

Ztraceni v „Zemi neomezených možností“ - ztráta orientace u pozdních adolescentů.

Waltraut Bauer-Neustädter, Susanne Drewes

V následující přednášce popisujeme zvláštní možnosti a výzvy, které se nabízí v naší postmoderní společnosti mladým lidem v pozdním dospívání na jejich cestě k dospělosti a v jejich vývoji ke stabilní, ale přesto flexibilní identitě. Zvláštní důraz klademe na téma ztráty orientace. Pokusíme se znázornit možnosti KIP při tvořivém zacházení s touto problematikou.

Sarah, 18, používá věty jako: „Už se necítím tak, jakobych to byla já“ a „Škola je cool – ale ne tak, jak bych to potřebovala!“ Opakuje 11. třídu bilingvního gymnázia a má velké potíže, aby tam vůbec chodila. Současně chce studovat fyziku a stát se astronomkou, nebo konceptuální dizajnéřkou nebo možná také herečkou. Po roce trápení opouští školu několik týdnů po začátku závěrečného ročníku, aniž by věděla, co s ní bude dál.

Boris, kterému je také 18 ve škole třikrát selhal(gymnázium, odborná škola) a nyní se nachází „ v Auffangstation (opatření zaměřené na povolání). Opakovaně říká a pokyvuje přitom hlavou ...vůbec nic, nic mě nenapadá, nic mě nezajímá...“

Bob, kterému je 21 tráví většinu svého času hraním internetových her a je fixován na komunikaci s jednou spoluhráčkou, do níž se zamiloval, i když si ona záměrně utajila identitu a vyhýbá se zcela konsekvntně skutečnému kontaktu. „ Čekám, až bude „online“, potom si napíšeme nebo si povídáme.“ Jeho citový svět je závislý na těchto chatech a na studování zcela zapomněl.

I když jsou tito tři mladí lidé tak velmi rozdílní, stejně představují prototyp mnoha dalších. Jsou to pozdní adolescenti, jejichž vývoj uvízl, kteří mají potíže v orientaci, kteří se necítí na to, aby splnili nároky, které jsou na ně kladeny a jsou v nebezpečí, že neuspějí. Doposud převládající adolescentní pocity všemohoucnosti při konfrontaci s realitou neobstojí, „vnitřní výbava“ není také dostatečně prožívaná a důsledkem je, že vývoj jakoby „ zamrzl“ (srv, Salge 2013.) Děje se tak prostřednictvím autodestruktivního agování (sebepoškozování, poruchy příjmu potravy, promiskutivní chování, závislost na internetu, konzumace alkoholu a drog apod.) nebo se také adolescent stáhne a Verweigerung (odmítání?).

Podle Salge (2013,s. 41) setkáváme se jako psychoterapeuti „pořád častěji s lidmi, jejichž různé symptomy bychom měli chápat jako pouhé epifenomény hluboce sahající ztráty orientace, nejistoty a prožívané ztráty smyslu.“

V dnešní době se pořád dále specifikuje vzdělání, které potřebujeme k výkonu povolání a také další vzdělávání v oboru a také se pořád diferencují možnosti, jak uspořádat svůj život a vztahy. Kromě toho jsou neustále k dispozici všechny možné myslitelné (náhradní)objekty a naše spojení se světovou sítí s neomezeným přístupem k virtuálním světům a k možným náhradním totožnostem. Díky tomu všemu se otvírá pro pozdní adolescenty po skončení školy a / nebo také po dosažení

plnoletosti v 18. letech „Země neomezených možností“.

Přemožení množstvím výběru a konfrontování s nedostatkem závaznosti (povinnosti) a vybavení nevyvinutým (jednoduchým?) hodnotovým systémem, rozvine se u mnohých pozdních adolescentů pocit ztráty orientaci, přičemž: „také u normálního vývoje v pozdní adolescenci a u mladého dospělého (...) můžeme pozorovat těsně vedle sebe přílišné přizpůsobení, odmítavé a vyhýbavé reakce“ (Salge, 2013, 40)

Když to shrneme, znamená to:

- nesmírně se rozšířil prostor možností – všechno je možné
- otázky orientace získávají na důležitosti – jak najít svou cestu ?
- Identita je prověřovaná – kdo vlastně jsem?
- A s tím jsou spojené otázky po smyslu – jaký smysl má můj život? Jaký smysl to všechno vůbec má?

Fenomén prodloužené orientační a explorační fáze popsal vývojový psycholog J.J. Arnett (2004) jako samostatnou vývojovou fázi mezi obdobím mládí a dospělosti a definoval Emerging Adulthood pomocí pěti kritérií:

Age of identity exploration (hledání identity, age of instability (prožívání nestabilitnosti, self-focused age (období soustředěnosti na sebe), age of feeling in-between (období, kdy se člověk cítí být uprostřed něčeho) age of possibilities (období možností – hra s různými možnostmi bytí).

Hledání identity je stejné jako proces hledání, který se pohybuje mezi vazbou a exploračí, mezi zajištěním a pokrokem. Pokud se na tento proces díváme zvenčí, vypadá spíše jako stagnace i když se v něm současně odehrávají důležité procesy orientace. Podobně jako v raném dětství při krizi opětovného přiblížení je potřeba experimentovat, zkoušet a mít možnost se pořád vracet k bezpečnému základu. V době GPS a navigačních systémů už není zcela samozřejmé, že lidé dovedou číst mapu. Stejně tak je pro pozdní adolescenty obtížné se zorientovat, když nemohli získat základní kompetence. Týká se to především těch, kteří mají nejisté vzorce vazby, ale také těch, kteří zakusili příliš dlouho rodičovskou podporu a příliš málo povzbuzení při odpoutávání.

