



Servis rodiny





Servis rodiny



Sdílené
rodičovství

Edukativní přednáška pro rozcházející se rodiče

Inspirováno programem Sdíleného rodičovství

Mgr. Kamila Šaffková

Mgr. Barbora Gaveau, LL.M.



Rozvod/rozchod – jedna z největších výzev v životě

- Nadále zůstáváte rodinou, která spolu bude žít, avšak jiným způsobem
- Rozvádí/rozchází se partnerství, nikoli rodičovství
- Většina rodičů je schopna o své dítě pečovat a má k tomu potřebné schopnosti
- Rozvod/rozchod nelze udělat správně, ale lze ho udělat zdravě s ohledem na děti
- Než se začal rozpadat váš vztah, také jste nechodili pro rozhodnutí autorit, kdykoli, když jste se nemohli domluvit v otázkách péče o dítě. Rozhodnutí institucí vám ani dětem nepomůže, pokud mezi vámi bude konflikt
- Dohoda o dětech - jedna z nejtěžších dohod v životě
- Potřebujete nalézt řešení pro současnost i budoucnost (měsíce a roky)
- Nové dohody, nová řešení, změny



CESTA K ŘEŠENÍ – SDÍLENÉ RODIČOVSTVÍ

- Za nejvhodnější uspořádání péče o dítě je takové, které dítěti zaručuje **fyzickou, emocionální a sociální přítomnost obou rodičů**, ale i dalších blízkých osob v jeho životě
- Dítě potřebuje slyšet a zažít, že ani o jednoho rodiče nepříjde a že se o něj budou nadále oba starat
- Většinu rozhodnutí dělají rodiče společně nebo o tom společně mluví
- Mezi oběma domovy je velká shoda a propustnost
- Vztah dítěte k oběma rodičům je unikátní
- Flexibilita řešení ve prospěch dětí – při rozvodu jsou často potřeby dětí přehlíženy
- Rodiče si dělí odpovědnost za výchovu a péči



PROČ DĚTEM SDÍLENÉ RODIČOVSTVÍ POMÁHÁ

- Dítě nepřichází ani o jednoho rodiče, nemusí si vybírat mezi vámi
- Děti trpí vždy, když jsou odděleny od svých blízkých a když jsou vystaveny intenzivnímu konfliktu mezi lidmi, které mají rády
- Narušení vztahu s rodičem nebo jeho ztráta vede k okamžitému, dlouhodobému i trvalému poškození zdravého vývoje dítěte
- Narušený vztah k rodiči nevyřeší následně nikdo, ani terapie
- Rozdílnost v rodičovství je v pořádku – každý z vás dává dítěti něco jiného
- Porozchodová péče není soutěží o přízeň dítěte nebo o pozici „lepšího rodiče“
- Uspořádání péče je dynamický proces, který se mění s ohledem na potřeby vašeho dítěte
- Neexistuje žádný univerzální model nejvhodnějšího uspořádání péče – dobré uspořádání musí respektovat potřeby dítěte



CO DĚTEM ŠKODÍ A ČEMU SE VYHNOUT

- Konflikt mezi rodiči – délka a intenzita
- Násilné chování mezi rodiči - dítě se přirozeně přikloní ke slabšímu členu rodiny
- Manipulace, citové vydírání (budu smutný/á, nemocný/á)
- Pomlouvání nebo zesměšňování druhého rodiče – dítě může pokládat za špatné některé své vlastnosti
- Nutit dítě, aby si mezi vámi vybralo – dítě potřebuje ujistit, že si vybírat nemusí
- Nemístně se vyptávat na život, vztahy a aktivity druhého rodiče
- Využívat dítě jako poslíčka, špiona nebo vyjednavče
- Odmítat umožnění kontaktu s druhým rodičem
- Používat výroky nebo projevy dítěte jako důkaz proti druhému rodiči
- Nerespektovat emocionální reakce dítěte na rozpad rodiny – emoce uznat a popsat je



