



Dítě a rozvod rodičů



- Nukleární a nefungující rodina
- Spory o výchovu
- Přehazování odpovědnosti na dítě
- Týrání
- Reakce dítěte

Ilona Špaňhelová

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

PhDr. Ilona Špaňhelová

DÍTĚ A ROZVOD RODIČŮ

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 4236. publikaci

Odpovědná redaktorka Zuzana Koutná
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a realizace obálky Antonín Plicka
Počet stran 184
Vydání 1., 2010

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2010
Cover Photo © fotobanka Allphoto

ISBN 978-80-247-3181-0 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-7321-6 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2012

Obsah

| | |
|--|-----------|
| ÚVOD | 9 |
| RODINA | 11 |
| Základní funkce rodiny | 12 |
| Nukleární rodina | 17 |
| Matka | 17 |
| Otec | 20 |
| Rodiče | 22 |
| Dítě | 25 |
| Širší rodina | 26 |
| NEFUNGUJÍCÍ RODINA | 29 |
| Spory, hádky | 29 |
| Spory o výchovu | 33 |
| Mlčení | 34 |
| Přehazování odpovědnosti na dítě | 35 |
| Nestará se, vykašle se na vše... .. | 37 |
| Týrání | 38 |
| Tělesné týrání | 39 |
| Psychické týrání | 41 |
| Nevěra | 45 |
| REAKCE DÍTĚTE NA SPORY MEZI RODIČI, NA RIZIKO ROZCHODU .. | 46 |
| Lež | 46 |
| Drobné krádeže | 48 |
| Noční děsy | 49 |
| Lhostejnost | 50 |
| Útěk z domova | 51 |
| Dítě se cítí vinno | 52 |



| | |
|---|-----------|
| Zamlklost | 53 |
| Speciální projevy dítěte, které jsou spojeny také se somatickými prvky | 53 |
| Koktání | 54 |
| Pomočování | 55 |
| Zhoršení školního prospěchu | 56 |
| Zhoršení vztahů mezi kamarády, spolužáky ve škole... | 57 |
| Dítě nezná hranice, zvýšená rozmazlenost... | 59 |
| Zvýšené neposlušání, používání sprostých slov, nadávek... | 60 |
| Útěk k partě, k lásce... | 61 |
| Zvýšená ukázněnost dítěte, vzornost... | 63 |
| Nechutenství | 64 |
| Popření | 65 |
| Koalice dítěte s rodičem proti druhému rodiči | 66 |
| Zvýšená agresivita – vůči sobě samému nebo vůči druhému | 67 |
| Řešení problémů přes dítě | 69 |
| Separáčnický úzkost | 70 |
| Kdy se dané reakce mohou u dítěte objevovat – příčiny | 71 |
| Shrnutí | 72 |
| SDĚLENÍ FAKTU DÍTĚTI, ŽE SE RODIČE ROZCHÁZEJÍ | 74 |
| Pravidla | 75 |
| FANTAZIE DÍTĚTE O ROZVODU (ROZCHODU) RODIČŮ | 78 |
| PROŽÍVÁNÍ ROZCHODU RODIČŮ JEDINÁČKEM VERSUS SOUROZENCI | 80 |
| Prožívání jedináčka | 80 |
| Prožívání sourozenců | 81 |
| ROZVOD (ROZCHOD) RODIČŮ A REAKCE PRARODIČŮ | 82 |
| Prarodiče versus vnouče | 83 |
| PROŽÍVÁNÍ ROZCHODU RODIČŮ V JEDNOTLIVÝCH VÝVOJOVÝCH ETAPÁCH DÍTĚTE | 85 |
| Novorozenec a kojeneček (do 1 roku) | 85 |
| Batole (1–3 roky) | 87 |

