

ENMESHMENT A KOHEZE: KVALITA BLÍZKOSTI VE VZTAZÍCH

XENIE UHOLYEVA

Enmeshment je pojem, který zavedl Salvador Minuchin, označuje patologický rozměr blízkých vztahů. Postupem času ubývá konsenzu ohledně toho, co všechno enmeshment ve vztazích zahrnuje a s jakými dalšími fenomény je spojen. Původně byl enmeshment definován jako extrémní hodnota koheze, tento předpoklad se ale nedaří výzkumně potvrdit. Novější výzkumná zjištění spíše hovoří pro vzájemnou nezávislost koheze a enmeshmentu. Cílem článku je zmapovat vztah mezi enmeshmentem a kohezí. Zdá se, že enmeshment se vyskytuje v blízkých vztazích (potud souvislost s kohezí), ale je jinak motivován a souvisí s jinými fenomény v životě zúčastněných osob: zatímco kohezní vztahy se vyskytují společně s dobrou adaptací zúčastněných, enmeshment souvisí s širokým spektrem potíží.

Klíčová slova: enmeshment; koheze; vztahy; rodina; děti

Úvod

V současné době je věnováno mnoho pozornosti rodinám, jejich fungování, vztahové struktúře a interakcím. Přes velký objem dostupných výzkumných poznatků vnímáme velké mezery v začlenění jejich výstupů zpět do teorie. Existuje velké množství studií, které se zabývají souvislostmi mezi různými aspekty fungování rodiny a prospíváním jejich členů. Zatím však nevíme, zda mezi charakteristikami rodinného života a projevy adaptace členů rodiny (jmenujme poruchy příjmu potravy, školní úspěšnost, vztahy s vrstevníky) skutečně existuje příčinný vztah, který se tam většinou implicitně předpokládá, ani jaký je případně směr této kauzality. Další výzkumné studie poukazují na to, že výpovědi jednotlivých členů rodiny o vztazích v ní jsou natolik rozdílné, že představují vážnou metodologickou výzvu: koho se vlastně máme zeptat, když se chceme něco dozvědět o životě rodiny? Ukazuje se, že rodinný život má mnoho vrstev, jeho hloubková realita je složitá, i za zdánlivě jednoduchými fenomény se skrývají vrstvy významů, na které mohou být jednotliví členové rodiny různě citliví. Přes velký zájem o rodiny a jejich fungování není jasné, které aspekty rodinného života jsou podstatné pro její optimální fungování, ani proč mají být podstatné. Totéž platí pro diagnostiku rodinných vztahů, kdy nevíme, které fenomény jsou diagnosticky přínosné a proč, jaký je mechanismus působení těchto fenoménů na další jevy v životě rodiny a jejich členů. Výjimkou je rodinná koheze, která se všeobecně považuje za ústřední charakteristiku života rodiny. Prakticky všechny metody, zaměřené na diagnostiku rodinných vztahů, se v nějaké podobě zabý-

vají kohezi. Tato studie mapuje vývoj koncepce enmeshmentu, fenoménu, který byl po dlouhou dobu spojován s rodinnou kohezí. Věnujeme se také mechanismům vzniku a působení enmeshmentu v rodinných vztazích.

Koheze

Kohezi popisujeme jako sdílenou sounáležitost, emoční blízkost, podporu, připravenost pomoci, starostlivost o členy rodiny. Podle Arona a kolektivu (2004, s. 28–29) blízkost v partnerských vztazích má něco společného se zahrnutím jiné osoby do svého self. Na začátku partneri získávají přístup ke zdrojům druhého, pak dochází ke kognitivní reorganizaci, kdy zdroje jiné osoby považujeme za součást self. Zahrnuje to i převzetí určitých perspektiv a identit partnera. Přebírání perspektivy a identity druhého může být i cílem samo o sobě, nezávisle na možné inkluzi zdrojů. Zdá se, že existuje motivace obohacovat své self v interakci s druhými, přidávat k němu další substanci, udělat ho bohatším a komplexnějším. Maynard a Olson (1987) vnímají rodinnou kohezi jako emoční vazbu a zároveň kontinuum stupňů blízkosti a osobní autonomie členů rodiny.

Míra koheze uvnitř rodiny se považuje za podstatnou pro celkové fungování rodiny a často se dává do souvislosti s prospíváním jejích členů. Škály na měření blízkosti mezi členy rodiny jsou obvyklou součástí metod, používaných na měření rodinných vztahů. Z nejčastěji používaných nástrojů, obsahujících škálu koheze, můžeme jmenovat Family adaptability and cohesion evaluation scales (FACES), Family environment scale (FES), Family system test (FAST), Family Relationship Measure, Family System Questionnaire (PAFS-Q), z českých metod zmíníme Sociomapování. Jednou z nejčastěji používaných metod jsou Olsonovy FACES. Vzhledem ke vlivu a rozšíření Olsonova modelu rodinného fungování uvádíme charakteristiky všech 4 stupňů koheze a adaptability, které společně tvoří kruhový model (Olson, 2000), i když nás zajímá především koheze:

Koheze (zahrnuje emoční vazby, provázanost, rodinné hranice, čas a přátele, zájem o rekreaci):

- a) Odcizené fungování rodiny (disengagement, extrémní oddělenost) je charakteristické velmi malým zapojením mezi členy rodiny, stažeností členů, nezávislostí. Členové se zabývají svými vlastními záležitostmi, trávení času je oddělené, není běžné obrátit se na člena rodiny pro podporu a pomoc s řešením problému. Jde o rizikovou úroveň koheze (příliš nízká).
- b) Oddělené fungování se vyznačuje tím, že individuálně strávený čas je důležitější, ale rodina je schopna společných rozhodnutí a vzájemné podpory. Jde o optimální úroveň koheze.
- c) Propojené fungování se vyznačuje emoční blízkostí a loajalitou. Společný čas je důležitější, než individuálně strávený čas, existuje určitá pospolitost. Mají jak individuální, tak sdílené zájmy a přátele. Jde o optimální úroveň koheze.
- d) Enmeshment je aspekt vztahů, vyjadřující extrémní emoční blízkost s vyžadovanou loajalitou. Jedinci jsou si extrémně blízcí a závislí jeden na druhém, je dovoleno jen velmi málo soukromí. Energie členů je soustředěna dovnitř rodiny. Individuálních zájmů nebo přátel mimo rodinu je velmi málo. Jde o rizikovou úroveň koheze (příliš vysoká).