Pokud není rovnováha mezi vazbou a exploračí, je „dobyť nových světů, vybudování heterosexuálních vztahů (...) blokováno“ (Seiffge-Krenke a Zickenhain, 2009, 146), postižení zůstanou svázaní ve svých dřívějších vazbových zkušenostech.

Mnozí naši pacienti, kteří jsou v pozdní adolescenci mají nedostatečnou regulaci afektu a chybějící nebo omezenou schopnost symbolizace a nedovedou tedy rozvinout žádné soudržné identifikační návrhy, takže „identita“ se stává explicitním cílem terapie (srv. Seiffge-Krenke 2012). Soudržnost a kontinuita by se měli rozvíjet ve vztahu k vlastní osobě, stejně jako vlastní Já, neboť se jedná o vlastní, nezaměnitelnou identitu. Vzhledem k neustálým společenským změnám, jimž je potřeba se

neustále přizpůsobovat, představuje tento úkol velkou výzvu. Na jedné straně jsou vyžadovány přizpůsobení, na druhé straně jedinečnost, což je paradoxon, který Lippmann (2013) popsal jako princip chameleona: „být pružný a přiznat barvu.“

Aby se pozdní adolescent mohl pohybovat na neznámém a nejistém terénu a při špatné viditelnosti, potřebuje důvěru ve vlastní schopnosti, odvahu a tvořivost. To všechno jasně a působivě demonstruje film „Imagine“ od Adrzeje Jakimowského ve kterém Ian, slepý učitel, vyučuje slepé žáky prostorové orientaci a bez slepecké hole: dovede se totiž dívat ušima,.

Různorodost úkolů, které je potřeba zvládnout je velká a stejně velké jsou možnosti selhání. Opět zde uvedeme několik příkladů:

Místo aby přijala vlastní (sexuální) tělo, trpí Sarah poruchami příjmu potravy, má narušenou sexualitu a projevuje se u ní sebepoškozující chování. Nedovede si (ještě) vytvořit žádnou stabilní osobní identitu a místo toho trpí rozptýlením identity a pořád jí hrozí fragmentace. Vývoj a následování vlastního životního programu se zjevně objevuje v rozhodnutí studovat na soukromé umělecké vysoké škole. Chtěla by být přijata i ještě nemá žádné realistické vyhlídky na financování této školy. **Boris** popírá potřebu partnerství, brání se novým perspektivním vztahům a místo toho si idealizuje svou jinakost a osamělost, lpí na dětských přáních, které se týkají jeho životních potřeb. (?), stejně jako na fantasmatech o nedostatečné vnitřní výbavě, o vlastní nepřipravenosti. Místo toho, aby rozvíjel svůj vlastní životní program a následoval ho, jeho osobní rozvoj ustrnul a vzpírá se také převzít odpovědnost. Jako náhradní program zaměřuje svou energii na zdokonalení svého těla pomocí pravidelného tréninku a velmi propracovaných výživových plánů.

Bob ještě nikdy neměl přítelkyni a potřebu po partnerství dlouho popíral („to bych se musel příliš namáhat“) a spoléhá se nadále na péči svých rodičů (To s tím praktikem dělá moje matka, má tam kontakty. To přece není špatné?“) Když omezil používání internetu a vrátil se ke studiu, uviděl najednou velké množství možností, mezi kterými se jen velmi těžko může rozhodnout. Paralelně zkouší v denních snech spoustu rolí a měnící se identity.

Pro terapeutickou práci s těmito ještě nedospělými, hledajícími, využíváme jejich nezralosti v pozitivním smyslu podle Winnicotta ...“drahocennost mládí. Přináší s sebou vzrušující formy duševní tvořivosti, nové a neopotřebované pocity a životní plány“ (Winnicott, 1971/2010, s. 165).

KIP se hodí zvláště při tvořivém zacházení s orientačním procesem, aby se zostřily smysly a tím se podpořily kompetence při vnímání. Imaginativní prostor sám o sobě je země neomezených možností, ve které lze na zkoušku prožívat a hravě zkoumat životní a identifikační plány.

Opakovaně zde můžeme navrhnout také nezvyklá řešení („...nebo možná také úplně jinak...“).

Abychom získali přehled a podnítili anticipatorní uchopení, hodí se kromě jiného tyto motivy: rozhled z kopce na všechny strany, létání, výhled z věže, z vyhlídky nebo z majáku nebo také zcela otevřený motiv „Země neomezených možností.“

Ve všech imaginacích, v nichž je protagonista v pohybu nebo by se měl pohybovat, je důležité, abychom definovali výchozí místo (stanovisko), fixovali cíl, nebo částečné cíle, určili orientační body

a tak se ukotví v budoucnosti. Pracujeme s motivy jako je parkurový běh, orientační běh, červená niť nebo necháme připravit a provést nějakou výpravu.

Někdy je důležité vytvořit přechod. K tomu necháváme například imaginovat bránu, most, boty nebo také „mého vnitřního zbabělce“. Stejně tak se dají vytvořit imaginativně všechny pomocné prostředky, například kompas nebo HotSpot.

Pomocí podpory a účasti a strukturovanému postoji, chceme vytvořit (pozdním adolescentům) zkušební prostor, v němž se dají sformovat různé identifikační plány, zmírnit ambivalence a podpořit rozhodovací procesy. V psychoterapii u pozdních adolescentů se vždy pohybujeme v přechodovém prostoru, v prahové situaci, takže psychoterapeut by měl být vždy připraven na překvapivé zvraty a vývoje (srv. Kromě jiného Sannwald, 2006). Také pro něj platí „být pružný a přiznat barvu.“