

Daniela Kovářová

Václav Mertin

Petra Hermanová

Dítě mezi otcem a matkou



Tato kniha ani žádná její část nesmí být
kopírována, rozmnožována ani jinak šířena
bez písemného souhlasu vydavatele.



Text © Daniela Kovářová, Václav Mertin, Petra Hermanová, 2022
Cover Illustration © Anna Bergmannová, 2022

© EEZY Publishing, s.r.o.

Vydalo nakladatelství EEZY Publishing, s.r.o.,
Vyšehrad Garden, Na Pankráci 322/26, 140 00 Praha 4
www.eezy.cz

ISBN 978-80-908391-8-2

„Všechny šťastné rodiny jsou
si navzájem podobné;
každá nešťastná rodina je
nešťastná svým způsobem.“

Lev Nikolajevič Tolstoj,
Anna Karenina

O rodičovských rozchodech a rozvodech

Hlavní motivací pro sepsání této knihy byly dva základní poznatky:

- Kvalita kontaktů otce s dítětem znamená víc než délka společně stráveného času.
- Pokud má dítě po rozchodu otce a matky velmi blízké vztahy s oběma rodiči, bude mít méně problémů s chováním a víc sebejistoty než dítě, které takové vztahy nemá.

Říkáte si, že výše uvedená fakta se na vás nehodí? Že takové příklady a poučení pro vás neplatí? Že právě vy jste výjimeční a právě u vás všechno probíhá jinak?

Ano. Možná. Možná budete mít pravdu.

Ale pokud jste se jako rodiče rozešli, pak byste si tuhle knihu měli rozhodně přečíst. V naší republice se rozpadá každé druhé manželství a rozcházejí se dva ze tří nesezdaných párů. Přitom nejvíc trpí takovým rozpadem dítě. Rodiče se o děti soudí, zpracovávají se kvůli tomu znalecké posudky, najímají se advokáti

a zuřivě se o děti bojuje. To vše je zhoubné jak pro děti, tak pro rodiče, pro celé rodiny i pro společnost.

A to je také hlavní důvod, proč jsme napsali tuto knihu. Aby těch zlomených duší dětí, rodičů i lidí kolem nich bylo co nejméně.

Rozchod z pohledu rodičů

Uvažujete o tom, že se s partnerem rozejdete, nebo jste už byli fakticky rozvedeni? Nepochybně jde o vážný zásah do vašeho soukromého, někdy i profesního života. Dopady bývají emocionální, ekonomické a pocítujete je i v každodenním praktickém životě. Ještě silnější vliv to však může mít na vaše děti. Některým problémům spojeným s rozchodem asi není možné se zcela vyhnout, nicméně řada z nich může vzniknout z neznalosti právních, psychologických a sociálních aspektů, z jejich nedostatečného uvědomění, z nepochopení jejich vzájemné souvislosti. Nebudeme se teď zabývat tím, že prostřednictvím dětí se rodiče (někdy jeden, někdy oba) snaží vypořádat s nepříznivou, často neočekávanou situací a vyřídit si to s partnerem. V takových případech, kdy dospělí v podstatě bojují proti sobě, běžné rady nefungují. Říkáme tomu, že souboj obě strany psychopatizuje. Pak nevidí, co si vzájemně i svým dětem způsobují, neslyší rozumné argumenty. Bojují jako slepí.

Naše rady, doporučení a různé podněty k přemýšlení jsou určeny především pro rozcházející se partnery, kteří spolu mají děti, ale mohou posloužit i těm, kteří vstupují do nového vztahu, kde už děti jsou.

Nebudeme rozlišovat, jestli se rozcházejí manželé nebo partneři, ani jestli jde o muže a ženu, nebo dvě ženy či dva muže. Termín „rozvod“ používáme jen v případě manželů a pouze v souvislosti se soudním řízením, jinak jsme zvolili pojem „rozchod“, protože rozchodem všechno začíná a rozchod rozvodu obvykle předchází.

Dítětem se ve výkladu zabýváme až ve stadiu, kdy se rodiče rozcházejí. Jenže jeho rozvoj a formování závisí na kvalitě vztahů matky a otce v celém období jeho života. Rozchodu obvykle předcházela změna partnerských vztahů, kdy se dlouho před ním klima mezi partnery začalo měnit. Málokdy je jednorázovou záležitostí bez sebemenšího předchozího nepříznivého vývoje. Naopak – zpravidla jde o jeho vyvrcholení, které nějaká událost vyprovokovala. Někdy to bývá pro partnera, který nic netušil, šok. Jindy může jít o vysvobození partnera, který se konečně odhodlal.