Flexibilita, druhá ze tří Olsonových charakteristik rodinných vztahů, vyjadřuje množství změn ve vedení, vztahových rolích a pravidlech (Olson, 2000). Flexibilita je proces bilancování, udržuje stabilitu napříč změnami.

- a) Rigidní uspořádání je charakteristické vysokou úrovní kontroly, ve vedení je zpravidla jen jedna osoba. Vyjednávání jsou velmi omezená, většinu rozhodnutí dělá lídr. Role jsou striktně definované, pravidla se nemění. Jde o rizikovou úroveň flexibility (příliš nízká).
- b) Strukturované uspořádání je demokratické, do některých jednání jsou zahrnuté i děti. Role jsou stabilní, do jisté míry sdílené. Pravidla se mění málo a jsou dodržována. Jde o optimální úroveň flexibility.
- c) Flexibilní uspořádání se vyznačuje rovnostářským, demokratickým přístupem k rozhodování. Vyjednávání jsou otevřená s aktivním zapojením dětí. Role jsou sdílené a mohou se v případě potřeby plynule měnit. Pravidla se mohou také měnit a jsou přizpůsobována věku dětí. Jde o optimální úroveň flexibility.
- d) Chaotické uspořádání je charakterizováno nevyzpytatelným a omezeným vůdcovstvím. Rozhodnutí jsou impulzivní, nepromyšlená, role nejsou jasné a často přecházejí z jednoho člena na jiného. Jde o rizikovou úroveň flexibility (příliš vysoká).

Komunikace zahrnuje tyto aspekty: schopnost poslouchat (empatie, pozorné naslouchání), schopnost mluvit (mluvit za sebe, ne za ostatní), sebeodhalení (sdělovat pocity o sobě a o vztahu), jasnost, kontinuita (zůstat u tématu), respekt, ohledy (afektivní aspekt komunikace).

Vidíme, že Olson (2000) považuje za optimální střední hodnoty sledovaných proměnných, extrémní hodnoty považuje za rizikové. Extrémní hodnoty rodinné koheze mají svá pojmenování: odcizení (disengagement) a enmeshment. Mezi optimálně fungujícími rodinami a rodinami se vztahovými problémy jsou v Olsonově modelu kvantitativní rozdíly v dimenzích koheze a flexibility.

McMasterův model rodinného fungování zahrnuje koncept afektivního zapojení, které má 6 úrovní: chybějící zapojení, zapojení bez emocí, narcistické zapojení, empatické (optimální) zapojení, hyperzapojení, symbiotické zapojení (cit. podle Barber a Buehler, 1996). Zde vidíme snahu o větší diferenciaci mezi jednotlivými problematickými úrovněmi zapojení a kombinaci kvantitativního a kvalitativního hlediska v popisu jednotlivých typů zapojení.

Nás zajímá enmeshment, jev, který je často vnímán jako příliš vysoká koheze. Zajímá nás, v čem se liší „zdravá“ blízkost mezi lidmi (koheze) a patologická blízkost (enmeshment). Budeme se zabývat tím, jak je enmeshment popisován, jak se vyvíjelo chápání vztahu mezi enmeshmentem a kohezí, jaké jsou koreláty enmeshmentu v životě rodiny a jejich členů.

Enmeshment

Autorem pojmu enmeshment je Salvador Minuchin. Bowen používal pojem fúze pro podobný fenomén, ale v současné době je všeobecně rozšířený Minuchinův enmeshment. Další termíny, jako je destruktivní symbióza nebo nadměrná závislost ve vztazích (úzkostný attachment), označují fenomény, které fenomenologicky mají s enmeshmentem mnoho společného. Pojem enmeshment nemá v češtině jasný ekvivalent, narazíme na překlady jako

je zapletenost, propletenost, zamotanost, nediferencovanost. V české literatuře se termín enmeshment vyskytuje prakticky jen v původním znění, s definicí a bez překladu do češtiny (viz například Gjuričová, Kubička, 2009, s. 26). Pojem v českém prostředí zdomácněl ve své původní podobě, proto v dalším textu používáme termín enmeshment. Komplementární k enmeshmentu, pojem disengagement, se většinou překládá jako odcizenost (odpojenost).

Aspekt rodinných vztahu, který pojem enmeshment označuje, je ústřední součástí Minuchinova modelu „psychosomatické“ rodiny (vyznačuje se přílišnou blízkostí, je omezující a neumí zacházet s konflikty). Pomocí termínu enmeshment rodinní terapeuti popisují rodiny s extrémně difuzními hranicemi a narušenou autonomií členů (Williams, Hiebert, 2001), se slabými nebo nadměrně propustnými bariérami mezi jednotlivci (Gjuričová, Kubička, 2009, s. 26) a s narušenými hranicemi mezi funkčními jednotkami rodiny (mezigenerační koalice). Podle Olsona (2000) je v rodinách zapojených do enmeshmentu příliš mnoho konsenzu a příliš málo nezávislosti. Předpokládá se, že omezující a intruzivní povaha enmeshmentu inhibuje psychickou a emoční autonomii a individuální iniciativu. Zejména se to vztahuje na děti: projevy psychické autonomie nenesou ovoce a nejsou akceptovatelné, některé děti se proto obracíjí dovnitř, stahují se (Barber, Buehler, 1996). Další charakteristikou rodin, jejichž interakce mají povahu enmeshmentu, je zacházení s konflikty. Rodinné tenze se málokdy vynoří na povrch, protože jsou ponořené pod excesivními vyjádřeními lásky a požadavky na loajalitu a rodinnou jednotu.

