

# POROZUMĚNÍ ÚTLAKU: STRATEGIE PŘÍSTUPU K MOCI A PRIVILEGIÍM

Leticie Nieto a Margot F. Boyer

Přeložil Petr Kovařík

Kdokoli, kdo se někdy pokusil řešit sociální realitu útlaku a privilegií, ví, že se jedná o obtížná témata. Některé lidi rozruší dokonce i pouhé vyslovení slov, jako je „útlak“, nebo ještě důraznějších termínů, jako je „rasismus“, „sexismus“ a „heterosexismus“. Řada lidí se po nastolení těchto témat naštvá, cítí se provinile, stydí se nebo jsou rozrušeni, bez ohledu na to, jak k tématům přistupujeme.

Ale bez toho, aniž bychom o nespravedlnosti hovořili\*<sup>y</sup>, nelze spravedlivější společnosti dosáhnout. Jak můžeme tato témata řešit konstruktivním způsobem, který pomůže lidem naslouchat a růst, nejen vytvářet konflikty a špatné pocity?

V následující sérii článků nastíníme přístup, který může pomoci lidem útlak i soucit vůči sobě i druhým lépe pochopit. Tento přístup je do značné míry psychologický a používáme v něm spíš jazyka obrazů a citění než jazyka politiky nebo aktivismu. Věříme, že lidé si mohou vyvinout vhodnější a užitečnější dovednosti k řešení problémů s útlakem, stejně jako rozvíjejí další dovednosti, a zjistili jsme, že když se lidé o těchto dovednostech dozví, snáze snášejí nepohodlí, mění své vlastní chování i práci s lidmi, jejichž zkušenosti se liší od jejich vlastních.

Jedná se o komplexní model, který byl pro tento prostor zjednodušen. Učíme jej v průběhu jednodenního nebo dvoudenního workshopu, případně jeden akademický semestr, jako součást absolventského programu v poradenské psychologii. V tomto článku si nastíníme myšlenky, které vyvinula a dále rozvíjela spoluautorka tohoto díla, Dr. Leticie Nieto, a bude zahrnovat myšlenky a modely z vývojové teorie, modely rozmanitosti a její vlastní práce terapeutky, učitelky, umělkyně a mezikulturní pracovnice.

Všichni lidé jsou členy řady různých skupin. Mnohé z těchto členství odráží naše rozhodnutí a životy způsoby, které jsou neutrální či pozitivní. Někdo z nás pochází z velké rodiny, někdo z nás je ještě dítě. Někdo má domácí mazlíčky a někdo ne. Někdo fandí basketbalu, někdo miluje symfonickou hudbu, někdo je vegetarián a leckdo miluje filmy. Můžeme se z těchto zálib těšit a víme, že kvůli nim diskriminaci nejspíš čelit nebudeme.

Členství v jiných sociálních skupinách ale problematické je. Kvůli našim sociálně připisovaným členstvím v určitých skupinách – na základě pohlaví, etnického původu, sociální třídy a dalších – zažíváme buď útlak, nebo privilegia. K členství v těchto skupinách ani do systému útlaku a privilegií se dobrovolně nehlásíme, a přesto jsou součástí našeho života. K popisu tohoto systému používáme výraz rank (společenská hierarchizace) a my věříme, že lidé se mohou na útlak v jednotlivých oblastech tohoto žebříčku naučit lépe reagovat. Později tyto dovednosti podrobně popíšeme, ale nejprve chceme položit základy pro pochopení toho, jak systém funguje.

V tomto modelu rozlišujeme mezi třemi pojmy, které se někdy považují za synonyma: postavení (status), společenská hierarchizace (rank) a moc (power). „Cibulové“ schéma je zobrazuje jako vrstvy nebo způsoby, jak porozumět sociálním interakcím. Postavení je ta nejsvrchnější vrstva, ta, kterou ostatní lidé nejspíše vidí, a ta, které si nejspíše budeme dobře vědomi\*<sup>y</sup>. Společenská hierarchie odkazuje na systém oceňování lidí odlišně v závislosti na členství v určitých sociálních skupinách a moc je nejnižší vrstvou, souvisí se samotným nitrem našeho bytí.

Moc souvisí s naším spojením s tím, co nás přesahuje, s hmotným nebo

božským. Signalizuje naši návaznost na předky, přírodu a stvoření jako celek. K moci může mít přístup kdokoli; není to funkce sociální role nebo světského úspěchu. S mocí jsme spojeni\*ý prostřednictvím svých duchovních postupů a kreativních životů, prostřednictvím svých vyučujících a blízkých a skrze vše, co nám umožňuje odstoupit od ryzího, skutečného centra. Na seminářích po studujících chceme, aby si představili\*ý osobu nebo bytost, která tento druh moci má, a představili\*ý si chůzi v jejich stopách jako způsob, jak se dostat s osobní mocí do kontaktu.

Uvědomění si vlastní moci nám umožňuje pracovat s životními výzvami, a účinně tak prohlédnout sociální konstrukty postavení a společenské hierarchie. Okolí naši moc obvykle nevnímá, i když ji v určitých situacích může pocítit.

Postavení je naopak úrovní interakcí, kterou lze vnímat snadno, neboť se nachází nejbližší povrchu. Všichni lidé ví, jak zaujmout nízké či vysoké postavení, a mají v tom nějakou praxi. Chování ve vysokém postavení je poznamenáno dominantním nebo asertivním postojem a verbální komunikací prosazování sebe sama, vedením, dominancí nebo znalostmi. Chování v nízkém postavení je poznamenáno submisivním nebo pasivním postojem a verbální komunikací souhlasu, souladu, přijetí a podpory. Projevy s vysokým i nízkým postavením mohou být v některých situacích užitečné a v jiných destruktivní – jedná se o základní způsoby chování, které nejsou samy o sobě dobré nebo špatné.

Stejně jako zvířata i lidé se svým postavením neustále hrají hry. Většina z nás zaujímá pozice s vysokým i nízkým postavením po celý den. Statusové hry s blízkými přáteli a přítelkyněmi, partnery a partnerkami, kolegy a kolegyněmi se dají hrát velmi proměnlivě, přičemž si obě strany mohou v každém kole měnit pozice. Určité sociální role evokují konkrétní statusové chování a o těch si povíme později.

Sledovat statusovou hru u autobusové zastávky, při rodinné večeři nebo na obchodním setkání je snadné. Sledujte, jak se interakce odehrává, a nejspíš uvidíte, jak lidé své postavení pravidelně mění. To je důležité, protože status není trvalý stav nebo role; je to dočasné chování. Na rozdíl od příslušnosti ke společenské třídě, která obecně bývá stabilní, je statusová hra mobilní.

Chování ve vysokém postavení zahrnuje řadu pozitivních aktivit: vedení skupiny, výuka třídy, obhajoba nějakého principu, prosazování spojení. Chování ve vysokém postavení rovněž zahrnuje celé spektrum agrese, od pozitivních opatření po konfrontaci či dokonce násilí. Násilí je krok člověka ve vysokém postavení, což platí bez ohledu na to, kdo jej páchá. Když osoba, která je členem sociálně marginalizované skupiny, spáchá čin násilí proti někomu, kdo je členem skupiny sociálně výše postavené, vnímáme to jako tah s cílem dosažení vysokého postavení. Je to dočasný stav, záblesk interakce, která základní dynamiku společenské a institucionální nerovnosti nemění.

Podobně když někdo, kdo je členem sociálně výše postavené skupiny nebo má sociální privilegia, zaujme v určité interakci nízké postavení, jeho členství v řadách zúčastněných to nezmění. Chcete-li použít extrémní případ, majitel či majitelka otroků nebo otrokyň se může k určitému zotročenému člověku v dané situaci chovat laskavě, přátelsky a submisivně. Na tom, kdo je majitelem či majitelkou a kdo zotročeným člověkem, se ale nemění nic.

Pro lepší porozumění problémům v obou oblastech dává smysl vést diskusi o postavení (status) a společenské hierarchii (rank) odděleně. Často se stává, že když lidé mluví o společenské hierarchii, stáčí se debata k příkladům statusových her. Skutečnost, že někteří členové nebo některé členky znevýhodněných sociálních skupin zažívají úspěch a vykazují chování patřící k vysokému postavení, však základní dynamiku společenské hierarchie nemění.

