

Pronađite svog Marsovca



NAKLADNIK

Poetika j.d.o.o.
Božidara Rašice 1, Zagreb
www.poetika.eu

ZA NAKLADNIKA

Katarina Uskoković

UREDNIK

Davor Uskoković

PRIJEVOD

Katarina Šturik

LEKTURA

Mirjana Paić-Jurinić

KOREKTURA

Jelena Pataki

ILUSTRACIJE

Martin Štrubař

GRAFIČKO OBLIKOVANJE

Blid

PRIPREMA NASLOVNICE

Studio 2M

TISAK

Znanje d.o.o.
Zagreb, rujan 2021.

NASLOV IZVORNIKA

Najđete si svēho martāna

© Cartier Invest s.r.o.

© za hrvatsko izdanje Poetika j.d.o.o., 2021.

Sva prava pridržana. Ova je knjiga zaštićena autorskim pravima i ne smije se ni djelomično reproducirati, pohraniti u sustavu za reproduciranje, niti prenositi u bilo kojem obliku i na bilo koji način bez pisanog dopuštenja izdavača.

ISBN 978-953-49519-1-0

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001104945.

MAREK HERMAN

Pronađite svog Marsovca

Sve što ste željeli saznati o životu,
a niste naučili u školi



POETIKA

Ovu knjigu posvetio bih svojim kćerima Miši i Martini. Zahvaljujući njima prestao sam biti mehanički stroj koji sve brzo obavlja i prvi put u životu zaista sam se zaustavio. Sjećam se kako su me pozvale u svoj dječji svijet i kako mi je odjednom sinulo da sve ono oko čega sam se toliko dugo i uporno trudio zapravo nije život. Zahvaljujući dvjema djevojčicama opet sam progledao, i što je najvažnije — počeo sam ponovno osjećati i promišljati. I mijenjati loše navike.

Hvala vam, curke moje!

Sadržaj

... ili što ćete na kojoj stranici pronaći

- 1. poglavlje: Pronađite svog Marsovca.....13**
U prvom poglavlju doznat ćete ponešto o naoko jedno-stavnom, ali bitnom životnom principu po kojem rade desna i lijeva polutka našega mozga.
- 2. poglavlje: Tri brata od zanata: samospoznaja, samo-kontrola i pobjeda nad samim sobom.....51**
U drugom poglavlju doznat ćete zašto je važno raditi na sebi i kako se čuvati grešaka koje većina ljudi pritom čini.
- 3. poglavlje: Odgojite svog medvjedića Pooha.....117**
Treće poglavlje govori o dječjem svijetu – dugačko je, prevažno i možda u vama probudi želju za nečim što u životu doista trebate, a na što ste davno zaboravili.
- 4. poglavlje: Bajke i priče za medvjedića Pooha.....217**
Divno, zaigrano, ali i čudesno korisno poglavlje koje doista govori i bajkama – onim najstarijim i najsnažnijim prisposobama koje poznajemo.
- 5. poglavlje: Dobra stara komunikacija.....243**
U petom poglavlju pronaći ćete djelotvorne i provjere-ne prijedloge i savjete o tome kako njegovati odnose sa svojim ljudima.

6. poglavlje: Neopasno okruženje.....305

Ovo je najkraće poglavlje. Ono je logičan završetak cijele knjige jer se ponovno bavi našom vrhovnom upravljačkom jedinicom: mozgom. Na kraju poglavlja pronaći ćete još samo popis literature, a umjesto zaključka kratku priču *O otrovanom bunaru*.

Već mi je toga dosta...

Zbog čega svijet ne promatramo očima osmogodišnjeg djeteta? Zašto usred očito lošeg predavanja netko ne ustane i upita: “Kakve nam to gluposti govorite? Što će nam to?” Umjesto toga samo rezignirano sjedimo i čekamo da završi. Već najmanje stoput pročitao sam definiciju pojma “pozornost” i najmanje stoput proučio “temeljne razlike” između psihičkoga stanja i psihičkih procesa — i uvijek bih nakon nekoliko dana sve to zaboravio. Kakvog smisla imaju te informacije iz perspektive osmogodišnjeg djeteta? Baš nikakvog. Iščitao sam stotine stranica besmislenih knjiga i skripta samo zato što mi je to netko “dao u zadatak”. Ili pak zato što je to bio uradak samog profesora. Ili iz ostalih čudnih razloga. I tako sam, naravno, veliku većinu tih informacija brzo zaboravlja. Danas znam da je tako moralo biti, jer mozak ne možemo prevariti 😊.

Mnogi profesori na visokim školama gledaju samo sebe i svoj “znanstveni pristup”. No često se pritom ne radi čak ni o znanosti, već više o nesposobnosti da studentima nešto objasne onako razumski i ljudski. Tako da to mogu upotrijebiti u svakodnevnom životu. Da ih to doista zainteresira, da se vesele predavanjima. Da na predavanjima jedva dišu.