PRÁVNÍ INFORMACE – Procesní záležitosti I

- Sezdaní rodiče – dvě řízení X nesezdaní rodiče – jedno řízení
- Soudy respektují dohody rodičů, ale zkoumají soulad se zájmem dítěte (možná ujednání pro komfort a ujistění rodičů)
- **Zájem dítěte:** Soud/úřad je povinen veškerá rozhodnutí konat v souladu s „nejlepším zájmem dítěte“ (dítě má mimo jiné právo na oba rodiče, na ochranu rodinného života, na informace a na participaci).
- Co soud také hodnotí: **rodičovské kompetence** (vaše rodičovské vlastnosti, dovednosti a schopnosti), **rodičovské obstrukce**, rodičovskou „nezodpovědnost“ (zahlcování spisu podáními o chování druhého rodiče, přemístění dítěte bez souhlasu druhého rodiče, bránění v kontaktu s dítětem, křivé obvinění ze sexuálního zneužívání dítěte apod.)
- **Rodičovská odpovědnost** je soubor práv a povinností vůči dítěti a náleží oběma rodičům stejně. Ti ji vykonávají v souladu se zájmy dítěte, z čehož vyplývá jejich povinnost sdělovat dětem vše potřebné o záležitostech, které se jich týkají (přiměřeně věku) – participace dítěte.



PROCESNÍ ZÁLEŽITOSTI II

- Důraz na **participaci dítěte s přihlédnutím k jeho věku a vývoji**: Rodiče s dítětem musí adekvátně komunikovat (případně využít osob blízkých/odborníků) a znát na věc, která se ho týká, jeho názor. Pokud je to možné, musí jeho názor brát v potaz ► obdobně pracuje OSPOD a soud - pohovor dítěte s OSPOD/soudcem
- Šetření poměrů v domácnosti
- Jiný soudní rok (neformální)
- Role advokáta – není advokát jako advokát
- Čtěte, co jako rodiče dostanete od soudu. Kromě data jednání soud obvykle požaduje dokumentaci týkající se doložení vašich příjmů a majetku. Nedoložením zbytečně prodlužujete řízení.



PROCESNÍ ZÁLEŽITOSTI III – zvláštní okolnosti

S ohledem na kontakt rodiče s dítětem musí někdy soud a ostatní služby pracovat s:

- **Domácím násilím** mezi rodiči
 - Vyhledání pomoci, odborné služby
 - Důležitý specifický přístup (např. i při mediaci)
 - Může mít vliv na dobrovolnost uzavírané dohody mezi rodiči
- Zneužíváním (psychickým, fyzickým, sexuálním), případně s různými **druhy závislosti**
- Pokud je však **(zne)užito jako „strategie“**, je takový rodič posuzován následně jako rodič se sníženou rodičovskou kompetencí a může mu hrozit i trestní stíhání.



POROZCHODOVÁ PÉČE

- **Typy péče**
 - **Společná:** Neurčuje se rozsah péče konkrétního rodiče, obvykle se vyžaduje určitá blízkost bydlišť rodičů, někdy výživné
 - **Střídavá, asymetrická střídavá** (různý rozsah cca od 32% až do 50% péče jednoho z rodičů, výživné se může, ale nemusí vyměřit)
 - **Péče jednoho z rodičů: Druhému rodiči se stanovuje rozsah kontaktu**, jenž může být nastavený různě, včetně času během období prázdnin, a vyměřuje se mu výživné
- **Svěřením dítěte do péče jednoho z rodičů se podstatným způsobem nemění rodičovská odpovědnost druhého rodiče. V důležitých otázkách (tzv. významné záležitosti) nadále spolu rozhodují oba rodiče** (např. vzdělání, bydliště, léčebný zákrok - participace dítěte)
- Pokud dohoda není možná, rozhoduje soud (nahrazuje souhlas druhého rodiče)
- **Předávání dětí a řešení prázdninového času dětí**
- **Judikatura Ústavního soudu:** kritéria svěřování do péče, cestování při předávání, participace dítěte, k vánočním svátkům, k práci rodiče ve směnném provozu, sdílenému rodičovství