Střední vrstva cibule, společenská hierarchie, je složitá. Jelikož diskutovat o společenské hierarchii je obtížné, používáme ve snaze pochopit její fungování

řadu metafor. Jedna metafora je v zásadě metaforou mechanického systému, podmíněné reakce, na kterou je každý\*á vycvičen\*a, když je velmi mladý\*á. Říkáme tomu stroj na společenskou hierarchii. Funguje jako starobylý hodinový stroj nebo primitivní průmyslový systém, jako montážní linka před 100 lety, ale běží uvnitř nás i kolem nás.

Stroj na společenskou hierarchii vykonává jediné: třídí lidi na dvě hromady, hrstku lidí, kteří jsou nadhodnoceni, a větší hromadu lidí, kteří jsou podhodnoceni. Tyto dvě hromádky nazýváme aktéři nebo aktérky (Agents) a terče (Targets). Vzhledem k tomu, že stroj na společenskou hierarchii je naší hlubinnou součástí, málokdy si uvědomujeme, co dělá, nebo dokonce že vůbec funguje. Účinky společenské hierarchizace by se musely měřit v nanosekundách. Potkáme člověka a hodnotící stroj ho zhodnotí stejně jako nás a zařadí ho i nás do nějaké kategorie, často dříve, než kdokoli z nás promluví. Nemáme nad tím kontrolu; prostě se to děje. To nad čím částečnou kontrolu máme, je uvědomování si tohoto stroje na společenskou hierarchii a naše schopnost reagovat na kategorizace, které probíhají v nás i v ostatních.

Ve Spojených státech třídí stroj na společenskou hierarchii lidi do devíti různých kategorií – věk, postižení, náboženská kultura, etnický původ, sexuální orientace, sociální třída, domorodý původ, národní původ a gender. V těchto devíti kategoriích jsou lidé klasifikováni jako aktéři či aktérky, nebo terče. Aktéři a aktérky jsou příjemci a příjemkyněmi výhod nebo privilegií, zatímco terče dostávají do vínku znevýhodnění či útlak.

Jedním z problémů celého tohoto systému společenské hierarchizace je samozřejmě to, že tyto kategorie jsou směšné a falešné. Lidé nezapadají do binárních kategorií ano, či ne. Zřejmým příkladem jsou rasové kategorie, což jsou pouhé sociální konstrukty, přičemž mnoho lidí má předky z řady míst a spojení s mnoha etnickými skupinami. Lidé nejsou ani „bílí“, ani „barevní“; jsou různí a složití. Tak to prostě je.

Přítom má tento systém společenské hierarchizace, jakkoliv je absurdní, obrovský vliv na naše životy. To, že je člověk kategorizován jako muž, nebo žena, heterosexuál, či homosexuál nebo je mu přiřazena jakákoliv jiná společenská hierarchie, může změnit životní možnosti, příležitosti a pohodlí všech z nás. Taková je realita života v USA. Při čtení o těchto modelech, prosím, mějte na paměti obě tyto skutečnosti: pravdu, že kategorie společenské hierarchizace jsou absurdní a falešné, i skutečnost, že kategorie společenské hierarchizace ovlivňují náš život.

V našem dalším sloupku se podíváme na to, jak můžeme zlepšovat a zkoumat konkrétní dovednosti aktérů či aktérek a terčů.

### **Množiny dovedností pro terče**

V našem posledním sloupku byla řeč o postavení (status), společenské hierarchizaci (rank) a moci (power), což jsou tři různé vrstvy interakcí mezi lidmi. Abychom pochopili\*y systémy útlaku a privilegií, jako je rasismus, sexismus nebo homofobie, považujeme za užitečné tyto prvky oddělit.

V našem modelu analýzy sociální dynamiky se postavení (status) vztahuje k povrchní úrovni interakce, kterou lidé sdílejí se zvířaty, k proměnlivé a střídavé dynamice každodenních interakcí. Dynamika postavení se vyznačuje plynulými přechody (je „fluidní“) a mění se z jednoho okamžiku na druhý, přičemž v daném okamžiku může zaujmout pozici s vysokým nebo nízkým postavením téměř kdokoli.

Jako moc označujeme naše napojení na zdroj, na to, co je posvátné, na naše nitro. K tomuto druhu moci může mít přístup kdokoli; nejedná se o funkci sociální role nebo postavení. Moc je obvykle neviditelná, ale někdy ji můžeme vidět v akci. Není to dočasný stav, ale něco, co můžeme v průběhu života posilovat.

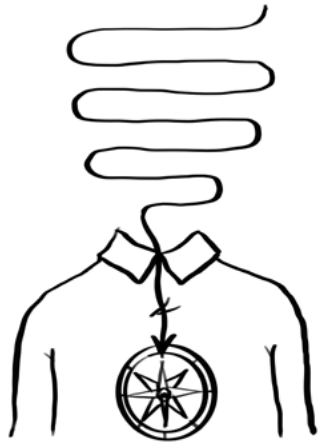
Vrstva interakcí na úrovni společenské hierarchie (Rank) je nejsložitější a nejobtížnější. Společenská hierarchie se týká sociálně konstruovaného systému, ve kterém jsou někteří lidé sociálně nadhodnoceni (někdy se říká „privilegování“), zatímco jiní lidé jsou systematicky podhodnoceni a podléhají útlaku. Tyto dvě skupiny nazýváme aktéři či aktérky (Agents) a terče (Targets).

Je jasné, že nikdo z nás se součástí systému společenské hierarchizace nestal dobrovolně. Jako malé děti jsme se naučili\*y systému společenských pravidel, kterými se většinou řídíme nevědomě. Naučili\*y jsme se, ke které společenské vrstvě patříme (na základě svého pohlaví, etnického původu, přítomnosti, či absence zdravotního postižení a podobně) a jak se máme coby členové či členky těchto skupin chovat. Naučili\*y jsme se rovněž třídit a kategorizovat jiné lidi na základě jejich příslušnosti ke společenské vrstvě a očekávat od nich v důsledku toho jisté chování. I jako dospělí lidé na tyto kategorie často reagujeme dříve, než si je stačíme uvědomit – reagujeme během nanosekund automaticky na základě sociálních pravidel, která jsme si osvojili\*y v dětství. Když reagujeme tímto způsobem, je naše jednání mechanické, připomíná scénář či dokonce chování robota. Pokud jde o to, co vnímáme, či o jemné aspekty toho, co děláme a říkáme, příliš si tuto oblast neuvědomujeme ani v ní nemáme na výběr.

Překonání této sociální situace dá hodně práce. Můžeme se naučit kategorie sociálního postavení prohlédnout, jednat z hlubšího, vědomého, skutečného já, naší vlastní moci, bez ohledu na sociální příslušnost nám i lidem kolem nás přidělenou. Tréninkem a praxí se dokážeme naučit na jednotlivé situace a na výzvy, které útlak a privilegia (celý tento systém společenského postavení) představují, lépe reagovat za pomoci osobní integrity, kreativity a moudrosti.

Stejně jako ostatní druhy učení schopnost bojovat proti útlaku a efektivně reagovat na dynamiku společenského postavení znamená získat specifické dovednosti. Dovednosti, které jsme si osvojili\*y jako malé děti, nám často při řešení obtížných situací, se kterými se setkáváme v dospělosti, příliš neposlouží, ale můžeme se naučit dovednostem lepším, účinnějším. Jedna sada dovedností pro nás platí v situaci, kdy patříme do skupiny terčů, a jiná, kdy do skupiny aktérů a aktérek.

Tabulka společenského postavení aktér\*ka/terč ukazuje způsob, jakým je ve Spojených státech příslušenství ke společenské třídě aktér\*ka/terč prisuzováno. Existuje devět kategorií, ve kterých jsou lidé zařazeni. Jedná se o sociálně připisovaná členství, která si sami\*y nevybíráme. Většina z nich je trvalá a žádnými činy je nelze změnit. Podívejte se na graf a všimněte si míst, kde vám ve společenské hierarchizaci byla přidělena role atéra či aktérky, a míst, kde vám byla přiřazena role terče. Většina z nás si může všimnout, že máme přiřazeny aktéry či aktérky i terče současně. To znamená, že každý člověk musí rozvíjet oba druhy dovedností.



Tento model množin dovedností nepopisuje vývojové „etapy“, ve kterých zůstáváme trvale, nýbrž soubor dovedností v rámci dalších dovedností, připomínající sadu v sobě naskládaných různě velkých misek či matryošku. S tím, jak rosteme a procvičujeme své dovednosti v boji proti útlaku, dovednosti, které jsme se naučili\*y dříve, nezmizí, ale jsou zahrnuty do repertoáru, jehož součástí jsou i dovednosti vyspělejší a zralejší. Větší dovednostní množiny nám dávají více možností, větší možnosti působení a pravdivější smysl pro vnímání sebe sama i ostatních. Starší dovednosti jsou však stále s námi a většinu času je budeme i nadále používat. Tento proces růstu, který starší stádia včleňuje do novějších, se někdy nazývá „holarchie“ a proces přechodu na větší začlenění dovedností se nazývá „transcendence a inkluze“.

