, oficiálně rozloučil (přičemž jsme si navzájem zachovali přátelské vztahy). Mé pojetí funkcí ega je odlišné od toho, jak jim rozumí převážná většina ortodoxních psychoanalytiků; nejvíce se blíží úhlu pohledu Federna (1952) a jeho žáka Edoarda Weisse (1950).

Poděkování

Díky patří především všem ze San Franciska, kteří mne svým zájmem o transakční analýzu v jejích časných fázích podpořili: doktoru R. J. Starrelsovi, který sledoval její vývoj téměř *ab initio*; doktoru Martinu Steinerovi, jenž organizoval první semináře v Mount Zion Hospital, a paní Eugenii Prescottové ze sanfranciského ministerstva zdravotnictví, která organizovala první večerní seminář. Jsem obzvláště vděčný těm, kteří mne vyzvali nebo mi dovolili, abych své nápady předložil ke kritickému posouzení jejich personálu a názorně je doložil v klinické praxi: doktoru Normanu Reiderovi z Mount Zion Hospital, doktoru Donaldu Shaskanovi z Kliniky duševní hygieny pro veterány, doktoru M. Robertu Harrisovi z Institutu neuropsychiatrie v Langley Porter a doktorům Reginaldu Roodovi a Victoru Arcadimu ze State Hospital Atascadero.

Nejdynamičtější vývoj se odehrál na seminářích sociální psychiatrie v San Francisku. Velice mne potěšilo, že tolik lidí navštěvovalo tyto semináře týden za týdnem po celé měsíce a nakonec i roky, přičemž museli často urazit dlouhé vzdálenosti, a mnozí byli kvůli tomu nuceni měnit své nabitě rozvrhy. Ti, kteří pravidelně přispívali svými kritickými poznámkami a dodatky a/nebo aplikovali strukturální a transakční analýzu ve svých vlastních skupinových terapiích nebo při práci s individuálními případy a kteří podávali zprávy o dosažených výsledcích, byli velmi nápomocní při shromažďování formulací. K těmto lidem

patří slečna Viola Littová, sekretářka seminářů, slečna Barbara Rosenfeldová, která každý týden věnovala transakční analýze mnoho hodin a přispěla mnoha užitečnými nápady; pan Harold E. Dent, doktor Franklin Ernst, slečna Margaret Fringsová, doktor Gordon Gritter, doktor John Ryan, paní Myra Schappsová a pan Claude Steiner. Jsem také vděčný těm, kteří přispěli nebo s velkou pravidelností naslouchali na Klinické konferenci o psychiatrii, která se konala v Monterey Peninsula (abych uctil příjemnou neformální a poučnou týdenní zkušenost formálním názvem): doktoru Brunovi Klopferovi, doktoru Davidu Kupferovi, doktoru Herbertu Wiesenfeldovi a slečně Anitě Wigginsové, registrované sestře. Tento seznam by dále mohl být rozšířen o ty, kteří navštěvovali semináře čas od času a jejichž otázky a postřehy podněcovaly k dalším úvahám. Také jsem ocenil příležitosti nabízené všemi programovými vedoucími všech setkání, na která jsem byl pozván jako přednášející. A jsem vděčný těm, kteří se nabídli, že se budou účastnit skupinových terapií jako pozorovatelé, abych mohl určit, jestli má verze toho, co se stalo, byla pouze mou vlastní fantazií, nebo zda s ní souhlasí i někdo jiný. Nade všechno jsem vděčný pacientům, kteří mi odhalili struktury svých osobností a poskytli mi příležitost rozvinout principy transakční analýzy.

Na závěr musím poděkovat těm, kteří mi nejvíce pomohli s psaním samotné knihy. Přibližně stovce klinických lékařů, kteří ji pozorně četli a nabídli mi své návrhy; své ženě, že udržovala mou mašinerii v plynulém provozu a za její trpělivost během mnoha večerů, které jsem trávil ve své pracovně; a paní Allen Williamsově za její svědomitou a inteligentní administrativní službu.

Carmel-by-the-Sea, Kalifornie, duben 1960

Úvod

Stav ega (tzv. egostav) můžeme fenomenologicky popsat jako souvislý systém pocitů spjatý s určitým jedincem. Operacionálně jde o soustavu souvislých vzorců chování, a pokud jej popíšeme věcně (pragmaticky), jde o systém pocitů, které mobilizují s nimi spjatý soubor vzorců chování. Penfield¹ ukázal, že u epileptických jedinců jsou vzpomínky uchovávány ve své přirozené formě jako stavy ega. Přímoú elektrickou stimulací obnažené temporální kůry na libovolné straně byl Penfield schopen tyto stavy vyvolat.

„Jedinec znovu cítí emoci, kterou v něm původní situace vyvolala, a uvědomuje si, jak tuto situaci poprvé (ať už správně, či chybně) pochopil. To znamená, že evokovaná vzpomínka není přesná fotografická či fonografická reprodukce minulých scén a událostí. Je reprodukcí toho, co pacient viděl, cítil a pochopil.“ Dále Penfield zaznamenal, že tyto evokace byly diskrétní a „nesplývaly s jinými podobnými zkušenostmi“.

Penfield uvedl, že se mohou ve vědomí vyskytovat dva odlišné egostavy současně jako diskrétní, navzájem se od sebe lišící psychologické entity. V jednom takovém případě „násilného“ opětovného prožití zkušenosti pod vlivem elektrické stimulace pacient vykřikl, že slyší smích. Pacient sám nicméně „necítil nutkání se zasmát, ať už bylo podnětem cokoli. Byl si však nějakým způsobem zdvojeně vědom dvou

1 Penfield, W. „Memory Mechanisms.“ *Arch. Neurol. & Psychiat.* 67: 178–198, 1952, s komentářem L. S. Kubieho et al.

současně probíhajícími situacemi. Jeho výkřik poukazoval na jeho okamžité uvědomění si rozporuplnosti dvou souběžně pociťovaných situací – jedné v přítomnosti a té druhé vtlačené do jeho vědomí z minulosti“. Myslí se tím, že si pacient uvědomoval svou přítomnost na operačním sále a směřoval svůj výkřik lékaři, zatímco současně, pokud je taková reminiscence „dotlačena do pacientova vědomí, se mu jeví jako právě přítomný prožitek“. Až když vše pomine, může jej pacient následně rozpoznat jako živou vzpomínku z minulosti. Taková vzpomínka je „tak jasná, jako by následovala třicet sekund po skutečné události“. V momentě stimulace se pacient stává zároveň „hercem i obecenstvem“.