V publikacích o vztazích většinou najdeme alespoň zmínku o situaci, kdy jsou vztahy příliš blízké. Aron a kolektiv (2004, s. 37) popisují situaci v romantických vztazích, kdy vlastní self se ztratí v self jiné osoby nebo převezme příliš mnoho ze self jiné osoby. Mashek a Sherman (2004, s. 344–345) mluví o pocitu přílišné blízkosti, kdy člověk prožívá vztah jako příliš intenzivní, silný, zahlcující, nevítaný, pomýlený. Lidé mají pocit, že ztrácejí osobní kontrolu. Taková situace bývá popisována pomocí slov chybný, uvězněný, kontrolovaný, uzamčený, sloučený, uvězněný, vyvedený z rovnováhy, utiskovaný, dušený, v pasti. Podstatný je neustálý tlak na blízkost, člověk má pocit, že ho chce partner emočně zkonsumovat, nikdy mu není dost pozornosti, žárlí na veškerou energii, investovanou jinde.

Williamsův a Hiebertův (2001) popis dvou extrémů koheze, který souzní s Olsonovým kruhovým modelem, jsme shrnuli v tabulce. Svým klientům autoři doporučují hledat bezpečnější, méně extrémní zónu uprostřed kontinua (zastávají kvantitativní přístup k rozdílu mezi enmeshmentem a kohezí).

Předpokládá se, že enmeshment je pervazivním jevem v životě rodiny, zasahuje mnoho oblastí jejího fungování a ovlivňuje životy jejích členů. Existují dokonce zprávy o souvislosti mezi enmeshmentem v rodině a porodní váhou dětí (Mengel et al., 1991). Petrican a kolektiv (2011) se zabývají enmeshmentem v souvislosti s výkonem pozornosti, podle nich jde o neschopnost odlišit vlastní emoce a myšlenky od emocí a myšlenek partnera. Enmeshment považují za prvek v interakci, který začíná být toxický až od určité úrovně intenzity a trvání. Přečasně může být prospěšný, zejména když je jeden z partnerů destabilizován (vážná diagnóza člena rodiny) nebo v případě péče o velmi malé dítě. Podobně Olson (2000) říká, že extrémě ve vzorcích interakcí přináší problémy až v případě, že trvají dlouho. Je zajímavé, že přes živou zkušenost rodinných terapeutů s enmeshmentem u klinických rodin a řadu výzkumných prací na toto téma, se nedaří výzkumně podpořit Minuchinem popsanou (a dále tradovanou) souvislost mezi enmeshmentem a poruchami příjmu potravy (viz například Hasenboehler et al., 2009; Kog, Vandereycken, Vertommen, 1985).

Enmeshment	Odcizení
Základní síla: „My“	Základní síla: „Já“
Motto: „Jsme jako jeden“	Motto: „Žij a nech žít“
Metafora: bytový dům bez dveří	Metafora: každý na jiné planetě v solárním systému
Dává členům pocit sounáležitosti, dovoluje podporovat jeden druhého v časech stresu. Vyžaduje tak vysoký stupeň loajality a konformity, že potlačuje individuální rozvoj členů („Ani já, ani žádný z mých tří synů jsme nikdy nevolili F. D. Roosevelta“).	Uznává individuální rozdíly, vyživuje individuální autonomii, ale neumí adekvátně reagovat na potřeby členů.
Hranice: Život bez hranic, ostatní mají neomezený přístup do života člena rodiny. Tento přístup může být vnímán jako podporující, ale také jako intruzivní.	Hranice: Vysoké zdi s ostatním drátem, a omezeným vstupem. Členové se mohou cítit osaměle a izolovaně, zvlášť v případech, kdy potřebují pomoc.
„Poškrábej mi záda, já poškrábu záda tobě.“	„Já si poškrábu záda, ty si poškrábej záda.“
Členové se učí starat se víc o ostatní, než o sebe, a očekávat, že jim to ostatní vrátí, často si vytvářejí vztahy, kde dávají víc, než berou, a jsou na partnera našťvaní za to, že dává tak málo.	Každý se stará o své potřeby. Jedinci z tohoto prostředí ve vztazích dobře dbají na své potřeby, ale neumí starat se o potřeby ostatních.
Internalizují pocit viny za to, že dbají na své vlastní potřeby, zejména když tyto potřeby kolidují s potřebami ostatních. Dbát na své potřeby je totéž, co být egoistický.	Vyvíjejí přehnaný strach ze závislosti na ostatních, díky nedostatku podpory v původních rodinách věří tomu, že si člověk musí udělat všechno sám, ostatním se v otázce vlastních potřeb nedá věřit.

Níže citujeme několik výzkumných prací, které vycházely z předpokladu kvantitativního rozdílu mezi kohezí a enmeshmentem. Reichenberg a Broberg (2005) hledali souvislosti mezi fungováním rodiny a prospíváním dětí (norský vzorek). Pro Olsonův model (kvantitativní rozdíl mezi zdravou kohezí a problematickým enmeshmentem) našli podporu, protože děti z kohezivnějších rodin prospívaly lépe a tento vztah byl lineární i při extrémních hodnotách koheze. Měli vlastní nástroj, sestavený z 85 adjektiv, probandi vybírali 15 z nich tak, aby popisovala jejich rodinu. Na blízkost byla zaměřena tato adjektiva: příjemný, stabilní, šťastný, vřelý, harmonický, kamarádský, bezpečný, jemný, smysluplný, jistý, klidný, přátelský, podporující, přirozený, pečující, snadný, milující. Tento nástroj se zjevně zaměřuje jen na pozitivní aspekty koheze, nemapuje intruzivitu, typickou pro enmeshment. Jewell a Stark (2003) chtěli potvrdit tradovanou souvislost depresivní symptomatiky u dětí s enmeshmentem v rodině a poruch chování u dětí, vyrůstajících v příliš volném výchovném prostředí. Pro nás je zajímavé, že koheze byla stejná v rodinách obou skupin dětí, s depresivními symptomy byla v lineárním reverzním vztahu. Queen a kolektiv (2013) také popisují lineární reverzní vztah mezi úzkostnými symptomy a rodinnou kohezí. Gehring a Marti (1993) zjišťují soustavně vyšší hodnoty koheze u „zdravých“ (kontrolních) rodin, použili metodu FAST, kde je koheze definována jako

emoční blízkost mezi členy rodiny a operacionalizována jako prostorová blízkost mezi figurkami. Perosa a Perosa (1993) byli překvapení tím, že dobře adaptovaní mladí lidé, kteří mají pozitivní identitu a zvládají vývojové výzvy, popisují vztahy ve své rodině jako extrémně kohezní. Autoři vnímají nesoulad s Olsonovým modelem a vyslovují podezření, že enmeshment a koheze jsou odlišné konstrukty a že jejich nástroj (SFIS-R) měřil sice kohezi, ale neměl nic společného s enmeshmentem (škála Enmeshment/Disengagement ze SFIS-R zahrnuje i položky, které mapují enmeshment, jako je třeba nedostatek soukromí v rodině, ale její značná část měří pozitivní aspekty blízkosti).