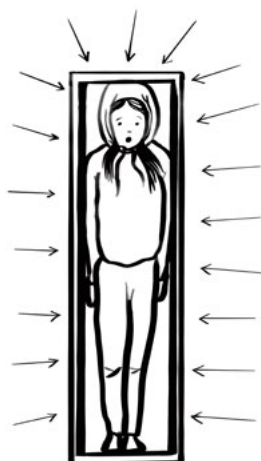
Podobný proces probíhá, když se učíme číst. Jako malé děti se nejdříve naučíme abecedu. Později se naučíme číst krátká slova, poté delší slova a věty. Když vyrosteme, dokážeme číst celé romány, počítačové manuály nebo texty z oblasti sociální teorie. Přesto základní znalost abecedy a dekodování krátkých slov zůstávají součástí našeho repertoáru.

Používat dovednosti vyššího stupně vyžaduje větší úsilí a máme tendenci volit jednodušší cestu, která používá méně rozvinuté dovednosti. Mnozí lidé zjišťují, že pokud nemusí do školy nebo do práce číst náročné knihy, mají tendenci tíhnout spíše k novinám a napínavým románům než komplexním technickým či teoretickým pracím. Když máme chřipku, může nám připadat, že je kniha příliš náročná, a raději vezmeme do ruky časopis nebo si pustíme televizi. Ne vždy své schopnosti číst náročné knihy využíváme, a čím méně energie máme nebo čím více stresu řešíme, tím menší je pravděpodobnost, že naše rozvinuté čtenářské dovednosti využijeme.

Stejně jako čtenářské dovednosti se i naše schopnost reagovat na dynamiku postavení ve společenské hierarchii může rozvíjet po celý život. Přesto se často rozhodneme pro méně náročné, známější a automatické dovednosti, které od nás vyžadují méně energie. V rámci svého společenského údělu jsme se postupně naučili\*y základním dovednostem, které odpovídaly našim rolím ve společenské hierarchii. Naučili\*y jsme se určitým dovednostem, které odpovídají naší sociální příslušnosti k terčům, například takzvané vhodné chování pro dívku nebo pro barevnou osobu. Máme už i jiné dovednosti, které odpovídají příslušnosti k aktérům či aktérkám, například přístojné chování pro chlapce nebo pro člena střední třídy.

Víme už také, které sociální skupiny jsou nadhodnoceny – jedná se o skupiny aktérů či akterek (dospělí lidé, zdravotně způsobilé osoby, osoby heterosexuálního zaměření, původní národy, bílí lidé atd.). Naučili\*y jsme se, které sociální skupiny jsou podhodnoceny, tedy skupiny terčů (děti a starší lidé, lidé se zdravotním postižením, lidé židovského vyznání, osoby muslimské víry a další nekřesťané a nekřesťanky; barevní lidé, homosexuálové/lesby a bisexuálové a bisexuálky atd.). Dospělé osoby v našich životech nám nejspíš tato pravidla předaly bez vysvětlování, aniž by si byly vědomy, že nás učí, jak ve světě fungovat a žít. Vzhledem k tomu, že většina z nás plní úkoly jak mezi aktéry či aktérkami, tak mezi terči, jsou tato pravidla poměrně složitá.

Když patříme do skupiny terčů, učíme se dovednosti, které nám pomáhají zapadnout do očekávání, která o naší skupině mají aktéři či aktérky. Někteří z nás mohou být členy a členky celé řady skupin terčů, zatímco jiní pouze jedné či dvou. (Malá menšina lidí, kteří nejsou členy žádných terčů, se často označuje jako „mainstream“, což vypovídá hodně o tom, jak systém privilegií funguje.) Popis dovedností terčů bude nejjednodušší sledovat, pokud se podíváte na graf aktér\*ka/terč a identifikujete pouze jednu příslušnost ke skupině terčů, které jste právě součástí. Přemýšlejte o dovednostech terčů z pohledu právě toho členství mezi terči, které znáte velmi dobře. (Osoba, která nepatří do žádné skupiny terčů, si může vzpomenout na zkušenost z dětství nebo dospívání, aby těmto dovednostem porozuměla.) Pamatujte, že zde popsané dovednosti se vztahují pouze na členy a členky skupin terčů v rámci těchto konkrétních členství mezi terči.



První sadu dovedností nazýváme přežití terče. Umění přežít nám umožňuje zůstat naživu a v relativní bezpečí v souladu s očekáváním aktéra či aktérky. Existují dva způsoby, jak umění přežít vyjádřit. První je napodobovat aktéra\*ku, tzn. jednat, myslet a mluvit jako člověk, který má členství mezi aktéry a aktérkami. Přitom se podvědomě snažíme plnit cíle této množiny dovedností, tedy vycházet vstříc skupině aktérů a aktérek a plnit požadavky na základě jejich definic toho, co je normální a v pořádku.

Druhým uměním přežít je přizpůsobit se stereotypu, který skupina aktérů a aktérek ohledně naší skupiny terčů vyznává: jednat, myslet a mluvit v souladu s jejich očekáváními.

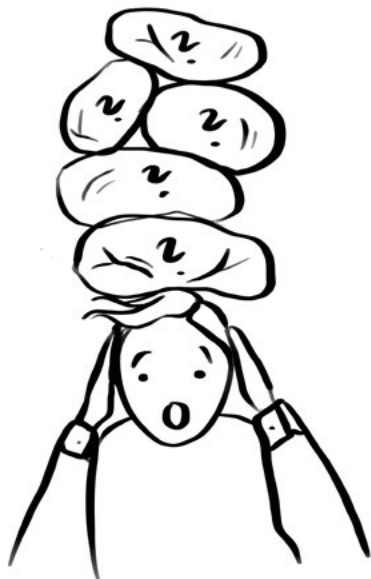
Pro dívky a ženy to znamená plnit sociálně

očekávané požadavky na „ženské“ chování: mít správnou výšku, správný tón hlasu, a zejména správné postoje vůči mužům. Jinými slovy, coby ženy využívající dovednosti umění přežít děláme vše, co je nutné, aby se lidé cítili dobře, včetně nevědomého, i když občas verbalizovaného dodržování souladu se sexistickými normami.

Umění přežít v roli terče si každý člověk procvičí dostatečně, protože každá osoba byla někdy dítě a všechny děti jsou terče kvůli svému věku. Pro pár lidí je příslušnost k terčům kvůli věku jediným typem terčů, který kdy zažili. Většina z nás je ale terčem v řadě dalších oblastí, takže jsme si vyzkoušeli\* y umění přežít i v rámci těchto členství. Přestože si jeho používání obvykle nejsme vědomi\* y, používání umění přežít je náročné a vyčerpávající, protože od nás vyžaduje neustále měnit vlastní podobu a formy, abychom vyhověli\* y očekávání skupiny aktérů a aktérek a prostředí ovládaných aktéry\* kami, se kterými se setkáváme denně. Přesto v těchto dovednostech máme tolik praxe, že se v nich stáváme velmi dobrými, a když se cítíme ohroženi\* y nebo jsme ve stresu, je pravděpodobné, že k umění přežít nevědomky sklouzneme.

Součástí využívání umění přežít je ignorování dynamiky společenské hierarchizace. Použitím těchto dovedností můžeme tvrdit, že neexistuje „nic takového“ jako sexismus nebo rasismus či třídní rozdělení, ať už proti naší skupině terčů působí jakákoli forma útlaku. Dokážeme tvrdit sobě i ostatním, že jsme ještě nikdy nezažili\* y diskriminaci z důvodu svého členství mezi terči nebo že se těmito zkušenostmi nenecháme ovlivňovat či brzdit. Jako terče využívající umění přežít budeme dokonce kritizovat sami\* y sebe nebo jiné terče za to, že jsme nesplnili\* y očekávání na naši skupinu kladená. Toto se někdy označuje jako internalizovaný útlak. Například jako ženy používající umění přežít můžeme

hodnotit a kritizovat svůj vlastní vzhled a vzhled ostatních žen, abychom se ujistily, že splňujeme sociální očekávání kladená na naši skupinu. Umění přežít u terčů může zahrnovat i horizontální útlak, který nastává, když coby terče směřujeme přímé nepřátelství, předsudky, diskriminaci či dokonce násilí ke členům a členkám své vlastní skupiny terčů.

