



Já nic, já žena

ANEB JAK NÁM ŠKODÍ TOXICKÁ FEMINITA

Hodná holka. Jemná květinka. Silná a samostatná tahounka, která si zakládá na tom, že zvládne všechno sama. To všechno jsou tváře toxické feminity. Občas se jí dopouštíme všechny – a škodíme tím hlavně samy sobě.

TEXT: MONIKA OTMAROVÁ

Vyslechla jste si od mámy nebo babičky, že svým vzhledem zbytečně poutáte pozornost? Nebo se občas stylizujete do oběti, jen abyste nenápadně prosadila svůj cíl a vyhnula se přímé debatě, nebo dokonce konfliktu? Možná taky doma hrajete hru na hlavu rodiny a dopřáváte svému muži pocit, že o všem rozhoduje on, zatímco celý chod rodiny vskrytu řídíte sama?

To všechno jsou projevy toxické feminity. Jak píše ve stejnojmenné knize (*Toxická feminita*, vydalo nakladatelství Host) její autorka, německá publicistka Sophia Fritz, na rozdíl od toxické maskulinity, která se projevuje agresí, dominancí a potlačováním emocí, bývá toxická feminita méně nápadná. Společně mají to, že původním účelem nezdravého chování je vyvrát nad někým jiným – ale ti, kteří se ho dopouštějí, ve výsledku škodí především sami sobě.

NENÁPADNÁ MANIPULACE

Když se řekne toxická maskulinita, vybavíme si tvrdého chlapa, kterému nikdy neukápneme ani jediná slza, spoléhá se na sílu a empatie je pro něj známkou slabosti. O toxické feminitě se moc nemluví, a když, tak snad jen o bájně hašteřivosti v ženských kolektivech. Bájně proto, že každá nejspíš známe i ženské kolektivy, kde to funguje skvěle a ženy se navzájem podporují a pomáhají si.

Směrem k druhému pohlaví se toxická feminita projevuje hranou podřízeností a „ženskostí“, pod níž se často skrývá rafinovaný způsob, jak si prosadit své zájmy i na úkor jiných žen. Často se schovává za zdánlivě pozitivní vlastnosti, jako je péče, empatie nebo „ženská intuice“. Při pozornějším zkoumání ale odhalíme manipulaci, pasivní agresi, hraní si na oběť nebo vzájemnou rivalitu mezi ženami.

ŘEŠENÍ Z NOUZE

Důležité je, že toxická feminita bývá řešením z nouze. Je to strategie pro život v patriarchálním společenském systému, kdy je pro nás ženy výhodnější uchýlit se k roli pečující matky či hodné holky, abychom prosadily své zájmy. Už odmalička jsou holčičky vychovávány k tomu, aby byly hodné, tiché a ohleduplné, aby měly pro všechny pochopení a staraly se o blaho ostatních, i když to znamená, že sebe zcela upořádají.

K čemu to vede? Známe to všechny: raději ustoupíme, ať je doma klid, nebo druhému nevytkneme chybu v obavě, že bychom ho mohly ranit. Výsledkem bývá, že ve vztazích ženy často potlačují vlastní potřeby a vyhýbají se otevřené komunikaci.

Není to tak, že bychom „od přírody“ neuměly být rozhodné, tvrdé a průrazné, ale během tisíciletí historie od nás byla očekávána spíše pasivita, a proto jsme si vyvinuly způsoby, jak se světem probít zdánlivě jemně, aby muži měli

pocit, že jsou stále těmi silnějšími a že rozhodnutí, která jsme de facto udělaly za ně, udělali oni sami.

Nakonec tím ale škodíme nejen mužům, ale především samy sobě, protože tím jen posilujeme vzorce, které nám ubližují. A ještě něco: pokud trvale žijeme podle rčení „muž je hlavou rodiny, ale žena je jejím krkem“ a svou rozhodnost, chytrost, píli a cílevědomost skrýváme pod závoj hrané bezradnosti, nikdy nedosáhneme skutečné rovnoprávnosti ve vztazích. Rodinných ani pracovních.