| | |
|---|------------|
| Předškolák (3–6 let) | 89 |
| Mladší školní věk (do 11 let) | 92 |
| Období dospívání (11–20 let) | 94 |
| Pel mel otázek rodičů i dětí ohledně rozvodu nebo rozchodu, se kterými se setkávám v poradně dětského psychologa | 96 |
| OBECNÁ PRAVIDLA PRO DÍTĚ A RODIČE PO JEJICH ROZCHODU | 128 |
| STYK DÍTĚTE S RODIČI PO ROZCHODU NEBO ROZVODU RODIČŮ | 131 |
| Trocha statistiky | 131 |
| Dítě žije s matkou, k otci dochází | 132 |
| Dítě žije s otcem, k matce dochází | 134 |
| Dítě je v péči jednoho z rodičů, rodiče bydlí dohromady v jednom bytě nebo v jednom domě | 135 |
| Dítě je v péči jiného rodinného příslušníka – ve většině případů je to prarodič, teta, strýc... | 137 |
| Střídavá péče | 138 |
| Pel mel otázek spojených s péčí o dítě po rozchodu nebo rozvodu rodičů | 143 |
| JAK SE VYROVNAT S NOVOU SITUACÍ PO ROZCHODU RODIČŮ – JAK DÍTĚTI POMOCT | 147 |
| Co tedy dítěti pomáhá? | 148 |
| Prarodiče jsou úžasní, někdy však pozor... | 151 |
| RODIČ A JEHO NOVÝ PŘÍTEL/PŘÍTELKYNĚ, MOŽNOST NAVÁZÁNÍ NOVÉHO VZTAHU | 154 |
| Pel mel otázek ohledně nového partnerství rodiče a jeho vlivu na dítě | 156 |
| DOPORUČENÁ PRAVIDLA PRO PÉČI O DÍTĚ PO ROZCHODU PRO RODIČE | 164 |
| DOPORUČENÁ PRAVIDLA PRO PÉČI O DÍTĚ PO ROZCHODU PRO NOVÉ PARTNERY | 165 |
| MOŽNÉ VARIANTY ŽITÍ DĚTÍ PO ROZCHODU RODIČŮ A SOUŽITÍ S NOVÝMI PARTNERY | 166 |



| | |
|--|------------|
| Rodič žije s dětmi nebo dítětem, nový partner s nimi nebydlí, vidají se společně, on sám děti nemá | 166 |
| Nový partner žije s partnerkou, nemá děti, partnerka vychovává jedno i více dětí | 167 |
| Nový partner žije s partnerkou, oba mají děti z předešlých vztahů – děti partnerky s nimi žijí, partnerovi děti k nim docházejí | 168 |
| Nový partner žije s partnerkou, oba mají děti, které žijí spolu s nimi ve společné domácnosti | 170 |
| Partneři bydlí spolu, partnerka má jedno dítě z předešlého vztahu, které s nimi bydlí, mají i společné dítě a k partnerovi docházejí jeho děti na víkend | 171 |
| MOŽNÉ ZÁDRHELE ZE STRANY NOVÝCH PARTNERŮ VE VZTAHU | |
| K DĚTEM, NA CO SI DÁVAT POZOR | 173 |
| Přenášení emocí na dítě | 173 |
| Partner nebo partnerka „nesnáší“ děti protějšku (oba partneři mají děti) | 174 |
| Nadržování jednomu dítěti | 176 |
| Velká chuť partnera nebo partnerky pomoci tomu druhému s výchovou – zasahování do rodičovských kompetencí daného partnera | 176 |
| MOŽNÉ KONTAKTY K VYUŽITÍ | 178 |
| LITERATURA | 179 |

Úvod

Rozvod nebo rozchod rodičů je pro dítě náročnou životní situací. Nějakým způsobem je před ni postaveno a nezbyvá mu nic jiného než se s tím smířit a přijmout tuto skutečnost.

Mnohdy to má různá úskalí. Tato kniha se snaží usnadnit rodičům více se zorientovat v projevech dítěte a také (alespoň částečně) najít cestu, jak mu pomoci.