Způsoby řešení takové situace závisí na osobnosti obou partnerů, na jejich dosavadních zkušenostech, jejich lidské zralosti a schopnosti věci řešit, ale i na přístupu okolní rodiny a mnoha dalších individuálních okolnostech.

Nehleďte přesný návod, jak řešit konkrétní situaci vaší rodiny. Je množství specifických situací a neexistuje jeden správný mustr, podle kterého by se

rodiče měli rozejít. Do hry vstupuje jejich vlastní minulost, historie vztahu, osobní vlastnosti, působení lidí kolem...

Právní předpisy mohou dát jen určité vodítko pro řadu situací, nicméně život bývá pestřejší než právo.

Když už se rozhodnete jít od sebe, myslíte především na děti. Tím, že se rozcházíte, hájíte vlastní zájem (přínejmenším jeden z vás), někdo by však měl hájit zájmy vašich dětí. Rozchod bývá často spojován s větou: „Jde nám především o děti, aby je to nepoznamenalo.“ Zdálo by se, že oba rozcházející se partneři mají v úmyslu hájit co nejlepší zájmy dítěte, ale k tomu nestačí, že se rozejdou kultivovaně, zrale, s určitou noblesou.

S dětmi je třeba mluvit.

Každý dospělý má samozřejmě právo dívat se na svět vlastníma očima, nicméně v případě, kdy mluvíme a rozhodujeme za děti, je třeba respektovat i jejich pohled, uvědomit si, jak budou celou situaci chápat.

Příklad:

*Otec: „Byli jsme se synem v botanické zahradě,
bylo to moc pěkné.“*

*Syn: „Byli jsme tam dvě hodiny,
měl jsem hlad a žízeň.“*

Zásadní rozhodnutí musíte sdělit dětem oba. Držte se neutrálních (pro vás nejspíš nikoliv) faktů. Nehodnoťte, nevykládejte dětem, že tatínek si našel slečnu, že teď je o všechno obere, nebo že se maminka zbláznila, že už je nemá ráda.

Všechno jim vysvětlujte: „Bude to tak a tak, svým způsobem se nic nezmění, jen tatínek/maminka bude bydlet jinde...“ Do vašeho sdělení samozřejmě patří emoce – proto dodejte: „... a oba vás budeme mít pořád stejně rádi.“ Záleží na věku dětí, jaká slova zvolíte, ale měli byste používat krátké, jednoduché věty. Snažte se přitom navázat na jejich pozitivní osobní zkušenosti.

Příklad:

„Budete mít dvoje narozeniny, dvoje Vánoce, dvakrát tolik dovolených a oslav.“

Pokud budou mít děti otázky, měli byste na ně odpovědět. **Neutíkejte před žádnými problémy.** Nikdo jiný než vy je za vás nevyřeší. Nejvýhodnější vždy je, když se s dětmi domluvíte sami.

Položte si základní otázku: Komu to má prospět? Přece všem – vám rodičům, vašim dětem, rodinám, známým, vaší práci, vaší duši a vašemu klidu.

Takže pokud má jeden rodič aktuálně děti na starost, nemůže mu druhý rodič určovat, jak a kde má

tuto péči naplňovat. Dokud jsou rodiče pohromadě, také se občas stane, že hlídá babička, kamarádka. Když se rozvedou, bývá někdy problém, že by se měl o děti starat nový partner nebo jeho rodiče.

Existuje řada odborníků, kteří jsou připraveni rozcházejícím se rodičům poradit. Každý rozchod vyvolá řadu komplikací: psychologických, vztahových, ekonomických, právních, bytových, někdy i profesních. Na jaké odborníky se můžete obrátit? Patří k nim:

Opatrovník – pracovník, který je součástí orgánu sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD) a jehož úkolem je péče o ohrožené děti. Ve sporech mezi rodiči obvykle zastupuje dítě a před soudem hájí jeho zájmy. Kontakt na něj získáte na každém městském úřadu.