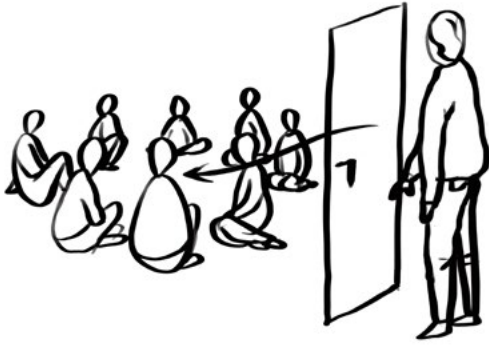


Druhou sadu dovedností terčů nazýváme zmatenost (Confusion). Popisovat zmatenost jako dovednost či umění může působit zvláště, ale přechod od umění přežít ke zmatenosti dá jistou práci. Zmatenost vzniká v momentě, kdy si povšimneme, jak je používání umění přežít vyčerpávající, a začneme si uvědomovat, že něco není v pořádku. Můžeme strávit dlouhou dobu střídáním umění přežít a přechodem do stádia zmatenosti, dokud si nevšimneme, že někteří lidé jsou oceňováni jinak než my, že čelíme útlaku. Začneme vnímat dynamiku společenské hierarchizace a instinktivně si uvědomíme, že nenápadné i méně nenápadné nespravedlnosti, které zažíváme, jsou skutečné a že bychom se jim neměli\* y přizpůsobovat.

A přece pochopení a reakce na útlak představuje obří úkol, na jehož zvládnutí nemusíme být dosud připraveni\* y. Víme, že se setkáváme s nerovností, ale zatím postrádáme jazyk a podporu, abychom ji pochopili\* y. Tuto směs poznání a nevědomosti nazýváme zmatek. Stále se ještě můžeme prezentovat způsoby, které od nás aktéři a aktérky očekávají, ale začínáme si už všimnat například toho, že vedení v práci je bílé, zatímco pracovníci a pracovníce jsou Latino a Afroameričané, nebo že muži v naší organizaci vydělávají více než ženy.

Použitím zmatenostních dovedností (Confusion skills) můžeme sami\* y sobě odporovat a pochybovat o důkazech, které smyslově vnímáme. Namlouváme si věci jako: „Není to sice fér, ale musí pro to existovat nějaké vysvětlení.“ Mohli bychom dokonce prohlásit: „Jsem zmatený\* á.“ Nebo: „Nerozumím.“ Nebo: „Beru si to osobně.“ Připouštíme možnost, že něco není v pořádku, ale dosud to nenazýváme sexismem, rasismem nebo porušováním svých občanských práv. Stále můžeme jednat způsobem, který nám přiřadila naše role terče, a to podle pravidel, která jsme si internalizovali\* y dříve, ale občas už si myslíme, říkáme nebo děláme věci, které se do této role nehodí.

Dokud je náš repertoár dovedností omezen pouze na umění přežít a zmatenost, zůstáváme podřízeni\* y internalizovanému a horizontálnímu útlaku. Můžeme jednat způsoby, které jsou škodlivé pro nás samotné i pro ostatní členstvo ve skupině terčů, a nejspíš nebudeme ani vědět, proč to děláme. Tyto dovednosti odrážejí nevědomou povahu celého systému společenské hierarchizace a nedostatečný přístup k naší vlastní moci.



Přechod na další množinu dovedností, kterou nazýváme zmocnění (Empowerment), vyžaduje enormní množství vnitřní i vnější energie. Může nám připadat jako probuzení z hlubokého spánku nebo reakce na život ohrožující situaci. Chceme-li tento zásadní krok podniknout, musíme mít přístup k prostoru určenému výhradně pro zmocněné terče, místo, kde

lidé, kteří sdílejí společnou příslušnost k terčům, mohou společně mluvit o tom, čemu čelí, jak se cítí a co s tím udělat. Může to mít podobu ženské skupiny, spolku černých studentů a studentek, centra LGBT, odborového svazu nebo jakéhokoli prostoru, který patří členům a členkám skupiny terčů. Osoby, které patří k více skupinám terčů, možná budou muset vstoupit do několika skupin, aby se staly zmocněnými v každém z těchto členství. (Pro organizace, které chtějí terče zmocňovat, je podpora přístupu k tomuto typu prostoru zásadním krokem.)

V prostoru, určeném pouze pro zmocněné terče, tyto terče naslouchají a hovoří o společné zkušenosti, o tom, co se jim denně děje, a často vidíme, jak ostatní přikyvuji ještě předtím, než svůj příběh dokončíme. Mluvíme o historických kořenech problému, sociálních podmínkách, které podporují status quo atd. Pomocí svých zmocňovacích dovedností mluvíme o svých zkušenostech s útlakem, zejména o nenápadných, ale reálných marginalizacích, někdy na úkor všeho jiného. Je to bolestivé, ale nedává nám to spát, jako když si tlačíme na modřinu, když chceme zjistit, kde je její okraj a jak to bolí. Když mluvíme o útlaku, stále víc a víc se probouzíme, což nám pomáhá neupadnout zpět do nevědomí našich dřívějších dovedností.

### **Zkušenosti se zmocněním**

**Přežití | Zmatenost | Zmocnění | Strategie | Znovunalezení vlastního já  
Rozvoj povědomí o hledání vlastního já**

Členové a členky skupiny terčů, kteří\*ré využívají zmocňovacích dovedností, vznášejí problém útlaku v mnoha různých interakcích. Vyhledáváme informace o své vlastní skupině a historii útlaku, kterému jsme čelili\*y, a vyjadřujeme solidaritu s ostatními členy a členkami své skupiny. Vyjadřujeme rozhořčení nad normami aktérů a akterek, jejich institucemi a jednotlivými aktéry a akterkami. Toto neustálé zaměření na problém nás udržuje v aktivitě. Energie zmocnění nám pomáhá mobilizovat se, abychom odolávali\*y útlaku, jednali\*y, učili\*y se všemu, co se týká povahy nadřazenosti a jak čelit nespravedlnosti. Neustálé soustředění na dynamiku útlaku však bývá pro terč i všechny kolem vyčerpávající. Existuje pocit, že není čas na odpočinek. Mluvíme o tom v mnoha prostředích i ve chvílích, které jsou neproduktivní, a to i v situacích, kdy riskujeme vlastní bezpečnost.

Když používáme zmocňovací dovednosti, můžeme si všimnout, že nedokážeme ustát energetickou náročnost nutnosti neustále se stavět k útlaku čelem. Začneme hodnotit, co funguje a co ne, a činit vědomější rozhodnutí – kdy problém nastolit, kdy odejít, kdy se soustředit na jiné záležitosti. Tomu říkáme strategické dovednosti. Pomocí strategie si začneme vybírat bitvy a řešit co





nejúčinnější opatření: při práci s dalšími terči, když vznášíme nároky na sociální instituce, kdy konfrontovat jednotlivé aktéry či aktérky, kdy nedělat nic. Srovnáme se s nejlepšími hodnotami a normami své cílové skupiny a trávíme méně času reagováním na aktéry\*ky a jejich očekávání. Strategické dovednosti nás osvobozují, a umožňují nám tak rozhodnutí, která podporují naši skupinu i nás samotné. Můžeme ocenit členy a členky své skupiny kvůli jejich osobním kvalitám, nikoliv jen kvůli samotnému členství ve skupině terčů. Zjistíme, že

můžeme selektivně ocenit i jednotlivé aktéry či aktérky, kteří\*ré se v našem boji ukáží jako spojenci\*kyně. Strategické dovednosti šetří energii a maximalizují efektivitu v boji proti útlaku.

Jak pokračujeme v používání strategických dovedností, začínáme stále více rozeznávat své vlastní optimální, osvobozující normy a hodnoty od hodnot tíživých, dehumanizujících a podporujeme členstvo své vlastní skupiny i dalších skupin terčů. Jsme si vědomi\*y významu a dopadu nerovnosti kvůli příslušnosti



ke společenské vrstvě a činíme stále vhodnější a kontextu lépe přizpůsobené volby. Nacházíme snadnější přístup ke své opravdové moci a jsme schopni\*y ji ovlivnit ve svém každodenním životě. Říkáme jim dovednosti znovunalezení vlastního já (re-centering skills). Pomocí dovedností znovunalezení vlastního já spolupracujeme s dalšími terči a se spolupracujícími aktéry a aktérkami, abychom systém útlaku narušili\*y co nejúčinnějším, maximálně humanizujícím a racionálním způsobem. Využíváme své chápání systémů útlaku k přechodu do vedoucích rolí ve své práci na změně společnosti.

