



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



Dítě mezi dvěma světy  
CZ.03.2.X/0.0/0.0/17\_076/0011395

# Strategie ucelené koncepce podpory dětí z rozvádějících se rodin

Text byl vypracován na základě zkušeností při realizaci projektu Dítě mezi dvěma světy,  
reg. č. CZ.03.2.X/0.0/0.0/17\_076/0011395, podpořeného z OP Z.

Práce, stejně tak jako celý projekt Dítě mezi dvěma světy se zaměřuje primárně na procesní a psychologickou stránku nefunkčních vztahů rodin s dětmi. Smyslem navržené koncepce je příprava doporučených postupů, jak je možné dané, často velice komplikované a pro všechny strany bolestné situace, co možná nejvhodněji a nejcitlivěji řešit, přičemž důraz je – stejně jako v celém projektu – kladen rovněž na pozici a pocity dítěte. Práce není zaměřena na ekonomickou nebo vyloženě právní stránku věci.

Základ této strategie vychází z aktuálních znalostí problematiky rozvodů a rozchodů. Opírá se o data ohledně obecné situace rozvodovosti, či rozpadu vztahů, jejich příčin a také potenciálních důsledků. Na obecné úrovni rovněž přináší rady, na co se zaměřit pro posílení stability vztahů a rodin, ukazuje také, jaké momenty mohou (jsou) v případě napětí ve vztahu krizové a jak tyto situace optimálně řešit.

Pro sestavení postupů a konkrétních rad uvedených v závěrečné části textu pak bylo vycházeno především z praxe realizace jednotlivých aktivit projektu Dítě mezi dvěma světy. Jedná se tedy o reflexi případů, které jsou řešeny odborníky projektu v rámci poradenských aktivit, nebo s nimiž jsme se během dlouholeté praxe sociální poradny setkali. Dochází tím rovněž k zohlednění místních specifik a charakteru klientů centra.

Projekt Dítě mezi dvěma světy je zaměřen na zajištění preventivního působení proti negativním dopadům rozchodů / rozvodů a následně porozvodové /rozchodové situace, a to jak na děti, tak také na jejich rodiče a případně širší rodinu. V rámci projektu jsou realizovány aktivity individuálního charakteru určené pro rodiče, rodiče s dětmi a také pouze přímo pro děti. Zároveň je pozornost věnována osvětové činnosti mezi dětmi. Projekt je realizován v regionu ORP Milevsko (velikost ORP cca 18 tis. obyvatel, severní část Jihočeského kraje).

## Obsah

1. Situace rodiny 21. století.....	3
1.1. Míra rozvodovosti.....	4
1.2 Partnerské vztahy.....	5
1.3 Rozpady manželských a partnerských vztahů.....	7
1.4 Partnerství a jeho stabilita.....	9
1.5 Rozpad vztahu rodičů a dětí.....	11
2. Praktické zkušenosti.....	16
Závěr.....	19
Zdroje:.....	20

## 1. Situace rodiny 21. století

Postavení rodiny v dnešní době počátku 21. století prochází řadou dynamických a dosud bezprecedentních změn. Rychlý společenský a ekonomický vývoj posledních desetiletí stejně tak jako dlouhodobé demografické trendy vedly pomalu ale jistě k zásadním proměnám uspořádání a nastavení rodin v České republice. K těmto změnám patří zejména diverzita forem rodinného soužití a destandardizace životních drah členů rodiny, což v konečném důsledku vede k dosud historicky nevídané celkové nestabilitě rodin.

Pokud se podíváme na obecná přehledová data, lze konstatovat, že rozvodovost sice v posledních letech klesala zejména v prvních letech po uzavření sňatku, nicméně rozpad vztahu, resp. rozvod dnes zažívá stále větší počet partnerství s dětmi. Přesné údaje nelze publikovat, neboť děti pocházející nebo vyrůstající v partnerství nesezdaných rodičů nejsou statisticky zachyceny. Problémem těchto svazků je navíc skutečnost, že oproti standardním manželským vztahům jsou vztahy nesezdaných rodičů značně méně stabilní. V posledních letech lze také zaznamenat výrazný nárůst počtu podílu tzv. stříbrných rozvodů, tj. rozvodů starších (či dlouhodobých) párů, což přináší negativní dopady na stabilitu celých rodinných sítí. Obecnými příčinami těchto rozpadů jsou dle provedených šetření především problémy v komunikaci a také malá snaha věnovat se řešení problémů. Při tom podle psychologů páry často do párové terapie přicházejí příliš pozdě – naopak ale, dle poznatků sociálních pracovníků, advokátů či soudců lidé přistupují k rozvodům příliš brzy a bez toho, aby se snažili své problémy ještě před tím nějakým způsobem řešit. Problémem rovněž zůstává skutečnost, že rozvody / rozchody a nastavení způsobu péče o děti řeší páry většinou v emočně vypjaté fázi a často se dopouštějí pochybení i vzhledem ke své špatné informovanosti nebo nevědomosti. Při tom tato učiněná rozhodnutí mají pak dlouhodobý dopad na celou rodinu – vztah bývalých partnerů a zejména děti.

Z hlediska zkoumaných a následně analyzovaných dat je nutné v kontextu výše uvedeného poznamenat pozitivní trend posunu šetření z tradičního konceptu „rodina“ na „domácnosti“. Tímto postupem je možné zachytit větší vzorek relevantních dat. Nicméně i přes tuto skutečnost problémem zůstává „slepé místo“ v případě dalších jiných forem rodinného soužití odlišných od tradičně známého modelu rodiny, jež jsou dnes uznávané a patří mezi často užívané. Jedná se například o takové formy soužití, kdy nedochází ke sdílení domácnosti v jednom bytě.

Aktuální podobu rodiny lze na základě vývojových trendů posledních desetiletí charakterizovat primárně těmito třemi základními typickými prvky:

- ! Rostoucí diverzita různých forem rodinného soužití, stejně tak jako obecný nárůst tzv. nerodinných forem soužití, včetně života singles
- ! Destandardizace životních drah partnerů, což se následně projevuje především rozmanitějšími formami a jiným časováním přechodů mezi partnerstvím a rodičovstvím (do této kategorie spadá např. větší možnost volby při studiu nebo následně profesní dráze a kariéře), častější změny partnerství nebo manželství
- ! Celková nestabilita rodiny jakožto tradiční instituce, obecná „křehkost“ partnerských vztahů, oslabené mezigenerační vztahy jakožto důsledek rozpadu partnerství