Advokát – specialista na rodinné právo, který si vybral svou odbornou praxi podobně jako lékař. Bude vám schopen poradit nejvhodnější strategii, sepíše s vámi smlouvy nebo podání k soudu, vysvětlí průběh rozvodu nebo soudního řízení týkajícího se péče o děti. Seznam advokátů je veřejně dostupný na webových stránkách České advokátní komory (www.cak.cz).

Psycholog – odborník zabývající se duší člověka. Pomůže vám, když si sami se sebou nevíte rady, nejčastěji

konzultací nebo terapií individuální či párovou. Vzhledem k tématu této knihy se jako vhodný jeví dětský psycholog.

Párový terapeut – odborník, který pomůže rozpadajícímu vztahu najít znovu sílu a ukáže mu cestu, jak soužití obnovit. Předpokladem úspěchu je ochota obou partnerů na sobě a na vztahu pracovat.

Mediátor – odborně vyškolený průvodce, který pomůže oběma stranám sporu najít oboustranně přijatelné řešení. Seznam mediátorů je veřejně dostupný na webových stránkách Ministerstva spravedlnosti (www.justice.cz).

Mediace, technika mimosoudního řešení sporů, není kompromis a mediátor nepřesvědčuje soupeře, aby ze svých požadavků slevili. Naopak vede každou ze stran tak, aby pochopila pohled toho druhého, aby porozuměla jeho pochybnostem, strachu, jeho snům, potřebám, hodnotám, které vyznává... Není to jednoduchá cesta, ale v každém případě ji můžete zkusit.

Jak mediace funguje? Nejlépe na **dobrovolné** bázi, kdy obě strany usoudí, že potřebují prostředníka, který by jim pomohl se dohodnout. Mediátor, kterého společně vyberou, jim pak vysvětlí průběh mediace a obě strany s ním uzavřou písemnou smlouvu.

Mediace většinou probíhá formou debat, her, otázek, představ a vysvětlování, přičemž mediátor je nestranný pomocník, který celou diskusi vede. Setkání obvykle trvají dvě až tři hodiny a opakují se tak dlouho, dokud obě strany nedospějí k dohodě nebo dokud mediátor mediaci neukončí – v ideálním případě mediáční dohodou, v níž stvrdí vše, na čem se strany dohodly.

Úspěšnost mediací dosahuje přibližně 70 procent, proto je tato metoda řešení sporů tak oblíbená. Její předností je dobrovolnost, která však může být nahrazena takzvanou **nařízenou mediací**. Mediaci může v rodinných sporech nařídit opatrovnický soud v řízení o nezletilém dítěti, pokud předpokládá, že spor rodičů bude řešitelný právě tímto způsobem. Největší komplikací bránící uzavření dohody bývají rozvášněné emoce, které jsou ve sporech o dítě velmi časté. Proto je úspěšnost nařízené mediace nižší – nepřesahuje 40 procent.

Shrnutí a doporučení:

Rozpad vztahu je velký stresor a může vyvolat nečekané reakce. Na něco takového není nikdo dobře připraven. Pro člověka je nové nejenom to, co se děje s jeho tělem a jeho duší, ale i celý právní proces, rozhodování soudu o dětech, dělení majetku a další skutečnosti.

Pamatujte, že na řešení tohoto problému nemusíte být sami. Odborníci jsou tady pro vás – najdete u nich pomoc, kterou potřebujete.

Rozchod z pohledu dítěte

Pro věkovou kategorii nejmladších dětí (do dvou tří let) představuje rozchod rodičů minimální psychologický problém. Přinejmenším aktuálně, v té chvíli. Malé dítě potřebuje alespoň jednoho stabilního pečovatele, který by uspokojoval jeho fyzické i psychologické potřeby, a pokud je někdo takový trvale k dispozici, je spokojené a nevdává mu příliš změny prostředí ani podmínek péče. Problém nastane, když jeden rodič o dítě v nejranějších stádiích vývoje téměř nepečuje, dítě si vytvoří pevnou vazbu například k matce, ale k otci (babičce a dalším cizím lidem) nechce.