Enmeshment byl dlouho vnímán jako extrémní hodnota na škále rodinné koheze. Pro takové pojetí enmeshmentu byly dobré teoretické a praktické důvody. Ale předpoklad, že velmi vysoká rodinná koheze souvisí s patologickými fenomény, spojovanými s enmeshmentem, neodpovídá výstupům výzkumných studií. Je otázkou, jestli za to můžou metodologické problémy citovaných studií, nebo nedostatky v samotné teorii. Je rozdíl mezi zdravou kohezí a enmeshmentem kvantitativní, nebo jde o úplně jiný aspekt rodinných vztahů a jsou mezi nimi kvalitativní rozdíly? Je oprávněné patologizovat vztahovou blízkost? Níže se budeme snažit o přehodnocení vztahu mezi enmeshmentem a kohezí a představení kvalitativního hlediska.

Enmeshment jako fenomén, kvalitativně odlišný od koheze

Už Minuchin a Montalvo (1967) popsali určitý typ problémových rodin (zde šlo o rodiny s nízkým socioekonomickým statusem) jako neustále oscilující mezi vzájemným odcizením a nediferencovaným celkem. Přejít mezi krajními úrovněmi koheze zřejmě nemusí nutně obsahovat „návštěvu“ prostředních, optimálních úrovní, jak bychom očekávali u vzdálených pásem jednoho kontinua (podobně jako neurotický člověk se nejspíše nestane psychicky stabilním, aniž by byl nějakou dobu průměrně stabilní). Williams a Hiebert (2001) popisují v jejich praxi časté případy, kdy lidé, kteří vyrůstali v rodinách s enmeshmentem, vytvářejí partnerské vztahy s lidmi z rodin, charakterizovaných odcizeností. Tendenci dívek, vyrůstajících v bezhraničních rodinách, vybírat si tvrdé muže s antisociálním chováním popisují také Dell a Appelbaum (1977). Dítě z takového vztahu může být zapojeno do enmeshmentu s jedním rodičem a mít odcizený vztah s druhým rodičem. Je otázkou, jakou mírou koheze se vyznačuje taková rodina jako celek. Je zajímavé, že i Olson upravil čtvrtou revizi svého inventáře na měření rodinných vztahů (FACES IV) tak, že vytvořil speciální škálu Enmeshment (dříve jen 4 stupně koheze).

Enmeshment je stále častěji chápán jako specifický fenomén, který sice vzniká v rámci blízkých vztahů, ale nepřichází automaticky po dosažení určité úrovně koheze. Barber a Buehler (1996) jsou přesvědčeni o tom, že koheze a enmeshment jsou odlišné konstrukty, Chrzastowski a Zagdańska (2009) upozorňují na neoprávněnost zaměňování pozitivních aspektů blízkosti a jejich patologických forem. Zdá se, že enmeshment není tolik spojen s blízkostí, jako s nemožností ne-blízkostí, lepivostí ve vztahu. Zatímco koheze je charakteristika podporující interakci mezi členy, enmeshment je nástrojem psychické kontroly. Lavy, Mikulincer a Shaver (2010) mluví o intruzivitě: snaha monitorovat a ovlivňovat postoje a chování partnera, narušovat partnerovy hranice, vznášet nepohodlné vztahové požadavky, kontrolovat, „přilepit se“ na partnera, kritizovat. Jde spíše o kontrolu, intruzivitu a uplatňování moci, než o blízkost (Mashek, Sherman, 2004, s. 344–345). Podstatnou

charakteristikou enmeshmentu je ovládání pomocí pocitu viny. Enmeshment může také souviset s naučenou bezmocností, když lidé mají jen malou kontrolou nad svými vztahy a interakcemi, zejména s rodiči (Barber, Buehler, 1996).

Italští autoři Scigoli a Scabini vyvinuli vztahově-symbiotické paradigma (2006, cit. podle Manzi et al., 2006), které konceptuálně odlišuje kohezi a enmeshment: koheze je síla rodinné vazby, zahrnuje city a chování jako emoční blízkost a sociální podporu. Rodinný enmeshment je definován jako specifická charakteristika rodinné vazby, která reflektuje to, jak členové rodiny zacházejí s psychickými hranicemi. Scabini mluví o dvou druzích hranic: interpersonální hranice uvnitř rodiny a hranice mezi rodinou a komunitou, sociálním prostředím. Když nejsou respektovány individuální hranice, mizí schopnost člena rodiny prožívat, vnímat, vyvíjet vlastní mínění. Když rodina postaví rigidní hranice vůči okolnímu světu, omezuje to členy v hledání uspokojení svých potřeb, které pak je možné pouze uvnitř rodiny. Enmeshment podle Scigoli a Scabini (tamtéž) zahrnuje *slabé interpersonální hranice uvnitř rodiny a zároveň rigidní hranice mezi rodinou a vnějším světem*.

Oddělenost konceptů koheze a enmeshmentu má podporu ve výzkumných studiích, které nacházejí lineární vztah (nikoli křivku) mezi rodinnou kohezí a prospíváním členů rodiny. Barber a Buehler (1996) sledovali u dětí agresi, delikvenci, úzkost/depresivitu a stažení a dávali tyto symptomy do vztahu s kohezí a s enmeshmentem jako se dvěma oddělenými škálami. Použili Colorado self-report of family functioning inventory. Pro názornost uvádíme příklad položek ze škály koheze: „Členové (naši) rodiny si skutečně pomáhají a podporují se navzájem“, „Naše rodina nedělá věci společně“ (reverzní). A ze škály enmeshmentu je typická položka: „Členové (naši) rodiny se cítí provinile, když potřebují strávit nějaký čas o samotě“, „V naší rodině je těžké odloučit se jeden od druhého“, „Předpokládá se, že členové rodiny vědí všechno o záležitostech ostatních“. Je zajímavé, že enmeshment (přes tradovanou souvislost spíše s internalizujícími problémy) kladně koreluje jak s úzkostí/depresivitou a se stažením, tak agresivitou. Naopak, koheze koreluje záporně s agresivitou, delikvencí, úzkostí/depresivitou a stažením. Je pozoruhodné, že *koheze a enmeshment mezi sebou nekorelovaly*. Vztah mezi kohezí a všemi sledovanými skupinami symptomů byl lineární s výjimkou agresivity, která měla při kontrolovaném enmeshmentu opravdu kurvilineární vztah s kohezí (vysoce agresivní jedinci na obou koncích kontinua koheze). Je otázkou, jestli tuto souvislost může podporovat nějaký aspekt enmeshmentu, který se neměřil, nebo je možné, že kohezí rodiny jsou častěji permissivní, nestanovují hranice a nepřímou tak podporují agresivní chování dětí.