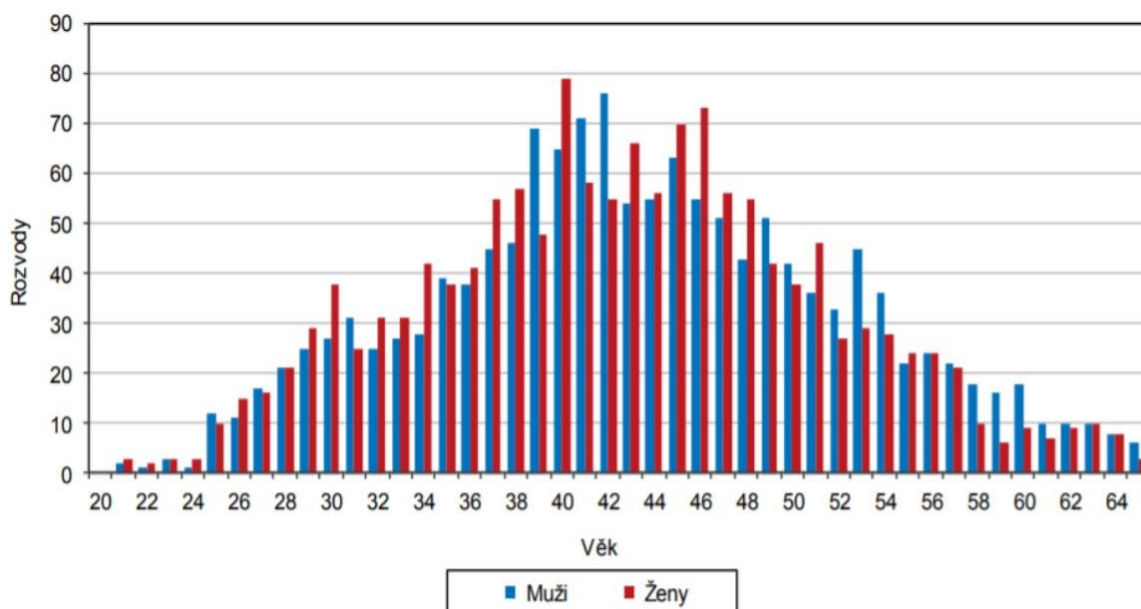
**Nejvýznamnějšími a nejzávažnějšími dopady celkové destabilizace a nejistoty v postavení rodin, popřípadě partnerských soužití jsou pak především dopady na děti jakožto v podstatě nezúčastněné pozorovatele, kterých se ovšem celá situace dotýká velmi zásadním způsobem.**<sup>1</sup>

### 1.1. Míra rozvodovosti

Potvrzením skutečností uváděných v úvodní části textu a zejména pak závažnosti celé situace i v kontextu budoucího vývoje a taktéž dopadů na generace dětí prožívajících rozpad vztahů svých rodičů jsou statistická data zaměřená na zjištění míry rozvodovosti v posledních letech.

Pokud se podíváme na data sledující míru rozvodovosti v přímo Jihočeském kraji zjistíme, že průměrně nejvíce rozvodů (nad 50 %) probíhá u obou pohlaví ve věku 38 až 48 let. Průměrná rozvodovost byla v roce 2018 v Jihočeském kraji mírně pod celorepublikovým průměrem (2,24 promile oproti celorepublikovému 2,27 promile).

Rozvody podle pohlaví a věku v Jihočeském kraji, 2018



2

Z hlediska celospolečenských dopadů je ovšem alarmující, že z celkového počtu rozvedených manželství představovala nadpoloviční většina (59,3 %) manželství s nezletilými dětmi. Konkrétně z těchto rozvedených manželství bylo v 50,1 % manželství s jedním dítětem a ve 43,3 % se dvěma dětmi. Rozvedeno bylo také 56 manželství se 3 a více nezletilými dětmi. K rozvodům manželství s dětmi dochází nejčastěji mezi pátým a patnáctým rokem manželství.

K uvedenému statistickému přehledu je pak potřeba započítat ještě onu novou formu rodinného soužití, tzv. faktická manželství, kdy spolu žijí nesezdaní partneři. Z celkového počtu párů, které v době provedení šetření žily ve vztahu, bylo nad 10 % definováno jako faktické manželství, což znamená

<sup>1</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

<sup>2</sup> Viz <https://www.czso.cz/documents/10180/90863823/33023019.pdf/39e6b6db-31b7-4f12-8de6-0ce8d3b7d41a?version=1.9>, s. 20, staženo 15.5.2021, 7:53.

oproti šetření provedenému v roce 2001 přibližně dvojnásobný nárůst. V tomto typu vztahu žili nejčastěji (ve 38 %) oba svobodní partneři, kdy žena byla nejčastěji ve věku 25 - 34 let a muž ve věku 30 – 39 let. Tito partneři spolu měli závislé děti. Je tedy patrné, že mladí lidé i přes de facto založení tradičního typu rodiny volili život bez uzavření sňatku. Druhou nejvýraznější skupinou (téměř 30 %) užívající formu faktického manželství byli oba rozvedení nebo ovdovělí partneři, vyššího věku a již bez závislých dětí.<sup>3</sup>

***Pokud se v návaznosti na uvedená data podíváme do budoucnosti, lze na základě dosud získaných dat a očekávaného vývoje při zachování intenzity rozvodovosti v jednotlivých délkách trvání manželství (viz zejména rok 2018) dovodit, že i nadále bude 45 % manželství končit rozvodem.***

Navíc se v posledních letech objevil zcela nový fenomén se zásadními dopady do kvality partnerských vztahů – pandemie Covid 19. Dle odborníků na mezilidské a manželské vztahy vedla opatření spojená s bojem proti pandemii k významnému prohloubení vztahových krizí. Partneři najednou donuceni trávit spolu velké množství času (popřípadě přímo izolaci) museli nečekaně čelit významným komunikačním problémům, neuměli trávit čas spolu, objevily se dosud přehlížené nebo nevnímané problémy a nedostatky. Značný význam měla samozřejmě i potenciální ztráta zaměstnání a z ní případně vznikající nebo se prohlubující finanční problémy. Konkrétní data reflektující tyto dopady zatím nejsou známa, ale již v této době je z odborných míst slyšet varování ohledně exponenciálního nárůstu problémů tohoto typu.<sup>4</sup>

## 1.2 Partnerské vztahy

Jak vyplývá z uvedených statistik ve většině rozvádějících se manželství jsou nezletilé děti, a to dle nejnovějších průzkumů nejčastěji jedno (v 50 %) nebo dvě (ve 44 %). Rozvod svých rodičů tedy z hlediska absolutních čísel zažívá ročně přibližně 23 tisíc dětí, přičemž k tomuto číslu je nutné ještě započítat statisticky nepodchycené údaje nesezdaných párů – celkové číslo je tedy ještě výrazně vyšší. Je tedy patrné že vzhledem ke konstantně vysoké rozvodovosti ale také ke stále rostoucí pluralitě rodinných forem, jež ovšem nejsou statisticky ani nijak relevantně podchyceny celkově rozvod nebo rozchod partnerství zažívá většinová část populace. Uvedená situace je pak o to závažnější, že se dotýká také dětí.

A právě děti jsou oním indikátorem, který každé změny v rodině a rodinných vztazích vnímá velmi citlivě. Každý konflikt v rodině vyvolává u dětí / dítěte pocity strachu, úzkosti a stres, nezřídka si děti celou situaci kladou za vinu. V případě rozpadu rodiny se pak jedná o velmi závažné změny, jež mohou všechny výše uvedené pocity ještě více eskalovat. Vnější projevy stresových reakcí pak mohou být individuálně různé, od uzavření se do sebe, přes psychosomatické obtíže, neposlušnost a výbuchy vzteku až po zhoršení prospěchu ve škole, chození za školu nebo dokonce k užívání drog nebo alkoholu.

Dalšími dopady rozpadu původní rodiny na děti jsou sociální následky a také řekněme dopady vývojově vztahové, neboť v rodinách, které trvale postrádají jednoho z rodičů pak tento rodinný vzor (ať už

<sup>3</sup> <https://www.czso.cz/csu/czso/zeny-a-muzi-v-jihoceskem-kraji-2018>, staženo 15.5.2021, 7:53.

