

1

Anatomie pasivní agresivity

Srdcový král se v knize *Alenka v kraji divů* pokouší uklidnit hysterického Ševce slovy: „Nebud' nervózní, nebo tě nechám na místě popravit.“ Toto varování by klidně mohlo splynout ze rtů kteréhokoli pasivně agresivního muže. Ano, ne! Stůj, jdi! Já nikdy nelžu, jenom jsem tě chránil před pravdou!

Co to má znamenat? Srdcový král jako většina pasivně agresivních mužů nikdy neřekne, co přesně má na mysli.

Fantastický právník, počítačový génius, brilantní vědec nebo majitel novinového stánku – všichni se chovají stejně: jakmile dojde na jejich vztahy k ostatním lidem, jako by se teprve učili číst. Proč dělají to, co dělají, netuší o nic víc než vy sama.

Když moje pacientky popisují, jak je tento typ muže psychicky trýzní, často začínají stejně:

„Ten člověk je nemožný.“

„Je to s ním těžké.“

„Ke každému jídlu, ke každému rozhovoru a ke všemu, na čem se dohadujeme, se staví, jako bychom byli dvě válčící země, které se snaží dospět k mírové dohodě, a ne dva lidé, co se mají rádi,“ řekla mi jedna klientka. Jako by mluvila za ostatní ženy o jejich manželech, otcích, nadřízených, nebo o svém ševci.

Čím vás přitahuje chlapík, který jedním dechem vysloví: „Mám tě rád/Nenávidím tě“ nebo: „Slibuji ti.../Proč bych pro tebe měl něco dělat?“ Pokud jste nějak citově závislá na pasivně agresivním muži, zřejmě jste podlehla jeho schopnosti prodat sám sebe. Když se propaguje, ať už svým stoicismem, zdrženlivým šarmem, chlapeckostí nebo neodolitelným kouzlem svůdce, dělá to naprosto přesvědčivě. Zaprodala jste se jeho nepolapitelnosti, ale také jeho trápe-

ní. Máte s ním soucit a chcete k němu proniknout, prolomit bariéry a pomoci mu nabrat síly. V mnoha případech to je nevděčné poslání.

Problémy s pasivně agresivním mužem narůstají vinou jeho osudného prokletí: vyjadřuje nepřítelství nepřímou a neadekvátně, pod rouškou nevinnosti, upřímnosti nebo pasivity. Proto vás jeho slova a činy matou, přesněji řečeno zlobí. Nejste sama, kdo takhle reaguje na samu podstatu pasivní agresivity.

Co je to pasivní agresivita?

Jak může být někdo pasivní, a zároveň agresivní? Není to paradox? Lidé se mylně domnívají, že takový člověk je chvíli pasivní a potom zase agresivní. Ve skutečnosti však je obou zároveň. Vypadá to paradoxně, protože *jakmile takový muž pocítí agresivitu, hned ji popře.*

Jelikož pasivita a agresivita jsou postoje od základu protikladné, máme co dělat s osobou složitou a rozpolcenou.

Pasivně agresivní taktika není na první pohled čitelná. Signály, které vám takový muž dává, jsou nejasné, protože on sice velmi touží po tom, abyste uhodla, oč mu jde, ale zároveň vás chce zmást nebo dokonce vás vodit za nos. Jeho řeč je dvojznačná.

„Nemůžu bez tebe žít,“ prohlásí váš partner, políbí vás – a odejde z místnosti. Nebo jste spolu sami a on se zeptá: „Proč jsi tu věčně se mnou?“ A přitom by rád řekl: Mám hrůzu z toho, že mě opustíš.

„Chceš se pomilovat?“ zašeptá pasivně agresivní manžel své ženě, která se k němu něžně přivinula. Myslí si však: Proč se jí ptám, když se mi do toho moc nechce? Či naopak prohlásí: „Občas to s tím sexem trochu přeháníme,“ ačkoli by rád řekl: Chci tě! a očekává, že jeho žena ví, že on si vlastně přeje, aby ho svedla.

„Všimli jsme si vašich mimořádných schopností a hodláme si s vámi pohovořit o jistém úkolu,“ oznámí vám pasivně agresivní vedoucí pracovník, pak učiní vágní narážku na vaše možné povýšení – a víckrát už se k tomu nevrátí. Ve skutečnosti ovšem chtěl sdělit: Jak tě mohlo napadnout, že bych s tebou počítal pro práci na tomhle utajeném úkolu, a jak ses o něm vůbec dozvěděla?

Můžete zažít i jinou verzi planého slibu. „Já vím, že jsem slíbil, že u Sue vyzvednu ty tvoje krámy do kuchyně, jenže se mi rozbilo auto. Snad zítra...“ sdělí vám pasivně agresivní bratr. V duchu si však říká: Proč po mně chceš, abych dělal něco, co se týká Sue, ačkoli víš, že ji nesnáším? A navíc mě štve, když musím v autě převážet těžké věci.