KOUSEK MRCHY V NÁS

Kniha Sophie Fritz není akademickou studií. Autorka se do psaní pustila upřímně, syrově a šla s vlastní kůží na trh. Otevřeně popisuje své osobní zkušenosti a odhaluje své pocity, když se s různými podobami nezdravého ženského chování setkala nebo se ho sama dopouštěla. Obzvlášť zajímavě si pohrává s tematizací „mrchy“ – ženy, která soudí jiné ženy, shazuje je a manipuluje jimi. „Když soudím jiné ženy, stávám se ze mě samotné mrcha,“ přiznává autorka, která má zároveň obavy, aby její kniha paradoxně neposílila mizogynní stereotypy a nenávist mužů k ženám. „Teprve když

pochopíme svůj charakter, můžeme se vědomě rozhodnout, jaké vlastnosti a projevy chování si ponechat a které raději odložit ve prospěch větší empatie, uvolněnosti a skutečné blízkosti,“ vysvětluje, proč knihu přesto napsala.

A hlavně: Toxická feminita ani maskulinita nejsou spjaté výhradně s pohlavím. Když se někdo chová jako vypočítavá mrcha nebo sebestředný týpek, je úplně jedno, jestli jde o ženu, či muže, za kamaráda nebo kamarádku byste nechtěla mít ani jednoho z nich.

„Prosazuju-li ignorantsky, agresivně či bezcitně své zájmy, pak je to toxicky maskulinní chování, protože staví na tradovaných očekáváních kladených na muže, nezávisle na tom, zda se sám jako muž identifikuju. Naopak vypočítavé, zákeřné chování můžeme označit za toxicky femininní, protože se řídí očekáváním kladenými na ženy,“ vysvětluje Sophia Fritz samotný původ názvů, a zdůrazňuje, že oba druhy chování se vyskytují nezávisle na pohlaví. Všichni

v sobě neseme potenciál chovat se jednou jako tvrdý macho, a jindy zase jako pomlouvačná, závistivá pavlačová bába.

KOLOTOČ STEREOTYPŮ

Při čtení jednotlivých kapitol vyplývá na povrch mechanismus, kterým často nevědomě udržujeme patriarchát při životě tím, že hrajeme role, které nám byly vnuceny výchovou a společností. Tváříme se mile, dáváme přednost ostatním, potlačujeme své ambice a přetváříme se. Je to tichý, ale účelný mechanismus, jak v krátkodobém hledisku dosáhnout svého, ale v tom dlouhodobém jím paradoxně upevňujeme staré patriarchální pořádky.

Cítíte někdy obavy říct v práci svůj názor, který nemusí být všem po srsti? Bojíte se odmítnout úkol navíc, se kterým jste nepočítala a kříží vám vaše mimopracovní plány? To všechno je důsledkem společenského tlaku. Než abychom se ozvaly, nakládáme si toho dvakrát tolik, jen abychom nebyly považovány za nepříjemné nebo neochotné. Jenže bezmezná vstřícnost ústí do hromadící se frustrace, únavy a vyhoření. A někdy i výbuchů vzteku. Když se vám to stane, je z vás „hysterka“. Kolotoč stereotypů je těžké zastavit, ale nikdo to za nás ženy neudělá. Musíme se toho chopit samy. Chovat se „jako muž“ – chránit si svůj osobní čas, své zájmy, své hodnoty spíš než předstírat, že jsme něžné květinčky, jejichž jediným cílem je spokojenost ostatních.

A hlavně: přestaňme mezi sebou my ženy soustěžet! Tlak na to, být „správná žena“, mezi námi totiž často vytváří napětí, soutěživost, porovnávání a posuzování vzhledu nebo životních rozhodnutí. Otázky typu „Ty nemáš děti?“ nebo naopak „Ty už máš děti?“ jsou toho ukázkovým příkladem. Místo aby ženy držely při sobě, hodnotí se často navzájem ještě přísněji než muži.

AUTENTICKÁ ŽENA

Podle autorky je klíčem k vnitřnímu osvobození upřímnost. Přestat hrát role, které nám nevyhovují. Přestat se bát ukázat i své temnější stránky. Jen tak se podle ní můžeme stát autentickými ženami, a ne těmi, které jen plní očekávání druhých. „Autentická žena není ta, která se přizpůsobuje očekáváním, ale ta, která je ochotná poznat a přijmout vlastní temné stránky, i za cenu nepohodlí,“ píše Sophia Fritz. „Kdo se odváží postavit vlastnímu toxickému chování, osvobodí sám sebe. Odvážíme se?“ ptá se na závěr knihy. **m**

„Tím, že hrajeme role, které se od nás očekávají, jen posilujeme stereotypy, jež nám ubližují.“