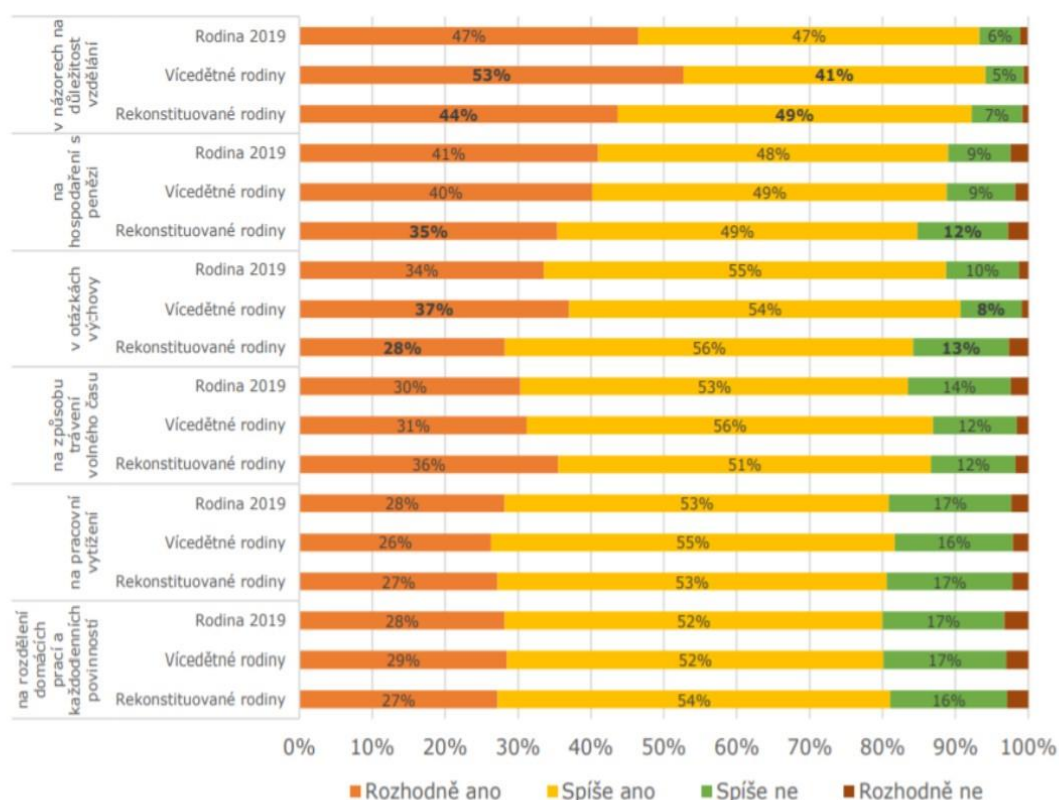
<sup>4</sup> <https://www.reflex.cz/clanek/zajimavosti/104399/rozchodovy-boom-2021-koronavirus-nam-ukazal-nasi-pravou-tvar-rozvodu-a-rozchody-budou-castejsi-nez-drive.html>, staženo 25.5.2021, 7:45.

ženský nebo spíše ve většině případů mužský) zkrátka chybí. Absence tohoto vzoru má pak dopad i do dalšího života dítěte, a to zejména v oblasti jeho vlastních partnerských vztahů. Z provedených dlouhodobých výzkumů rozpadlých rodin s dětmi také vyplynulo, že rozpad původní rodiny má velmi často vliv také na vzdělání dítěte, a tedy následně i na celou jeho další profesní a kariéru dráhu.<sup>5</sup>

I přes všechna uváděná negativa a statistická data je ovšem dle provedených průzkumů veřejného mínění klasické manželství stále nejvíce preferovaným způsobem soužití partnerů (52 % mužů a 57 % žen, v případě generace 60+ je to pak dokonce nad 60 %). Pokud je započítána i možnost opakovaného manželství, pak se manželství stává preferovanou institucí pro dokonce cca dvě třetiny mladých do 30 let a v případě skupiny 60+ dokonce ve více než čtyřech pětinach případů.

Další šetření se tedy zaměřila na zjišťování negativních jevů ovlivňujících kvalitu vztahů partnerů uvnitř rodiny – tedy faktorům předcházejícím potenciálním konfliktům a rozpadům vztahů. Mezi nejčastější problémy, s nimiž se musí rodiny vyrovnávat, patří dle provedených průzkumů otázky materiálního zabezpečení a obecně partnerské problémy jako například vzájemné konflikty, nevěra, popřípadě dokonce násilí. Je zajímavé, že negativní zkušenosti s materiálním zabezpečením rodiny deklarovalo více nesezdaných párů než manželských dvojic (37 % ku 27 %)

Zajímavá data v případě sladění partnerů uvnitř rodin přinesl výzkum zaměřený na zjištění míry shody partnerů v různých oblastech soužití:



<sup>5</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

<sup>6</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

Výsledky tohoto šetření ukázaly, že obecně nejmenší shodu, a tedy potenciálně největší prostor k případnému konfliktu vidí partneři dlouhodobě především v oblasti rozdělení domácích prací a každodenních činností a povinností. Druhým nejvíce problematickým místem byla otázka pracovního vytížení. Největší shoda pak panovala v otázce vzdělání, případně ještě také s nastavením hospodaření s rodinnými financemi.

V případě oblasti výchovy dětí a trávení volného času celé rodiny se partneři spíše shodovali. Zde je ovšem potřeba vzít v potaz také věk dětí. Potenciální konflikty často souvisejí s konkrétními (na věku závislými) situacemi – kdy např. více neshod začíná se školním věkem, kdy rodiče začínají řešit prospěch ve škole, plnění nebo neplnění úkolů, trávení volného času dětí (příliš počítače apod.).<sup>7</sup>

### 1.3 Rozpady manželských a partnerských vztahů

V případě, že jeden (nebo oba) z partnerů nejsou ve vztahu dlouhodobě spokojeni, popřípadě dochází k převážením neshod a nepohody ve vztahu, je pro mnohé účastníky řešením této situace daný, pro ně nefunkční vztah, ukončit. Je třeba poznamenat, že ukončením stávajícího vztahu se více zabývají nesezdaní partneři než manželé. Manželské páry mají větší tendenci snažit se vztah zachovat (ať už kvůli dětem nebo hodnotám instituce jako takové). I přes tuto snahu jsou ale nejčastěji dle zkušeností odborníků partnerské problémy překonávány primárně vlastními silami partnerů. Služby odborníků jsou obecně vyhledány poměrně sporadicky a nezřídka již v eskalované části konfliktu, kdy je na vyřešení některých (možná původních příčin problému) již pozdě (dle zkušeností odborníků přichází do poradny 4 z 5 párů již v pozdní fázi konfliktu, čímž je hledání potenciální shody mnohem komplikovanější než by tomu bylo kdyby odbornou pomoc vyhledaly dříve).

Pokud se podíváme na příčiny rozvodů, tak soudní statistiky uvádějí obecnou příčinu, kterou rozvádějící se páry zdůvodňují své rozhodnutí jako „rozdíl povah, názorů a zájmů“. Tento soubor důvodů je dlouhodobě nejčastěji uváděným faktorem rozvratu jak na straně mužů, tak na straně žen. Nejčastěji se dle soudních spisů manželé rozcházel po 15 a více letech (cca ve 40 %), ovšem výjimkou nebyly a nejsou ani rozpady manželství necelý rok po svatbě.<sup>8</sup>

!!!