Starší, tedy předškolní děti jsou už zvyklé na určité postupy a přístupy, mají zažitou stabilní rutinu a vytvořené rodinné stereotypy, mají kamarády, lidi, které znají, místa, kde si hrají, chodí do konkrétní školky, školy, na kroužky. Rozchod rodičů pro ně může znamenat výrazné narušení těchto tolik potřebných stereotypů, a tedy i životních jistot. Proto se také uvádí, že střídavá péče způsobuje, že dítě nemá ani jeden pořádný domov, protože se neustále stěhuje s batůžkem na zádech. Ale pořád platí, že domov je tam, kde jsou nejbližší osoby. Když oba rodiče v podstatě fungují a nedohadují se kvůli zapomenutým ponožkám či

košili, pak dítě dobře zvládá i týdenní střídání ve dvou domovech. Zejména pokud je tam pro něj kromě rodiče přitažlivá další okolnost – pejsek, sourozenci, bratranci a sestřenice, někdy i zajímavý program. A dohazovat se rodiče mohou stejně intenzivně, i když dítě tráví u druhého rodiče jen dva víkendy v měsíci.

Pokud po rozchodu rodičů nedochází ke změně bydliště, školy, kroužků, kamarádů, znamená to podstatný krok k uchování pocitu jistoty a bezpečí. Totéž platí, pokud jsou zachovány předcházející dobré kontakty se všemi příbuznými.

Adolescent většinou rozchodem rodičů nadšený nebývá, sám na to má často vlastní názor, může mít i drobné osobní zkušenosti z partnerských vztahů, takže vnímá vztahy rodičů realisticky, a dokonce někdy sám vyzývá jednoho z nich k rozchodu. Jeho vazby k rodičům bývají stále silné, nicméně víc už hledí i na svou vlastní budoucnost – orientuje se na přátele, navazuje partnerské vztahy, vybírá si obor studia, cestuje, věnuje se sportu, chodí na brigády. Na základě informací, které má k dispozici, rozchod hodnotí, a může se proto přiklonit k jednomu z rodičů. Jeho radikální pohled na svět pak může způsobit absolutní odmítnutí druhého rodiče.

Chcete, aby vaše dítě rozchod co nejlépe přijalo? Domluvte se na porozchodovém uspořádání tak, aby to pro dítě znamenalo co nejméně změn.

Rodiče často sami před sebou hájí názor, že chrání dítě před negativními dopady tím, že se před ním nehádají. Ano, je to pozitivní varianta, leč není dostačující. Dítě bývá citlivé na pouhé náznaky nesouladu, později předjímá reakce druhého rodiče, takže pak cenzuruje i velmi pěkné zážitky, které prožilo s tím prvním, někdy je dokonce znevažuje. Pak to může vypadat tak, že první rodič má zdokumentované pozitivně přijímané aktivity dítěte z doby, kdy bylo u něho, druhému rodiči však dítě vykládá, že se mu tam nelíbilo, že tam nechce chodit. Když se pak první rodič ptá, proč něco takového říká, dítě odpoví, že se druhého rodiče bojí, že se na něj bude zlobit. Jde o velmi srozumitelnou reakci v situaci, kdy dítěti je nepříjemné říct pravdu, protože si není jisté, jestli se tím nepřipraví o lásku jednoho z rodičů.

Shrnutí a doporučení:

Rozvod a s ním spojené změny se vždycky dítěte dotknou. Pokud je rozvod rodičů nevyhnutelný, jde o to, aby dítě trpělo co nejméně. Dítě svým prožíváním i jednáním do značné míry kopíruje přístupy rodičů a reaguje na ně. Jestliže se vám skutečně podaří myslet na jeho nejlepší zájmy a chovat se v souladu s nimi, k některým kolizím nebude docházet.

Rodiče obvykle řeší vlastní partnerský spor
a dítěti tolik pozornosti nevěnují.

Zastavte se na chvíli, sedněte si s dítětem
a bez emocí si s ním promluvte. Pozorujte,
jak se chová, co dělá, čemu se věnuje.

Vnímejte odlišnosti od předchozích období.

Pomozte dítěti překonat složitou dobu.

Rozdělení činností v rodině

Tradičním dělením máme na mysli způsob, který převládal v první polovině 20. století. V řadě rodin bývala péče rozdělena následovně: Otec chodil do práce, a když se mu dařilo a vydělával dostatek peněz, matka zůstala doma a zajišťovala všechny potřebné životní podmínky. Později, kdy chodila do práce i matka, rozdělení povinností zůstávalo stejné. Pokud měli partneři děti, matka kromě všeho ostatního zajišťovala jejich volnočasové aktivity, později i domácí přípravu do školy. Její příjem představoval spíš doplněk rodinných příjmů.

