

5. Distance a pozice

Slovo distance má dva významy: jednak se jím rozumí vzdálenost měřitelná na metry a centimetry, za druhé jde o distanci psychologickou. Říkáme že, k někomu máme větší nebo zase menší odstup, jeho názory jsou nám blízké nebo zase na hony vzdálené; jiného bychom nejraději vůbec neviděli, přejeme si tedy být na kilometry daleko. Dvojznačnost pojmu distance se nám hodí, vyjadřuje totiž úzkou souvislost mezi prostorovou a psychologickou vzdáleností a umožňuje uvažovat o souladu či nesouladu mezi nimi.

Když cestujeme přeplněným autobusem nebo napěchovanou tramvají, je nám zajisté nepříjemně. Nejen proto, že se nám špatně dýchá a někdo nám může šlápnout na palec, nýbrž také proto, že jsme nuceni být s cizími lidmi „tělo na tělo“. Tedy: prostorová vzdálenost není v souladu s psychologickou. Obdobný nesoulad, vždy provázený nepříjemnými pocity, může nastat, jestliže někdo, s kým se málo známe – a třeba ani víc znát nechceme – se k nám důvěrně naklání a my ustupujeme a ustupujeme, máme-li kam.

Plyne z toho závěr: každý vztah mezi lidmi, a tudíž i každá komunikace mezi nimi vyžaduje optimální vzdálenost. Jakou ?

Významný americký antropolog E. T. Hall (1967) zkoumal optimální vzdálenosti mezi lidmi v různých situacích. Z jeho

závěrů, platících pochopitelně jen rámcově, jsem sestavil tabulku, najedete ji na další stránce.

Distanční hranice v situacích společenského, osobního nebo intimního kontaktu jsou prostupné, lze je měnit – obezřetně, nenásilně. A jak se ke druhému člověku prostorově přibližujeme nebo se od něj oddalujeme, utváříme tím jiný, nový vztah. Tu více, jindy méně zdařile.

Různé vzdálenosti znamenají pohyb po vodorovné, to jest horizontální rovině. Naše vztahy jsou však různé i v rovině vertikální: jeden bývá jaksí nahoře, jiný pod ním, níže; nebo mohou být oba na stejné rovině – a taky je možné v jednom a tomtéž vztahu pozice střídát nebo též o pozici „nad“ urputně zápolit.

Vžilo se označovat vertikální pozice pojmy symetrie (jsme na stejné rovině) a asymetrie (jeden je „nad“, druhý „pod“). Asymetrie může být jednoznačně a leckdy i formálně dána: žák – učitel, podřízený – nadřízený, dítě – rodič, mladší – starší. Ze vzájemných pozic vyplývají – a zpětně je posilují – určitá komunikační pravidla: žák zdraví jako první učitele, mladší staršího, podřízený nadřízeného.

Kdo je „níže“, je v určitém slova smyslu závislejší, a tudíž poslouchá pokyny toho „nahoře“ Má tak činit při splnění jedné významné podmínky: jde-li o oblast, v níž ten (ta) „nahoře“ je vskutku a po právu kompetentní. Kdyby mi můj nadřízený přikázal, abych zítra podal žádost o rozvod a na dovolenou nejel do Řecka, nýbrž na Vysočinu, překročil by svou pravomoc – a já neposlechnu. Jinak řečeno: asymetrickým vztahům nejsme a nemáme být vydáni na milost nebo spíše nemilost.

Přehled optimálních distancí (podle E. T. Halla, upraveno)