VÝŽIVNÉ

- **Dítě má právo podílet se na životní úrovni rodičů.** Základním kritériem pro stanovení výživného jsou odůvodněné potřeby dítěte a jeho majetkové poměry. Dále jsou to schopnosti, možnosti a majetkové poměry povinného rodiče, obvykle rodiče, jemuž dítě není svěřené do péče. V praxi se však zkoumají majetkové a příjmové poměry obou rodičů. **U střídavé péče se tzv. dorovnává životní úroveň vyměřením výživného.** Ke **snížení výživného** dochází spíše výjimečně (odůvodněná změna poměrů).
- **Stanovení výživného** - doporučující tabulky [Výživné – MSp \(justice.cz\)](https://www.justice.cz/aktuality/rodina/rodicovskym-pravnim-ustanovenim-vyživneho), včetně manuálu a kalkulačky MSČR
- **Výživné náleží dítěti**, lze přiznat jen ode dne zahájení soudního řízení, u výživného pro nezletilé děti za dobu nejdéle 3 roky zpět od tohoto dne, revize cca po třech letech, lze založit bankovní **účet jen pro účely výživného** nebo **spořicí složka výživného** (vhodné myslet na výchovné účinky výživného).
- **Spory o výživné nejsou a nemohou být podmínkou pro odpírání kontaktů dítěte s rodičem. Naopak odpírání kontaktu dítěte s rodičem není důvodem pro nehrazení výživného.**



RODIČOVSKÉ KOMPETENCE - DOVEDNOSTI

Co jsou rodičovské kompetence – přirozené dovednosti, vědomosti, schopnosti, intuice, které mají oba rodiče, pokud by to soud neprokázal jinak

- Oba rodiče je mají stejné, ale každý je může projevovat jiným způsobem
- Mezi základní kompetence patří uspokojení biologických, emocionálních a sociálních potřeb dítěte
- Jakým způsobem budete pečovat o dítě po rozpadu vašeho vztahu bude jiné než doposud
- Odlišný styl výchovy a požadavky na dítě jsou přirozené – jako rodiče nejste stejní a nemáte k dítěti stejný vztah
- Rozvod představuje nové kompetence, které se rodiče učí a získávají je



SPECIFICKÉ RODIČOVSKÉ KOMPETENCE - DOVEDNOSTI

- Základní dovednost je zaměřit se na to, co je pro vaše dítě v dané chvíli skutečně důležité – orientace na potřeby dítěte
- Snažíte se dítěti udržet stabilní prostředí, na které je zvyklé- změn by mělo být co nejméně
- Podporujete dítě v kontaktu s druhým rodičem
- Respektujete a přijímáte druhého rodiče jako vychovatele a rodiče
- Snižujete napětí a spory před dítětem
- Mluvíte o věcech týkajících se dítěte – nejednáte za zády druhého rodiče

Rovina schopností a rovina ochoty; věříme, že většina rodičů je schopná si nové dovednosti osvojit, značnou roli zde hraje míra ochoty.



CO DÍTĚ POTŘEBUJE V SITUACI ROZPADU RODINY

- Dostatek osobního kontaktu s oběma rodiči
- Potřebuje slyšet a zažít, že nepřichází ani o jednoho z rodičů
- Možnost mít dobré vztahy s oběma rodiči a dalšími příbuznými
- Ujistění, že je máte oba rádi, že nejsou viníci rozpadu vašeho vztahu a že to nemohly ovlivnit
- Minimální konflikt mezi rodiči
- Rozumět tomu, co se nyní děje
- Rozumět tomu, co se bude dít dál
- Rozumět tomu, co se s ním děje, co cítí
- Vědět, že patří do obou rodin svých rodičů – nikoho neztrácí
- Předvídatelnost, srozumitelnost a konzistence



DĚTI A ZMĚNY

Vztahové změny

- Dostupnost rodičů: Jeden z vás bude fyzicky a emocionálně nedostupný v situaci, kdy vaše dítě bylo zvyklé na vaši přítomnost (denní rituály, volný čas, oslavy atd.)
- Komunikace: Bude se měnit způsob, jakým spolu budete mluvit i přes to, že se nebude jednat o konfliktní situaci
- Navazování nových partnerských vztahů
- Udržování kontaktu se širší rodinou

