

# Zlo je součástí systému

**Psychoterapie se podle předního vlámského psychologa dostala zcela do područí panujícího ekonomického uspořádání. Místo aby se starala o jednotlivce, kteří potřebují pomoc, trénuje zaměstnance podle potřeb hospodářství. Proč je tento fakt pro společnost škodlivý? Hrozí psychoterapii zánik?**

MARTA MARTINOVÁ

Snažíte se svými odbornými i politickými aktivitami zvrátit tendenci psychoterapie zakrývat společenské příčiny psychických obtíží. Proč toto úsilí považujete za důležité? Velmi bolestivý případ v tomto ohledu představuje panující paradigma týkající se problémů spojených se stresem. Léčba se zaměřuje na pacientovo vnímání stresu a usiluje o to jeho vnímání změnit. Poselství je jasné: stres je tvůj osobní problém a nijak nesouvisí s prostředím, v němž pracuješ a trávíš podstatnou část dne. Psychologie se na tuto stranu přiklonila ze stejného důvodu jako celá společnost: neoliberalní ideologie je posledních třicet let natolik dominantní, že jsme se s ní plně identifikovali. Současná krize může fungovat jako budíček. Alespoň v to doufám.

**Michel Foucault vysvětluje, že proklamované osvobození individua v moderní společnosti otvírá nový prostor pro „sebedisciplínu“. Proč podle vás tato představa, že ovládat se znamená osvobodit se, funguje tak úspěšně?**

Ze samotné myšlenky sebedisciplíny a sebekontroly bychom neměli mít obavy. Foucault ukazuje, jak jsou tyto ideje v diskursu přítomné od klasického Řecka až dodnes. Zásadní otázka se ovšem týká jejich účelu. Pro Foucaulta je účelem sebedisciplíny „epimeleia“, péče o sebe ve smyslu péče o duši i tělo, a základním předpokladem je, že taková péče bude přínosná stejně tak i pro společnost. Teď se tento cíl změnil a obrátil: sebedisciplína je prospěšná ekonomice, nikoli společnosti, a péče o sebe je pouhá vábníčka.

Osvobození sebe sama je dnes iluzí. Slyšíme, že jsme svobodní, a přitom jsme nikdy nebyli tak bezmocní, jako jsme nyní. Pracujeme příliš dlouho, v podstatě všude a pořád. Hranice mezi pracovní dobou a odpočinkem, mezi pracovištěm a domovem zmizely, musíme být úspěšní a neustále soutěžit se všemi ostatními, přičemž jediným kritériem je ekonomický zisk. Takzvaná sebedisciplína je založená na diskursu radikálního odcizení, kterému jsme vystaveni už od raného dětství a který nám tvrdí, že buďto budeme patřit k vítězům, tvrdě pracovat a využívat každou dostupnou možnost, nebo k poraženým, kteří by se za sebe měli stydět. Už v roce 1921 tento vývoj předvídal Walter Benjamin v textu Kapitalismus jako náboženství. Upozorňuje v něm na to, že jsme neustále vystaveni pocitu viny. Nelze před ním uniknout.

**V životě člověka jsou však nezbytné i chvíle, kdy tvrdě pracovat jednoduše nejde – třeba v případě úmrtí někoho blízkého. Nepřipravuje nás kulturní znevažování podobně silných emocí v důsledku o schopnost vyrovnat se s bolestivou životní situací? Nečiní nás zranitelnějšími?**

Právě to, že veškerá odpovědnost je klade na jednotlivce, přičemž jakékoli sociálně-ekonomické faktory jsou téměř naprosto zanedbány, má dopad i na náš způsob truchlení. Je nám téměř znemožněno požádat o pomoc a sdílet jakoukoli ztrátu s ostatními, což je za určitých okolností opravdu nutné. Vítězové jsou vždy stejní, v současnosti je to oněch pět procent lidí, kteří vlastní téměř vše...

**Zdá se, že ani kulturní průmysl se svou nabídkou útěků do říše fantazie není úplně schopný v těchto momentech pomoci. Proč jsou vůbec emoce, dříve považované za zcela normální, nyní chápány jako nežádoucí? Odkud se bere vtíravý imperativ „don't worry, be happy“? Štěstí se stalo povinností, protože je nezbytnou součástí úspěchu. Jednoduše už nám není dovoleno, abychom byli nešťastní. A pokud**

náhodou jsme, je to považováno za abnormální, je to „porucha“, která musí být ošetřena. V ten moment jsme se stali kořistí po zbrojařství druhého nejvýznamnějšího průmyslového odvětví v USA – farmaceutického světa. Pokud nejste nadále produktivní, měli byste se alespoň stát spotřebiteli.