Je to tedy kniha pro rodiče, kteří chtějí pracovat prvotně na svém vztahu k dítěti. Pro rodiče, kterým nejde o jejich ego, ale o udržení vztahu a kontaktu s dítětem. Mnohdy se musí hodně přemýšlet, protože i když chtějí svůj vztah k němu rozvíjet, stále se jim tam vkrádá myšlenka, že se cítí ublíženi, pokorěni, mohou prožívat i pocit urážky nebo příkoří ze strany druhého rodiče. Důležité je oddělit své prožívání ve vztahu k partnerovi a ve vztahu k dítěti.

Jak na to – i o to se kniha snaží. Není všemocná, ale snad tam rodič najde nějakou odpověď nebo návod, který mu může pomoci v náročné situaci.

Chci se v knize zamyslet nad tím, co všechno si dítě v daných chvílích prožívá. Nejen ve chvíli, kdy se už rodiče rozcházejí nebo rozešli. I ve chvílích, kdy prožívají nedorozumění, doma panují hádky, nesoulad, „tichá domácnost“. Kdy má matka napuchlé oči a dítě neví, zda ono samo něco provedlo a je to reakce na něj.

Chci se zamyslet, jaké důsledky pro dítě mohou mít tyto situace, pokud jsou ze strany rodiče nepojmenované, pokud se je snaží skrývat, nekomunikovat o nich.

Také se zamyslím nad jednotlivými věkovými obdobími dítěte a jinakostí prožitku rozchodu rodičů v nich.

Jaký je způsob výchovy dítěte po rozchodu rodičů? Ztrácí nebo má ztrácet jeden rodič rozhodovací pravomoc nad tím, jak bude dítě vychovááno v dalším životě?

Jak si pak zvyká na novou roli v životě dítě, co mu v ní pomáhá?

Přijímá dítě nového partnera (popřípadě jeho dítě) do svého života? Jak na něj reaguje?



Celá kniha chce pomoci rodičům, aby se uměli v této situaci více zorientovat, vyznat se v ní a pomoci tak dítěti. Chce jim pomoci také v tom, aby se s ním nebáli komunikovat o její novosti.

V mnoha případech poznání a vyznání se v náročné situaci dítěti pomáhá snížit stav napětí a nejistoty.

Od koho jiného by dítě mělo poznat, jak se věci mají, než od rodiče. S ním mělo (ve většině případů) zkušenost, že si prožilo pěkné chvíle, smálo se s ním, hrálo si, mělo nějaký prožitek sounáležitosti a blízkosti.

Od něj má čerpat do dalších dnů jistotu.

A to přeji jemu i všem rodičům.

Ilona Špaňhelová
www.spanhelova.cz

Rodina

Rodina je charakterizována z hlediska psychologie jako „společenská skupina spojená manželstvím nebo pokrevními vztahy a odpovědností a vzájemnou pomocí“ (Hartl).

Další definice rodiny říká, že rodina je „biopsychosociální skupina, která vzniká ze dvou členů odlišného pohlaví, mezi kterými neexistují pokrevní pouta, a z jejich dětí“ (Langmeier).

Setkala jsem se také se studenty, kteří „přinesli“ definici rodiny z jedné konference, kde byla formulována jako „lidé, kteří používají společnou lednici“. Tuto definici jsme spolu se studenty vnímali jako vtip.

Současná rodina prošla řadou změn. Pokud bych se na ni podívala z dnešního hlediska, konstatovala bych, že se rodina vyznačuje těmito znaky:

- Růst zaměstnanosti žen i mužů – také jejich pobyt v pracovním procesu – v dnešní době rodiče stráví daleko víc času v práci, než tomu bylo dřív. V některých případech je tento růst především ze strany muže, žena v určitých letech plní funkci ženy a matky v domácnosti, později se vrací do pracovního procesu.
- Růst vzdělanosti žen.
- Stírání rozdílů mezi mužskou a ženskou rolí.
- Omezení časového prostoru kontaktů rodičů a dětí – děti nejsou tak často s rodiči, mnohé jejich zodpovědnosti zastávají prarodiče nebo někdo jiný nebo jsou v tom děti ponechány samy (chození na kroužky, vyzvedávání ze školy).
- Činnosti, které dřív dělala a vykonávala rodina, se posunují do společenských služeb (čistírna, prádelna, mandlovna, jídelny, školní družiny, jesle, mateřské školy...).
- Omezení vícegeneračních vztahů – v dnešní době nežijí tak jako dřív rodiny pospolu s prarodiči, děti tedy nevidí, jak se jejich rodiče starají o svoje rodiče, nemají zkušenost s těmito vztahy nebo jen omezeně.
- Migrace obyvatel z venkova do měst nebo do satelitních městeček.