***Podle psychologů a odborníků na řešení partnerských problémů hraje při rozhodnutí ohledně toho, zda se rozejít nebo se snažit vztah opravit významnou roli současný způsob života. Velký vliv konzumního životního stylu, kdy je snadnější místo opravy původní věci pořídit si věc novou se promítl i do partnerského života, lidé jsou obecně méně ochotní do vztahu investovat, dělat kompromisy nebo se nějak omezovat. Než začít vztah „opravovat“ a pracovat na něm, je pro ně snadnější celou věc ukončit.***

!!!

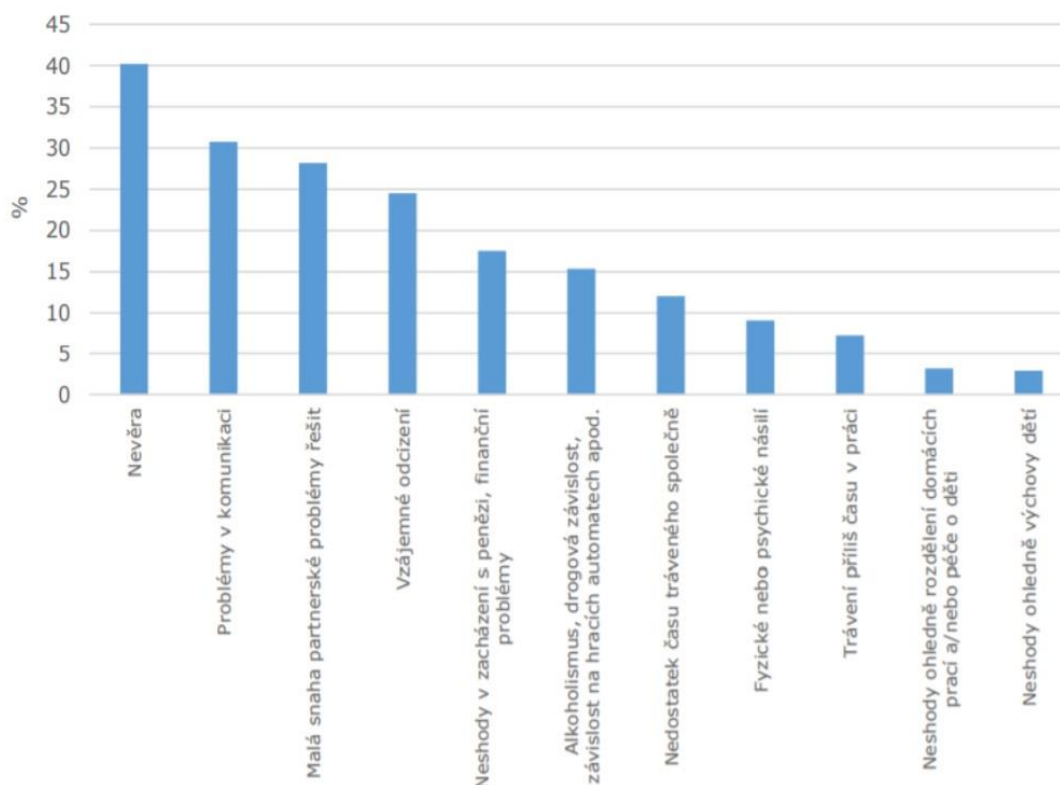
<sup>7</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

<sup>8</sup> <https://www.czso.cz/csu/czso/zeny-a-muzi-v-jihoceskem-kraji-2018>, staženo 15.5.2021, 7:53.



V rámci realizovaného výzkumu Rodina 2019 byla dle vyjádření respondentů primárním důvodem k rozchodu partnerů nevěra, dále se objevovaly problémy v komunikaci a malá snaha řešit vzájemné partnerské neshody. Detailně viz následující přehled:

Hlavní příčiny rozpadu vztahů dle veřejného mínění:



9

Je tedy patrné, že z dlouhodobého hlediska zůstávají důvody pro rozchod / rozvod stejné – při porovnání výše uvedených zjištění s výsledky výzkumů realizovaných v předchozích letech (desetiletích) se ukázalo, že tři nejčtetnější důvody rozchodu (nevěra, odlišné názory a nedostatek vzájemné pozornosti a porozumění, resp. komunikační bariéry) se stále dokola opakují.<sup>10</sup>

<sup>9</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

<sup>10</sup> Dtto.

Přehledné srovnání důvodů pro ukončení dosavadních partnerství v čase ukazuje taktéž níže uvedená tabulka:

#### Hlavní důvody ukončení vztahu

	Samoživitelé 2019		CVVM 2009	
	muž	žena	muž	žena
nevěra	<b>46,1</b>	<b>32,6</b>	45,5	40,9
odlišné názory a postoje, vzájemné odcizení	<b>41,1</b>	<b>32,4</b>	<b>68,3</b>	<b>43,5</b>
nedostatek vzájemné pozornosti, neschopnost společně hovořit, povídat si	18,4	18,0	24,1	25,3
neshody v zacházení s penězi	14,9	14,3	15,9	17,5
alkoholismus, drogová závislost, závislost na hracích automatech apod.	14,9	17,0	<b>9,7</b>	<b>27,9</b>
finanční dluhy, exekuce	9,9	10,1	-	-
problémy v sexuálním životě	6,4	3,8	4,8	5,2
trávení příliš času v práci*	5,7	5,6	-	-
neshody v představách o výchově dětí	4,4	4,3	4,8	1,3
nedostatek času tráveného společně*	4,3	8,4	20,7	13,6
neshody v představách o rozdělení domácích prací a péče o děti	4,3	8,0	6,2	8,4
osobní problémy (např. zdravotní, psychické...)	4,3	3,6	4,8	3,2
neshody v rodičovských plánech (neshody týkající se toho, zda a kolik dětí si pořídit)	3,5	1,5	4,8	1,9
neshody v představách o trávení volného času	2,1	5,4	13,8	11,0
fyzické nebo psychické násilí	<b>2,1</b>	<b>17,5</b>	<b>1,4</b>	<b>14,3</b>

11

#### 1.4 Partnerství a jeho stabilita

Jak je patrné z dlouhodobých trendů kvalita vztahů ať už manželských nebo jiných obdobných forem (obecně pro účely následujícího textu partnerství) patří v dnešní době k záležitostem o něž je potřeba pečovat a věnovat jim náležitou pozornost. K tradičním problémům a důvodům pro rozchody a rozvody se vlivem moderního způsobu života přidávají nové situace, přinášející nové tlaky a potenciální možnost odcizení nebo konfliktu.

<sup>11</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

**Na úspěšnost vlastních vztahů nové generace má nemalý vliv rovněž původní rodinné prostředí, proto si děti, které vyrůstaly v nestabilním prostředí nesou do života větší zátěž a obecně mají bohužel vyšší pravděpodobnost toho, že podobnou nestabilní situaci zažijí také. Chybí jim totiž i tolik potřebné zkušenosti, jak stabilní prostředí vytvořit a zachovat, mohou čerpat pouze z toho, co sami zažily.**

Mezi nejnovější hrozby stabilního kvalitního partnerského vztahu lze určitě zařadit moderní komunikační a informační technologie. Ty, ačkoli jsou v běžném životě dnešního člověka velkými pomocníky (pro některé jedince se dokonce stávají nepostradatelnými) mají rovněž svůj negativní dopad. Často se jedná o sociální odcizení, kdy lidé se spolu již nepotřebují scházet, nechtějí vytvářet přímé sociální interakce a nakonec se dostanou do pasti, že již jinak ani žít neumí. Tento fenomén se samozřejmě promítá i do partnerských vztahů, a to už od jejich začátku (seznámení) a zejména pak na kvalitě trávení „společného“ volného času, kdy partneři spolu vlastně ani nejsou – každý tráví čas na svém počítači nebo mobilu. Tím se začíná začarovaný kruh nedostatečné komunikace a sdílení zážitků, což nakonec opravdu může vést až do větší krize, kterou partneři nebudou schopni umět řešit.