Dovednosti znovunalezení vlastního já využívá jen málo terčů, a dokonce i ti nejchytřejší a nešikovnější z nich tyto dovednosti používají jen po určitou dobu. Jako terče s přístupem ke všem těmto množinám dovedností je používáme všechny podle konkrétní situace a toho, kolik energie v daném okamžiku máme. Cílem není používat určitou množinu dovedností vždy, ale spíše využívat dovedností, které jsou v daném okamžiku nejvíc funkční. Každá sada dovedností má nějakou hodnotu. Sebe i ostatní členy\*ky skupiny terčů nejlépe podpoříme, když hodnotu a nezbytnost každé této množiny dovedností správně pochopíme a oceníme. Když obdržíme vhodnou podporu pro množinu dovedností, kterou aktuálně používáme, bude možné přejít na vyšší množiny dovedností, a vytvořit tak efektivnější řešení výzev, které představuje systém společenského postavení.

Cílem boje proti útlaku je osvobodit lidi od škodlivých a odlidšťujících účinků systému společenské hierarchie. S tím, jak se učíme lepším dovednostem, získáváme schopnost osvobodit sebe i druhé a pohybovat se po světě jako plnohodnotné lidské bytosti bez ohledu na definice, kterými nás společenská klasifikace omezuje.

V našem dalším článku se blíže podíváme na dovednosti používané členstvem skupin aktérů a akterek.

## **Množiny dovedností pro aktéry**

V předchozích článcích byla řeč o postavení, společenské hierarchii a moci, což jsou tři oddělené vrstvy interakcí mezi lidmi. Představujeme si je jako soustředné kruhy, jako vrstvy cibule, kde je postavení (Status) na vnějším povrchu, pod ním je společenská hierarchie (Rank) a uprostřed moc (Power). Termín „moc“ používáme k označení svého spojení s vlastním nitrem, svým autentickým já a osobností, kterou jsme ve svých nejlepších chvílích. Přítomnost moci může naznačovat schopnost člověka stát nohama na zemi, projevovat soucit, používat pozitivní humor, milovat bez nároků a podporovat sebe i lidi kolem.

Statusová hra odkazuje na vertikální dynamiku interakcí, což je typ chování, které lidé sdílejí se zvířaty. Statusová hra mezi sestrami může být nevinná jako pouhé škádlení. Může ale být i zraňující, rozrušující a nebezpečná. Akce, které prosazují naši vlastní důležitost, hodnotu nebo úhel pohledu, jsou tahy vysokého postavení. Můžeme je provádět způsobem, který je pro naše okolí užitečný a pozitivní, můžeme být přirozenými lídry či lídryněmi, hovořit o bezpráví nebo vyučovat dovednostem. Stejně tak může být pozitivní a podpůrné i chování nízkého postavení, například když aktivně nasloucháme něčemu příběhu, podpoříme něčí nápad nebo někoho pochválíme. Chování vysokého postavení lze používat i škodlivými způsoby – tahy vysokého postavení zahrnují celou škálu agresivního jednání od verbálního shazování až po násilné napadení. Podobně ani chování nízkého postavení není vždy neškodné. Pasivně agresivní chování, odmítnutí někoho uznat nebo ignorování problému jsou tahy nízkého postavení. Chování ve vysokém a nízkém postavení není samo o sobě dobré nebo špatné; je jen součástí toho, co to znamená být člověkem.

Klíčem k identifikaci statusové hry je zeptat se „kdy to začalo“ a „kdy to skončilo“. Interakce ve statusové hře přicházejí a odcházejí; v jedné situaci můžeme hrát na vysoký status a v jiné situaci na nízký. Naše preference statusového stylu odrážejí naši individuální osobnost a také naše profesní role, naše rodinné a kulturní zázemí a styly typické pro naši zeměpisnou oblast. Mnoho lidí v Seattlu používá nízký status, někdy popisovaný jako „zdvořilý, ale nikoliv přátelský“. Jedná se o skvělý, korektní, introvertní způsob jednání s lidmi. Lidem, kteří se sem přestěhují z jiných oblastí, někdy připadá chladný a mnozí říkají, že je těžké se s lidmi ze Seattlu spřátelit. Naproti tomu Newyorčané a Newyorčanky často používají styl typický pro vysoké postavení, který je přátelštější i agresivnější. Tento styl je emocionálnější, hlasitější, s větší pravděpodobností přijetí i větší pravděpodobností hádky či boje. Návštěvníkům a návštěvnicím New Yorku to může připadat vzrušující, nebo děsivé, podle toho, jakému postavení dávají přednost.

Interakce na úrovni postavení nás mohou v daném okamžiku upoutat, ale změnou svého vlastního chování je můžeme změnit. Jednou ze strategií, jak vyjít s lidmi, je všimnout si upřednostňovaného stylu osoby, se kterou jsme, a nechat ji s jejími preferencemi být. Když trvají na zaujetí vysokého postavení obě osoby, nejspíš dojde ke konfliktu. Když oba lidé zvolí polohu s nízkým postavením, interakce může stagnovat a dvojice se nemůže rozhodnout ani se pohnout vpřed. Flexibilita ve statusové hře může vzájemné interakce zlepšit, uvolnit konflikty a dát vztahům více vitality a energie. Filmy, televize a divadlo jsou plně proměnlivých a dramatických postavení, na které může být zábavné se dívat a podílet se na nich, zvláště pak pokud je nebereme příliš vážně.

Zde se zaměřujeme na otázky společenské hierarchie, nikoliv moci nebo postavení. Pokud lze konkrétní diskriminační, vylučující nebo předsudečné jednání vnímat jako v čase oddělené události, můžeme v dané interakci zkoumat funkci statusové hry. Dynamika hodnocení však funguje naplno.

Společenská hierarchie popisuje, jak společnost systematicky a důsledně zvýhodňuje stále ty samé lidi a zároveň marginalizuje ostatní. Vzhledem

k tomu, že dynamika společenské hierarchie není natolik časově vymezená jako dynamika postavení, zjistili\* y jsme, že je užitečné představit si společenskou hierarchii jako v podstatě mechanický systém, který třídí lidi do dvou skupin. Systém automaticky (a většinou nevědomě) upřednostňuje některé lidi, které označujeme jako aktéry a aktérky. Aktéři\* rky patří do skupin, které jsou sociálně nadhodnocené. Někdy se o nich hovoří jako o „privilegovaných“, ale jelikož je systém společenské hierarchizace většinou nevědomý, aktéři a aktérky si toho, že jsou privilegovaní\* é, málokdy povšimnou. Vnímat způsoby, jakými nás systém společenské hierarchizace nadhodnocuje, zvyhodňuje nebo znevýhodňuje, vyžaduje značné úsilí.

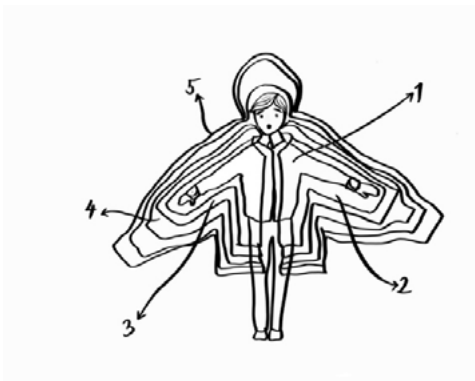
Tento systém rovněž kategorizuje některé lidi jako terče, což jsou příslušníci a příslušnice skupin, které jsou sociálně podhodnocené, někdy se označují jako „utlačované“. Vzhledem k tomu, že zkušenost se společenským nedoceněním nebo útlakem je nepříjemná, je u terčů pravděpodobnější, že si systému společenské hierarchizace budou všimnout, přestože pro něj nemáme slovní označení.

Další užitečnou metaforou je uvažovat o společenské hierarchizaci jako o čárovém kódu, který máme všichni\* všechny pod kůží a který je ve všech situacích mnoha nenápadnými způsoby skenován. Probíhá to tak rychle, že si toho ani nevšimneme. Jedna malá část tohoto procesu skenování je naše skenování sebe sama: v okamžiku setkání určíme věk, rasu, pohlaví a jiné role v rámci „společenské hierarchizace“, které každý člověk hraje. Pokud nevíme, jak někoho kvalifikovat, můžeme se cítit nepříjemně nebo se dokonce sezeptat: „Co jste zač?“ Tento nepříjemný stav odhaluje, jak moc se spoléháme na zažitě způsoby vzájemné klasifikace, abychom zjistili\* y, jak se k lidem chovat. Může se hodit uvažovat o společenské vrstvě jako o něčem, co je tvořeno všemi socializovanými sděleními, které jsme si o různých skupinách, do kterých patříme či nepatříme, internalizovali\* y.