- Velký technický rozvoj (tím se omezují mezilidské vztahy), dítě je zvyklé používat internet, mail, icq, skype... Protože s protějškem nekomunikuje přímo – pošle zprávu na facebooku – čeká mnohdy dlouhou dobu, kdy mu přijde odpověď. Bere tuto možnost v mnoha případech jako normu, v danou chvíli však s druhou osobou nemluví, mohou se omezovat jeho komunikační schopnosti.
- Snížení vlivu náboženství (možný úpadek morálky).

Základní funkce rodiny

Z hlediska sociální psychologie platí tyto základní funkce rodiny:

- Biologicko-reprodukční – to znamená, že rodiče mají funkci plodit děti.
- Ekonomicko-zabezpečovací – rodina se stará o to, aby děti byly ekonomicky zabezpečené, do té míry, jak je to pro ni možné. Tato její funkce by nikdy neměla převyšovat míru další funkce – emocionální. Neměla by ji zastíňovat. Je to velmi důležité pro další zdravý růst dítěte z hlediska psychického.
- Emocionální – emočně zabezpečovat dítě, sdílet s ním pocity, pomáhat mu je vyjadřovat, dávat je najevo a mluvit o nich i ze strany rodičovské. Dítě zahrnout láskou. Jistou láskou, která má i mantinely. V nich má dítě spatřovat jistotu, kterou mu rodiče přinášejí do jeho života. Mantinely se samozřejmě v jeho životě mění. Co bylo pro něj mantinelem ve 3 letech, není již mantinelem v 7 letech, už to má dovoleno. V některých případech zůstává mantinel pro dítě stále stejný – například nelhat druhému.
- Socializačně výchovná – vychovávat děti k tomu, aby si byly jisté v prostředí, kde se pohybují, uměly si zdůvodnit různé jevy v životě, dovedly se připravit na své fungování mezi jinými dětmi a ve společnosti druhých dospělých.

Na základě těchto vět, které jsem doposud napsala, si vzpomínám na poznámku, kterou jsem mnohokrát slyšela v psychologické poradně:

„Snad by měla existovat vysoká škola rodičovství.“ Kdo by ji založil a jaké by měla předměty? Kdo ví...

V mnoha případech je však touto školou samotný život. Rodič pak těží ze své zkušenosti, z toho, co on prožil, když byl ještě dítě, co vidí kolem sebe, u svých kamarádů a známých. Těží z toho, co přijímá ve svém životě za pozitivní, za kladné, a také z vlastní zkušenosti. Co se mu líbí a za čím si stojí a co je pro něj negativní, s čím nesouhlasí.

Mnohdy má také zkušenost, že on sám – rodič – udělal ve svém životě ve vztahu k dítěti něco negativního, spletl se. Je pak na něm a na jeho velkém umění pokory to dítěti přiznat a omluvit se mu.

Z upřímné omluvy dítě těží pozitivní zkušenost – lze začít znovu, věci napravit a v životě „jít dál“.

Z hlediska psychologie rozlišujeme rodinu nukleární, do které patří otec, matka a děti.

Poté také rodinu širší, kam patří širší příbuzenstvo, jako jsou prarodiče, sestřenice, bratřenci, tety, strýcové. Všechny tyto členy rodiny dítě vnímá, má s nimi nebo s nimi buduje vztah. Vnímá, že jej mají rádi, někdy se zlobí, jsou k němu nakloněni, hýčkají ho, mluví s ním, darují mu dárky, společně tráví čas...