### **Jaké jsou tedy hlavní principy pro posílení stability partnerství?<sup>12</sup>**

- ✓ **Důraz na vztahovost** → Vládní koncepce rodinné politiky by měla podporovat hodnoty rodiny, důležitost významu času věnovaného výchově dětí, ale i partnerství a celkově společným prožitkům. Došlo by tím alespoň k částečné kompenzaci aktuálního tlaku na materiální a výkonnostní pracovní hodnoty, a naopak k podpoře a vyzdvížení celkového přínosu společného rodinného života a času stráveného s dětmi, neboť děti se zejména v nižším věku přirozeně učí pozorováním a nápodobou. Je tedy potřeba zajistit, aby měly lepší prostředí naplnit své potřeby a naučit se od svých rodičů vše potřebné.
- ✓ **Podpora fungujících vztahů** → Zajištění podpory je potřeba pro všechny rodiny, nejen pro ty již ohrožené, ale rovněž pro ty fungující. Optimální v tomto smyslu je osvětová kampaň namířená směrem k široké veřejnosti ohledně důležitosti péče o vztahy, snaze nepřehlížet problémy ale naopak snažit se jim předcházet nebo, když už nastanou, snažit se je aktivně řešit, a to případně i za pomoci poradenských nebo terapeutických služeb. Ruku v ruce s osvětovou kampaní by pak měla přijít rovněž podpora služeb primární prevence, tedy poradenství a psychoterapie. Více by se také měly prosazovat kurzy a programy na podporu vztahových a komunikačních dovedností.
- ✓ **Podpora manželství** → Z provedených výzkumů vyplynulo, že manželství samo o sobě má jistou stabilizační funkci a manželské páry se uchylují k rozvodu méně často než nesezdané páry. Problémem je, že veřejnost je v některých, zejména ekonomických aspektech jiná forma soužití vnímána jako více výhodná. Záměrem státu a systému jako celku by pak tedy měla být

<sup>12</sup> Následující text vychází z práce

<https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00, jedná se o souhrn doporučení pro rodinnou politiku k prevenci rozpadu partnerských vztahů, text vychází z nejrůznějších diskuzí za účasti psychologů

snaha tuto skutečnost změnit tak, aby došlo minimálně k narovnání situace a ekonomická stránka věci pak nebyla důvodem pro volbu jiného institutu, než je manželství.

- ✓ **Oslovení a podpora skupiny obyvatel s nižším vzděláním prostřednictvím adekvátních programů a odborné pomoci** → Dosavadní zkušenosti ukazují, že programy na podporu partnerských vztahů, popřípadě poradenské a psychoterapeutické služby více využívají lidé s vysokoškolským nebo středoškolským vzděláním. Tyto rodiny jsou pak také typické tradičnějším způsobem fungování a větší stabilitou. Snahou by tedy měla být větší orientace také na skupiny obyvatel, které sice problémy ve vztazích velmi často mají (a kolikrát také s významnými dopady na celé okolí, zejména děti), ale vytvořeného systému podpory spíše nevyužívají.
- ✓ **Zaměření na děti – posilování vztahových a komunikačních dovedností již ve školách** → Dosavadní způsob předávání zkušeností formou tradiční výuky v rámci předem definovaných školních předmětů, nebo v lepším případě tréninkem vztahových dovedností v rámci jednorázových interaktivních workshopů s odborníky je nedostatečný. Důraz by měl být kladen na celkovou změnu atmosféry ve školách, zavedení prvků alternativních pedagogických směrů jako Montessori nebo waldorfská škola. Mělo by dojít přesunu důrazu od výkonu na vztahy tak, aby děti měly lepší možnost učit se nenásilně, nápodobou chování pedagogů.

Výše uvedené principy by při jejich úspěšné aplikaci do praxe mohly postupně přispět k celkové změně prostředí a podpory pro stabilní partnerské vztahy a rodiny. Jedná se samozřejmě o úkol dlouhodobý a primárně určený pro orgány zodpovědné za jejich iniciaci aplikaci do nastavení příslušných souvisejících nařízení, programů a politik.

## 1.5 Rozpad vztahu rodičů a dětí

V dnešní době se cca polovina dětí rodí a vyrůstá v manželství a cca polovina dětí pak mimo tuto instituce. Nicméně z hlediska případného rozpadu vztahu rodičů a původní rodiny a jeho dopadu na děti v podstatě nezáleží na tom, zda rozcházející se partneři byli sezdáni nebo nikoli. Rozvod nebo rozchod má tedy stejnou konotaci a je z hlediska dopadu na původní rodinu a děti prakticky rovnocenný.

**Podle psychologů jsou děti ke vztahům v rodině a nastavení jednotlivých rodičů velmi vnímavé. Rodiče si často myslí, že své emoce před dětmi umně skrývají nebo že děti nevnímají, co se okolo nich děje, ale opak je pravdou.** Náhlá změna citového prostředí uvnitř rodiny je pro děti často velmi matoucí a vede k jejich nejistotě. Ne nadarmo je dle psychologů rozvod nebo rozpad původního rodičovského páru považován za druh nejvíce stresující zážitek hned po náhlém úmrtí blízké osoby.

Samozřejmě akt odchodu jednoho z partnerů jako takový má pak další důsledky i do budoucna, a to zejména v oblasti narušené komunikace a vyrovnání se s tím, co proběhlo. Obecně ten, kdo odešel se musí vyrovnat s pocitem viny, že rozbil rodinu (často spojeným případně i s tlakem okolí). Druhý partner, který ve vztahu v podstatě zůstal (byl opuštěn) se pak často hůře vyrovnává se změnami, více trpí pocitem křivdy a hůře se vrací do normálního života.

*Oproti všem těmto závažným důsledkům ale dle provedených průzkumů veřejného mínění více lidí považuje za lepší řešení se rozejít, než aby děti dlouhodobě zůstávaly v nefunkčním vztahu.*

**Když už tedy k situaci rozchodu rodičů dojde, je potřeba mít na paměti, že ať už dospělí v průběhu rozpadu původního vztahu procházejí jakýmkoli stresem, jejich děti nezůstávají mimo – naopak, buď skrytě nebo zjevně trpí více.** Rodiče však často pod vlivem vlastních problémů a rozjitřených emocí nemají kapacitu pocity dětí vůbec vnímat. I když je obecně známo, že v průběhu rozvodu by se všichni zúčastnění, a především pak rodiče měli řídit především potřebami a zájmy dětí, finální rozhodnutí rodičů často vznikají bez účasti dětí a ty jsou pak pouze seznámeny s tím, jak věci budou a nemají žádnou možnost říci svůj názor nebo nastavené záležitosti změnit či ovlivnit. Rodičům je potřeba v takových chvílích přiznat, že kromě vlastní emoční krize často ani nevědí, co je pro děti nejlepší nebo se je snaží od celého dění izolovat v domněnku, že tak je to nejlepší a že děti ochrání. Podle zkušeností psychologů je ale **nejdůležitějším prvkem celého bolestného procesu s dětmi hlavně mluvit, a to o všem, co se jich týká.** Komunikovat s nimi upřímně, jak nejlépe dovedou, samozřejmě úměrně jejich věku a bez snižování druhého rodiče. Význam má dle výzkumů i to, jakým způsobem rodiče dětem své rozhodnutí o rozvodu sdělí – většině dětí se tato slova navždy vryjí do paměti. Obecně ale platí pravidlo, že čím více budou děti vědět a budou zahrnuty do celého procesu včetně ujištění o trvání lásky rodičů k nim, tím se sníží dávka stresu a úzkosti, kterou si budou muset projít a budou pak také schopny se lépe přizpůsobit nastávajícím změnám.<sup>13</sup>