Sféra	Optimální distance (v centimetrech)	Popis (příklady)
veřejná:	větší: 750 – 900 menší: 350 – 750	vnímáme několik osob, skupinu, gestikulaci, pozice těla (veřejný proslov); mluvící pečlivě volí slova, snaží se mluvit spisovně, v zorném poli i více osob (přednáška, diskuse ve větší skupině)
společenská:	větší: 200 – 350 menší: 120 – 200	vnímají se detaily: pleť, vlasy, mimika; mezi účastníky bývá stolek, pult (společ. známých, nakupování, kontakty při práci, v zaměstnání, úřední jednání) zaměřenost na detaily tváře, zejm. na oči (kontakty pracovní i společenské dvou až tří osob)
osobní:	větší: 75 – 120 menší: 45 – 75	jasně vnímáme detaily tváře, vzdálenost je na délku paže, mluví se tišším hlasem (sdělování důvěrnějších informací, flirtování) ke kontaktu očí se připojuje čich, vnímáme parfém (flirt přechází ve zřetelné namlouvání, sdělujeme si důvěrné informace)
intimní:	větší: 15 – 45 menší: 0 – 15	přidávají se doteky, partneři jsou plně zaujati jeden druhým, mluví potichu (společ. tanec, namlouvání má kladnou odezvu, milostná vyznání) doteky dominují, velkou roli též hraje čich, oči jsou přivřené či zavřené, mluví se šeptem, často se též mlčí (tanec zvaný „lepeňák“, líbání, mazlení, sex)

Je-li tomu někde tak – a u nás po desetiletí bývalo – jsou to poměry hodné změny, dnes bychom řekli totální transformace.

Po druhé světové válce probíhal v Norimberku mezinárodní tribunál s prominentními pohlaváry nacistického Německa. Všichni do jednoho se hájili tím, že pouze svědomitě plnili rozkazy svých nadřízených, nejčastěji jmenovali Hitlera, Himmlera a Goebbelse, kteří už nežili. Kdyby soud uznal, že obžalovaní zločinci jsou oprávněni takto se hájit a hlavně obhájit, pak by mohl například ředitel nějaké školy vydat v pomatení smyslů příkaz, aby byl každý třetí žák podle abecedního pořádku zlikvidován – a podřízení učitelé i školník by jen přemýšleli o tom, jak co nejrychleji a nejkvalitněji akci provést. Tedy: ani jednoznačná a formálně jasně daná asymetrie nezabavuje dospělého člověka osobní odpovědnosti za jeho vlastní jednání. Tak ostatně znělo i zdůvodnění rozsudků v Norimberku.

S vertikálními pozicemi bývají problémy i ve zcela osobních vztazích, a tedy i při komunikaci v našich domácnostech. Dnešní manželství je zvláštní a vnitřně rozpornou směsí symetrie – asymetrie. Vydařené soužití má být, a v dlouhodobé bilanci také bývá, symetricko – asymetrické.

Uvažme manželství s výraznou a stálou asymetrií: jeden řídí naprosto vše, o všem rozhoduje – a ten druhý jen a jen poslouchá, podřizuje se, plní pokyny. A teď si představme nejnížnější oblasti soužití v rodině a manželství: provoz domácnosti, hospodaření s penězi, intimitu, výchovu dětí a péči o ně, náplň volného času, kontakty s okolním světem. Jestliže všude jeden rozhoduje, ovládá

tím zcela druhého. A to je dnes, uznejte, situace neudržitelná, takhle to ani v manželství nemůže fungovat. Zcela submisivní partner (a jsou i takoví) se jednoho dne vzbouří; bývají to vzpoury dramatické, vedoucí nezřídka k rozpadu manželství. Někdy se též stává, že výlučně dominující, to jest nadřazený či nadřazující se partner sám ztratí zájem o další soužití brzy poté, co toho druhého totálně převálcov(a). Příliš mnoho jistoty i v manželství škodí.

Ani opačný extrém – úplná a stálá symetrie – nebývá dobrý ani žádoucí. A vlastně ani není dlouhodobě a ve všech oblastech možný.

Má-li rodina plnit svá poslání a správně fungovat, je účelné rozdělit kompetence. Což znamená, že v jedné oblasti bude „šéfovat“ muž, v jiné žena. Za čas si to mohou prohodit, chtějí-li a je-li výměna rozumná.

Zatím jsme tu jen konstatovali možné distance a pozice v mezilidských vztazích. A víme už, že je-li řeč o vztazích, týká se vše i vzájemné komunikace. Jak – o tom ve druhé části. Teď se ještě na chvíli zastavme u některých slov, jmenovitě u těch, s nimiž bývají potíže.