Do danas pamtim onaj silni osjećaj olakšanja kada sam odslušao sva predavanja: “Tako, gotovo je! Odsad me više nitko u životu neće prisiljavati da učim tonu gluposti

i besmislica. Nitko!” A sjećam se i šoka koji je uslijedio brzo nakon toga, kada sam ja počeo predavati. U razredu sam najednom shvatio da zapravo gotovo ništa konkretno ne znam. Da imam diplomu i da sam bio izniman student, ali realno su to samo tone i tone nepotrebnih činjenica koje u stvarnom životu ne mogu upotrijebiti. O psihologiji i pedagogiji nisam znao gotovo ništa. Baš kao i moji stariji kolege koje sam upoznao u školi. Zgrozio sam se kad sam shvatio da većina pedagoške probleme rješava posve intuitivno — zapravo amaterski. Katkad začudno dobro, ali uglavnom neprimjereno i loše. Vidio sam koliko se nastavnici, samo zato što ne raspolažu podacima, bezosjećajno i neprofesionalno odnose prema djeci. Jer jednostavno nisu profesionalci. I shvatio sam da ću, ne želim li postati poput njih, morati početi učiti ispočetka, sâm i kako treba.

Znate li što mi smeta? To što se to i dalje nastavlja. Više mi se ne da zbrajati koliko sam studenata sreo kojima je dosadno, kojima je dosta svega, frustrirani su ili često rezignirani — oni ne studiraju, oni se toga jednostavno žele riješiti. “Pa zašto ne odustanete ako to ništa ne vrijedi?” pitam. “A što da radimo? Treba nam ‘papir’ da smo nešto završili. Moramo izdržati.”

Nije li vam to čudno? Kada bi, recimo, pekari na taj način učili svoj zanat, brzo bismo poumirali od gladi. Kada učite peći kruh, prije ili poslije dođe trenutak kada vam kažu: “Tijesto se radi tako i tako. Točno ovoliko brašna, ovoliko masnoće, ovoliko kvasca, ovo sada, a ovo poslije. Inače ćete dobiti bučkuriš.”

Ali na pedagoškom učilištu nije tako. Ondje se riječima obigrava oko pedagoških principa, poziva se na pedagoški optimizam i primjerenost, ali na kraju se to svede na bijeg. Kako da postupim s učenikom koji izaziva nered u razredu,

ali tako da ne ometam ostale? Kako da od djece u razredu napravim homogenu skupinu? I je li to uopće moguće? Što je ključno za stvaranje dobrog ozračja u nekom odnosu? Kako je moguće da u jednoj školi većina učenika obožava matematiku, a nekoliko stotina metara dalje, u drugoj školi, matematiku ne mogu smisliti? Tko će vam na to odgovoriti? Malotko. Znam da se većina studenata psihologije studiju veseli — kao da svatko od nas ima negdje u glavi pohranjenu rečenicu “to bi moglo biti dobro” ili “to će biti zanimljivo”. I onda uglavnom uslijedi razočaranje — dosadno i umrtvljujuće nabranje tko je, kada i što rekao, nesvrhovito prebiranje po općim pojmovima bez uporišta u stvarnom životu. Biflanje beskonačnog broja stranica stručnih, ali neupotrebljivih tekstova. Čemu to? Komu je to potrebno? Uglavnom je jedini rezultat ocjena u indeksu i gotovo.

Već mi je toga dosta. Odlučio sam da to neću tek tako pustiti i da ću napisati knjigu. Dok sam je pisao, bilo mi je važno da vam ponudim one najbolje informacije iz psihologije koje sam uspio prikupiti posljednjih četrnaest godina. Možete ih upotrijebiti kako želite: kad radite na sebi, kod kuće pri odgoju djece, na poslu, u školi. Dok sam pisao knjigu, želio sam da se veselite svakoj novoj stranici i pritom sebi kažete: “Aha!” ili “Točno tako!”

Nije ovo neki savršen i iscrpan tekst koji sadrži sve mudrosti svijeta. Ovo je tek djelić psihologije koju možete primijeniti u životu. Čitajte, razmišljajte... na svakoj stranici imate dovoljno mjesta i za vlastite bilješke, pa pišite, podcrtavajte, crtajte...

Ali od svega je najvažnije ovo: sami isprobajte što i kako doista funkcionira u stvarnom životu. Iskušavajte, kre- nite. I na kraju — bacite oko i na neke suhoparne definicije.

Marek Herman

Dobro je imati solidan temelj u obliku teorije, no i u tome treba imati mjeru. Ono što će vam uvijek sigurno držati glavu nad vodom jest vaš zdrav razum i kritičko promišljanje. Kako bi moja baka rekla — zdrav, narodski način razmišljanja.

Želim vam da vam to pođe za rukom. Doista.



Marek Herman

Studénka, jedne jesenje večeri 2004.

Zbog čega na sljedećim stranicama nećete pronaći gotovo nijedan citat

Većinu informacija o kojima ovdje pišem prikupio sam proučavajući knjige drugih autora ili sudjelujući na stručnim seminarima. Tekstovi u ovoj knjizi zapravo nisu ništa drugo doli moje prepričavanje iskustava drugih stručnjaka. Ipak, na sljedećim stranicama nećete pronaći gotovo nijedan citat. Zašto? Jer mi je puna kapa pseudoznanstvenika koji samo prepisuju jedni od drugih, svaka je stranica doslovce krcata citatima, no osim toga nećete doznati ništa novoga. Autorima takvih djela sasvim je svejedno što je rezultat njihova rada praktički neupotrebljiv. Formalno, sve je točno, no nečitljivo. Ja sam se usredotočio na sadržaj i iskreno kažem da je devedeset pet posto toga preuzeto, a preostalih pet posto moja su vlastita iskustva i intuicija. A popis literature kojom sam se poslužio naći ćete na kraju knjige 😊.