Změna fyzického prostředí

- Děti se často vlivem rozpadu rodiny z různých důvodů stěhují (ekonomických, sociálních, noví partneři)
- S tím souvisí změna sociálního prostředí a změna sociálních kontaktů, navazování nových vztahů (nová škola, kroužky)

Změna v chování rodičů

- Vlivem situace se může stát, že nebudete mít vždy kapacitu reagovat a uspokojovat emocionální potřeby dítěte
- Můžete řešit ekonomické otázky, pracovní obtíže nebo sociální otázky spojené s vaším rozchodem
- Navázáním nového partnerského vztahu



DOPORUČENÍ PŘI NAVAZOVÁNÍ NOVÉHO VZTAHU

Vaše dítě se může cítit ohrožené a odsunuté. Na rozdíl od zamilovaného rodiče nesdílí nadšení pro novou a otevřenou budoucnost v novém vztahu, ale strach ze ztráty známého

Co se mnou bude? Co když si nebudu s novým partnerem/partnerkou rozumět? Co když budou nevlastní sourozenci hodně jiní než já? Co když se jim máma nebo táta bude věnovat více?

- Nespěchejte s představením nového partnera, dítě se nemusí cítit loajální vůči druhému rodiči
- Ze začátku je vhodné, aby si děti zvykly na novou situaci rozpadu rodiny. Až poté jim představte nového partnera/partnerku.
- Nejprve se setkávejte mimo domov, využijte k tomu čas, kdy nejste s dětmi
- Informujte bývalého partnera o nové situaci dříve než děti – jedná se také o ochranu dítěte
- Dejte dětem čas – potřebují se s novou situací sžít
- Nové partnerství může být pro dítě přínosné



CO PROŽÍVAJÍ DĚTI V SITUACI ROZPADU RODINY

STRACH

- Co se děje teď, co se bude dít, kde budu bydlet, širší rodina, kamarádi, co bude s mým domácím mazlíčkem, co když si rodiče ublíží, jak to rodiče zvládnou, když budou sami, budou smutní?

VZTEK

- Na to, že se rozcházíte, na to, že se neumíte dohodnout, na to, že mě zatahujete do sporů, na to, že mě nutíte, abych si mezi vámi vybral/a nebo abych potlačoval/a pocity, které k tomu druhému mám.

POCIT BEZMOCI

- Nikoho nezajímá, co si myslím, co chci, co potřebuji, jak si představuji svoji budoucnost
- Že mě neberete vážně

POCIT VINY

- Měl/a jsem méně zlobit, kdybych nedělal/a to a to možná by rodiče byli spolu, možná jsem se měl/a lépe učit



JAK SE TVOŘÍ VZTAH MEZI DÍTĚTEM A RODIČEM

Dle věkových období – jak ho udržet, rozvíjet?

- **PŘEDŠKOLNÍ VĚK** – PÉČE, vytváření vztahů, přirozené prostředí dítěte, každodenní činnosti, vývoj emocionálního pouta, vztah na dálku, krátké odloučení od rodiče, dvě školky, individuální potřeby a možnosti.
- **ŠKOLNÍ VĚK** – SPOLEČNÉ ZÁŽITKY A ZKUŠENOSTI, rozvíjení vztahů, škola, volný čas, přátelé, povinnosti, práce, vztah na dálku jako doplněk, konzistence kdy a kde.
- **DOSPÍVAJÍCÍ VĚK** – SDÍLENÍ a KONFRONTACE, osamostatňování, vlastní identita, vzdor, kritika, společné plánování, potíže, úspěchy-neúspěchy, participace.