Váš pasivně agresivní kamarád prohlásí: „Chtěl jsem ti jako první ze všech koupit nějaké cédecčko do toho tvého nového přehrávače, něco opravdu skvělého, co by tě nadchlo. Tady máš nejoblíbenější skladby pro harpsichord 18. století. Týden jsem je pro tebe sháněl.“ Myslí si ovšem: Tohle by tě mělo poučit, že máš v hudbě vulgární vkus. Tvoje představa o kultuře nesahá dál než k Miami Sound Machine.

Tito muži se nechovají diplomaticky. To, že vás trápí, není bezděčné, i když oni doufají, že jejich chování budete za bezděčné považovat. Tento druh mužů se snaží zůstat vždycky mimo podezření, chtějí působit nevinně a beze-lstně. Právě proto svět většinou považuje pasivně agresivní muže za „hodné hochy“, kteří dovedou potlačit i ten nej-jemnější poryv nepřátelství a vyhnout se konfliktu.

Podobně jako bratr, jenž raději desetkrát poruší slib, než by přímo řekl: Promiň, nemůžu, bude vám tento druh muže lhát, aby si vás udržel ve své moci až do chvíle, než hra dospěje tak daleko, že si – vámi donucen – bude muset přiznat, že cosi nezvládá. Jde-li o někoho, kdo je součástí vašeho života už dlouho, můžete zjistit, že se rok co rok hádáte pořád o totéž. Většinou si kladete otázku, proč stále proskakujete

hořícími kruhy, které vám nastavuje, a jak je možné, že vás ještě dokáže přimět ke skoku.

Pokud vás má omotanou kolem prstu, možná si občas představujete, že váš vztah ukončíte – a to se týká i vztahů k „nemožným“ otcům, bratrům a příbuzným vůbec. Nikdy se však k tomu neodhodláte. V zaměstnání kvůli pasivně agresivnímu kolegovi třeba dáte výpověď – přesto jeho ani nenapadne, že právě on stál v cestě vaší kariéry. Bude spíš očekávat přátelské poplácání po ramenou jako poděkování za to, že pro vás dělal, co mohl, a vaši výpověď prohlásí za nevděk.

Ve vztahu s pasivně agresivním mužem jste pravděpodobně zmatená a nejistá a kladete si otázku, proč se neustále ocitáte na citových křižovatkách. Přemýšlíte, jak byste svůj život s ním vylepšila. Než se k tomu dostaneme, povíme si, co je jeho hnacím motorem. *Modus operandi* pasivně agresivního muže se skládá ze dvou složek: pasivity a agre-sivity. Začněme u nich.

Pasivita

Je-li pasivita použita proti vám jako zbraň, může vyvolat právě tolik hněvu jako aktivní projev nepřátelství. Proč nás tolik provokuje právě nečinnost?

Odpověď najdeme, jestliže si pojmenujeme vlastnosti, které „pasivitu“ charakterizují. Pasivní člověk tradičně dává najevo málo iniciativy, aby dosáhl svého cíle. Asertivita vyžaduje práci – a výsledek se dostavuje až za dlouhou dobu, pokud se vůbec dostaví. Pod pojmem pasivního muže se skrývá celý vějíř chování. Může to být smolař, slaboch a nešika, jemuž dá práci udržet si zaměstnání. Nebo konformista, který pluje s proudem, s každým souhlasí, snaží se nečeřit hladinu, ve snaze zalíbit se mění názory a jen málokdy dává najevo, co si myslí a co cítí.

V některých společnostech a úřednických kruzích je to typ příkyvovače. Jako *chlapík, který se chce zařadit*, může dosáhnout určitého úspěchu, bývá to však špatný vedoucí. Vyhýbá se odpovědnosti a jeho kariéra ustrne těsně před vrcholem. Nemůže překonat pocit, že jiní dovedou rozhodovat lépe než on.

„Ten člověk je jako dítě. Je bystrý, roztomilý, ale po citové stránce je nevyzrálý, jako by mu byly čtyři roky!“ říkají ženy, a mají pravdu. Pasivní lidé – a řadím mezi ně i ženy – trpí, protože nikdy nedospěli. Jsou jako děti a zůstávají závislí na druhých.

* * *

Dobrym příkladem pasivní závislosti je Larry. Tento stavební inženýr si do restaurace nikdy nevezme peníze, šeky nebo kreditní kartu. Ne že by byl lakomý, něco ho spíš pudí k tomu, aby si nechal od druhých platit jídlo – potřebuje, abyste ho nakrmili. Jeho výmluvy jsou také nepravděpodobné a dětinské. „Pes roztrhal zprávu, kterou jsem měl dneska odevzdat,“ prohlásí třeba. A i když mu nevěříte, jeho milý, chlapecký pohled, žádající lásku a odpuštění, některé z vás odzbrojí – a vy ho začnete rozmazlovat.