Penfield, Jasper a Roberts² zdůrazňují rozdíl mezi znovu-prožitím těchto komplexních záznamů v paměti, tj. oživením kompletního egostavu, a izolovanými fenomény, které se objevují při stimulaci zrakové nebo sluchové kůry nebo paměti sloužící k zapamatování řeči a slov. Kladou důraz na fakt, že dočasný záznam v paměti s sebou nese důležité psychické elementy, jako je porozumění významu zkušenosti, a emoci, která mohla být takto vyvolána. Penfield sám nicméně termín „stav ega“ neužívá.

Kubie ve svých komentářích k těmto experimentům³ poznamenává, že jedinec je zároveň pozorovatelem i pozorovaným a že se čerpá jak z rezervoárů archipallia, tak neopallia. „Vyvolání vzpomínky je ve své podstatě totální a má daleko větší obsah, než je pacient vědomě schopen uchopit. Blíží se rozsahu, kterého lze někdy docílit u pacientů v hypnóze.“ Minulost se stává tak bezprostřední

2 Penfield, W. & Jasper, H. *Epilepsy and the Functional Anatomy of the Human Brain*. Little, Brown & Company, Boston, 1954, Chap. XI.; Penfield, W. & Roberts, L. *Speech and Brain-mechanisms*. Princeton University Press, Princeton, 1959.

3 Penfield, W. & Roberts, L. *Speech and Brain-mechanisms*. Princeton University Press, Princeton 1959.

a žijou jako přítomnost. To, co je evokováno, je specifické prožití specifické zkušenosti. Verbální či neopallální paměť zřejmě slouží jako krycí vzpomínka (screen memory), která zahrnuje senzorické (či tělové) vzpomínky týchž zkušeností. Kubie ukazuje, že události jsou prožívány zároveň dvěma způsoby, v archipalliu i neopalliu. Je vhodné zde uvést prohlášení Cobba z téhož sympozia,⁴ že „studium emocí je nyní legitimní lékařskou činností“, kterou uvádí do souvislosti s fyziologií „archikortexu“.

Psychologům, to jest studentům mysli – ať už vystudovali cokoli – je dobře známo, že kompletní egostavy mohou být uchovávány trvale. Federn⁵ jako první na půdě psychiatrie zdůraznil, co Penfield později názorně demonstroval ve svých pozoruhodných neurochirurgických experimentech, že psychologická realita je založena na kompletních a diskrétních stavech ega. Uvádí, že termín „stav ega“ (egostav) se nejdříve setkal s odporem. Bylo zkrátka jednodušší nadále přemýšlet z hlediska ortodoxního konceptuálního pojetí než se přeorientovat na fenomenologický přístup.

Weiss⁶, Federnův hlavní zastánce, psychologii ega ujasnil a systematicky uspořádal. Weiss popisuje stav ega jako „skutečně prožívanou realitu jedincova duševního a tělesného Já spolu s obsahy právě prožívaného životního období“. V této souvislosti Federn mluví o „každodenních stavech ega“. Weiss poukazuje přesně na to, co Penfield prokázal: že stavy ega předchozích věkových úrovní jsou uchovávány v potenciální působnosti uvnitř osobnosti. Toto tvrzení bylo již dostatečně klinicky podloženo zjištěním, že tyto stavy ega „mohou být za specifických podmínek znovu aktivovány:

4 Cobb, S. „On the Nature and Locus of Mind.“ Ref. I, 172–177.

5 Federn, P. *Ego Psychology and the Psychoses*. Basic Books, New York, 1952.

6 Weiss, Edoardo. *Principles of Psychodynamics*. Grune & Stratton, New York, 1950.

například v hypnóze, ve snech a při psychóze“. Weiss také upozorňuje, že „dva i více odlišných egostavů může bojovat o místo ve vědomí a mohou také existovat ve vědomí zároveň“. Potlačit traumatické vzpomínky nebo konflikty je podle Federna v mnoha případech možné pouze tehdy, když pacient potlačí související stav ega jako celek. Rané egostavy zůstávají zachovány v latentním stavu, dokud nejsou aktivovány určitými podněty. Navíc pokud jde o aktivaci čili katexi egostavů, Federn říká, že tato aktivace sama je prožívána jako pocit ega. To souvisí s problémem, čím a jak je konstituováno „self“.

Weiss mluví o „reziduálním infantilním egostavu dospělé osoby, která obvykle zůstává aktivována, avšak za určitých okolností lze tento stav snadno znovu aktivovat v podobě“ tzv. „dětského ega“. Na druhou stranu si lze povšimnout jiného typu ovlivnění, jež Weiss nazývá „psychická přítomnost“, což je mentální obraz jiného ega, někdy rodičovského, které působí na jedince emoce a chování. Popisuje nejružnější situace, v nichž a) reziduální infantilní egostav, b) nynější stav ega nebo c) psychická přítomnost mohou, v tomto pořadí, rozhodovat o tom, jak jedinec zareaguje.

V novější době Chandler a Hartman⁷ pracující s LSD-25 demonstrovali nápadnou podobnost mezi farmakologickou reaktivací archaických stavů ega a stavy získanými elektrickou stimulací mozkové kůry, ačkoli stejně jako Penfield ani oni neužívají samotný pojem „stav ega“. Popisují totéž simultánní prožívání dvou egostavů, jednoho orientovaného směrem k současné vnější a psychologické realitě, druhého jako „znovuprožívání“ (spíše než pouhé „vybavení“) scén datujících se až do prvního roku života, „s velkou živostí barev

7 Chandler, A. L. & Hartman, M. A. „Lysergic Acid Diethylamide (LSD-25) as a Facilitating Agent in Psychotherapy.“ *A. M. A. Arch. Gen. Psychiat.* 2: 286–299, 1960.

a jiných detailů, kdy se pacient cítí opět přítomen v situaci a prožívá afekty v celé původní intenzitě“.

Jsou i jiní než zde zmínění autoři, jejichž práce souvisí s tématem egostavů, avšak citované postřehy poslouží k tomu, aby čtenář obrátil pozornost na tyto jevy. Předmětem této práce je strukturální a transakční analýza, které jsou založeny výhradně na klinickém pozorování a zkušenostech s pacienty, dřívější předsudky jsou ponechány stranou. Za těchto podmínek se studium kompletních stavů ega vyvinulo jako „přirozený“ přístup k psychologii a psychoterapii. Ale jak naznačil Federn, mnozí terapeuti jsou vyškoleni přemýšlet a pracovat z hlediska ortodoxních pojetí, přirozený přístup proto není vždy důkladně probádán. Když autor hledal potvrzení svých výsledků strukturální a transakční analýzy v již existující literatuře, s potěšením objevil – nebo znovu odhalil –, že následuje stezku vyšlapanou dvěma jeho nejvýznamnějšími učiteli (Penfieldem a Federnem). Důležitost výňatků, které byly uvedeny v předmluvě, začne být zjevná v průběhu následujícího textu.