CO DĚTI V SITUACI ROZPADU RODINY POTŘEBUJÍ

- Potřebují, aby s nimi rodiče o situaci mluvili a opakovaně je ujistili, že udělají vše, aby se jim v životě změnilo, co nejméně věcí
- Potřebují se cítit bezpečně a vědět, že patří k oběma rodičům
- Potřebují mít možnost mluvit o druhém rodiči, sdílet zážitky a zkušenosti bez strachu z reakce druhého rodiče
- Dětem nezáleží na typu péče ani počtu dní, ale potřebují, aby se cítily bezpečně a nebyl mezi rodiči konflikt
- Potřebují, aby nežily ve dvou oddělených světech – potřebují jeden psychosociální prostor
- Potřebují, aby rodiče brali ohledy na jejich potřeby, emoce a vztahy, nikoliv naopak
- Vaše dítě se potřebuje cítit doma u vás obou, nikoliv jako na návštěvě, i když u každého z vás netráví stejný čas



RODIČOVSKÝ PLÁN

- Pomůže vám se podívat na důležité situace, na kterých byste se jako rodiče měli domluvit
- Představuje mimosoudní dohodu – můžete z něj vycházet při soudním jednání
- Při jeho sestavování se především ptejte:
- Naplňuje plán základní potřeby dítěte/děti (právo na lásku, ochranu a náklonnost, zdravou výživu, lékařskou péči, vzdělávání a odpovídající odpočinek)?
- Zohledňuje plán věk dítěte/děti, jeho osobnost, zkušenosti a schopnosti?
- Je dostatečně podrobný, srozumitelný a realizovatelný?
- Umožňuje dětem pravidelný a časově odpovídající kontakt s oběma rodiči, případně dalšími blízkými?
- Dává dětem pocit bezpečí a předvídatelnosti?



PARTICIPACE DĚTÍ – ZAPOJOVÁNÍ DO ŘEŠENÍ POROZCHODOVÉ SITUACE

- Pokud s dětmi rodiče o situaci nemluví – zvýšení úzkosti, ztráta důvěry v rodinu a budoucnost
- Děti mají právo znát rodinnou situaci a mají právo se k ní vyjádřit
- Nezapojoování může vést k obtížím v chování, odmítnutí přijmout nové rozhodnutí rodičů, bojkotování školy, nového partnera/partnerky
- **V rodině** - nejpřirozenější způsob
- **Za pomoci odborníka** – mediace, terapie
- **Z podnětu soudu** – cílem je dosáhnout toho, aby dítě pochopilo probíhající řízení, které se ho týká. Zjištění informací důležitých pro řízení je až vedlejší cíl, který nemusí být vždy naplněn. Dítě musí mít především pocit, že se k situaci MOHLO vyjádřit.



JAK KOMUMIKOVAT A JEDNAT – OBCHODNÍ PARTNERSTVÍ, SOUSEDSKÝ VZTAH

Většina rodičů je schopna fungovat dobře v jiných vztazích (např. v práci) – jednat nekonfliktně.

- **Orientujte se na budoucnost**
- **Bud'te k sobě zdvořilí** – jako při pracovním jednání
- **Držte se tématu** – důležité věci pro dítě, držte se budoucnosti dítěte
- **Kontrolujte své emoce** – stejně jako v zaměstnání
- **Mluvte s druhým rodičem jasně a srozumitelně**
- **Důležité věci si zapisujte** - jako u obchodního jednání
- **Dodržujte sliby**
- **Domluvte si způsob komunikace** – ovlivňuje to vaše děti



JAK A KDY S DĚTMI O ROZPADU RODINY MLUVIT

- Udělejte si **oba čas** – prostor na reakce, dotazy
- Děti by měly vědět, že jste pro záchranu vašeho vztahu něco udělali
- Ideálně oznámit to dětem **ještě před faktickou změnou** (tedy před tím, než se jeden z vás odstěhuje)
- Pokud děti **chodí do školy/školky**, zvažte, zda je o vaší situaci informovat
- **Nepodsouvejte** dětem hned **negativní emoce**, vyhýbejte se detailům, příčinám a následkům
- Soustřed'te se se na **věcná témata**: Co se teď děje, co se bude dít v střednědobém a dlouhodobém horizontu, na jakých rozhodnutích se může dítě spolupodílet
- Sdělte dětem, že **rozhodnutí je** definitivní a je vaše **společné**
- Připravte se na **otázky** dítěte a na jeho reakce
- Pokud jeden z rodičů situaci **nezvládá** (pláče, křičí, obviňuje), druhý by ji neměl zhoršit vyhrocením konfliktu, ale **ukončením situace** s tím, že i dospělí teď prožívají těžké období, ale udělají vše pro to, aby ho zvládli
- Na **dalším sezení** seznámte děti s podrobnějším plánem: Začněte tím, co zůstane stejné, poté přidávejte změny a snažte se, aby jich bylo co nejméně. Ptejte se dětí na jejich potřeby.