Zde používáme jako mnemotechnickou pomůcku rámec vyvinutý psycholožkou a autorkou Pamelou Haysovou, pro který používáme zkratku ADDRESSING a který slouží k hodnocení devíti oblastí, které jsou v současné době ve Spojených státech důležité: věk, zdravotní postižení, vývojová a získaná postižení, náboženská kultura, etnicita, sociální třída, sexuální orientace, domorodý původ, národní původ a gender. Většině z nás byla v některých oblastech přidělena společenská hierarchie aktéra či aktérky a v jiných společenská hierarchie terče. Tato členství si nevybíráme; jsou nám přidělena nebo připisována společensky. Všechny tyto oblasti společenské hierarchie nebo sociální příslušnosti jsou sociálně konstruovány – to znamená, že byly vynalezeny jako způsoby kategorizace lidí. Podle našeho názoru jsou spíše vadné než přesné, ale fungují, jako by byly platné, takže se jimi musíme zabývat.

Většina z těchto příslušností ke společenské vrstvě je trvalá. Během života se mění náš věk; při dospívání jsme terči, v dospělosti, kolem 18 let, se měníme aktéra či aktérku a kolem 65 let věku začínáme být opět klasifikováni\* y jako terče. Společenské zařazení kvůli handicapu se může měnit, například pokud zažíváme dočasnou nebo trvalou ztrátu nějaké schopnosti v důsledku nehody nebo nemoci. Většina našich členství ve společenských vrstvách je po celý život celkem stabilní. To je důležité si pamatovat, protože na rozdíl od společenské hierarchie se postavení (status) může během chvíle změnit, což nám dává iluzi mnohem flexibilnějšího nebo pohyblivějšího sociálního systému.

Protože většina z nás je klasifikována v některých oblastech jako aktéři\* rky, v jiných jako terče, vyžaduje efektivní práce v boji proti útlaku rozvíjet lepší dovednosti na obou stranách. Dovednosti aktérů či aktérek a terčů se liší; obě množiny dovedností potřebujeme, ale používáme je v různých situacích. Tyto množiny dovedností jsou jako sady nástrojů. Rané množiny dovedností připomínají sadu nástrojů, ovšem pouze s jedním nebo dvěma nástroji. Jak rosteme a své dovednosti v boji proti útlaku procvičujeme, starší dovednosti



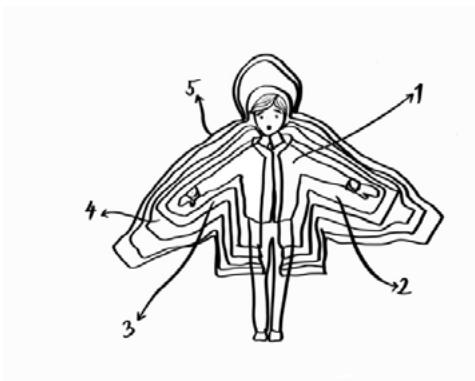
nezmizí, ale ve sbírce přibývají nástroje nové. Starší dovednosti stále používáme, ale máme větší schopnost zvolit si ty vhodné, které budou sloužit našim účelům v boji proti útlaku. Nejedná se o „fáze“ vývoje, nově získané dovednosti nepoužíváme 24 hodin denně. Spíše jsme schopni\*y účinněji reagovat na útlak, a to častěji, když máme větší sadu nástrojů. Naše dovednosti na vysoké úrovni použijeme s větší pravděpodobností, když se cítíme

klidní\*é, podporovaní\*é a celkově dobře. Cokoli, co nás trápí, jako je hlad, únava nebo vztek, používání dovedností na vysoké úrovni ztěžuje. Z tohoto důvodu vnímáme dobrou péči o sebe jako důležitou dimenzi práce v boji proti útlaku.

V tomto článku se zaměřujeme na dovednosti v boji proti útlaku pro aktéry a aktérky – členstva skupin, které jsou společensky přeceňované. Od dětství je součástí naší přípravy na roli aktéra či aktérky neuvědomování si systému společenské hierarchizace a způsobů, jak jsme společností nadhodnocováni\*y. Dokonce ani jako dospělí\*é nevíme, že k tomu dochází, a lidé kolem nás nám často brání si to uvědomit. Obvykle sami nevědí, že to dělají, protože si systému společenské hierarchizace rovněž nejsou vědomi. Učíme se nevímat si rozdílů a způsobů, jakým ovlivňují naše zkušenosti a náš přístup ke zdrojům.

Než si přečtete zbytek tohoto článku, vyberte si jednu oblast, ve které vás systém společenské hierarchizace identifikuje jako aktéry či aktérky. Zůstaňte v tomto „kanálu“ při čtení popisů dovedností a přemýšlejte o tom, jak byste mohli\*y tyto dovednosti jako aktér či aktérka prožít. (Informace o sadách dovedností terčů najdete ve vydání tohoto časopisu z října 2006.)

Ve svých členstvích v rolích aktérů či aktérek se učíme dovednostem, které nám samotným i lidem, kteří naši pozici aktérů\*ek sdílejí, umožňují cítit se dobře a pohodlně. Učíme se nevímat si existence systému společenské hierarchizace a způsobů, jakými jsme společensky nadhodnocováni\*y. Učíme se nevímat si členstva skupiny terčů a nevážit si jich tolik, kolik si vážíme sebe a ostatních členů a členek skupiny aktérů a aktérek. Většina tohoto tréninku ze strany ostatních lidí kolem nás je nevědomá; často předávají chování a postoje, kterých si nejsou vědomi. My tato sdělení rovněž vstřebáváme nevědomky.



První dovednost pro aktéry či aktérky se nazývá lhostejnost. Když použijeme dovednost lhostejnosti, nebudeme si všimnout existence terčů ani jejich životních podmínek a celého systému společenské hierarchizace. Může to být zcela nevinné, například když říkáme: „Neznám žádné \_\_\_\_\_ lidi.“ Osoba žijící v malé komunitě může mít podobný přístup: „Nikdy jsem žádného \_\_\_\_\_ nepotkal.“ „Tady žádné \_\_\_\_\_ nejsou.“ Osoba

využívající dovednosti lhostejnosti si však často nevíme existence osoby ze společenské hierarchie terčů, ani když s ní přímo mluví. V krajním případě třeba prohlašuje: „Nikdy jsem nepotkal \_\_\_\_\_,“ a přitom mluví přímo se členem zmíněné skupiny, což není vůbec neobvyklý příklad lhostejnostních dovedností v akci.

Fyzické držení těla, které spojujeme s touto množinou dovedností, je prosté pokrčení rameny, které sděluje: „Nevím.“ „To není můj problém.“ Nebo: „Nevím, o čem to mluvíš“. Klíčem k porozumění lhostejnostním dovednostem je mít na paměti, že si všichni\* všechny musíme vybrat část informací a podnětů, kterým jsme vystaveni\*y. Díky tomu, že v různých společenských oblastech jsme aktéry či aktérkami, se dozvídáme, na jakých prvcích „záleží“ nebo jsou „relevantní“. Ty mají tendenci být prvky souvisejícími s aktéry či aktérkami. Výsledkem je, že prvky související s terčí jsou mimo naše vědomí, aniž bychom se je snažili\*y ignorovat. Není těžké si všimnout, že to, co podporuje lhostejnost, je sociálně vynucená, pasivní averze a devalvace terčů a stránek života, které s terčí souvisejí.

## SPOLEČENSKÁ HIERARCHIE AKTÉRA\*KY/TERČE

Členství v tomto žebříčku lze dešifrovat pomocí zmíněné zkratky ADDRESSING jako vodítka k tomu, podle čeho se lidé do kategorií aktér\*ka a terč rozdělují. Tato sociální členství jsou přidělována společnostmi, nikoliv jednotlivci.

