Marek Herman: Výchova dítěte se musí odmakat

Mláďata absolutní většiny zvířat do hodiny po narození chodí. Člověk ne. Rodíme se totiž nedovyvinutí. Malé dítě se ještě rok dovyvíjí na těle mámy. Do jednoho roku po porodu je to pro dítě vlastně jen takové druhé prenatální období. „Je to stejné jako kdyby bylo u mámy v bříšku, akorát, že tam není,“ tvrdí vysokoškolský učitel Marek Herman s terapeutem Jiřím Haldou.

Marek Herman Foto: archív Marka Hermana

Nejen o prvním roce života je kniha autorů Herman, Halda „Jsi tam brácho?“

„Kdyby tohle mámy věděly, kdyby tu informaci opravdu měly, tak nevěřím, že by daly svoje malé dítě do jeslí. I když vím, že v některých případech je to hrozně těžké rozhodování. Třeba u matek samoživitelek, které jsou často v bezvýchodné situaci, protože je drtí nároky reálného života,“ říká Marek Herman.

Dodává, že dítě se v rodině učí vzorce chování hlavně od mámy a dlouho je bere jako jediné možné. Malé dítě je totiž na své mámě doslova závislé.

**Příběhy nelásky**

V knize Jsi tam, brácho? autoři zveřejnili myšlenky a příběhy, které ve svých praxích řeší nejvíce, nebo které nedokázali pustit z hlavy. Takovými byly zážitky dnes už dospělých lidí, které poznamenala drsná výchova, s jejichž následky se dodneška vyrovnávají.

K tomu Marek Herman říká, že pro život není nic důležitějšího než aby dítě, když je malé, dostalo co nejvíce lásky a něhy.

„Dítě potřebuje doslova zabalit do něhy.“ To se ale bohužel mnoha dětem nepoštěstí. Ba právě naopak. Ve svém dětství musí čelit nepřiměřeně tvrdé výchově, nebo dokonce týrání.

V knížce je například příběh paní, kterou jako desetiletou holčičku mlátil její otec šňůrou od vařiče a jediný důvod byl ten, že to mělo bolet víc než obyčejným páskem.

Jiný otec zase nutil svého malého syna, aby si kleknul na zem. Musel pak předpažit ruce a on mu na ně dával polena, která musel za trest držet. Když to nevydržel, byl bitý.

„Také si pamatuju na jednoho klienta, který mi vyprávěl, že jeho otec vždycky počkal až usne, pak ho vzbudil a hned jich od něho pár schytal, protože prý koukal jak vyoraná myš. Řval na něho, ať vstává, že ho má plné zuby a že se radši neměl narodit. Pak ho v pyžamu posílal do sklepa mýt boty zadělané od bláta.

,A jestli se u toho ušpiníš, tak to schytáš znova!‘ To zažíval jako pětiletý kluk. Ještě ve čtyřiceti mu padaly věci z rukou v okamžiku, kdy do místnosti vstoupil jeho otec...,“ vypráví Marek Herman.

To jsou samozřejmě extrémy. Existují ale i opačné, jejichž výsledkem jsou zase rozmazlené nebo zpovykané děti. Nic jim není svaté, protože jim rodiče mají strach cokoli odepřít, nařídit, nebo nedej bože zakázat.

*Pravidelný denní rytmus je pro dítě zdánlivě nenápadným, ale silným zdrojem pocitu bezpečí. Protože, když se věci opakují, jsou předvídatelné, čitelné. A tím dávají pocit bezpečí.*

Tresty ve výchově jsou dnes třaskavé téma. V některých zemích jsou fyzické tresty zákonem ustanoveny jako trestný čin.

„Když mluvím o tom, že trest je zdravá součást výchovy, tak se vlastně jenom usilovně snažím najít vyvážený střed mezi těmito dvěma extrémy. Hledám rovnováhu, aby už nikdo nemlátil a zbytečně netrestal malé děti. Vždycky je budu bránit. Ale zase aby z plácnutí přes plínu mámy nešílely a nedělala se z toho třetí světová. Jsme přece savci a ti vychovávají dotykem. Vlídným i přísným,“ píše v knize Marek Herman.

**Pravidelný rodinný rytmus**

Podle něj je také důležité, aby v dnešní extrémně přetížené a uspěchané době měla každá rodina svůj vnitřní rytmus a svůj čas.

„Jeho strážkyní je máma, která ho dítěti předává už v těhotenství. Právě pravidelný denní rytmus je pro dítě zdánlivě nenápadným, ale silným zdrojem pocitu bezpečí. Protože, když se věci opakují, jsou předvídatelné, čitelné. A tím dávají pocit bezpečí,“ vysvětlují autoři.

Dalším důležitým bodem rodiny je podle nich spokojená máma. Protože platí jednoduchý princip: spokojená máma, spokojené dítě. Pocit vlídného domova tvoří máma.

„Pro rodinu je naprosto nezbytný důvěrný pocit, že doma je místo, kde nám bude spolu dobře. A ten utváří zejména žena. Právě ona umí vytvořit takovou atmosféru, abychom se těšili domů. To je její tajemství.