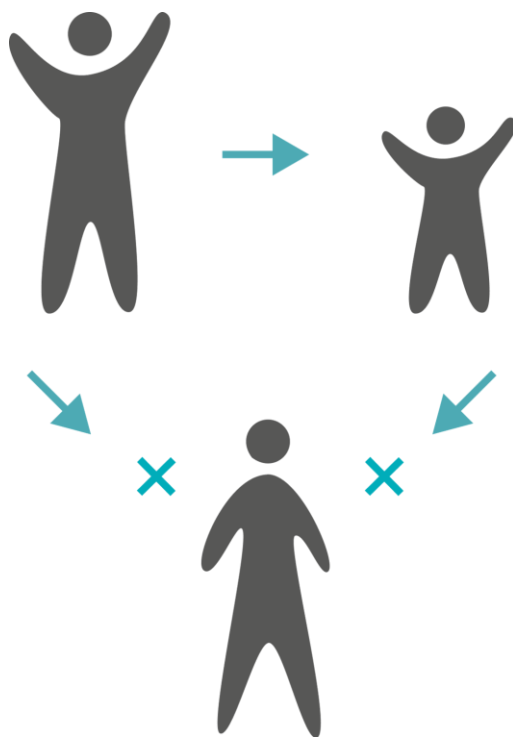
DVA DOMOVY – JAK NA TO?

- Zásadní je propustnost mezi domovy – co nejméně bariér
- Po odstěhování – vytvářejte nový domov společně s dětmi
- Umožněte dětem užívat v obou prostředích osobní předměty (oblečení, hračky, knížky, šperky) bez ohledu na to, kdo je pořídil
- Nekomentujte, kdo z vás co pořídil nebo jak bude reagovat druhý rodič v situaci, kdy se věc od něj rozbije/ušpiní
- Umožněte dětem přirozeně mluvit o druhém rodiči
- Neovlivňujte dítě, jak by se mělo chovat a co by mělo říkat (máma bude smutná, táta bude naštvaný)
- Umožněte dětem používat fotky, dárky, dopisy od druhého rodiče
- Umožněte kontakt s druhým rodičem, když to bude dítě potřebovat

POPOUZENÍ DÍTĚTE PROTI DRUHÉMU RODIČI

Přebírání pocitů

- Dítě přebírá pocity člena systému (rodiče) vůči jinému členovi systému





JAKÉ SLUŽBY MŮŽETE VYUŽÍT

- Poradensko – mediační sezení (práce s rodičovským plánem). Práce s oběma rodiči, jehož cílem je částečná či úplná dohoda na péči o děti
- Konzultace s dětským psychologem - porad'te se s odborníkem, jak vašemu dítěti pomoci, není nutné s dětmi odborníka navštěvovat. Vaše dítě nepotřebuje odbornou pomoc, ale takové rodiče, kteří mu svým chováním nezpůsobují emocionální potíže

(služby jsou zdarma)

Další služby:

- Rodinná terapie, párová terapie, individuální terapie
- Právní poradenství



PAMATUJTE PROSÍM NA TOTO:

- Můžete zásadně ovlivnit, jaké dopady bude mít rozchod na vaše dítě
- Partnerský rozchod **neznamená** konec rodičovského vztahu
- Čím **menší konflikt** budete mezi sebou mít, tím se dítě **bude lépe se situací vyrovnávat**
- Způsob, **jak** s dětmi **mluvíte** o rozchodu, **má** na něj vliv
- Vy jako rodiče můžete dětem velmi pomoci projít vaším rozchodem dobře



Servis rodiny



**DĚKUJEME ZA POZORNOST
A PŘEJEME MNOHO ŠTĚSTÍ**

Projekt SERVIS RODINY je projektem WOMEN FOR WOMEN, o.p.s.
WWW.WOMEN-FOR-WOMEN.CZ