Kategorie společenské hierarchie	Postavení aktéra*ky	Postavení terče
Stáří	Dospělí (18-64)	Děti, dospívající, starší
Postižení	Zdravé osoby	Osoby se zdravotním postižením
Náboženství (týká se náboženské kultury)	Kulturní křesťané a křesťanky, agnostici a agnostičky, ateisté a ateistky	Židé a Židovky, muslimové a muslimky, všechna ostatní nekřesťanská náboženství
Etnický původ	Euroameričané*ky	Barevní lidé
Sociální třída	Majetná a střední třída (přístup k vysokoškolskému vzdělání)	Chudá a dělnická třída
Sexuální orientace	Heterosexuálové*ky	Gayové, lesby a bisexuálové*ky
Domorodý původ	Nepůvodní	Původní obyvatel*ka
Národní původ	Narození*é v USA	Přistěhovalci a přistěhovalkyně, uprchlíci a uprchlice
Gender	Mužský	Žena, transsexuál*ka a intersexuál*ka

Lhostejnostní dovednosti od nás vyžadují nejmenší množství energie. Jsou to dovednosti, ke kterým se automaticky uchylujeme v oblastech, kde nám bylo přiděleno členství v kategorii aktéra\*ky. Když se setkáme s členy či členkami skupiny terčů a indifferenční dovednosti už nemůžeme používat, použijeme

další množinu dovedností – a to distanční, která nám umožňuje držet si členstvo skupiny terčů od těla. Máme pocit, že když to děláme, snažíme se ve skutečnosti distancovat od povědomí své vlastní nezasloužené výhody, spíše než od těch lidí, kteří byli označeni jako „ti druzí“. Pomocí distančních dovedností zdůrazňujeme rozdíl mezi skupinou terčů a námi. Všimáme si, jak moc se od nás liší.

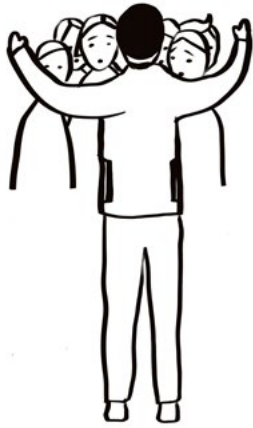


Tato množina dovedností je složitější než množina lhostejnosti; má tři různé pozice. Jednou z nich je „distančování se“. Fyzické gesto této dovednosti připomíná situaci, kdy se jako by před sebe vystrčenou rukou bráníme fyzickému kontaktu s něčím před sebou. Slovně vyjádřeno to někdy zní jako: „Nemám nic proti \_\_\_\_\_“ a někdy zůstává nevyřčená další myšlenka, jako například „jen je nechci mít za sousedy nebo sousedky“, nebo může znít jako: „Ať si dělají, co chtějí, ale ve své čtvrti.“ Převládá zde, někdy těsně pod povrchem a často nevědomě, pocit znechucení, možná nelibosti či strachu. Sdělení zní: „Necpěte mi to pod nos.“

Tato dovednost „distančovat se od níže postavených“ je dovedností, kterou s největší pravděpodobností vnímáme jako bigotní nebo represivní. Gesto distancování se směrem dolů drží níže postavené hezky od těla, jako by se pokoušelo nad něčím zatlačit víko, snahu zavřít popelnici nebo se pokusit něco nacpat na dno kontejneru. Tato sada dovedností je verbalizována zjevně negativními sděleními vůči cílové skupině: „Jsou nemocní\*é“, „jsou špinaví\*é“, „měli\*y by být ve vězení“. Někdy se lidé, kteří používají tuto sadu dovedností, naučí tyto pocity neverbalizovat, ale jejich základní postoj to nutně nemění. Další verzí této množiny dovedností je postoj, že chce „pomoci“ nebo „konvertovat“ nebo „uzdravit, vyléčit“ terč od příslušnosti k jeho vrstvě k něčemu, co by se podobalo jednání.

Třetí distanční dovedností je „distančování se směrem nahoru“. Distančování nám umožňuje vidět členy a členky skupiny terčů rádobou hodnotícím způsobem, možná jako zvláštní, krásné, dokonce oduševnělé nebo kouzelné. Toto gesto spočívá v tom, že držíme ruce směrem vzhůru a pryč od nás s otevřenými dlaněmi, jako by vytvářely krásný výhled. Slovní popis takového distancování by se dal vyjádřit jako ocenění skupiny pro zvláštní kvality, ale bez povědomí o systému společenské hierarchizace, skutečnosti privilegovaného aktéra či privilegované aktérky nebo jednotlivých vlastností členů\*ek této skupiny. Slovní sdělení spojená s touto dovedností mohou znít následovně: „\_\_\_\_\_ jsou tak oduševnění“, „\_\_\_\_\_ vypadají, že mají opravdu blízko k přírodě“, „\_\_\_\_\_ tvoří krásnou hudbu“ nebo „\_\_\_\_\_ jsou tak úžasní, exotičtí, hrdinští“. Tato dovednost bývá často doprovázena přivlastněním si věcí spojovaných s cílovou skupinou, jako je sbírání umění nebo produkce hudby nebo napodobování kulturního stylu této skupiny.

Podobně jako když máme před sebou po celé hodiny zvednuté ruce, distanční dovednosti vyžadují spoustu energie. Jejich osvojení není snadné. Organizované nenávistné skupiny, společnosti organizované s cílem útlaku a udržování rozdílů vždy najdou způsoby, jak poskytnout skupinovou podporu pro náročný akt udržování distančního postavení. Ale distancování je nepříjemné, zvláště když se často ocitáme v interakci se členy a členkami skupiny terčů. V tu chvíli nejspíš přejdeme k další množině dovedností, což nám bude připadat jako značná úleva.



Množina dovedností spadající pod inkluzi nabízí oproti distancování jisté výhody. Pomocí inkluze se zaměřujeme na podobnosti mezi členy a členkami skupiny terčů a námi samotnými. Používáme slovní komunikaci, která zdůrazňuje podobnosti a spojení, jako například „jsme všichni Božími dětmi“, „v podstatě jsme všechny stejné“, „zacházejme s každým jako s jednotlivcem“ a „všechny lidské bytosti trpí“. Fyzické držení těla související s inkluzí je otevřená náruč, která jako by měla členy a členky skupiny terčů obejmout. Jako aktéři a aktérky inkluzi vnímáme jako osvobozující. Máme pocit, že jsme se konečně vymanili\*y ze světa útlaku. Můžeme členy a členky skupiny terčů ocenit. Připadá nám to úžasné.

Než omezení inkluzivních dovedností začneme vnímat, chvíli to trvá a mnohým se to nepovede nikdy. Ve společnosti jako celku je inkluze často považována za vrchol mezikulturního uznání, rozmanitosti a osvobození. Přesto je inkluze stále dovedností zaměřenou na aktéry a aktérky. Pomocí inkluze systém společenské hierarchizace ani způsoby, kterými jsme neustále nadhodnocováni\*y, ani důsledky našich privilegií a marginalizaci terčů nerozpoznáváme. Aniž bychom si to uvědomovali\*y, vnímáme svou vlastní skupinu a její hodnoty a normy jako standard a očekáváme, že se všichni lidé spojí s aktéro-centrismem a nadřazeností aktérů a aktérek. Chceme, aby ostatní plnili\*y naše očekávání. Můžeme být hostiteli a hostitelkami pestré mezikulturní večere, ale pokud lidé, kteří přijdou, začnou mluvit o útlaku, budeme naštvaní\*é. Terče rádi přivítáme, ale současně podvědomě očekáváme, že budou jednat v souladu s naším očekáváním, nebudou nás uvádět do rozpaků a budou se vyhýbat otázkám, o kterých nechceme mluvit, a dokonce budou vděční, že mohli přijít.

### Model dovedností aktéra\*ky

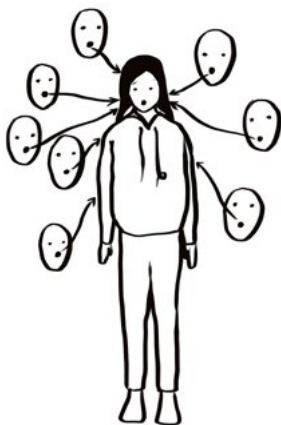
*S tím, jak se u aktérů a aktérek rozvíjí uvědomění útlaku, vytvářejí si lepší dovednosti pro pochopení a reagování na něj. Tento vývoj představuje holarchickou posloupnost množin dovedností, jak je uvedeno níže. Každá z těchto množin dovedností představuje nástroje pro řešení útlaku. Jak se pohybujeme směrem ke spojení, přibývají nám další a lepší pracovní nástroje.*

Zkušenost s uvědoměním si spojení				
Lhostejnost	Distancování	Inkluze	Uvědomění	Spojení
Dovednosti zaměřené na aktéra*ku Zdravé osoby			Dovednosti související s aktérem*kou	

Jedno nebezpečí z množiny dovedností pro inkluzi spočívá v tom, že jelikož je zcela jasné, že na terče nemáme negativní názory, dokážeme se bránit pohledu, že útlak je v zásadě problém nadřazenosti, nikoli problém předsudků a diskriminace. Když používáme dovednosti inkluze, nejsme si vědomi\*y systému společenské hierarchizace a proti útlaku nedokážeme účinně bojovat, dokud se neprobudíme.