Enmeshment se pravděpodobně vyskytuje ve všech kulturách (byl popsán i u primátů), ale v každé kultuře vypadá trochu jinak. Manzi a kolektiv (2006) zkoumali vztah mezi kohezí a enmeshmentem v Britském království a v Itálii. Také použili Colorado self-report of family functioning inventory. Faktorová analýza podpořila předpoklad, že koheze a enmeshment jsou škály, sycené různými faktory, nikoliv jedním, a to v obou zemích. Je zajímavé, že zatímco v britském vzorku koheze a enmeshment mezi sebou vůbec nekorelovaly, v italském vzorku mezi nimi byla kladná korelace, i když nebyla vysoká. V britském vzorku (Manzi et al., 2006) byla koheze spojená s životní spokojeností, nižším výskytem depresivních symptomů, zatímco enmeshment předpovídal úzkostné a depresivní symptomy u dětí. V italském vzorku byly rozdíly mezi korelátů enmeshmentu a koheze obdobné, ale menší. Autoři to interpretují tak, že v Itálii, kde je kultura méně individualistická, než v USA, odkud byl převzat použitý dotazník, škála enmeshmentu ve skutečnosti neměří enmeshment.

Vědět vše o záležitostech členů rodiny v USA znamená jasný prvek enmeshmentu, zatímco v Itálii nikoliv. Fanjoux-Cohen a kolektiv (1998) použili California inventory for family assesment (CIFA) na francouzském vzorku. Tato metoda rozlišuje blízkost (vřelost, fyzická intimita jako je líbání nebo objetí, společný čas) a intruzivitu (separační úzkost, žárlivost, zlost/agresi, dominanci, inter-reaktivitu). Koheze lineárně kladně korelovala s kvalitou manželství, enmeshment koreloval lineárně záporně. Výstupy faktorové analýzy vedly autory k závěru, že koheze a enmeshment jsou různé a na sobě nezávislé proměnné.

Výsledky výzkumů nejsou jednotné. Záleží na použité metodě a definici koheze a enmeshmentu. Zdá se však, že rozdělení koheze a enmeshmentu do dvou různých škál je smysluplné a poskytuje podporu pro teoretický předpoklad, že enmeshment škodí.

Jak může vzniknout enmeshment a kdo se do něj zapojuje

Mezi enmeshmentem a suboptimálním fungováním členů rodiny je prokazatelná souvislost (vyskytují se společně), kauzální vztah mezi těmito jevy ale zůstává teoretickým konstruktem. Přesto považujeme za užitečné věnovat se fenomenologickému popisu enmeshmentu a uvažovat o mechanismech jeho vzniku a působení na zúčastněné, byť zatím na úrovni spekulací.

Johnson (1996) popsal případ letálního enmeshmentu u šimpanzů na základě mnohaletého pozorování šimpanzí rodiny „Flo“ v Tanzánii, uskučeného Jane Godall.

Flint

Flint byl pozdní dítě. Matka (Flo) po jeho narození vážně onemocněla. Flo přistupovala k Flintovi jinak, než k jeho starším sourozencům. Flint zůstal závislý na matce neobvykle dlouho. V jeho 4 letech se sice narodila mladší sestra Flame, ale tato událost vedla k sesazení Flinta z pozice nejmladšího a nejoblíbenějšího dítěte jen dočasně, protože Flame brzy zemřela a Flint byl matkou v pěti letech opět akceptován jako rodinné „dítě“. Dovoľovala mu spát společně s ní, nosila ho na zádech, neprotestovala, když ji kousal a bil. Synovu separaci nijak nepodporovala, naopak, těžce snášela odloučení a bojovala proti němu (když náhodou vyrazili opačnými směry, rychle ho dohnala a postarala se, aby pokračovali společně). Když matka ve velmi pokročilém věku zemřela, Flint přestal jíst, nereagoval na pokusy starší sestry postarat se o něj a zemřel během tří týdnů.

Johnson (1996) uvádí, že smrt Flinta je neobvyklá, protože mladí šimpanzi obvykle dokážou přežít ztrátu matky i v mladším věku, než byl Flint, když zemřela Flo, obvykle přežijí, i když nemají starší sourozence, kteří by se o ně starali. Vyslovuje podezření, že to, co zabilo Flinta, nebyl tolik žal, jako enmeshment. Flint byl natolik neoddělen od své matky, že nebyl schopen samostatné existence. Být matčíným malým chlapčkem bylo tak podstatnou částí jeho života, že po matčině smrti byl příliš zranitelný.

Kazuistika z naší praxe popisuje enmeshment mezi matkou a synem v lidské rodině.