Obecné úvahy

1. Princip

Strukturální a transakční analýza nabízí systematickou, ucelenou teorii osobnosti a sociální dynamiky vycházející z klinické zkušenosti a na akci založený racionální způsob terapie, která je vhodná, srozumitelná a přirozeně adaptovatelná na velkou většinu psychiatrických pacientů.

Konvenční typy psychoterapie mohou být zhruba rozděleny do dvou tříd: na ty, které zahrnují doporučení, ujišťování a jiné „rodičovské“ funkce; a na „racionální“ přístupy založené na konfrontaci a interpretaci, jako jsou například nedirektivní terapie a psychoanalýza. Nedostatkem „rodičovských“ přístupů je, že přehlízejí či potlačují pacientovy archaické fantazie, takže z dlouhodobé perspektivy ztrácí terapeut příliš často kontrolu nad situací a zjišťuje, že je překvapen či zklamán z finálního výsledku případu. Racionální přístupy jsou koncipovány tak, aby nastolily kontrolu zevnitř; při užití obvyklých metod může tento proces zabrat mnoho času, a mezitím jsou nejen pacient, ale i jeho nejbližší a známí vystaveni důsledkům jeho nerozumného chování. Má-li pacient malé děti, takové zdržení může rozhodujícím způsobem zasáhnout do vývoje charakteru potomka.

Přístup strukturální a transakční analýzy pomáhá tyto obtíže překonat. Vede k rychlému zlepšení pacientových schopností tolerovat a posléze kontrolovat své úzkosti

a odehrávání, a tudíž uchovává mnohé z výhod „rodičovské“ terapie. Terapeut si je zároveň plně vědom archaických elementů v pacientově osobnosti, neztrácí se nic z hodnoty racionální terapie. Ukázalo se, že je obzvláště cenná v těch případech, kde se konvenční terapie dají jen těžko efektivně aplikovat. Tyto případy zahrnují poruchy osobnosti různých typů; latentní, remitující či hraniční případy schizofrenie a maniodepresivní jedince a také mentálně retardované dospělé.

Co se výuky týče, strukturální a transakční analýze se dá naučit efektivněji a snadněji než většině ostatních klinických přístupů. Principy mohou být pochopeny během deseti týdnů a s rokem supervize jinak dostatečně kvalifikovaný klinik či vědecký pracovník nabývá poměrně slušné odborné kompetence v teorii i praxi. Formální psychoanalytický trénink může být alespoň na počátku podnětem k silnému odporu proti principům strukturální analýzy, ledaže by se tento psychoanalytik obzvláště zajímal o psychologii.

Posouzení sebe samého je v tomto systému oproštěno od některých potíží autopschoanalýzy, a tak je pro praktikujícího relativně snadné rozpoznat a kontrolovat ve svých vlastních reakcích archaické či škodlivé prvky.

2. Postup

V individuální i skupinové práci postupuje tato metoda v úrovních, jež lze jasně definovat a které přinejmenším schematicky následují jedna druhou, takže jak terapeut, tak pacient mohou v jakémkoli momentě určit terapeutickou pozici s poměrně velkou přesností, to znamená, že mohou říci, čeho dosud dosáhli a jaký nejbližší krok je pravděpodobně čeká.

Strukturální analýza, která musí předcházet transakční analýze, se zabývá segregací a analýzou egostavů. Cílem této procedury je zajistit převládnutí egostavů, které jsou v kontaktu s realitou, a oprostit je od kontaminace archaickými a cizorodými elementy. Jakmile je tohoto cíle dosaženo, může pacient přistoupit k *transakční analýze*: nejprve k analýze jednoduchých transakcí, posléze k analýze stereotypních sérií transakcí a konečně k analýze dlouhých komplexních operací, které se často týkají několika osob a jsou zpravidla založeny na dosti komplikovaných fantaziích. Příkladem posledně jmenovaného typu jsou záchrannářské fantazie ženy, která se postupně vdává za jednoho alkoholika za druhým. Cílem této fáze je *sociální kontrola*, tedy kontrola pacientova sklonu manipulovat jinými lidmi destruktivním nebo nešetrným způsobem a také kontrola jeho sklonu reagovat bez vzhledu do situace nebo volby ve vztahu k manipulacím druhých.

V průběhu těchto terapeutických operací byly traumaticky fixované egostavy odděleny, ne však vyřešeny. Ke konci tohoto programu se pacient dostává do obzvlášť příznivé pozice, v níž u něj převládá kontakt s realitou zaměřený na snahu o rozpuštění archaických konfliktů a distorzí. Zkušenost ukázala, že takovýto sled kroků není pro terapeutický úspěch metody nezbytný a rozhodnutí, zda takto postupovat, nebo ne, se stává věcí klinického úsudku a svobodné volby v dané situaci.

3. Jazyk

Zatímco teoretický výklad je komplexnější, aplikace strukturální a transakční analýzy vyžaduje specializovaný slovník sestávající pouze ze šesti slov. *Exteropsyché*, *neopsyché* a *archeopsyché* jsou chápány jako psychické *orgány*, které

se samy fenomenologicky projevují jako exteropsychické (tj. identifikující), neopsychické (tj. zpracovávající informace) a archeopsychické (tj. regresivní) *stavy* *ega*. Hovorově se tyto typy egostavů označují podle výše uvedeného pořadí jako *Rodič*, *Dospělý* a *Dítě*. Tato tři podstatná jména utvářejí terminologii strukturální analýzy. Metodologické problémy, které se mohou vynořit, když budeme přecházet od orgánů k označení podstatnými jmény, nejsou v praktické aplikaci významné.

Určité opakující se sady sociálních manévru zjevně kombinují obranné a gratifikační funkce. Tyto manévry se hovorově nazývají *zábavy* a *hry*. Ty z nich, které snadno přinášejí primární a sekundární zisky, tíhnou k zevšednění; hra „Rodičovské sdružení“ kupříkladu převládá v této zemi kdekoli, kde se rodiče scházejí na večírcích či v různých jiných skupinách. Komplexnější operace jsou založeny na širším nevědomém životním plánu, kterému se pro tyto účely říká *scénář*, dle divadelních scénářů, jež jsou intuitivními deriváty těchto psychologických dramát. Tyto tři termíny, „zábava“, „hra“ a „scénář“, tvoří součást slovníku transakční analýzy.

Ukáže se, že *Rodič*, *Dospělý* a *Dítě* nejsou koncepty jako superego, ego a id nebo jungiánské konstrukty, ale fenomenologické reality; zatímco zábavy, hry a scénáře nejsou abstrakcemi, ale operacionálními sociálními skutečnostmi. Jakmile transakční analytik důkladně pochopí psychologické, sociální a klinické významy těchto šesti termínů – ať už je to lékař, psycholog, sociolog, nebo sociální pracovník –, je schopen s nimi nakládat jako s terapeutickými a výzkumnými nástroji nebo jako s prostředky ke studiu sociálních případů; může je využít v praxi individuálních případů podle své příležitosti a kvalifikace.