Levin a Klineová ve své publikaci zaměřené na dětská traumata označili nejzranitelnější momenty dětí při rozchodu / rozvodu jejich rodičů. Jedná se o situace, když:

1. se děti poprvé o rozvodu/rozchodu rodičů dozvědí;
2. se dozvědí, že jeden z rodičů se odstěhuje, nebo že už odešel;
3. se nastavují podmínky péče;
4. se hledá finanční dohoda mezi rodiči;
5. již začnou žít odděleným životem u matky/u otce;
6. jeden z rodičů nebo oba začnou mít nové vztahy;
7. se jeden z rodičů rozhodne, že se odstěhuje;
8. se rodiče rozhodnou pro další manželství a vznikne nevlastní rodina<sup>14</sup>.

Schopnost dětí vyrovnat se s rozpadem vztahu rodičů je často do značné míry ovlivněna také tím, jak jsou schopni se s celou situací vyrovnat právě jejich rodiče. Lze konstatovat, že zásadním faktorem v celém procesu a možností další zdravé adaptace na aktuální situace je z hlediska dětí vnímání skutečnosti, jak rychle a efektivně jsou právě jejich rodiče schopni zbavit se vzájemné nevraživosti, negativních emocí a hněvu a začít zase fungovat především jako spolupracující rodiče, kteří jsou zaměřeni na vnímání potřeb dětí. Čím dříve jsou rodiče připraveni vrátit se k „normálu“ alespoň co se

<sup>13</sup> Levine, P. A., Klineová, M. 2012. Trauma očima dítěte. Praha: MAITREA.

<sup>14</sup> Dtto.

zajištění potřeb dětí a jejich výchovy týká, tím k menšímu narušení celkových vztahů mezi rodiči a dětmi dochází. Jedná se o princip **„přestali jsme být partnery, ale zůstali jsme rodiči“**. V odborné psychologické literatuře je ve spojitosti s tímto postupem možné setkat se s termíny „spolurodičovství“, „sdílené rodičovství“ nebo „rodičovský tým“.<sup>15</sup>

**Rodiče by se dále v případě řešení rozchodu nebo rozvodu měli řídit těmito principy:**

- ✓ Nepodceňovat vnímavost dětí vůči konfliktům odehrávajícím se v souvislosti s rozchodem / rozvodem;
- ✓ Dbát na to, aby jednoznačně vysvětlili dětem, že k rozpadu vztahu dochází mezi rodiči navzájem a nikoli mezi rodiči a dětmi a že děti v žádném případě nenesou žádnou odpovědnost za problémy, které mezi sebou rodiče mají;
- ✓ Zachovat si vědomí role rodiče a rodičovství ve smyslu odpovědnosti za další vývoj svých dětí ve šťastné, zdravé a silné osobnosti a tomuto cíli rovněž přizpůsobili své jednání;
- ✓ Rodiče by se navzdory vlastnímu prožívanému traumatu měli snažit udělat vše pro to, aby probíhající konflikt a nepřátelství mezi nimi nepřekračovaly určitou mez a netrvaly zbytečně dlouho. Zároveň by do těchto svých konfliktů NIKDY neměli vtahovat děti a ponoukat je vůči druhému rodiči – primární by mělo zůstat slušné chování a respekt ke druhé osobě, zachování pozitivního obrazu druhého rodiče (nepomlouvat ho před dětmi, neponižovat jej a ani nedovolit, aby tak v přítomnosti dětí činil někdo jiný);
- ✓ Na prvním místě by vždy měla být snaha podporovat rozvoj kvalitního a láskyplného vztahu s druhým rodičem;
- ✓ Ani jeden z rodičů (nebo rodinných příslušníků) by neměl děti žádným způsobem podplácet nebo si je nijak jinak kupovat
- ✓ Vyhnout se snaze využívat děti jako prostředníky pro vzájemnou komunikaci. Rodiče by se určitě měli vyvarovat zneužívání dětí pro špehování bývalého partnera ve smyslu výslechu, jak druhý rodič bydlí, s kým bydlí apod. Namísto toho je potřeba počkat a teprve poté, co (pokud) děti začnou samy vyprávět je se zájmem vyslechnout, ale již se dál nevyptávat, nedomáhat se dalších podrobností a informací. I zde pak platí pravidlo zachovat respektující přístup a nedopustit, aby případně ani samy děti druhého rodiče nepomlouvaly.
- ✓ Nezatahovat dítě do vzájemných sporů ani ve smyslu jiných dohod ve smyslu: když budeš souhlasit se střídavou péčí, můžeš si nechat byt;
- ✓ Nastavit kontakt s druhým rodičem tak, aby se pro všechny jednalo o optimální řešení, tj. aby se nikdo necítil poškozený, ale naopak aby všem zúčastněným stranám dohoda přinášela maximální spokojenost;
- ✓ Rodiče by měli mít ohled na děti i v případě jeho seznamování s novým partnerem / partnerkou, určitě je potřeba vnímat, zda je dítě na takovou skutečnost již připravené;

---

<sup>15</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20roodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

- ✓ Nemělo by docházet k přenášení vlastních emocí a názorů na dítě a v případě že si druhý rodič najde nového partnera nebo partnerku neovlivňovat dítě v negativním smyslu vůči tomuto partnerovi. I když to může být velmi těžké, je v zájmu dítěte, aby rodič zůstal alespoň neutrální (pokud zatím nedokáže být vstřícný) a snažil se předcházet případným problémům ve vztahu nový partner – dítě, neboť právě nový partner se může v budoucnu stát nevlastním rodičem dítěte /dětí;
- ✓ Rodiče by k dětem měli být vždy upřímní a neměli by předstírat něco, co skutečně necítí. Je také potřeba dát pozor na manipulativní chování a podsouvání vlastních názorů dětem (tj. např. určitě je možné „přiznat barvu“ a říci dítěti na rovinu „strašně se zlobím na tvého otce“, ale následně potřeba mít také na paměti odlišení vlastních emocí od emocí dítěte a pro dodat, že to ale neznamená, že by se mělo automaticky zlobit i dítě);
- ✓ Jakkoli to může být v dané situaci těžké, je ale také potřeba odlišit situaci, kdy se dítě snaží s rodičem manipulovat nebo dokonce oba bývalé partnery popouzet proti sobě;
- ✓ Poslední princip pak apeluje na úsudek rodičů a v případě, že cítí, že rozchod je příliš bolestivý, nebo že si neví rady, aby se nebáli a nestyděli vyhledat odbornou pomoc ať už ve formě individuální psychoterapie (vyrovnání se se ztrátou), nebo mediace, OSPOD, či psychologického poradenství v případě, že nejsou spolu nejsou schopni komunikovat nebo dojít k vzájemné dohodě. Podporu lze případně poskytnout celé rodice, a to například prostřednictvím rodinné terapie.<sup>16</sup>

Uvedené principy se mohou zdát jednoduché, praxe ovšem stále ukazuje, že rodiče se při řešení vlastních konfliktů často a opakovaně dopouštějí stále stejných chyb, což má v konečném důsledku významné dopady na jejich děti, které se tak stávají oběťmi jejich citových zmatků, nezvratosti a problémů.