**Jaké je vaše vysvětlení obrovského nárůstu předepisování léků typu Prozac a Ritalin po roce 2000? Přestala být psychoterapie dostatečně účinná a cenově dostupná – na rozdíl od prášků?**

Neoliberalní ideologie nás přesvědčila, že štěstí závisí na profesním, a tedy finančním úspěchu, a tohoto úspěchu můžeme dosáhnout pouze tehdy, pokud budeme pracovat nejlépe, jak umíme, správně se rozhodovat a sledovat správné cíle. Dokonalost je dosažitelná každým z nás, můžeme – a měli bychom mít – dokonalé tělo, perfektní vztah, báječný sex a skvělé děti a samozřejmě velmi úspěšnou kariéru a vydělávat spoustu peněz. Pokud tomu tak není, je to naše chyba, nepracovali jsme dost usilovně a neudělali správná rozhodnutí. Pokud vám v tomto okamžiku selhání nějaká autorita řekne, že vaše selhání, případně selhání vašich dětí není způsobeno nedostatkem snahy, ale něčím, co je nazýváno „porucha“ a obvykle označováno vědecky znející zkratkou, pak je to přijato s úlevou. Jsem nevinen, není to moje chyba, trpím „poruchou“! Dokonce na to jsou prášky, ani nemusím změnit svůj způsob života nebo provést další volby – ne, pilulky budou stačit. A to není nikdy pravda. Celý diskurs je prezentován jako vědecky znející a osvědčený, ale to je jenom klam. Nakonec jsou všichni „spokojení“: pacient se už nemusí cítit provinile, farmaceutický průmysl vesele prodává a vše pokračuje ve starých kolejích. Jedinou nevýhodou je, že kombinací vyhoření a deprese trpí tak vysoký počet lidí, že se to pro ekonomiku stává vážnou hrozbou.

**Oblíbený protiargument, pokud jde o zvyšování počtu pacientů, říká, že nepřibývá lidí s nějakými poruchami, jen je více lidí diagnostikováno, protože lékařská péče se zlepšuje. Nicméně i aktuální škála nemocí se kvalitativně odlišuje od škály v minulosti. Vždyť kolik lidí mělo ADHD nebo panickou poruchu před rokem 1990?**

Především mnohé z těchto poruch nejsou onemocnění v lékařském slova smyslu. Jsou to psychosociální reakce jedince na jeho životní podmínky. A i když to je nemožné dokázat vědecky, jsem přesvědčen, že ve srovnání s dobou před několika desetiletími trpí těmito podmínkami stále více lidí.

**Nedávno jsem se setkala v prestižním lékařském časopise se studií, která zcela vážně navrhovala, aby manželské páry „v zájmu svých dětí“ usilovaly o zlepšení vztahu tím, že budou brát nějaké prášky na bázi oxytocinu, čímž se má jednoduše řečeno zabránit nevěře. Jaký je váš názor na užívání léků v případě stavů, které neohrožují zdraví jedince?**

Jedná se o bolestivý a nebezpečný příklad biopolitiky. Farmaceutický průmysl stále hledá nový trh, daleko mimo klasické nemoci diagnostikované medicínsky. Právě z tohoto důvodu jsou nyní rozšířené problémy nově označovány jako „poruchy“ – a problémy v manželství a rodičovství jsou samozřejmě jednou z nich. Pokud se zástupcům farmaceutického průmyslu podaří medikalizovat takové stavy, otevírá to obrovský trh. Uvedený příklad je paradigmatický. Nejdříve se řekne, že jde o vědeckou záležitost, a přidají se nějaké obecné odkazy, tady třeba na evoluční teorii. Potom, což je to nejdůležitější, se začne s dovoláváním vsudy přítomného

rodičovského pocitu viny vůči dětem. To je trik, který vždy funguje: vyvolat pocit viny nebo úzkosti, postavit před lidi jeho jednoduché řešení a oni na to doslova skočí...