Poznámky

Vzhledem k flexibilitě všech zkušených terapeutů není rigidní *klasifikace psychoterapií* možná. Výše uvedené rozdělení do „rodičovských“ a „racionálních“ typů zhruba odpovídá schématu navrženému v roce 1943 Gilesem W. Thomasem⁸, který založil svou klasifikaci na základech postulovaných Merrillem Moorem (1942). K. E. Appel⁹ dělí psychoterapii do dvou tříd: „symptomatické či direktivní psychologické přístupy“, zahrnující hypnózu, sugesci, morální přemlouvání (Dubois), přesvědčování (Déjerine), autoritu, vedení a vůli; a „přístupy zahrnující reorganizaci osobnosti“, začínající psychobiologií (A. Meyer), „studii osobnosti“, psychoanalýzu a její modifikace a terapii „dynamického růstu“; dnes bychom k nim přidali i nedirektivní terapii (Rogers). Tyto dvě skupiny opět přibližně korespondují s „rodičovským“ a „racionálním“ přístupem. Třetí typ, který náleží do speciální kategorie, je terapie hrou u dětí; to je tentokrát možné označit nikoli jako rodičovský či racionální, ale jako dětský přístup.

Přístupnost systému – ať už jde o to, jak jej vyučovat, či jak se mu naučit – je ilustrována skutečností, že transakční analýzu její studenti nyní aplikují při individuální a skupinové terapii v rozličných prostředích se „standardními“ psychiatrickými pacienty, stejně jako u speciálních kategorií, které budou popsány či zmíněny v následujícím textu. (V novější době tento systém používají psychiatrické sestry, duchovní, sociální kurátoři, probační úředníci a personál armády a námořnictva.)

8 Thomas, G. W. „Group Psychotherapy: A Review of the Recent Literature.“ *Psychosom. Med.* 5: 166–180, 1943.

9 Appel, K. E. „Psychiatric Therapy.“ In *Personality and the Behavior Disorders*. (Ed. J. M. Hunt) Ronald Press Company, New York, 1944, s. 1107–1163.

Co se *autoanalýzy* týče, říká se, že „problémem u autoanalýzy je protipřenos“. (Existuje přinejmenším půl tuctu psychiatrů, kteří se jeden po druhém skromně přiznají k autorství tohoto aforismu.) Této obtíži se dá poměrně dobře vyhnout při užití strukturální procedury.

Co se týče používaného *slovníku*, slova „neopsychický“ a „archeopsychismus“ se dají nalézt v Hinsieho a Shatzskyho¹⁰ *Slovníku psychiatrie*. „Archipallium“ a „neopallium“ jsou již dobře zavedené neurologické termíny.¹¹

10 Hinsie, L. E. & Shatzsky, J. *Psychiatric Dictionary*. Oxford University Press, New York, 1940.

11 Tilney, F. & Riley, H. A. *The Form and Functions of the Central Nervous System*. Paul B. Hoeber, New York, 1928.

Část I

**Psychiatrie
individa
a strukturální
analýza**

Struktura osobnosti

Paní Primusová, mladá žena v domácnosti, byla doporučena svým rodinným lékařem k diagnostickému pohovoru. Seděla napjatě jednu nebo dvě minuty se sklopenýma očima a pak se rozesmála. Chvilí nato se smát přestala, podívala se pokradmu na lékaře, poté znovu odvrátila pohled a začala se opět smát. Tato sekvence se třikrát čtyřikrát opakovala. Pak se docela znenadání přestala hihňat, zpříma se posadila, upravila si sukni a naklonila hlavu doprava. Psychiatr ji krátce pozoroval a pak se jí otázel, zda slyší nějaké hlasy. Přikývla, aniž obrátila hlavu, a naslouchala dál. Psychiatr ji opět přerušil a zeptal se, kolik je jí let. Pečlivě promyšlený tón jeho řeči úspěšně upoutal její pozornost. Obrátila k němu tvář, vzpomatovala se a odpověděla na jeho otázku.

Následně zodpověděla sérii dalších navazujících otázek, stručně a k věci. Během krátké chvíle získal terapeut dostatek informací, aby se odvážil předběžně stanovit diagnózu akutní schizofrenie a byl schopen shrnout některé ze spouštěcích faktorů a některé nápadné rysy její anamnézy. Poté již lékař nekladal další dotazy a pacientka se brzy opět ponořila do svého předchozího stavu. Cyklus koketního hihňání, kradmého zkoumání lékařovy odezvy a věnování pozornosti jejím halucinacím se opakoval, dokud se terapeut neotázel, či hlasy to jsou a co říkají.

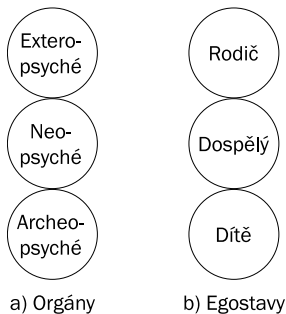
Odpověděla, že má dojem, jako by šlo o mužský hlas, který jí ošklivě spílá slovy, která nikdy předtím neslyšela. Pak se rozhovor stočil k její rodině. Svého otce pacientka

popsala jako skvělého muže, citlivého manžela a milujícího rodiče, oblíbeného ve společnosti a tak podobně. Ale brzy vyšlo najevo, že to byl těžký pijan, a když pil, býval zcela jiný. Mluvil sprostě. Terapeut ji požádal, aby mu přiblížila, jak byl vulgární. Pacientka si uvědomila, že jej slýchala užívat některé výrazy, které užívaly halucinované hlasy.

Tato pacientka vykazovala poměrně jasně tři odlišné egostavy. Daly se odlišit prostřednictvím rozdílů v jejím postoji, chování, výrazu tváře a v dalších fyzických rysech. První stav ega se vyznačoval infantilní hravostí, nápadně připomínající malé děvčátko určitého věku; druhý byl upjatě škrobený, jako u šolačky, kterou málem přistihli při nějakém sexuálním prohřešku; ve třetím byla schopna zodpovídat otázky jako dospělá žena, již byla, a byla schopna demonstrovat, že v tomto egostavu její chápání, paměť a schopnost logicky uvažovat zůstaly nedotčeny.

První dva egostavy měly archaickou povahu – odpovídaly některému dřívějšímu stadiu její životní zkušenosti, ale neodpovídaly bezprostřední realitě rozhovoru. Ve třetím egostavu pacientka prokázala dobrou schopnost uspořádat a zpracovávat informace a vnímat přiměřeně skutečnosti, které bezprostředně souvisely s její momentální situací: tedy dovednost, již malá holčička ani sexuálně agitovaná šolačka nejsou schopny. Proces „vzpamatování se“, který byl aktivován věčným tónem psychiatrova vyjadřování, představoval přechod z archaického do dospělého egostavu.