Larryho potřeba být „živen“ někým, kdo má peníze – tedy dospělým, který má moc –, z něj dělá pasivního člověka. Jeho pasivní agresivita se projevuje v tom, že vás do té role vmanévruje.

* * *

Pasivně agresivní muž předstírá pasivitu, i když ve skutečnosti takový vůbec není. Pod jeho zdánlivou pasivitou – pod jeho strachem a závislostí – se skrývá čistá a nefalšovaná agresivita. A právě to ve vás vyvolává hněv a pocit, že jste byla podvedena. Pasivní osobnost nikdy nebudí hněv, protože nepředstavuje hrozbu. Pasivně agresivní člověk

však neustále dává najevo právě takové dávky nepřátelství, aby vás rozzlobil.

Druhou stránkou věci je agresivita.

Agresivita

Projev agresivity – základního podnětu, jenž je starší než lidstvo samo – se často chápe jako selhání. Agresivita je spojována s pochybnými pohnutkami, jako jsou nepřátelství, tyranie, zloba, touha po nadvládě a krveprolití. Agresivita se však projevuje velmi různě a agresivními podněty je do jisté míry motivován každý z nás. Maskovaný terorista, který samopalem ohrožuje letadlo plné turistů, je jeden druh agresivního buřiče. Bezohledný zákazník, který si razí cestu frontou čekajících lidí v pekařství a dožaduje se přednostní obsluhy, je jiný druh nespoutaných nervů. Agresivní je i člověk, který při hádce rozbije o stěnu celý porcelánový servis. A čtvrtý typ agresivity představuje zadák fotbalového mužstva, jehož důvtip a svaly rozhodnou o výsledku zápasu.

Nikoli pasivita, ale právě agresivita přitahuje pozornost učenců z oboru sociálních věd, psychologie, biologie, etiky, teologie a filosofie. Možná že nás fascinuje síla a intenzita agresivity. Je to síla, která dokáže jedním náparem budovat, i ničit. Agresivita plní novinové stránky, ale také podněcuje realizaci našich záměrů. Všichni ti, kdo ji studují, se samozřejmě shodují v názoru, že agresivitu je třeba potlačovat.

Muž, který projevuje agresivitu halasněji než ostatní, nemusí být nutně agresivnější než ten, kdo se chová zdrženlivěji. Ten druhý může být prostě *pasivně agresivní*. Jako se nedá měřit intenzita jiných podnětů a pocitů jednotlivých lidí, nedá se určit ani to, kdo je ve skutečnosti agresivnější. Záleží jak na typu agresivních činů, tak na tom, jak jsou prováděny.

„Hněv je lidská emoce...“ napsala psycholožka Carol

Tavrisová ve své knize *Hněv: Nepochopená emoce*, „protože jen lidé dovedou posuzovat činy jako záměrné, nedbalostní a ospravedlnitelné. V každé epizodě hněvu je obsažena spousta rozhodnutí, učiněných ve zlomku vteřiny.“ Můžete se rozhodnout, že svůj hněv a agresivitu pohřbíte nebo zchladíte: můžete svůj vztek vyběhat, nebo vydrhnout kuchyň, vytesat sochu nebo pozřít něco „zakázaného“: alkohol, mísu čokoládových sušenek nebo pořádně mastný hamburger, a tak sama sebe „odměnit“ a uklidnit. Nebo můžete své agresivě dát volný průchod a řeknete objektu svého hněvu, jak se cítíte a proč. Jen na vás záleží, jak se svým hněvem naložíte.

Přiměřená pasivní agresivita

Za určitých podmínek může pasivní agresivita představovat zdravou reakci. Můžete ji nazvat jemností, taktem, humorem, sebeovládáním, altruismem nebo dokonce odvahou, ale pořád zůstává pasivní agresivitou. Například smysl pro humor pomůže vyřešit i vysoce výbušné situace a zabránit tomu, aby padaly bomby (ať už skutečné, nebo pomyslné). Dramatičtějšími případy pasivní agresivity jsou „nenásilné“ formy protestu, jaké proklamovali Mahátma Gándhí a Martin Luther King.

Pro každého, kdo je skutečně utlačován a zbaven síly, je nenásilný protest způsobem, jak dát najevo své pocity a požadavky.

Mezi zdravým a neurotickým projevem pasivní agresivity je však podstatný rozdíl. Je rozdíl mezi taktem a uhýbavostí, mezi projevem smyslu pro humor a snahou urazit, mezi občanskou neposlušností a čirým obstrukcionismem. Zdravá osobnost používá pasivní agresivity k dosažení svých cílů. *Neurotická* pasivně agresivní osobnost věci zamluže a vede vás do slepé uličky.