Matěj

Matěj je chlapec ve věku 11 let, přichází pro agresivní chování na pozadí ADHD. Je jediným dítětem rodičů, jejichž manželství je nefunkční, tahounem celé domácnosti je mat-

ka. Otec se v synovi zklamal, protože se s ním pro jeho nevhodné chování a emoční výkyvy nedalo chlubit a někdy v předškolním věku, když se chlapec počůral na veřejnosti, se otec rozhodl, že takového syna nechtěl. Jak chlapec, tak matka popisují otce jako autoritářského, hostilního, chladného a nespravedlivého. Matěj se cítí odmítnutý, pociťuje jako velkou křivdu, že nikdy neměl přístup k otcovým atraktivním koničkům. Vzhledem k jeho slabým sociálním dovednostem a agresivnímu chování nemá vazby ani na vrstevníky. Jeho jediným přítelem je matka, která se mu snaží ze všech sil vynahradiť nezáměrem otce a nevrly přístup okolí. Matka Matěje omlouvá, raději udělá všechnu práci za něj, než by se s ním dostala do konfliktu. Návštěvě poradny bezprostředně předcházelo zhroucení matky, které si vyžádalo krátkou hospitalizaci. Byla propuštěna s doporučením vzdát se některého ze zaměstnání, pracovat na zlepšení kvality manželství a vyhledat pomoc se zvládnutím synova chování. Zaměstnání nebylo možné omezit kvůli finanční situaci rodiny, situaci v manželství klientka považovala za beznadějnou, proto přišla do psychologické poradny pro potíže se synem. V terapii doporučené nastavení hranic nefunguje, podle matky a syna veškeré úsilí kazí nespolupracující otec. Chlapec je odeslán k psychiatrovi, který mu předepíše jeho první farmakologickou léčbu ADHD. Léčba zabírá, prvky chlapcova chování, které matku nejvíce zatěžovaly (neschopnost myslet na školní úkoly, neplnění domácích povinností, zapominání pomůcek, stížnosti ze školy), se výrazně zlepšily. Matějovy vztahy se spolužáky prošly zásadní změnou, chlapec vypráví, že spolužáci s ním začali mluvit a berou ho mezi sebe, když je teď Matěj nebije. Dostal písemnou pochvalu od učitelky, rozšířil se mu okruh přátel v sousedství, i doma je schopen lépe zvládat své povinnosti. Matěj působí uvolněněji, je nadšený z nových zážitků. Matka ze začátku chválí pokroky, velmi brzy však začíná být nespokojená. Syn ji připadá nějak málo spontánní, jeho nové vztahy s vrstevníky ji připadají moc „rozumové“, nelíbí se jí, že její dítě je „nějaké jiné“. Léčbu brzy vysazuje, ukončuje spolupráci jak s psychiatrem, tak později s psychologem.

Zdá se, že matka si vytvořila se synem velmi blízký, ochranný vztah, který syn v minulosti nejspíše opravdu potřeboval. Pak se nedokázala vzdát této exkluzivity a raději omezila chlapcův vývoj, aby opět byla jedinou osobou, která je vůči chlapci vstřícná a rozumí mu.

Uvedené kazuistiky popisují enmeshment ve vztahu mezi rodičem a dítětem, ale tento fenomén se vyskytuje i v romantických vztazích (podrobnější popis v Aron et al., 2004, s. 37). Zhoubnější (a dlouhodobější) enmeshment ovšem probíhá tam, kde je mezi zúčastněnými nerovnováha moci. Ve vztahu rodičů a dětí je nastavení funkční rovnováhy mezi nutnou regulací chování dítěte a omezením jeho vývoje složité, rodičovská autorita a zdroje jsou snadno zneužitelné. Ze vztahu s rodičem není snadné (a u mladších dětí ani možné) odejít.

Podstatné charakteristiky mezigeneračního enmeshmentu podle Della a Appelbauma (1977): nízká angažovanost otce, chronická nespokojenost matky a velmi blízký vztah matky a dítěte, čímž se narušují mezigenerační hranice. Ambivalentní postoj rodičů k tomu, že dítě začíná být kompetentní a příliš nezávislé, ústí v chování, které zabraňuje individualizaci dítěte. Dell a Appelbaum (1977) mluví o skryté dohodě mezi matkou a dítětem (zde dcerou): dcera se stává speciální matčinou přítelkyní, má výhody, neadekvátní k jejímu věku, ale musí se vzdát svého práva na autonomii. Dítěti tento obchod připadá v pořádku, protože plná cena se platí mnohem později. Z privilegovaného vztahu se stává

sametová past. Pokusy přiblížit se vrstevníkům jsou odmítány, je tam podprahové nastavení aktivit uvnitř rodiny jako dobrých, aktivit mimo rodinu jako špatných. Zapojení mimo rodinu, pokud je alespoň trochu významné, je kvalifikováno jako zrada nebo nedostatek loajality. Dítě je ovládáno prostřednictvím pocitu viny.

Podle Della a Appelbauma (1977) atypický vývoj vztahů s dětmi, charakterizovaný enmeshmentem, může nastát, když rodičovský pár nemůže znovu najít vzájemnou intimitu po narození dětí, ve vztahu k dětem pak celý život perseverují na způsobech interakce, charakteristických spíše pro počátek období latence ve věku dítěte (5–6 let). Celkové doporučení pro terapii je stavět mezigenerační hranice. Feldman a Gehring (1988) poukazují na to, že ve zdravých rodinách jsou jasné mezigenerační hranice. Koheze variuje mezi subsystemy tak, že členové subsystemu (rodičovského nebo sourozeneckého) jsou si blíží, než členové jiných subsystemů. Dobře adaptované rodiny se vyznačují těsným vztahem mezi rodiči. Naopak, rodiny s problémy často ukazují nízkou celkovou kohezi a také mezigenerační koalice, s rodiči bližšími dětem než sobě vzájemně. Také Raymond a kolektiv (1993) doporučují zvětšovat v terapii osobní distanci mezi příliš zapojenými členy a budovat silnější mezigenerační hranice mezi subsystemem rodičů a sourozenců. Přitom nejde jen o zvětšení distance mezi otcem a anorektickou dcerou, ale zároveň o sblížení manželů a sourozenců mezi sebou (Raymond et al., 1993).