Termín egostav je zde jen proto, aby označoval stavy mysli a s nimi spjaté vzorce chování, jak se přirozeně objevují, a vyhýbal se v první řadě užívání vykonstruovaných pojmů jako „pud“, „kultura“, „superego“, „animus“, „eidetický“ a tak dále. Strukturální analýza vychází z předpokladu, že takové egostavy mohou být klasifikovány a objasněny a že v případech psychiatrických pacientů je taková procedura „užitečná“.



Obr. 1

Při hledání rámce pro klasifikaci se na základě klinického materiálu vytvořila hypotéza, že dětské stavy ega existují jako relikty v dospělém člověku a že za určitých okolností mohou být znovu oživeny. Jak bylo poznamenáno v úvodu, o tomto jevu bylo opakovaně referováno v souvislosti se sny, hypnózou, psychózou, farmakologickou intoxikací a přímou elektrickou stimulací temporálního kortexu. Avšak důkladné pozorování pomohlo hypotéze o krok dál, k předpokladu, že takové relikty mohou projevoval spontánní aktivitu i ve zcela bdělém stavu.

V praxi docházelo k tomu, že byli pacienti pozorováni či sami na sobě pozorovali, jak se přesunují z jednoho stavu mysli a vzorce chování k jinému. Obvykle se zde vyskytoval egostav charakterizovaný rozumově adekvátním hodnocením skutečnosti a racionální kalkulací (sekundární proces) a jiný, který se vyznačoval autistickým myšlením, archaickými strachy a očekáváními (primární proces). První měl charakteristiku obvyklého způsobu fungování odpovědného dospělého, zatímco druhý připomínal způsob, jakým se vypořádávají se světem velmi malé děti různého věku. To vedlo k domněnce, že existují dva psychické orgány,

neopsyché a archeopsyché. Zdálo se vhodné a ukázalo se jako přijatelné pro všechny zúčastněné nazývat fenomenologické a operacionální manifestace těchto dvou orgánů jako Dospělý a Dítě, v tomto pořadí.

Dítě paní Primusové se projevovalo ve dvou odlišných podobách. V nepřítomnosti rušivých stimulů převládal model „zlobivé“ (sexy) holčičky. Bylo by obtížné představit si paní Primusovou, jak se v tomto stavu ujímá závazků sexuálně zralé ženy. Podobnost jejího chování s chováním malé holčičky byla tak nápadná, že egostav tohoto typu mohl být klasifikován jako „archaický“. V určitém momentě ji hlas, který vnímala jako přicházející „zvenčí“, zarazil a ona se přesunula do egostavu „hodné“ (způsobné) holčičky. Dle předcházejících kritérií byl také tento stav identifikován jako „archaický“. Rozdíl mezi těmito dvěma egostavy spočíval v tom, že „zlobivá holka“ si dopřávala víceméně nezávislého sebevyjádření a dělala to, co jí připadalo přirozené, zatímco jako „hodné děvče“ se adaptovala na skutečnost, že byla kárána. Oba stavy, přirozený i adaptovaný, byly archeopsychickými projevy, a proto byly dvěma podobami Dítěte paní Primusové.

Terapeutova intervence vnesla do situace prvek přesunu do jiného systému. Nejen její chování, citlivost, vyhodnocování skutečnosti a způsob myšlení, ale rovněž její držení těla, výraz tváře, hlas a tonus svalů se začaly řídit zaběhnutějším vzorcem, když se reaktivoval Dospělý egostav zodpovědné hospodyně. Tento přesun, jenž byl opakovaně vyvolán během rozhovoru, představoval krátkou remisi psychózy. Z toho vyplývá, že psychózu můžeme popsat jako přesun psychické energie nebo, jak zní obecně používané slovo, *katexi* ze systému Dospělého do systému Dítěte. Remisi lze na základě toho definovat jako obrácení tohoto přesunu.

Původ sluchové halucinace obsahující obscénní výrazy, které pacientce připadaly „neznámé“, by věci známému

pozorovateli byl jasný, jakmile by si všiml změny, jakou halucinace způsobila v pacientčině chování. Zbývalo pouze dojem potvrdit a to byl důvod, proč stočit diskusi k pacientčině rodině. Jak se dalo očekávat, hlas užíval – k pacientčinu velkému překvapení – slovník jejího otce. Tento hlas patřil k exteropsychickému neboli rodičovskému systému; nebyl to hlas jejího „Nadjá“, nýbrž hlas skutečné osoby. Tím je potvrzena skutečnost, že Rodič, Dospělý a Dítě zastupují skutečné osoby, které existují nebo kdysi existovaly, mají skutečná jména a občanské identity. V případě paní Primusové se Rodič neprojevoval jako egostav, ale jen jako sluchová halucinace. Na počátku je nejlepší soustředit se na diagnózu a rozlišení Dospělého a Dítěte, uvažování o Rodiči může být s dobrými výsledky v klinické praxi odloženo na později. Aktivita Rodiče může být ilustrována dvěma dalšími případy.

Pan Segundo, jenž první podnítl vývoj strukturální analýzy, se svěřil s následujícím příběhem:

Osmiletý chlapec, který trávil prázdniny na ranči ve svém kovbojském obleku, pomáhal najatému muži odsedlat koně. Když skončili, muž pravil: „Dík, kovboji!“ Načež jeho pomocník odpověděl: „Nejsem doopravdy kovboj, jen malý kluk.“

Pacient pak poznamenal: „To přesně vyjadřuje, jak se cítím. Nejsem doopravdy právník, jen malý kluk.“ Pan Segundo byl úspěšný a velmi vážený právník, který slušně vychovával svou rodinu, vykonával užitečnou práci pro druhé a byl oblíbený ve společnosti. Ale během léčení často zaujímal postoj malého chlapce. Občas se během sezení zeptal: „Mluvíte s právníkem, nebo s malým klukem?“ Když byl mimo svou kancelář a soudní síň, malý chlapec v něm měl tendenci převzít velení. Uchýlil se do chaty v horách daleko od své rodiny, kde si uchovával zásobu whisky, morfia, pornografie a zbraní. Tam se oddával dětským fantaziím,

fantaziím, které měl jako malý chlapec, a různým sexuálními aktivitám, které se obvykle označují jako „infantilní“.

Později, když pan Segundo do jisté míry vysvětlil, co je v něm Dospělým a co Dítětem (neboť byl skutečně někdy právníkem, a ne vždy malým chlapcem), uvedl na scénu svého Rodiče. Tedy poté, co byly jeho aktivity a pocity rozděleny do prvních dvou kategorií, zbyly určité reziduální stavy, které se nehodily nikam. Tyto stavy se vyznačovaly specifickou vlastností, která připomínala to, jací mu připadali jeho rodiče. Bylo nutné zavést třetí kategorii, která se po dalším ověřování zdála klinicky platná. Tyto egostavy postrádaly autonomní kvalitu Dospělého i Dítěte. Jeho projevy vypadaly, jako by pocházely odněkud zvenčí a vyvolávaly dojem, jako by něco napodobovaly.