Ona je ta hluboká a přirozená jistota celé smečky. Táta zajistí zdroje. Naučí děti, jak se prosadit ve vnějším světě. Učí překonat překážky a problémy. Přinese nákup, smontuje nábytek. To všechno ano. A je to důležité! Ale domov umí vytvořit jen žena. Prostě umí dát tomu všemu, co se děje doma, nějaký hlubší smysl,“ říká Marek Herman.

Jeho názory zní až idealisticky. Ne všichni s nimi také souhlasí. Jeho oponenti si stěžují, že nedává rodičům možnost volby, že prezentuje svoje názory příliš jednoznačně. A že považuje za správné jenom svoje názory, které navíc nemá vědecky podložené.

„Ano, to je pravda, někdy věci říkám hodně přímočaře. Je to asi moje podvědomá reakce na ten umrtvený a překorektnělý jazyk, který se dneska všude šíří: lidé sice mluví, ale nic neříkají. Mají strach, protože za každým rohem číhá pět aktivistů, kteří jsou neustále připraveni, aby vám mohli hystericky mediálně vyčinit. Takže kličkujeme, abychom se náhodou někoho nedotkli, nebo si z něho, nedej bože, dokonce nedělali srandu.

A výzkumy? Ty jsou pro mě jen třetinou informací o světě. Prvním zdrojem jsou mé zkušenosti ze seminářů a dílen. Tam se potkávám s lidmi, kteří se snaží vyřešit svoje problémy, které jim přinesl reálný život. Druhým zdrojem jsou knížky nebo zkušenosti lidí, kterých si vážím. To všechno kombinuju se svojí intuicí.

Pořád sám se sebou vedu vnitřní dialog a ptám se, jak ty věci opravdu jsou. Až třetím zdrojem je věda a výzkum. Myslím, že pro některé lidi je dneska věda něco jako nové náboženství. Přitom je to tak tenký led.“

**Nejdůležitější je rodina**

Marek Herman se na seminářích ptá lidí, co je pro ně v životě důležité. A odpověď je vždycky stejná: rodina. A děti. Někdy je však realita trochu jiná, než ji lidé prezentují.

„Víte, každá máma, která se mnou na seminářích řešila problémy svojí rodiny nebo svých dětí, vždycky hluboko uvnitř věděla, co je špatně a jak by se to dalo napravit. Většinou se o tom jenom potřebují ujistit. Zpevnit. Začít důvěřovat samy sobě.

Protože často jenom podlehnou tlaku okolí. A pak udělají něco, s čím vnitřně nesouhlasí. A vidí, jak se jim pod rukama začne rodina rozpadat.

V některých evropských státech je naprosto běžné, že mámy odkládají děti ve třech měsících do jeslí. Někdy se mi tomu nechce ani věřit. Že to ženy vůbec dopustily. Vždyť je to vlastně normální. Že ten cíl života jsou peníze a pohodlí. Konzum.

Tak já říkám, že není. Ještě nikdy v celé historii jsme se neměli tak dobře, jako je to teď. Nikdy. A nadbytek, konzum a pohodlí nás přivedly až na okraj propasti a my začínáme zanedbávat svoje mláďata.

Školky přece nevznikly pro potřeby dětí, je to výmysl dospělých z doby, kdy potřebovali masivně nahnat mámy do práce. A o jeslích ani nemluvím, to jde za všechny meze,“ říká Marek Herman.

Uznává, že žijeme v reálném světě, kde se platí složenky, takže to v některých rodinách jinak nejde. Nebo, že jsou matky samoživitelky, které to mají hodně těžké. V takových případech to, jak říká, dítě pochopí.

Co nechápe je, když ho máma do školky doslova odloží. Děje se to prý po celé republice, oba autoři dokonce mluví o novém a nebezpečném trendu, kterým je právě odkládaní dětí do školek a jeslí.

Jedním z důvodů, proč k tomu dochází, je podle něj obecný trend, kdy se absolutní hodnotou našeho současného života stalo pohodlí a zábava.

*Výchova dítěte nemůže být pohodlná. To nejde. Je to obrovská práce. Je to náročné. Taky ubíjející. Je to ve dne v noci. Furt dokola.*

„V knize přemýšlíme s Jirkou nad tím, jak dnešní svět touží po rychlosti a pohodlí. A že právě to je ta past. Lidi si chtějí hlavně užívat. Je to odporné a zprofanované slovo. Užij si to! Užijte si to! Užili jste si to? A mámy se tím často nechávají ovlivňovat a strhávat, takže když to začne být doma s dětma těžké, chtějí to rychle a pohodlně řešit.

Protože si život neužívají, ono je to vůbec nebaví, tak co je to vlastně za život? A řeší to často tak, že odcházejí do práce a dítě odloží do školky.

Výchova dítěte ale nemůže být pohodlná. To nejde. Je to obrovská práce. Je to náročné. Taky ubíjející. Je to ve dne v noci. Furt dokola. Rostou nám zuby. Nespíme. Nejíme. Jedna vyrážka. Druhá vyrážka. Proboha, jak to, že má zase teplotu?

Je těžké jít s malou ven, když se mi tak nechce. Je těžké číst pohádky, když jsem tak utahaná, že usínám ve stoje. Ráda bych měla chvilku pro sebe. Je to sakra těžké. Ale všechny věci, které mají hodnotu, jsou přece těžké. Výchova se prostě musí odmakat,“ dodává Herman.