**Volný trh nám dává pocit, že k tomu, abychom uspokojili naše potřeby, nepotřebujeme nic jiného než peníze – můžeme si koupit jídlo, přístřeší, a dokonce něčí společnost. Ale potlačování sociálních potřeb nemůže být přece „zdravé“, jsou základní stejně jako potřeby dýchat či jíst. Nachází psychologie nějaké důsledky tohoto popření obyčejné solidarity a sociální závislosti?**

Kvůli tomu, abyste spatřila výsledky tohoto popření, nemusíte sahat po psychologii. Je to spíše naopak: moderní psychologie pomáhá bránit vašemu pohledu, pomáhá s tímto odmítáním solidarity a sociální závislosti. Psychologie, ve smyslu akademické činnosti, padla za oběť dominantnímu diskursu minimálně dvojitým způsobem. Za prvé: v akademickém světě vědci musí mezi sebou soutěžit o získání definitivy. Týmová práce a silné vazby mezi kolegy jsou vyloučeny a loajalita k instituci upadá. Ani univerzita, a platí to pochopitelně i pro firemní prostředí, pak nevěří svým zaměstnancům a vzniká vzájemný pocit nedůvěry. Podvábění se stalo naprosto běžnou strategií, ale nesmí vyjít najevo. Za druhé: psychologie se vždy zaměřovala na individuuum, to je hlavním objektem její činnosti. Ale dnes takové zaměření splývá s povinným egoistickým individualismem a zanedbává se zřejmá sociální příčina mnoha takzvaných poruch. Vyplyne to na povrch, zejména pokud studujete „poruchy“ dětí a mládeže: ADHD, porucha opozičního vzdoru a obecně poruchy chování jsou mnohem častěji diagnostikovány u sociálně slabých vrstev. Mainstreamová psychologie to velmi ráda přehlídí.

**Kterou z těchto tendencí považujete za nepříznivější?**

Za nejnebezpečnější dopad takzvaného diskursu volného trhu považuji to, že se stal naší „realitou“, tedy že jej chápeme jako normální stav věcí. Většina z nás už ho nijak nezpochybňuje, zejména ne ti, kteří jsou u kormidla. Stal se vzduchem, který dýcháme, a v našem případě spíš znečištěným ovzduším. Podivám-li se na tento stav pohledem Hannah Arendtové, pak zijieme v anonymním a digitálním systému, který vede k bezmyšlenkovitosti. Přemýšlení se stalo zastaralým, něčím, co patří do minulosti. Slyšíme: neměla bys tolik přemýšlet, je to pro tebe špatné, přestaň se strachovat! Nepřemýšlej, jednej, dělej to, co je obvyklé. Podle Hannah Arendtové však právě to vede k banalitě radikálního zla. Radikální zlo je součástí samotného systému, protože označuje kohokoli druhého za potenciálního soupeře, a tedy potenciálního nepřítele. Zlo je banální, protože není páháno nějakými nestvůrami. Normální lidé, kteří jsou rodiči vedoucími zcela obyčejný život, se každodenně, aniž by si toho byli vědomi, rozhodují tak, že ničí svoji vlastní budoucnost a budoucnost svých dětí. I tentokrát na svou obranu říkají: „Wir haben es nicht gewusst.“

**Svoboda jednotlivce v postmoderní době je skutečně paradoxní. Možná jsme osvobozeni od tradičních institucí, jako byla třeba církev či rodina, tím víc jsme ale závislí na institucích zbrusu nových, které ovšem sotva vnímáme. Přesto máme jednat tak, jako by záleželo jen na naší vůli. Jak tento tlak ovlivňuje společnost? Máme k dispozici vědecké důkazy potvrzující, že tento patologický vliv skutečně existuje, jak na úrovni společnosti, tak na úrovni jednotlivce. A patologie je to natolik zásadní,**

# S Paulem Verhaeghem o sebedisciplíně, pocitu štěstí a vině



Paul Verhaeghe. Foto Kalina De Blauwe

že určuje naši identitu a naše vztahy vůči všem důležitým druhým – ve smyslu druhého pohlaví, druhého, který je autoritou nebo který je mi roven, a intimního druhého, tedy mého těla. Tuto situaci jsem podrobně popsal v knize *A co já?*

Existuje mnoho psychosociálních zdravotních ukazatelů – těhotenství mladistvých, domácí násilí, úzkost a deprese, zneužívání drog a další –, které korelují s přítomností neoliberálního diskursu. Stačí si přečíst socioekonomické studie Richarda Wilkinso- na a Kate Pickettové. Zjistili, že růst příjmové nerovnosti v zemi, regionu, nebo dokonce ve městě významně koreluje s většinou psychosociálních zdravotních ukazatelů. Vzestup příjmové nerovnosti je typickým rysem neoliberální společnosti.

Pokud vezmeme v úvahu dopad neoliberalismu na psychiku, není příliš přitažen za vlasy, řekneme-li, že neoliberalismus nás mění v soutěživé a egoistické individualisty. Pokud to spojíte s ekonomickou meritokracií, vytvoříte systém vítězů a poražených na individuální úrovni. V takto nastaveném binárním systému zbývá už jen malý krůček k samotě, úzkosti a depresi. Obecně řečeno, takový systém nás činí nešťastnými, protože jsme sociální zvířata, potřebujeme jeden druhého a daří se nám dobře ve skupinách. Zmiňovaný ekonomický systém je v přímém rozporu s tímto klíčovým aspektem.