Podle českého práva jsou si muži a ženy rovni. S výjimkou pracovních a služebních vztahů nemůže žádný dospělý muž ani žádná dospělá žena jinému dospělému cokoliv nařizovat ani ho jakýmkoliv způsobem omezovat. Přesto dnes a denně mnoho mužů přikazuje svým ženám a mnoho žen přikazuje svým mužům.

Občanský zákoník říká, že na výchově dětí se mají rodiče dohodnout. Jen výjimečně – pokud věc nesnese

odkladu – může jeden rodič sám rozhodnout v záležitosti týkající se dítěte, aniž by to projednal s druhým rodičem.

V minulosti často probíhala výchova dětí jakoby mimochodem, bez zvláštní pozornosti. Práce a aktivity rodičů byly hlavním hnacím motorem, děti se jim musely přizpůsobit. Děti pak samy kopírovaly rodinnou situaci, navíc od útlého věku pomáhaly rodičům v domácnosti, na zahradě, na poli či v obchodě. Dnes je situace jiná. Na příchod dětí se rodiče odpovědně připravují, jejich početí plánují stejně jako jejich výchovu, která se podobá evropskému projektu, jemuž se většinou přizpůsobují.

Výchova dětí v rodině je proto v současnosti nesmírně náročná. V řadě ohledů mnohem náročnější než dřív. Vzhledem k tomu, že dnes výrazně lépe známe potřeby dětí, uvědomujeme si význam vzájemných pozitivních emočních vztahů, vážíme si času stráveného s nimi, klademe důraz na co nejvyšší úroveň jejich vzdělání a nejrůznější aktivity důležité pro jejich všestranný osobní rozvoj. Jsme také lépe informováni o nebezpečích, která dětem hrozí, trávíme více času s nimi nebo alespoň dohledem nad nimi. Občas to může působit až tak, že jsme vystresovanější a úzkostlivější, než je zdravo. Nejen rodiče, ale celá naše společnost je velmi citlivá na správnou péči o děti. Uvědomujeme si vlastní podíl na zabezpečení jejich potřeb

i na jejich optimálním rozvoji a růstu, a přestože se někdy zvětšuje působení genetických faktorů, není pochyb o tom, že podmínky, které dítěti vytvoříme, budou v jeho životě hrát klíčovou roli. Pochopitelně to dvojnásob platí pro složitou situaci po rozchodu rodičů.

Ještě v nedávné době, jak už bylo řečeno, bylo rozdělení rolí v rodině poměrně jasné a po dlouhé roky vcelku stabilní. Muž byl živitel rodiny, žena se starala o děti a o domácnost. Z toho vyplývala mírná (někde větší) nadřazenost muže a jeho pochopitelná distancce od běžných provozních záležitostí rodiny, tedy i od výchovy dětí. Dotýkalo se to zejména těch nejmenších a platilo to i pro obvyklé rozdělení rolí při výchově – matka byla laskavá, utěšující a odpouštějící, otec přísný a trestající.

Situace ve společnosti se však pozvolna proměňuje: muži se mnohem víc zajímají o výchovu dětí, a to od jejich nejútlejšího věku, a jejich péče se neomezuje jen na občasné společné večerní nebo víkendové aktivity. Zvyšuje se také počet mužů, kteří se po rozchodu nespokojí se dvěma víkendy měsíčně, ale chtějí o dítě pečovat mnohem delší čas.

Dnes je poněkud ošidné pokoušet se analyzovat roli muže či ženy při výchově dítěte. Ani pokud jde o jejich podíl na běžném chodu domácnosti, není

dělba práce mezi obě pohlaví stále ještě rovnoměrná. V případě výchovy otcové – na rozdíl od matek – ve větší míře podporují autonomii dítěte, jeho soutěživost, nezávislost, ochotu riskovat. Matky bývají citovější, více dítě ochraňují. Při hledání vhodné definice obou rolí nesmíme zapomínat na to, že jsme zároveň určitý biologický druh a že by nebylo rozumné některé požadavky a očekávání radikálně měnit.