PhDr. Jiřina Prekopová založila Nadační fond. Motivací k jeho založení byl autorkou vnímaný fakt, že rodinný život a výchova dětí v něm se ocitají ve velké krizi. Založením tohoto fondu by bylo možné přispět k tomu, aby byla tato krize zažehnána, nebo aby se do ní rodina nedostala, či aby jí bylo pomůženo, jak se z ní odpíchnout a překonat ji.

Hlavním poselstvím je „najít v rodinách pochopení, úctu, a především bezvýhradnou lásku k bližním a k sobě samému, která je jedinou cestou k vnitřní svobodě a vlastní identitě“.

Často se stává, že toto hledání pochopení se děje díky tomu, že konflikty a krize prožité v rodině se proměňují do lásky, která bývá znovu nalezena mezi partnery, manželi, mezi dětmi a rodiči. Život se často neobejde bez toho, že by se v něm nevyskytovaly konflikty. Je zapotřebí mít odvahu, kuráž se jim postavit a začít na nich pracovat. Překonat je. K tomu je zapotřebí obou rodičů, aby chtěli a vyvinuli velké úsilí, aby se z nich podařilo vyčíst zkušenost.

Dr. Prekopová zdůrazňuje, že „psychologie a psychopatologie 20. století odkryla, co se intuitivně tušilo již dávno, a to že poruchy osobnosti člověka a jeho chování mají nenáhodně často svůj původ v dlouhodobém a závažném nedostatku syčení základních životních potřeb psychické a sociální povahy v dětství, zejména v časném věku“.



U nás na tyto souvislosti ukázali již prof. Matějček a Langmeier.

Bylo také poukázáno na fakt, že v raném dětství, pokud bylo dítě nasyčeno základními potřebami mezi ním samotným a dalšími klíčovými osobami – především rodiči a sourozenci, se vytváří velmi hluboký a osobní vztah, který je nazván „přilnutí“.

A právě kvalita výměny podnětů mezi rodičem a dítětem už v novorozeňeckém a kojeneckém věku určuje, zda má toto přilnutí nosný charakter a zda má význam bezpečí a opory pro život dítěte nebo zda mu dává rodič do budoucna do výbavy spíše nejistotu a pochybnosti.

V této věci jsem zastáncem toho, že rodič může VŽDY znovu začít. Pokud se stane, že z jakéhokoliv důvodu nezvládne výchovný prvek nebo k tomu nemá vytvořeny podmínky či jej okolnosti nebo lidé nutí, aby nedělal něco, co je pro něj přirozené a za čím si stojí, vždy se může i dítěti omluvit a příště zareagovat jinak.

Může začít s budováním vztahu mezi ním samotným a dítětem. Nebo mezi oběma rodiči.

V některých okamžicích se totiž rodič dostává pod nátlakem literatury, odborných přednášek, svých rodičů (kteří dělali většinu věcí jinak) pod tlak, jak má vlastně své dítě vychovávat.

Někdy se i on zeptá: „Moje máma mi říká, že nemám na dítě reagovat, když zapláče, že si musí zvykat, ona na mě také nereagovala. Co s tím? Mám se zachovat stejně jako kdysi ona?“

Pokud to rodiči nedá a cítí – často i intuitivně – že zareagovat má, jsem pro, aby to určitě udělal. V mnoha případech mu dávám i příklad – když dítě zareaguje pláčem, je to jeho komunikační prostředek, něco chce říct.

Nemusí to být vždy ukáзка toho, že se dítěti něco děje, že je nešťastné. Pouze chce říct: „Mám hlad.“ „Nudím se, kde jsi táto?“ ... Pak je zapotřebí zareagovat. I dospělý jedinec by si přál, aby na jeho slova (pláč) druhý člověk reagoval.

Do rukou se mi dostal projekt Nadačního fondu dr. Prekopové. Projekt charakterizuje, že často za nejspolehlivější komunikaci a vzor mají v této době děti televizi, počítač, mobilní telefon. Vlivem opakovaných zážitků a reakcí se formuje mozek a s ním i styl života a zvyky dítěte. To potřebuje korekci pro své chování, potřebuje vzor. Vzor, který se někdy i splete a dovede se omluvit.

