# Recenze: Neuróza a lidský růst (Karen Horney) Vít Chlád

Recenze na tuto knihu je náročná. Autorka popisuje obrovské množství témat, které propojuje s tím, co už bylo zmíněno. V knize tak téměř všechno souvisí se vším a autorka ukazuje velmi složitou a propracovanou síť nahlížení na neurózy. Samozřejmě to doplňuje o četné příklady a čtenář tak neunikne nervóznímu zjištění, že mu obrovské množství věcí z knihy může být povědomé ať už z vlastní zkušenosti či z druhé ruky. Vážně, už si někdo z vás řekl na nádraží či zastávce „Proč to nemůže jet pokaždé včas, když to potřebuji?“, protože to by mohl být slabší příklad *neurotického přání* (linky nezačnou jezdit včas jen proto, že to chceme a pro naše niterné přání), kterých v knize potkáte hodně. Popsat všechny mechanismy (a ani ty hlavní mechanismy) není možné už jen z limitu stran pro tuto práci (recenze).

 Nejvíce je třeba zmínit rozdělení *pravého já* a *idealizovaného já*. Horney píše, že člověk potřebuje věnovat energii svému pravému já, které ale vyžaduje analýzu sebe sama, uvědomování si vnitřních konfliktů, které s tím neodmyslitelně souvisí a následné překonávání těchto konfliktů s cílem růstu a rozvoje pravého já. Jindy se ale může stát, že se člověk začne pravému já vyhýbat a rozvine si idealizované, kterému bude dávat veškerou energii a upozaďovat své pravé já. Motivace k idealizovanému já může být obrovská. Horney to popisuje jako vnitřní pýchu a následně diktáty této pýchy (dále v knize též jako diktát „měl bych…“). Člověk pak myslí na idealizované já, které nemá konflikty a které má přehnané vlastnosti: je slavný, dokonalý, statečný, nikdy neselže, úspěšný, všichni ho milují apod. Jelikož ale člověk neustále bude čelit nárazům s realitou, že nesplňuje nároky idealizovaného já, tak se spustí konflikt. Ale idealizované já přece nemá konflikty, tak se to celé může zacyklit. Možností, jak tomuto čelit je, že konflikt osoba externalizuje (není to řízená terapeutická externalizace jako v systemice, ale je to škodlivý únik osoby od vlastního já) na své okolí. Možná za ty problémy mohou jiní, možná to někdo zapříčinil. To je ale únik od já, které je třeba v terapii řešit.

 Horney popisuje navrácení zodpovědnosti klientovi. Nejprve je potřeba ukázat, že člověk o sobě neví všechno. Nelze mu to však pouze ukázat, ale musí to prožít. Musí být opět napojen na emoční prožívání, aby bylo možné se rozvíjet. Silný prožitek slepého místa může sloužit k probuzení zvědavosti klienta. To ho může motivovat ke zkoumání sebe a třeba i k cestě přiznání si vnitřních konfliktů. Když získá více vědomostí o sobě, mohl by si připadat o něco jistěji a být připraven na postavení se těmto konfliktům. Postupně se bude pracovat s klientem na odhalování skutečného já. Aby klient prožil to, že se může mít rád a oceňovat se i za předpokladu, že není dokonalý, nejlepší, nejchytřejší, nejracionálnější apod.

 Kniha je sice členěna tematicky tak, aby podobněji rozebrala témata, která se vynořila v předešlé kapitole. Přesto ale bude potřeba mít na mysli vše, co bylo řečeno, protože provázanost a spletitost těchto témat je obrovská.

 Tuto knihu bych doporučil všem, kdo se zajímají o neurotické projevy ve vlastním životě a životě jiných. Lze zde najít četnou inspiraci pro vysvětlení a interpretaci mnoho situací v životě od psychoterapie, poradenství až po sociologii a politiku. Využití a inspirace je v této knize mnoho a není třeba se v tomto limitovat u psychoanalytikova křesla.

 Kniha byla skvělá a velmi inspirativní. Kdybych tam měl něco změnit, tak bych ocenil možná odlišný druh oddělování kapitol a také více přihlédnutí na kulturní a sociální prostředí, se kterým může mnoho témat souviset. Pokud ale někdo dává přednost širšímu pohledu než pro práci s klienty a nemá zájem se prolistovávat nemalým množství stran a hutnou provázaností, jen aby zjistil, že to pak musí aplikovat sám a jít trochu dál od témat, které kniha řeší, tak naprosto chápu že tohle nebude kniha pro něj.

# Zdroj

Horney, K. (2000). *Neuróza a lidský růst: zápas o seberealizaci*. Praha: Triton.