Zejména při zacházení s penězi se pan Segundo řídil třemi rozdílnými hledisky, která byla na první pohled nápadná. Jeho Dítě by si pro krejcar dalo vrtat koleno a škudlilo si každou korunu, aby si zajistilo dostatek; v tomto stavu byl pan Segundo schopen krást v obchodě žvýkačky a jiné drobnosti (a činilo mu to potěšení), přesně jako to dělal, když byl malým chlapcem – ačkoli tím jasně dával v sázku své významné postavení. Jako Dospělý zacházel s velkými finančními částkami s bystrostí, předvídavostí a úspěchem bankéře a byl ochoten vložit peníze do investic, aby se mu několikanásobně vrátily. Avšak byla zde ještě jiná stránka jeho osobnosti, která fantazírovala o tom, jak se všech těchto peněz vzdá pro blaho společnosti. Pocházel ze zbožné, dobročinné rodiny, a skutečně daroval charitě velké částky peněz s touž sentimentální štedrostí jako jeho otec. Jakmile plamen nadšení pro dobročinnost pohasl, Dítě se s nevraživou zlostí obrátilo proti příjemcům darů, následováno Dospělým, který žasl nad tím, proč chtěl u všech všudy riskovat svou solventnost z tak sentimentálních důvodů.

Jedním z nejobtížnějších úkolů strukturální analýzy v praxi je přimět pacienta (či studenta), aby pochopil, že Dítě, Dospělý a Rodič nejsou šikovní myšlenky ani zajímavé neologismy, ale odkazují na jevy založené na reálných faktech. Případ pana Segunda demonstroval tento bod docela jasně. Osoba, která odcizila žvýkačku, nebyla nazvána Dítětem pro usnadnění nebo proto, že děti často kradou, ale protože on sám jako dítě ukradl žvýkačku se stejným potěšením jako nyní a použil tentýž způsob. Dospělý nebyl nazýván Dospělým proto, že hrál roli dospělého, nebo proto, že by napodoboval chování dospělých mužů, ale proto, že vykazoval schopnost vysoce efektivního vyhodnocování skutečnosti ve svých právních a finančních operacích. Rodič nebyl nazván Rodičem z toho důvodu, že je pro dobrodince obvyklé chovat se „mateřsky“ nebo „otcovsky“, ale protože pan Segundo skutečně imitoval chování a stav mysli svého otce při jeho dobročinných aktivitách.

V případě pana Troye, kompenzovaného schizofrenika, jenž podstoupil terapii elektrošoky, poté co se zhroutil během námořní bitvy, se rodičovský stav ukázal jako natolik pevně ukotvený, že se Dospělý a Dítě ukazovali jen zřídka. Ve skutečnosti nebyl nejprve ani schopen porozumět pojmu Dítě. Ve většině svých vztahů zachovával konzistentní posuzující postoj. Projevy dětského chování u jiných, jako například naivita, šarm, vychloubání nebo hravost, měly sklony zvláště podněcovat jeho výbuchy pohrdání, výtek nebo kárání. Ve své terapeutické skupině byl notoricky známý svým postojem typu „pozabíjet ty mrňavé bastardy“. Byl stejně přísný a tvrdý i sám k sobě. Jeho záměrem bylo, v žargonu skupiny, „zabránit svému vlastnímu Dítěti být jen vystrčit hlavu ze skříně“. To je obvyklý postoj u pacientů, kteří podstoupili elektrošokovou terapii. Zdá se, že viní Dítě (možná právem) za „výprask“, který dostali; Rodiči se dostává

značné katexe a často s pomocí Dospělého přísně potlačuje většinu projevů Dítěte.

V nesouhlasném postoji pana Troye se vyskytovalo pár zvláštních výjimek. Co se týkalo heterosexuálních neobvyklostí a alkoholu, choval se spíš jako rozumný benevolentní otec než jako tyran a ochotně se všemi mladými dámami a světáky sdílel své zkušenosti. Jeho rady byly nicméně předpojaté a založené na banálních předsudcích, které nebyl schopen korigovat, ačkoli mu bylo opakovaně dokázáno, že nemá pravdu. Nebylo žádným překvapením, když se později zjistilo, že jím otec jako malým dítětem často pohrdal a bil ho kvůli občasným projevům naivity, šarmu, vychloubání nebo hravosti a také jej obšťastňoval příběhy o sexuálních a alkoholických výstřelcích. Takže jeho rodičovský egostav, jenž byl za účelem ochrany pevně fixován, reprodukoval v jistých detailech otcovy názory. Fixovaný Rodič neponechal žádný prostor aktivitám Dospělého ani Dítěte s výjimkou oblastí, ve kterých byl jeho otec obratný či z nich měl požitek.

Pozorování osobností ustrnulých v jednom egostavu je poučné. Konstantní Rodič, jak je vidět u lidí typu pana Troye, konstantní Dospělý, jak je vidět u objektivních vědců bez smyslu pro humor, a konstantní Dítě („já jako malý“) často dobře slouží za vzor některým povrchním charakteristikám těchto tří typů egostavů. Někteří profesionálové si vydělávají na živobytí veřejným předváděním konstantního egostavu: duchovní jako Rodič; diagnostikové jako Dospělý a klauni jako Dítě.¹²

Dosud uvedené případy názorně demonstují teoretický základ pro strukturální analýzu, která zahrnuje tři

12 Kazuistiky případů zde uvedené jsou neúplné. Rozdílné aspekty téhož případu jsou čas od času použity jako ilustrace specifických bodů. Reference ke každému individuálnímu pacientovi jsou shromážděny v „seznamu pacientů“, který zde je pro případ potřeby – pro čtenáře, kteří by si přáli sledovat v celém textu určitou kazuistiku.

pragmatické absolutní pravdy a tři obecné hypotézy. „Pragmatickou absolutní pravdou“ je míněn stav, u kterého dosud nebyly nalezeny výjimky.

1. Každý dospělý jedinec byl jednou dítětem.
2. Každá lidská bytost s dostatečně funkční mozkovou tkání je potenciálně schopna objektivního hodnocení skutečnosti.
3. Každý jedinec, který se dožil dospělosti, měl buď fungující rodiče, nebo někoho, kdo je zastupoval.

Odpovídající hypotézy pak jsou následující:

1. Relikty dětství přežívají do pozdějšího života jako kompletní stavy ega (archeopsychické relikty).
2. Objektivní posuzování skutečnosti je funkcí spojitých egostavů, nikoli izolovanou „duševní schopností“ (neopsychické fungování).
3. Výkonnou moc za jedince může převzít kompletní ego-stav jiného jedince, jak byl pozorován (exteropsychická funkce).