Je zapotřebí, abychom se učili pečovat o udržení lásky a vztahu.

Dr. Prekopová charakterizuje, že její koncept není nový. Spočívá na staré pravdě, která nás chce učit, jak překonat lidský pud, kdy se chce člověk během konfliktu zachovat strategií „budu útočit, nebo se vydám k útěku“. Je zapotřebí se tedy kultivovat a formovat, jak se my jako rodiče budeme snažit konflikty zvládat a překonávat.

Dr. Prekopová uvádí základní teze pozitivního rodičovství:

- Usměrnovací silou v životním stylu rodiny je bezvýhradná láska mezi otcem a matkou dítěte, která pak otevírá brány pro osobní svobodu dítěte i dospělého. Z mých zkušeností je důležité si uvědomit, že dítě se učí z této lásky rodičů příkladem a napodobováním.

V některých otázkách na www.rodina.cz se setkávám s dotazem rodiče: „Jak to, že dítě dřív bylo zvyklé na to, že jej ukládal ke spánku otec, a všechno bylo v pořádku. V tuto chvíli, cca v roce a čtvrt se setkávám s tím, že u něj začne plakat, hystericky křičet a otec vždy zavolá mne jako matku a u mne se dítě uklidní. Co s tím? Nechat otce ať odejde a já to mám sama vyřešit?“

Samozřejmě že odpovědí na dané téma je několik. Jako jedno doporučení pro rodiče uvádím, aby použili ve svém chování něco, co může dítě pak napodobit a zopakovat. Jestliže vidí a vnímá u rodiče bezvýhradnou lásku k druhému rodiči, jestliže vidí, že pokud jeden rodič přijde domů a druhý jej přivítá pusou a radostí, jistěže i ono formou nápodoby chce pak dělat podobný přivítací proces.

Pak se jistě i v průběhu ukládání ke spánku nemá rodič vzdávat. Mnohdy na základě lásky a pevnosti zvládnou rodič i dítě daný proces. V některých případech je také důležité, aby s dítětem šli oba rodiče. Může se jednat o vývojový skok ze strany dítěte, kdy si více prožívá své strachy. Potřebuje tedy toho, kdo mu je pomůže překonat. Potřebuje si však i zvykat na to, že dané obtíže má schopnost spolu s ním překonat i druhý rodič.

Důležité je dát to dítěti zakusit – že existuje více lidí, kteří mu mohou při dané těžkosti pomáhat.

- Konflikty doporučuje dr. Prekopová řešit zásadně empatií (vcítěním se do druhého člověka). A opět chci zdůraznit – pokud se to nám rodičům nedaří, můžeme začít vždy znovu! Empatie v tomto případě znamená, že se snažíme porozumět dítěti, tomu, co způsobilo tento jeho konflikt, co jej



vyvolalo. Nereagujeme tedy v prvním směru na něj, na to, jak je hrozné, nemožné, ale snažíme se řešit, co způsobilo tento rozpor, dětskou ataku.

Při konfliktu je zapotřebí mluvit s druhým v 1. osobě čísla jednotného – „já se zlobím“, „mně se to nelíbí“, a toto všechno učít i dítě. To v tomto případě necítí tak velkým dílem svoji vinu, která by u něj mohla způsobit, že jej to povede do procesu obrany – bude se bránit, že ono ne, neudělalo to, nebo i fyzicky zaútočí na rodiče. Naopak. Bude to jeho proces vnímání, bude to informace, jak jeho chování zapůsobilo na druhého.

Často je to také tak, že pak má větší touhu a odpovědnost za to, aby vinu napravilo a odčinilo. Necítí se obviňováno a osočováno. Dává mu to možnost více se vcítit do druhého člověka.