Posun nad rámec inkluze vyžaduje schopnost pohybovat se mimo naši komfortní zónu a mimo konvenční pravidla naší kultury. Jedná se o obtížný přechod, který se dá bez silné motivace jen těžko zvládnout. Obvykle vyžaduje silný osobní vztah s členem či členkou cílové skupiny – blízkým přítelem či blízkou přítelkyní, milencem nebo milenkou, členem či členkou rodiny nebo mentorem nebo mentorkou – abychom se o problém začali\*y dostatečně zajímat, abychom dokázali\*y naši internalizované nadřazenosti aktéra či aktérky čelit a dokázali\*y vstoupit do další, nejnáročnější množiny dovedností, kterou označujeme jako uvědomění (Awareness).



Uvědomění je zpočátku vnímáno jako cosi nepříjemného. Když přistoupíme k dovednostem z oblasti uvědomění, cítíme chlad, paralýzu, a dokonce můžeme být dezorientováni\*y kvůli emocím, jako je pocit viny a studu. Vidíme realitu systému společenské hierarchizace a uvědomíme si, jak velké výhody nám dává coby aktérům a aktérkám, začínáme si všimát útlaku a privilegií všude kolem. Uvědomíme si, že je celá řada způsobů, jakými jsme ve svých životech nadhodnocováni\*y, a vidíme i to, jak jsou terče kolem nás podhodnocovány. Nejspíš si vzpomeneme na incidenty z minulosti, situace, kdy jsme používali\*y nižší množiny dovedností, kdy jsme o nespravedlnosti nemluvili\*y a kdy jsme využívali\*y svá privilegia. Celý systém společenské hierarchizace je nám odhalen a my jsme oprávněně zděšeni\*y, zejména proto, že nám je najednou naprosto zřejmé, že budeme i nadále většinou používat dovednosti pro lhostejnost, distancování a inkluzi.

Fyzickým tělesným projevem uvědomění je strnulost či ztuhnutí. Můžeme mít pocit nevolnosti nebo paniky a můžeme verbalizovat hrůzu a hanbu. „Nechápu, že jsem to dosud nevnímala.“ „Všechno, co říkám, je útlak, neboť jsem násilník.“ „Měla jsem udělat...“ Je obtížné si dovednosti uvědomění udržet, protože jsou tak nepohodlné. Když k uvědomění přistoupíme, obvykle při první příležitosti přejdeme zpět do inkluze.

Procvičování dovedností uvědomění vyžaduje odhodlání a podporu. Většina prostředí ve společnosti nás od používání dovedností uvědomění odrazuje, takže je užitečné mít přátele či přítelkyně, spojence a spojenkyně nebo kolegy a kolegyně, kteří\*ré mohou realitu útlaku potvrdit bez ohledu na naše vnímání. Dovednosti uvědomění jsou v jádru příležitostí naslouchat a učit se ze zkušeností terčů. Používáním uvědomění pochopíme, že nevíme, jaké to je zažít útlak v této konkrétní oblasti společenské hierarchie (přestože můžeme zažít i jiné druhy zážitků v roli terče). Můžeme praktikovat to, co spisovatel a kněz Henri Nouwen nazval „naučenou nevědomostí“, když přemýšlíme a případně řekneme: „Nevím, jaké to je. Povídejte!“ Když používáme uvědomění, všímáme si vlastního nepohodlí, můžeme jej pojmenovat a zůstat s ním tak dlouho, jak dokážeme. Je to dobrá příležitost k věnování pozornost tomu, co terče o svých zkušenostech říkají.

Pokud se nám podaří nepříjemnost uvědomění snášet, naslouchat zkušenostem terčů, věřit jejich povídání o zkušenostech s útlakem (zejména pokud jejich zkušenosti neodpovídají našemu vnímání světa) a zdržíme se přechodu zpět k inkluzi, možná se nám podaří získat přístup k drahocenné množině dovedností, kterou nazýváme spojenectví (Allyship). Pomocí dovedností spojenectví si na chvíli plně uvědomíme realitu útlaku a privilegia, kterých se nám v rámci systému společenské hierarchizace dostává. Bereme na vědomí,





že zkušenostem terčů v dané oblasti společenské hierarchizace nikdy plně neporozumíme. Vidíme, jak systém společenské hierarchizace v nás i v ostatních funguje, a přiznáme si dehumanizující dopad, který to na nás všechny má. Zároveň zůstáváme schopni\* y myslet a jednat. Nejsme

paralyzováni\* y; můžeme se rozhodnout proti útlaku bojovat, můžeme pomáhat ostatním aktérům a aktérkám rozvíjet dovednosti boje proti útlaku a při podpoře terčů. Klíčem k pochopení dovedností spojenectví je povšimnout si přesunu od obav z prožití uvědomění k postoji, v jehož rámci takové zážitky naopak vítáme. Dalším způsobem, jak tento posun popsat, je silící pocit, že se člověk cítí příjemně pouze tehdy, když se cítí nepříjemně, což signalizuje, že dochází k uvědomění.

Používáním dovedností spojenectví se můžeme zapojit do náročného procesu pomoci ostatním aktérům a aktérkám probudit se do reality systému společenské hierarchizace. Můžeme naslouchat aktérům a aktérkám, které bychom mohli\* y označit jako fanatiky či fanatičky, a pomoci jim přejít k dalším množinám schopností a dovedností, aniž bychom je soudili\* y. Uvědomujeme si potřebu podporovat terče při vytváření prostorů určených výhradně pro zmocněné terče. Můžeme použít sociální moc svého postavení ke změně systému, ke zpochybnění sociálních hierarchií, které pomáhají pouze nám. Spojenectví může znamenat naslouchání. Může znamenat mluvení o bezpráví. Může znamenat ohleduplně pomáhat ostatním aktérům a aktérkám získat přístup k nové sadě dovedností.

I když ke spojenectví máme občas přístup, nebudeme tyto dovednosti používat stále. Když jsme nepozorní\* é nebo plně zaneprázdnění\* é každodenními dramaty vlastních životů, nejspíš proti útlaku nijak nebojujeme. Náš závazek vůči spojenectví znamená proces stále opakovaného probouzení se, kdy dochází k uvědomění si systému společenské hierarchie a jejího fungování v našich životech. Jak vidíme, sami\* y své nejlepší schopnosti ne vždy využíváme, a můžeme tak naslouchat ostatním aktérům a aktérkám a pomáhat jim probudit se rovněž do reality společenské hierarchie a výsad.

V dalších článcích popíšeme své názory na způsoby, jak pomoci sobě i ostatním rozvíjet komplexní dovednosti.

### **O Dr. Leticii Nieto**

*Leticia Nieto, MA, Psy. D., byla nedávno jmenována pedagožkou roku na St. Martin's College ve Washingtonu. Dr. Nieto přináší ve svém školení a facilitaci inovativní přístup. Čerpá z expresivních technik, účastníky a účastnice školení intenzivně zapojuje a poskytuje jim příležitosti, aby pronikali\* y k podstatě věcí a byli\* y přístupní\* é změnám. Své znalosti úspěšně předává v oblastech vyššího i jiného vzdělávání, poskytovatelům asistenčních služeb, týmům na pracovišti a řadě dalších společenství. Leticia je od roku 1983 praktikující psychoterapeutkou a podílí se na školení poradců jako členka školitelského sboru programu magisterského studia v oboru poradenské psychologie v Olympii ve státě Washington. Jako učitelka, konzultantka a asistentka studujících spolupracuje Leticia s řadou vysokých škol na tichomořském pobřeží USA a v Mexiku. Leticia získala titul*

*BA v oboru divadlo a psychologie, titul MA v oboru lidského rozvoje a titul Psy. D. z klinické psychologie. Specializuje se na vývojovou psychologii, expresivní a umělecké terapie, psychodrama, sociální divadlo, boj proti útlaku a kulturní povědomí v poradenství.*

Poznámka vydavatele: Vycházelo jako série tří sloupků věnovaných problematice osobního rozvoje, rasy a útlaku. Dotazy Leticii zasílejte na adresu [cuetzpalin@aol.com](mailto:cuetzpalin@aol.com)



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



[www.futuropolis.cz](http://www.futuropolis.cz)