Shrneme-li tuto kapitolu, můžeme říci následující: Struktura osobnosti sestává ze tří orgánů: exteropsyché, neopsyché a archeopsyché, jak je zobrazeno na obrázku 1a. Tyto orgány se fenomenologicky a operacionálně ukazují jako tři typy ego-stavů: Rodič, Dospělý a Dítě, jak je ukázáno na obrázku 1b.

Poznámky

Psychoanalytické termíny jako „primární proces“, „sekundární proces“ a „objektivní vyhodnocování skutečnosti“ („kontakt s realitou“) jsou velice výstižně vysvětleny ve

Freudově díle *Stručný nástin psychoanalýzy*¹³. Vztah halucinací k archaickým obsahům vědomí, konkrétně k „původním obrazům“, byl autorem probrán v jiných publikacích.¹⁴

O případech paní Primusové a pana Segunda bylo referováno již dříve.¹⁵ Vzhledem k tomu, že jsem se ve své praxi v poslední době setkal s několika právníky, bych měl skutečně velice důrazně podotknout – abych zamezil pokusům o identifikaci –, že pan Segundo mezi nimi není. Ve skutečném životě odpočívá v bezpečné anonymitě v jiné profesi, 3 000 mil od mé ordinace.

13 Freud, S. *An Outline of Psychoanalysis*. W. W. Norton & Company, New York, 1949; *Mimo princip slasti a jiné práce z let 1920–1924*. Psychoanalytické nakladatelství, Praha, 1999.

14 Berne, E. „Primal Images and Primal Judgment.“ *Psychiat. Quart.* 29: 634–658, 1955.

15 Berne, E. „Ego States in Psychotherapy.“ *Amer. J. Psychother.* 11:293–309, 1957.

Funkce osobnosti

1. Reakce na podněty

Tak jako různé části mozku a těla různě reagují na podněty, totéž se děje s různými systémy osobnosti. Exteropsyché se chová napodobujícím způsobem jako soudce, který se snaží prosadit soubory vypůjčených norem. Neopsyché se především snaží transformovat podněty v informace a zpracovat a zařadit je na základě předchozí zkušenosti. Archeopsyché má sklon reagovat impulzivně na základě předlogického myšlení a jen chabě diferencovaného nebo zkresleného vnímání. Ve skutečnosti vnímá každá z těchto stránek osobnosti své prostředí různým způsobem ve shodě se svou funkcí, a proto reaguje na rozdílný soubor stimulů. Nadměrně zjednodušený, ale ilustrativní je příklad reakce na notoricky populární novinářský příběh o defraudantech. V několika lidech vyvolá moralistickou reakci Rodiče. U většího množství lidí příběh vzbudí víceméně věcný zájem Dospělého ohledně toho, jak k této zpronevěře došlo. Pravděpodobně nejobvyklejší reakce je naivní, dětská, leč obvykle nevyjádřená myšlenka: „To by bylo zajímavé zkusit.“ V jazyce transakční analýzy chybu hledající Rodič hraje Zkažený svět, Dospělý Účetního a Dítě si chce hrát na Četníky a Zloděje.

Tyto tři stránky osobnosti na sebe také vzájemně reagují. Rodiče může vzrušit (tj. znepokojit) fantazie Dítěte a Dítě je obzvláště vnímavé k inhibujícím stimulům Rodiče. Tento vztah je obvykle replikou původního vztahu mezi dítětem a rodičem, který osoba zažila.

2. Proud psychické energie – katexe

Paní Tettarová, 22letá žena v domácnosti, byla doporučena k léčbě vážného stavu rozrušení, který nastal po narození jejího druhého dítěte. Jednou z jejích nejčastějších „operací“ během terapeutických sezení bylo nátlakové otravování. Například se terapeuta znovu a znovu ptala, co má dělat, když její služka dala výpověď, anebo zda by neměla jít do nemocnice. Relativně brzy se jí podařilo vysvětlit, že zatímco na povrchu její otázky reprezentovaly pátrání Dospělého po informacích, na hlubší úrovni představovaly pokusy Dítěte nějak terapeutem manipulovat. Pacientka na to odpověděla tím, že vyjádřila neolibost vůči své matce, která ji jako malé dítě rozmazlovala. Uváděla příklady, jak si u své matky vynucovala, aby pro ni dělala věci, které mohla dost dobře zvládnout sama. Měla pocit, že se matka neměla tak snadno vzdávat.

Jak se během sezení s tímto problémem pracovalo, chování pacientky se postupně měnilo. Posadila se zpříma, její obličej se uvolnil, hlas nabyl jistoty a místo fňukání a dotírání se stala společenskou, veselou a komunikativní; přesně jako její staré „Já“, poznamenala. Ale jakmile sezení skončilo a terapeut ji doprovázel ke dveřím, sklouzla opět do svého předchozího duševního stavu a začala zase fňukat. Pak se náhle vzpamatovala, vesele se usmála a řekla: „Už jsem v tom zas!“

Takové zvraty v egostavu, které mohou být pozorovány jak u zdravých lidí, tak u pacientů, mohou být vysvětleny zavedením pojmu psychická energie nebo katexe, což v principu vyjadřuje, že v určitém okamžiku bude jistý stav ega, jenž je určitým způsobem nabit energií, vládnout *výkonnou mocí*. Napoprvé postačí, když budeme mluvit jednoduše o „proudu katexe“. Údaje dané o paní Tettarové mohou být

z tohoto hlediska například vysvětleny tak, že dorazila do ordinace s vysoce energií nabitým Dítětem; tato katexe se postupně přelávala z Dítěte do Dospělého, dokud se Dospělý neujal výkonné moci. Když odcházela, katexe se přečerpala zpět do Dítěte a ve chvíli, kdy se „vzpamatovala“, se katexe prudce přelila do Dospělého. Podobně lze vysvětlit cykly chování a postoje, které se vyskytly u paní Primusové.

3. Hranice ega

Jak bylo řečeno v předchozím oddíle, katexe plynula z Dítěte do Dospělého a opačně. Tento způsob metaforického označení napovídá, že existuje jistá hranice mezi dvěma stavy ega. Zatímco v neurologickém smyslu to připustit můžeme, fyziologické potvrzení tohoto faktu ještě není možné, a tak se zde musíme omezit na to, že budeme uvažovat pouze o psychologických jevech.