Podle dr. Prekopové je také důležité, aby konflikt nebyl v půli přerušen, a také aby usmíření nebylo zastaveno a oddáleno „až na někdy“. Svár má končit usmířením a znovu utvrzením se v lásce jednoho ke druhému. Čím dřív k tomu dojde, tím je atmosféra mezi rodičem a dítětem lepší, jasnější, „prosluněnější“... Je mezi nimi opět nastolena větší a pevnější vztahová linie.

Příklad: Matka s 13letou dcerou cítila a vnímala, že již druhý den to mezi nimi mírně jiskří. Matka sice říkala to, co bylo pravdivé: „Vadí mi, že už třetí den máš ve svém pokoji nepořádek, dnes si tam uklid!...“ opakovala to však častěji, než byla dcera schopná vnímat a přijímat. A měla pocit, že to u ní uvnitř již vě.

Tak ještě než se rozloučily – jedna šla do práce a druhá do školy – řekly si navzájem své pocity a omluvily se. Vyjádřily si také, jak se cítily, když jedna i druhá něco chtěly. Obnovily opět mezi sebou vztah a „vzduch se mezi nimi pročistil“.

Protože rodiče by měli být trochu inteligentnější než dítě – mají větší zkušenosti v životě –, je velmi důležité, aby se to dělo prvotně ze strany rodiče. Pokud vnímá, že se mezi ním a dítětem něco děje, je důležité, aby to nazval a snažil se konflikt dořešit. Pokud to vnímá dítě a přijde ono jako první, je to výborné, protože je citlivé na atmosféru v rodině a chce ji napravit.

- Dále aby se v rodině mělo dbát na to, aby slovo znamenalo skutečné slovo. Čili aby „ano“ znamenalo ano a aby „ne“ znamenalo skutečné ne. To dítěti navozuje pocit jistoty a bezpečí. Více se tak dovede orientovat v rodině

ném soužití a samo je tak i v budoucnu i tímto způsobem důsledné a dokáže vyjádřit svoje potřeby, pocity a požadavky.

- Dr. Prekopová pak také zdůrazňuje, že je zapotřebí, aby se smutek a zlost dokázaly opět proměnit do radosti a lásky mezi rodičem a dítětem. Může se to stát pomocí rozhovoru, pohledu z očí do očí. Pro závažnější vnitřní zranění dítěte doporučuje dr. Prekopová „pevné objetí“.
- Rodiče v tomto smyslu určují tento životní styl a dávají tak dítěti vzor – jak již bylo zmiňováno. Autorka tohoto přístupu také zdůrazňuje fakt, že je zapotřebí drobné konflikty rodičů řešit před dětmi, aby ony byly svědky toho, že konflikt se může stát, patří k životu. O to víc k němu patří i usmíření, které má samozřejmě také proběhnout před dětmi. Ty jsou pak svědky toho, že rozpor je vyřešen, nijak to nenarušilo vzájemnou vazbu mezi rodiči a „život jde dál“.
- Pro to, aby mohla být pěstována tato životní forma rodiny, je důležité pěstovat její řád. To znamená, že rodiče mají první místo v rodině. Jejich vztah a vazba je ta nejdůležitější. Dítě má druhé místo. Rodiče dávají dítěti lásku, péči, bezpečí, orientaci v hodnotách, vzor a také možnost k osamostatnění. Dítě má tyto dary přebírat.
- V životě rodiny je velmi důležitá důslednost, která také zaručuje dítěti jistotu a bezpečí.

Nukleární rodina

Pojďme se zamyslet, jaký vliv má „žítí“ dítěte v nukleární rodině (tzn. v rodině, kterou tvoří matka, otec a děti). Co mu to dává, že má mámu a tátu, jaká pozitiva čerpá ze vzájemného soužití?

Matka

Co dává dítěti matka, co vnáší pozitivního do vzájemného soužití?

Je to především dar **přijetí** dítěte. Matka, když nosí dítě ve svém lůně, neví, jaké bude. Nezná jeho vlastnosti, jeho temperament, jeho charakter. Když se dítě narodí, existují ženy, které ho přijímají hned a bez omezení.