

Nezdravá závislost na matce

Vazba matky na dítě je přirozeně jedním z nejpevnějších pout, jaká v přírodě existují. Obzvláště v prvních měsících po narození je na své matce novorozenec doslova životně závislý. Stejně tak je však přirozené, že závislost postupem času zmírňuje a dítě se osamostatňuje. Bohužel ne vždy se tento proces obejde bez komplikací.



Co je ještě normální

Zhruba kolem osmého měsíce života se u většiny dětí projevuje tzv. separační úzkost, tedy stav, kdy se dítě začne chovat extrémně úzkostlivě, jakmile se matka třeba jen na okamžik vzdálí z dohledu. Pláč hysterické záchvaty nejsou žádnou výjimkou. Pro nezkušené maminky může být takové chování poněkud znepokojující, nastává totiž poměrně nečekaně a navíc v době, kdy se dítě již poměrně dobře naučilo vydržet delší dobu bez matky. Je proto důležité vědět, že jde o zcela normální proces, který po několika měsících spontánně vymizí a dítě si opět začne bez potíží snášet na matčinu nepřítomnost. Separační úzkost zpravidla odezní nejpozději do 1,5 roku věku. Pokud přetrvává, hovoříme již o nezdravé závislosti. Té je nutné pokud možno předcházet. Maminkám se doporučuje, aby již od útlého věku čas od času svěřovaly děti do péče jiným osobám, například babičkám nebo blízkým kamarádkám. Prospěje to oběma stranám – dítěti i matce, která má možnost si odpočinout.



Chyba ve výchově

Příčiny extrémní fixace na matku mohou být různé, ve většině případů je však základní potíž na straně matky. Pokud totiž žena není ochotna svěřit svého potomka ani na chvíli do péče jiné osoby, nevědomky buduje jeho nezdravou emocionální závislost sama na sobě. Dítě se naučí brát jako samozřejmost, že matka je pro něj k dispozici dvacet čtyři hodin denně, a nemá žádnou možnost, jak tuto mylnou představu opustit. Dokud je ještě malé, problém může být skrytý – je přece přirozené, že maminka je s dítětem neustále v kontaktu. Jakmile se však batole odmítá vzdálit od matky třeba i na pískovišti, rozpláče se, kdykoliv mámu ztratí z dohledu a o samostatném pobytu ve školce tudíž nemůže být ani řeč, začíná být evidentní, že něco není v pořádku. Podle psychologů je pak dítě nejisté, chybí mu základní zdravé sebevědomí a to se projevuje úzkostí.

Emoce stranou

S řešením je třeba začít co nejdříve – a je jisté, že to nebude snadné ani pro jednu stranu. Vždyť i matka, která dosud žila v neustálé přítomnosti svého potomka, najednou bude muset zvládnout delší dobu bez něj. Pohled na plačící dítě natahující se k mamince, která jej z pro něj zcela nepochopitelných důvodů opouští, navíc vezme za srdce i otrlejší jedince. Čím déle však budete takovou chvíli odkládat, tím horší pak realita bude. Pozorujete-li tedy u svého dítěte projevy nezdravé zvilosti na matce, klíčem k úspěchu je brzký zásah a racionální uvažování. Emoce by měly jít stranou. Začít můžete pozvolna – tak, aby vás mělo dítě sice v dohledu, ale nikoliv v dosahu. Můžete například chodit častěji do společnosti ostatních dětí a zvykat jej tak na přítomnost cizích lidí. Nebuďte přehnaně ochranná a nechte dítě, aby se občas „spálilo“ – nevádí, když spadne nebo zakopne. A nakonec si dovolte čas od času nechat broučka u babičky nebo pověřte kamarádku, ať s ním zajde na odpolední procházku. Uvidíte, že se jeho nezdravá závislost na vás postupně zmírní.

Autorka: Barbora Jelínková