Paní Tettarová si ve stavu předcházejícím její psychóze a během remisí v průběhu terapie uvědomovala určité obsese, fobie a kompulzivní jednání, které byly *ego-dystonní*. V takových chvílích označovala svou posedlost čistotou, svůj strach ze špíny a své nutkání umývat si znovu a znovu ruce jako cosi, co nebylo součástí jejího „skutečného“ Já. Dle tohoto způsobu uvažování se její mysl dělila do dvou systémů: bylo zde „skutečné Já“ a „falešné Já“. „Skutečné Já“ bylo schopno objektivního hodnocení skutečnosti špíny a čistoty, „falešné Já“ toho schopno nebylo. „Skutečné Já“ disponovalo povědomím o záležitostech týkajících se hygienických zařízení a opatření (obzvláště od té doby, kdy její muž začal pracovat ve zdravotnictví), které by dítě nedokázalo pochopit, zatímco „falešné Já“ bylo ovládáno magickým myšlením způsobem charakteristickým pro dítě ve specifické vývojové fázi. „Skutečné Já“ tedy mělo vlastnosti Dospělého a „falešné Já“ vlastnosti Dítěte.

Vlastní pohled paní Tettarové na tyto dvě rozdílné podoby její osobnosti naznačoval existenci hranic mezi nimi. V její mysli náležely určité druhy chování a pocitů do jednoho systému, který vnímala jako své „skutečné Já“, a jiné druhy se vztahovaly k systému, jenž se nacházel vně „Já“. Větší množství takových zpráv ospravedlňuje předpoklad, že každý egostav je entitou, která se nějakým způsobem odlišuje od dalších psychických obsahů, včetně ostatních egostavů, které existovaly před mnoha lety nebo před několika momenty nebo které jsou aktivní simultánně. Nejpriléhavější a zřejmě nejpresnější způsob, jak to vyjádřit, je přisuzovat každému egostavu hranice, které ho oddělují od dalších egostavů. Proto může být soubor kruhů, tak jako na obrázku 1b, brán jako dobrý způsob zobrazení struktury osobnosti.

4. Otázka skutečného Já

Když bylo řečeno, že mytí rukou paní Tettarové bylo *ego-dystonní*, znamenalo to dystonní konkrétně Dospělému egostavu. Když se pacientka ocitla v psychotickém stavu, kde jejím „skutečným Já“ bylo Dítě, mytí rukou se stalo *ego-syntonním*: to znamená, že během té doby přijímala svá vlastní nepravděpodobná odůvodnění tohoto chování, což se dalo jediné očekávat, jelikož sama tato odůvodnění pocházela od Dítěte. Když byla v neurotickém stavu, vyslechl je Dospělý, který s nimi nesouhlasil, zatímco v psychotickém stavu je vyslechla táž část osobnosti, jež je vymyslela. Jinými slovy bylo její mytí rukou *ego-dystonní* vůči Dospělému a *ego-syntonní* vůči Dítěti, a tak to, zda jej v určitém okamžiku vnímala jako dystonní, nebo syntonní, záleželo na tom, co bylo právě jejím „skutečným Já“.

Nyní vyvstává otázka, čím je determinováno „skutečné Já“. Evidentně to nezáleží na výkonné moci, neboť když se právě

nenacházela ve stavu psychózy a nutkavě si myla ruce nebo pátrala po stopách nečistoty, drželo její Dítě otěže výkonné moci, avšak Dospělého stále vnímala jako své „skutečné Já“.

Vědeckého porozumění v této oblasti můžeme dosáhnout postulováním tří stavů katexe: vázané, nevázané a volné. Chceme-li se na to podívat názorněji, představíme si opici na stromě. Pokud zůstává neaktivní, výška, ve které se nachází, jí propůjčuje pouze potenciální energii. Pokud spadne, tato potenciální energie je transformována do kinetické energie. Ale protože je to živá bytost, může seskočit, a potom je nutno vzít v potaz třetí komponentu, energii svalů, abychom pochopili, jak přistála tam, kde přistála. Když není aktivní, fyzická energie je vázána, jak se říká, v její poloze. Když padá, tato energie se stane nevázanou, a když skočí, přidá třetí komponentu dle své volby. Kinetická a svalová energie mohou být dohromady nazvány aktivní energií. Vázaná katexe tedy odpovídá potenciální energii, nevázaná katexe pak kinetické energii a volná katexe energii svalů; a nevázaná spolu s volnou katexí jsou *aktivní katexí*.

Hranice ega ve většině situací chápeme jako polopropustné. Jsou relativně nepropustné k vázané a nevázané katexi, kdežto volná katexe může poměrně snadno přecházet z jednoho egostavu do druhého.

Psychologickou situaci lze tedy shrnout následovně:

a) Egostav, v němž převládá *volná katexe*, je vnímán jako „Já“; nebo jak to formuluje Federn¹⁶, „je to katexe samotná, kterou zakoušíme jako pocit ega“. b) Výkonnou moc převzme stav, v němž je součet nevázané a volné katexe (aktivní katexe) v daném momentě největší. Tyto dva principy lze ilustrovat na případu paní Tettarové ve třech různých klinických stavech, které se u ní vyskytovaly.

1. Pokud je zdravá, její „staré Já“, Dítě, obsahuje pouze *vázanou katexi*, a je proto *latentní*, zatímco Dospělý je nabit volnou katexí, a tak je pocíťován jako „skutečné Já“. Dospělý také vládne výkonnou mocí, neboť obsahuje největší součet aktivní katexy (nevázanou plus volnou).

2. V neurotickém stavu, kdy si „musí“ mýt ruce, se volná katexy stále nachází v Dospělém, zatímco Dítě obsahuje *nevázanou katexi*. Tato nevázaná katexy kvantitativně převládá nad aktivní katexí Dospělého. Dítě proto vládne výkonnou mocí, zatímco Dospělý je i nadále pocíťován jako její „skutečné Já“.

3. V psychotickém stavu její Dítě obsahuje jak nevázanou, tak volnou katexi, která byla vysáta z Dospělého. To ponechává Dospělého relativně ochuzeného o aktivní katexi. Proto má Dítě výkonnou moc a zároveň je pocíťováno jako „skutečné Já“.

5. Přesuny z jednoho egostavu do jiného

Přesuny mezi egostavy závisejí v takovémto systému na třech činitelích: na silách působících v každém stavu, na propustnosti hranic mezi egostavy a na kapacitě pro katexi v každém egostavu. Je to kvantitativní rovnováha mezi těmito třemi faktory, která rozhoduje o klinickém stavu pacienta, a je také indikací pro terapeutické techniky (nebo podle metody těch, kdo dotyčného zneužívají). V případě paní Tettarové byla terapie naplánována tak, aby se se všemi těmito faktory vypořádala popořadě. Nejprve se terapeut pokusil aktivovat Dospělého tak jako v případě paní Primusové tím, že zdůraznil objektivní přístup k problémům. Předpokládal, že neopsyché jako systém bude nedotčena; klíčovým úkolem bylo zvýšit její aktivní (tj. nevázanou a volnou) katexi. Přenosové

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Transakční analýza v psychoterapii.

Pokud se Vám ukáзка líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.