

## **Prosby Vašeho dítěte k Vám, jeho mamince a tatínkovi, kteří se rozcházejí**

1. Jsem vaším dítětem. Dítětem vás obou, oba Vás potřebuji úplně stejně. Bydlím teď sice jen s jedním z vás, ale druhého rodiče potřebuji úplně stejně.
2. Neptejte se mě, koho z vás mám raději. Mám vás oba stejně rád. Neočernujte přede mnou toho druhého, protože mě to bolí.
3. Pomozte mi mít kontakt s tím rodičem, se kterým trávím méně času. Vytočte mi jeho telefonní číslo nebo mi předepište jeho adresu na obálku. Pomozte mi k Vánocům nebo k narozeninám pro něj vyrobit nebo koupit nějaký hezký dárek.
4. Nepoužívejte mě prosím jako poslíčka mezi vámi – a už vůbec ne se zprávami, které toho druhého zarmoutí nebo rozčílí.
5. Nebuďte smutní, když odcházím k druhému rodiči. Nebudu se u něj mít špatně. Nejraději bych byl pořád s vámi oběma. Ale nemůžu se roztrhnout jenom proto, že vy jste roztrhli naši rodinu.
6. Neplánujte nic na dobu, kdy mám být s druhým rodičem. Část mého času chci trávit s maminkou a část s tatínkem. Důsledně to prosím dodržujte.
7. Nenut'te mě, ať se vám hlásím v době, kdy jsem s druhým rodičem. Mám teď dva domovy, které musím dobře oddělovat – jinak bych se ve svém životě už vůbec nevyznal.
8. Nepředávejte si mě u dveří druhého rodiče jako balík. Pozvěte druhého na chvíli dál a promluvte si třeba o tom, jak byste mohli můj život nějak zlepšit. Neničte tyto kratičké chvílky, kdy vás mám oba, svými spory a hádkami
9. Když se nemůžete ani vidět, předávejte si mě ve škole, školce nebo u přátel.
10. Nehádejte se přede mnou. Buďte ke mně alespoň tak zdvořilí, jako jste k ostatním lidem, a jak i ode mě vyžadujete.
11. Nevyprávějte mi věci, kterým ještě nemohu rozumět. Mluvte o nich s jinými dospělými, ale ne se mnou a přede mnou.
12. Dovolte mi přivést si svoje kamarády k vám oběma. Chci, aby poznali moji maminku a mého tatínka, a aby viděli, jak jsou oba skvělí.
13. Dohodněte se férově o penězích. Nechci, aby jeden z vás měl moc peněz a ten druhý jen málo. Ať se vám oběma daří tak dobře, abych se u vás obou mohl cítit stejně dobře.
14. Nesoutěžte o to, kdo mě víc rozmazlíte. Tolik čokolády bych totiž nikdy nemohl sníst, jak moc vás mám oba rád.
15. Řekněte mi na rovinu, když někdy nevystačíte s penězi. Pro mě je stejně důležitější váš čas než peníze.
16. Nemusíme spolu pořád něco nového a skvělého podnikat. Nejraději stejně mám, když jsme prostě veselí a v pohodě, hrajeme si a máme i trochu klidu.
17. Nechte v mém životě co nejvíc věcí tak, jak bývaly před vaším rozchodem. Počínaje mým pokojíčkem a konče u maličkostí, které jsem dělával sám s tatínkem nebo s maminkou.

18. Buďte hodní na babičku a dědečka z druhé strany, i když při rozvodu stáli u svého dítěte. Taky byste při mně stáli, kdyby se mi vedlo špatně. Nechci ztratit ještě své prarodiče.

19. Přijměte prosím nového partnera, kterého si můj druhý rodič našel nebo najde. I já s ním/s ní musím vycházet. A to je pro mě snazší, když uvidím, že i vy jej přijímáte. Nakonec i pro mě bude lepší, když si oba najdete někoho, koho budete mít rádi. Nebudete se pak tolik hádat navzájem.

20. Buďte optimističtí. Svoje manželství jste nezvládli – zkuste tedy zvládnout to, co přišlo po něm. Projděte si tyto moje prosby. Třeba si o nich promluvte. Ale nehádejte se. Nepoužívejte moje prosby k vyčítání druhému, jaký je špatný. Jestli uděláte tohle, vůbec jste nepochopili, jak na tom jsem a co potřebuji, abych se cítil lépe.

Volně převzato z <http://www.cochem.pro/ty-jsi-moje-dite.pdf>