K výše uvedenému je potřeba také poznamenat, že vždy je potřeba v každé situaci postupovat individuálně a citlivě s ohledem na specifika a potřeby každé rodiny a jejich dětí – rozhodně neplatí robotické uplatňování, byť dobře míněné rady, které ale nekoresponduje s odehrávající se realitou.

Základní potřeby dětí jsou poměrně jasně dané. Jedná se o:

**potřebu blízkého kontaktu s oběma rodiči**  
**stálost rutinních činností**  
**co nejplynulejší přechod v případě nějaké změny**  
**pravidelný kontakt se všemi blízkými členy rodiny (i širší rodiny)**

<sup>16</sup> Everett, C., Everett, S. V. 2000. Zdravý rozvod pro rodiče i děti. Praha: TALPRESS, spol. s r. o.  
 Matějček, Z., Dytrych, Z. 1994. Děti, rodina a stres. Praha: Galén.



Psychoterapeuti a psychologové považují za zásadní, aby rodiče během rozvodu nebo rozchodu respektovali individualitu každého dítěte (dětí) a na základě jeho konkrétních potřeb daných aktuálním vývojovým stadiem dítěte, jeho zájmů, nastavení a temperamentu zvažovali svá další rozhodnutí. **Rozhodně by tomu nemělo být naopak, tedy, že se rozhodnutí ohledně dítěte budou přizpůsobovat potřebám rodiče/rodičům.** Typickým příkladem může být např. četnost setkávání s dětmi po rozvodu / rozvodu. Zde by se nemělo postupovat podle tabulek, ale podle potřeb dítěte a zejména s ohledem na jeho věk → obecně totiž platí pravidlo, že čím je dítě mladší, tím častěji potřebuje kontakt s oběma rodiči, aby si dokázalo vytvořit potřebnou citovou vazbu. Když je pak dítě starší, je možné domluvit se na snížení četnosti návštěv.

V odborných kruzích panuje shoda na tom, že 12ti leté děti jsou již schopny vyjádřit své vlastní postoje a názory – na to je brán ohled i během soudního jednání, kdy soud na základě předchozího rozhovoru dítěte se soudcem přihlíží k názorům a prioritám dítěte. Na druhou stranu stále je potřeba mít na zřeteli, že se jedná o děti a bez ohledu na věk je potřeba, aby finální rozhodnutí bylo rozhodnutím rodičů a nikoli dětí. Naopak přílišný tlak na děti (zejména děti v mladším věku než 12 let) ohledně činění rozhodnutí během rozvodu nebo rozchodu rodičů – a to i nepřímo vyvolaný dojem, že by se dítě mělo rozhodnout, se kterým rodičem zůstane, může u dítěte vyvolat velký stres. Děti se pak mohou s touto situací a s tím spojeným pocitem viny potýkat po celý zbytek života.<sup>17</sup>

Kromě všech výše uvedených doprovodných jevů a možných negativních dopadů rozvodu nebo rozchodu rodičů na děti je potřeba v závěru této kapitoly zmínit ještě jeden trend, který se rozmáhá zejména v poslední době. Odborníci věnující se práci s rozvádějícími se páry varují, že v posledních letech nebývale narostla intenzita rodičovských sporů o děti. Typickými jsou pro ně úporné boje mezi rodiči, do nichž jsou zatahovány také děti. Rodiče neváhají kontaktovat OSPOD<sup>18</sup> a stěžovat si na péči druhého partnera o děti. Dochází také k přenášení rodičovské odpovědnosti a řešení problémů na OSPOD nebo přímo na soudy. Soudní spory jsou pak vlivem všech těchto okolností zbytečně eskalované, trvají několik let, a navíc jsou děti vystavovány opakovaným znaleckým posudkům. Objevují se dokonce i stížnosti na postupy pracovníků OSPODu nebo jiných zapojených profesí, pokusy o jejich ovlivnění nebo dokonce zastrašování. I takové vyhocení situace je potřeba připsat současnému způsobu života, kdy do rodinných řešení sporů jsou zcela zbytečně vnášeny principy byznysu (ideálně princip výhra – prohra, místo aby byla snaha o řešení výhra – výhra). Navíc pokud dojde k takové eskalaci konfliktu, bývá návrat k normálu ještě náročnější a zdlouhavější.<sup>19</sup>

Je ale potřeba poznamenat, že úřady se na tyto nové „nešvary“ snaží také reagovat a přistupují ke změně procesních způsobů svého jednání. Místo původně užívaného izolovaného rozhodování jednotlivých institucí se nově začíná uplatňovat princip tzv. Cochemské praxe, jež se vyznačuje zejména snahou o smírné řešení konfliktů a společným zapojením všech zúčastněných stran a institucí. Cílem této strategie je zachovat dětem oba rodiče a k tomuto cíli směřuje celá proces. Jsou dány jasné role, lhůty a závazky, pozornost je věnována práci s rodiči, tak aby se naučili spolu efektivně komunikovat (povinně se zapojuje mediace).<sup>20</sup>

I přes všechna podniknutá patření a skutečnost, že rozvod / rozchod proběhl relativně klidně je potřeba počítat s tím, že adaptace na novou situaci trvá dlouho, nezdídky i roky. Za zvládnutý je při tom možné považovat rozvod / rozchod, kdy bývalí manželé mají vedle základních parametrů jako jsou bytové,

<sup>17</sup> Levine, P. A., Klineová, M. 2012. Trauma očima dítěte. Praha: MAITREA.

<sup>18</sup> Orgán sociálně – právní ochrany dětí

<sup>19</sup> <https://aperio.cz/uz-nejste-partneri-ale-rodici-zustavate-i-nadale/>, staženo 27.5.2021, 8:15.

<sup>20</sup> [www.psp.cz/Prezentace\\_Novakova\\_Cochemska\\_praxe\\_odpoved\\_na\\_vyzvy\\_rezoluce.pdf](http://www.psp.cz/Prezentace_Novakova_Cochemska_praxe_odpoved_na_vyzvy_rezoluce.pdf), staženo 5.6.2021, 9:56.



finanční, sociální, výchovné i vzájemné partnerské situace zvládnuté také navazující vnitřní, citové a sexuální odpoutání, jsou smíření s novou situací, dokázali se nalézt novou životní perspektivu, vlastní identitu a uspokojivý životní styl.<sup>21</sup>

## 2. Praktické zkušenosti

- S čím se tedy **konkrétně** můžete v případě nastalého sporu a snahy o jeho řešení setkat?
- Jak **konkrétně** vypadá pomoc centra Milísek?
- S čím se nejčastěji ve své praxi setkáváme a jaké jsou postupy při řešení těchto situací?

Na tyto otázky odpoví druhá, již stručnější část této práce.

V rámci projektu Dítě mezi dvěma světy, zaměřeného na komplexní podporu rodin nebo vztahů procházejících nějakými krizovými obdobími je pro individuální pomoc rodinám připravena rozvodová poradna a mediační služba. Následující řádky budou vycházet ze zkušeností, které načerpali odborníci (sociální pracovník, psycholog, právník) během realizace projektu.