**Už v roce 2007 jste začal ohlašovat „konec psychoterapie“. Předpokládám, že situace se jenom zhoršila.**

Situace je opravdu daleko horší. Psychoterapie se přidala k druhé straně. Její počátky sahají do sedmdesátých let, kdy se soustředila na pomoc lidem potřebujícím uniknout před tehdy despoticou společností. V současné době se zaměřuje na takovou „pomoc“ lidem, aby se co nejdříve „uzdravili“, a byli tak schopni vrátit se brzy do práce. Britská vláda financovala masivní terapeutický projekt prováděný prostřednictvím praktických lékařů, který se zaměřoval na „boj“ s depresí, protože představuje obrovské riziko pro ekonomiku. Úspěšnost programu byla měřena počtem lidí, kteří se vrátili zpátky do práce. A mimochodem, celý projekt byl neúspěšný...

**Prohodit, že „mám zas nějakou depku“, se stalo součástí běžné společenské konverzace. Je diagnóza deprese skutečně na vzestupu, nebo se jedná o nějaký zcela nový stav myslí, pro nějž zatím chybí jméno?**

Pokud jde o „depresi“, je nutné si povšimnout, že se význam tohoto slova změnil. Tradice se deprese přirovnávala ke smutku. Teď je populární takzvaná neurotransmiterová hypotéza, která má za to, že je to porucha mozku, která potřebuje farmaceutickou léčbu. Aby bylo jasno: pro neurotransmiterovou hypotézu neexistuje žádný přesvědčivý důkaz. Zato existuje víc než dost klinických důkazů, že mnoho lidí, kteří jsou diagnostikováni jako depresivní, trpí ve skutečnosti vyhořením, často v kombinaci se ztrátou sebehodnocení ve smyslu „jsem lúžr“.

**Takzvané poruchy nicméně existují i mezi lidmi společensky lépe postavenými. V médiích se pravidelně objevují zmínky o studiích mapujících výskyt patologické osobnosti mezi manažery, hovoří se zejména o narcismu. Je užitečné být při shánění „lepší“ práce tak trochu psychopat?**

Existují určité ideální vlastnosti, které jsou potřeba k tomu, aby v dnešní době člověk budoval kariéru. Na prvním místě je výřečnost, jejímž cílem je vyhrát nad tolika lidmi, nad kolika je to jen možné. Společenské styky pak mohou být povrchní, ale protože to dnes platí pro většinu lidské interakce, nikdo si toho vlastně nevšimne. Je žádoucí umět dlouze a květnatě hovořit o vlastních schopnostech – znáte spoustu lidí, máte za sebou kvanta pozitivních zkušeností a nedávno jste dokončili velký projekt. Později lidé zjistí, že to bylo všechno dost nadsazené, ale skutečnost, že jste je zpočátku oklamali, je další užitečný osobnostní rys: umíte přesvědčivě lhát a necítit se z toho špatně. To je důvod, proč také nikdy nepřevzmete zodpovědnost za své vlastní jednání. Vrcholem toho všeho je, že jste flexibilní a impulsivní, vždy vyhledáváte nové podněty a výzvy. V praxi to vede k rizikovému chování, ale to nevadí, nebudete to vy, kdo bude muset posbírat střepey. A teď přijde studená sprcha: inspiračním zdrojem tohoto výřtu je seznam psychopatických rysů sestavený Robertem D. Harem, v současnosti nejznámějším odborníkem na psychopatii a kriminální psychologii.

**Paul Verhaeghe (nar. 1955) je klinický psycholog praxí, psychoanalytik vzděláním. Ve své první doktorské práci (1985) se zabýval hysterií, ve své druhé (1992) psychodiagnostikou. Pracuje jako profesor na Gentské univerzitě. Od roku 2000 se zaměřuje hlavně na vliv společenských změn na psychické a psychiatrické obtíže. Jeho silná kritika neoliberalismu z pozice psychologie a příbuzných věd vyvolala bouřlivě odmítavý i souhlasný ohlas v akademické sféře a na poli reálné politiky. Napsal několik vlivných knih, například *Het einde van de psychoterapie (Konec psychoterapie, 2009)* nebo *What about Me? The struggle for identity in a market-based society (A co já? Boj o identitu v tržní společnosti, 2013; přepracované vlámské vydání knihy *Identiteit* z roku 2012)*. Pro českého čtenáře je dostupný slovenský překlad publikace *Láska v časoch samoty (1998, slovensky 2006)*.**