Zdá se, že rizikem pro osobní autonomii není blízkost jako taková. Ale v případě zvýšené hladiny úzkosti nebo neuspokojení potřeb člena rodiny, který má v rukou moc (rodič, který není spokojený v partnerském vztahu), se může zdravá blízkost s jiným člověkem deformovat do patologických forem. Rodič pak nechce a nemůže „pustit“ dítě ze své blízkosti. Byng-Hall a Stevenson-Hinde (1991) identifikovali čtyři cesty, jak kvalita attachmentu ovlivňuje rodinné vztahy. První cesta, zachytávání postavy attachmentu, nastává, když dětská potřeba přílnutí není uspokojena a dítě se úzkostně snaží „polapit“ někoho pro sebe a pak omezuje interakci „uloveného“ rodiče, který ani nemusí být primární postavou attachmentu, s ostatními. Druhou cestou je nasměrování potřeb na nevhodnou osobu, když vhodná postava není dostupná (například, otec nedokáže uspokojit emoční potřeby matky a ta se obrací na dítě). V třetím případě dochází k nevhodné odpovědi na chování, spojené s attachmentem. Rodič v tomto případě přebírá vzorce ze své původní rodiny pro působení ve své současné rodině. Jsou možné dvě varianty: „replikační skripta“ nebo „korektivní skripta“. Například, pokud osoba, která pečovala o rodiče (rodič rodiče), vyžadovala od něj jako od dítěte péči, v další generaci je možné opakování toho obrácení rolí (replikační skriptum), rodič ale také může korigovat svou zkušenost a stát se kompulzivním pečovatelem (korektivní skriptum). Ve čtvrtém případě dochází k anticipaci ztráty. Traumata z minulosti vedou člověka k organizaci rodinného života takovým způsobem, aby nedošlo k bolestivým důsledkům anticipované ztráty (manželé, kteří mají rozvedené rodiče, se snaží vyhnout se bolesti z rozvodu, excesivní strach z rozvodu může vést k vyhýbání se závislosti na partnerovi a v dlouhodobé perspektivě je rozvod pravděpodobnější).

Domníváme se, že vznik enmeshmentu usnadňují procesy a události v životě jednoho nebo více zúčastněných, které zvýší hladinu jejich úzkosti. Úzkost se skutečně velmi často uvádí jako pozadí pro intruzivitu ve vztazích (součást enmeshmentu). Například Segrin a kolektiv (2013) poukazují na úzkost v pozadí intruzivního rodičovství. Lavy, Mikulincer a Shaver (2010) si všímají intruzivity jedinců s úzkostnou vazbou v romantických vztazích. Také vnímaný nedostatek vlastní kontroly může vyústit v kompulzivní snahu kontrolovat partnera (Mashek, Sherman, 2004, s. 345). V obou popsaných kazuis-

tikách enmeshment vznikl v těžkém období života zúčastněných rodičů: šimpanzí samice Flo brzy po narození syna vážně onemocněla a ještě jí zemřela dcera, Matějova matka se vyrovnávala s nesplněnými očekáváními v manželském vztahu a s náročnou péčí o syna s ADHD. Na začátku byl v obou případech matčin diskomfort, osamělost, strach ze separace, úzkost.

Zdá se, že pro vznik enmeshmentu jsou podstatné dva procesy:

- 1) Enmeshment dle naší úvahy vzniká ve chvíli, kdy člověk *blízkostí bojuje proti problémům*. Urputné usilování o blízkost s jiným člověkem je zde motivované ještě něčím jiným, než touhou po blízkosti samotné. Blízkostí se pak zahání strach ze separace, osamění, opuštěnosti, smrti. Právě úzkost vede mocnějšího člena rodiny k touze mít maximální kontrolu ve vztahu.
- 2) Kromě motivace je v enmeshmentu zásadní také přítomnost jistého násilí nebo nevýhodný obchod, který se těžko odmítá („sametová past“). Nerespektování hranic jiného člověka, intruzivita ve vztahu bývá spíše jednostranná, kdy jeden ze zúčastněných je v tomto procesu aktivní a ten druhý se nebrání. Nerovnováha moci mezi zúčastněnými je tedy dalším charakteristickým rysem a předpokladem pro enmeshment, jedná se o *uplatňování moci* nad jiným člověkem.

Závěr

Enmeshment a koheze mají zdánlivě mnoho společného, ale v jejich pozadí je odlišná motivace a mají jiný vliv na zúčastněné. Koheze je benigní blízkost, která uspokojuje potřebu mít blízké vztahy. Může nabývat extrémních podob, připomínajících enmeshment, ale v této podobě netrvá dlouho. Jak v romantických vztazích, tak ve vztahu rodič-dítě se těsná blízkost po jistém období rozvolňuje. Pro enmeshment je podstatné uplatňování moci (méně mocnému účastníkovi to může a nemusí vadit), překračování interpersonálních hranic obvyklých v dané kultuře, narušení mezigeneračních hranic v rodině (rodič má blíže k dítěti, než k partnerovi) a motivace mocnějšího zúčastněného (blízkost jako nástroj překonávání úzkosti). Vzhledem k těmto rozdílům a k tomu, že se enmeshment a koheze nevyskytují společně, je na čase přehodnotit teoretickou vázanost enmeshmentu na kohezi a hledat jiné teoretické zakotvení pro tento jev. Jako slibná se jeví cesta uplatňování moci ve vztazích a překračování hranic, včetně mezigeneračních.

LITERATURA

- Aron, A., Mashek, D., Aron, E. (2004). Closeness as Including Other in the Self. In D. Mashek, A. Aron, *Handbook of closeness and intimacy* (26–41). Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Barber, B., Buehler, C. (1996). Family Cohesion and Enmeshment: Different Constructs, Different Effects. *Journal of Marriage & Family*, 58(2), 433–441.
- Burbeck, Thomas W. Index of Family Characteristics. [online]. 1979 [cit. 2014-07-16].
- Byng-Hall, J., Stevenson-Hinde, J. (1991). Attachment Relationships Within a Family System. *Infant Mental Health Journal*, 12(3), 187–200.
- Dell, P., Appelbaum, A. (1977). Trigenerational enmeshment: Unresolved ties of single-parents to family of origin. *American Journal of Orthopsychiatry*, 47(1), 52–59.
- Fanjoux-Cohen, L., Mouly-Bandini, A., Werner, P., Green, R. (1998). Rethinking marital enmeshment:

- distinguishing intrusiveness from closeness-caregiving among French couples. *European Psychiatry*, 13(1), 46–51.
- Feldman, S., Gehring, T. (1988). Changing Perceptions of Family Cohesion and Power across Adolescence. *Child Development*, 59(4), 1034–1046.
- Gehring, T., Marti, D., Sidler, A. (1994). Family System Test (FAST): Are parents' and children's family constructs either different or similar, or both? *Child Psychiatry and Human Development*, 25(2), 125–138.
- Gjuričová, Š., Kubička, J. (2009). *Rodinná terapie: systematické a narativní přístupy*. Praha: Grada.
- Hasenboehler, K., Munsch, S., Meyer, A., Kappler, C., Vögele, C. (2009). Family structure, body mass index, and eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 42(4), 332–338.
- Chrzastowski, S., Zagdańska, M. (2009). Mother's perception of their closeness-caregiving and intrusiveness toward adult sons with a diagnosis of schizophrenia or drug addiction. *Archives of Psychiatry & Psychotherapy*, 11(1), 45–52.
- Jewell, J., Stark, K. (2003). Comparing the family environments of adolescents with conduct disorder or depression. *Journal of Child and Family Studies*, 12(1), 77–89.
- Johnson, S. (1996). Family of the forest: Fatal enmeshment and other systems issues in the animal world. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 18(3), 447–461.
- Kog, E., Vandereycken, W., Vertommen, H. (1985). Towards a verification of the psychosomatic family model: A pilot study of ten families with an anorexia/bulimia nervosa patient. *International Journal of Eating Disorders*, 4(4), 525–538.
- Lavy, S., Mikulincer, M., Shaver, P. (2010). Autonomy–proximity imbalance: An attachment theory perspective on intrusiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 552–556.
- Manzi, C., Vignoles, V., Regalia, C., Scabini, E. (2006). Cohesion and Enmeshment Revisited: Differentiation, Identity, and Well-Being in Two European Cultures. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 673–689.
- Mashek, D., Sherman, M. (2004). Desiring Less Closeness. In D. Mashek, A. Aron, *Handbook of closeness and intimacy* (343–356). Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Maynard, P., Olson, D. (1987). Circumplex Model of Family Systems: A Treatment Tool in Family Counseling. *Journal of Counseling & Development*, 65(9), 502–504.
- Mengel, M., Davis, A., Baker, L., Ramsey, C., Abell, T. (1991). Association of family enmeshment with maternal blood pressure during pregnancy: Evidence for a neuroendocrine link explaining the association between family enmeshment and infant birth weight. *Families, Systems, & Health*, 9(1), 3–17.
- Minuchin, S., Montalvo, B. (1967). Techniques for working with disorganized low socioeconomic families. *American Journal of Orthopsychiatry*, 37(5), 880–887.
- Minuchin, S., Auerswald, E., King, C., Rabinowitz, C. (1964). The study and treatment of families that produce multiple acting-out boys. *American Journal of Orthopsychiatry*, 34(1), 125–133.
- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–166.
- Perosa, S., Perosa, L. (1993). Relationships among Minuchin's structural family model, identity achievement, and coping style. *Journal of Counseling Psychology*, 40(4), 479–489.
- Petrican, R., Burris, C., Bielak, T., Schimmack, U., Moscovitch, M. (2011). For my eyes only: Gaze control, enmeshment, and relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(6), 1111–1123.
- Queen, A., Stewart, L., Ehrenreich-May, J., Pincus, D. (2013). Mothers' and Fathers' Ratings of Family Relationship Quality: Associations with Preadolescent and Adolescent Anxiety and Depressive Symptoms in a Clinical Sample. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(3), 351–360.
- Raymond, L., Friedlander, M., Heatherington, L., Ellis, M., Sargent, J. (1993). Communication processes in structural family therapy: Case study of an anorexic family. *Journal of Family Psychology*, 6(3), 308–326.
- Reichenberg, K., Broberg, A. (2005). Children with asthma. Few adjustment problems are related to high perceived parental capacity and family cohesion. *Nordic Journal of Psychiatry*, 59(1), 13–17.
- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Montgomery, N. (2013). Parent and child traits associated with overparenting. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(6), 569–595.
- Williams, L., Hiebert, W. (2001). Challenging the Belief System Behind Enmeshment. *Journal of Clinical Activities, Assignments & Handouts in Psychotherapy Practice*, 1(2), 17–28.

ENMESHMENT AND COHESION: THE QUALITY OF CLOSENESS IN RELATIONSHIPS

X. UHOLYEVA

ABSTRACT

Enmeshment is a concept, introduced by Salvador Minuchin, which indicates a pathological dimension of close relationships. Current discourse shows insufficient consensus how to define enmeshment in relationships and what other phenomena it is connected with. Enmeshment was originally defined as an extreme value of cohesion but this assumption fails to research acknowledgement. Later research findings rather refer to mutual independence of cohesion and enmeshment. The aim of the article is to explore the relationship between enmeshment and cohesion. It seems that enmeshment occurs in close relationships (insofar connection with cohesion) but it is differently motivated and relates to other phenomena in the life of the involved people: while cohesive relationships occur together with a good adaptation of partners, enmeshment is associated with a broad spectrum of problems.

Keywords: enmeshment; cohesion; family; children

ENMESHMENT UND KOHÄSION: QUALITÄT DER NÄHE IN BEZIEHUNGEN

X. UHOLYEVA

ABSTRAKT

Enmeshment als Konzept wurde von Salvador Minuchin eingeführt. Es beschreibt die pathologische Dimension der engen Beziehungen. Im Laufe der Zeit sinkt der Konsens darüber, was Enmeshment in Beziehungen beinhaltet und mit welchen anderen Phänomenen er verbunden ist. Enmeshment wurde ursprünglich als der Extremwert der Kohäsion definiert, diese Annahme konnte aber empirisch nicht bestätigt werden. Neuere Forschungsergebnisse zeigen eher die Unabhängigkeit von Kohäsion und Enmeshment. Dieser Artikel zielt darauf ab, das Verhältnis zwischen Enmeshment und Kohäsion zu beschreiben. Anscheinend entsteht Enmeshment in engen Beziehungen, er ist aber anders motiviert und hängt mit anderen Phänomenen im Leben der Beteiligten zusammen. Kohäsion in Beziehungen hängt mit guter Adaptation der Beteiligten zusammen, Enmeshment steht in Beziehung zu einem breiten Spektrum von Problemen.

Schlüsselwörter: Enmeshment; Kohäsion; Familie; Kinder

Xenie Uholyeva: Doktorandské studium na Katedře psychologie FF UK, psycholog v Prev-Centrum, z. ú. E-mail: uholyeva@centrum.cz