Prvotní kontakt probíhá nejčastěji formou telefonu. Někdy je využíván rovněž email, ale z hlediska zjištění všech potřebných informací je jistě lepší do poradny přímo zavolat. Na základě zjištění stavu a situace sociální pracovník / konzultant poradny domluví s dotyčnou osobou osobní schůzku. → **Tato fáze je skutečně důležitá, osobní kontakt je při snaze o skutečné vyřešení situace zásadní.**

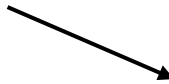
Teprve po absolvování osobního setkání a zjištění všech relevantních skutečností ze strany klienta sociální pracovník na základě svých odborných zkušeností a samozřejmě s přihlédnutím k požadavkům a možnostem klienta doporučí další postup, tj. zda bude potřeba využít mediaci, psychologa, nebo právní poradenství. Sociální pracovník poradny rovnou také zajistí termíny dalších sezení nebo objedná klienta k dalším odborníkům.

---

<sup>21</sup><https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00.

## Prvotní kontakt<sup>22</sup>

Tel.: 723 407 029



## Osobní schůzka<sup>23</sup>



## Nastavení plánu pomoci<sup>24</sup>



### Nejčastěji řešená témata a oblasti:

- **Zklidnění situace při řešení vyhrocených situací obecně.**
  - nemusí se jednat ještě přímo o rozvod nebo rozchod ale předmětem řešení problému je existující napětí ve vztahu - odhalení příčin, umožnění včasného zažehnutí potenciální krize
  - se pomáhá najít řešení nějakého konkrétního problému
- **Neschopnost vzájemné komunikace partnerů**
  - Zde se velmi často využívá služeb mediátora
- **Problematika nastavení péče o děti**
  - zejména četnost setkávání dětí s druhým rodičem,
  - nastavení plánu, u koho budou děti trávit svátky, narozeniny, oslavy apod.
  - akceptace tohoto nastavení, aby skutečně bylo dodržováno všemi stranami
- **Pomoc při dodržení soudně dané péče**
  - tak aby dohodnuté plány byly skutečně dodržovány a akceptovány

<sup>22</sup> Odkaz vzhledem k délce uveden v přehledu zdrojů na konci textu.

<sup>23</sup> Odkaz vzhledem k délce uveden v přehledu zdrojů na konci textu.

<sup>24</sup> Dtto.

- **Vytváření posudků pro OSPOD**

- V rámci dalších činností poradny a samozřejmě prací s klienty centra jsou vytvářeny rovněž posudky

**Zásadním aspektem celého procesu je pomoci partnerům, aby k sobě našli cestu a naučili se spolu zase komunikovat.**

Pokud jsou spory skutečně vyhrocené, pomoc odborníků centra není dostatečná, je situace vyhodnocena jako příliš krizová, popřípadě se spolupráce vzhledem k neochotě některé ze stran nedaří je možné kontaktovat také OSPOD, který následně partnerům nakáže spor řešit prostřednictvím mediační služby.

V rámci projektu byl zaznamenán také pozitivní trend v tom směru, že řešení rodinné situace v několika případech iniciovali sami muži. Většinou klientelou centra jsou ženy, a proto je nutné vyzdvihnout právě tu skutečnost, že i muži si nabízené pomoci všimli a odhodlali se ji využít.

Ke všemu výše uvedenému, zaměření projektu a jeho aktivitám je pak nutné rovněž doplnit, že podpora všech služeb projektu je určena rovněž dětem – nikoli výhradně rodičům. Děti se mohou účastnit všech aktivit projektu. V případě, že je to shledáno jako přínos pro řešení dané situace, jsou děti součástí konzultací, jsou vyslechnuty a jejich názorům a potřebám je věnována náležitá pozornost při nastavení návrhu řešení.

Kromě individuálních služeb určených pro rodiče (i děti) jsou pak projektem realizovány také aktivity výhradně pro děti. Tato koncepce má sloužit jako odlehčovací služba pro děti, aby se nebály o svých pocitech a emocích mluvit, aby zjistily, že na své problémy nejsou samy a případně uměly se sebou a svými pocity lépe pracovat. Tímto nastavením se projekt snaží uzavřít pomyslný kruh od rodiče po děti tak, aby do řešení konfliktů byli zahrnuti skutečně všichni a každý měl svůj rovnocenný hlas.

## Závěr

Na základě všech dat, zjištění, názorů a zkušeností uvedených v textu je na závěr možné konstatovat, že základní strategií podpory pro děti při rozvodu nebo rozchodu jejich rodičů by primárně měla být podpora rodičů v tom smyslu, aby právě oni nezapomínali na své děti a mysleli na to, že způsob, jakým se oni sami dokážou s rozvodem nebo rozchodem vyrovnat má úzkou souvislost s tím, jak to budou zvládat jejich děti.

Je potřeba si také přiznat, že každý partnerský vztah zažívá krize, je to naprosto přirozená součást života, které se nevyhne nikdo. Lidé mají v dnešní době často o partnerství nepřiměřené představy a očekávání, která jsou navíc podporována médii a sociálními sítěmi, kde si každý může uvádět co chce a vytvářet tak naprosto nerealistický obraz (fotografie z dovolené, úspěchy, výlety apod.). Pokud se ale tímto necháme ovlivnit, můžeme se dříve nebo později zákonitě setkat se zklamáním, které je následováno frustrací a kladení viny partnerovi. Dnes jsme zvyklí dostat všechno hned a beze snahy, partneři pak zapomínají o svůj vztah pečovat, rozvíjet ho a trávit čas jen ve dvou – často zejména po tom, co se stanou rodiči. Tím dochází postupně k odcizení a celkovému vyprázdnění vztahu. Při tomto nastavení pak na sebe konflikty a krize nenechají dlouho čekat.

Zásadním ale při řešení krizí a konfliktů ve vztahu zůstává způsob, jaký pro vyřešení těchto neshod rodina / rodiče zvolí. Základním prvkem všeho je **komunikace**, a to jak mezi partnery, tak rovněž mezi partnery a dětmi, kterým je potřeba pravdivě sdělit, co se děje nebo bude dít. A v případě, že je toho už moc, nebát se požádat o asistenci některou z podpůrných služeb.

Pokud již situace dojde k rozvodu nebo rozchodu, měli by se rodiče vždy snažit postupovat podle principu „přestali jsme být partnery, ale rodiči zůstáváme dál“. Děti jsou velmi citlivými a zranitelnými účastníky celého sporu, na druhou stranu, pokud je s nimi jednáno na rovinu, jsou součástí celého procesu a je jim dána důvěra (samozřejmě v mezích jejich věku a zralosti) dokážou svým pochopením a následnou podporou leckdy překvapit.

## Zdroje:

ČSÚ: Ženy a muži v Jihočeském kraji: <https://www.czso.cz/csu/czso/zeny-a-muzi-v-jihoceskem-kraji-2018>, staženo 15.5.2021, 7:53

Zpráva o rodině 2020: MPSV:

<https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va%20o%20rodin%C4%9B%202020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>, staženo 10.5.2021, 18:00

<https://www.reflex.cz/clanek/zajimavosti/104399/rozchodovy-boom-2021-koronavirus-nam-ukazal-nasi-pravou-tvar-rozvodny-a-rozchody-budou-castejsi-nez-drive.html>

<https://zdravezdрави.cz/rodina/dysfunkcni-rodina>

<https://aperio.cz/uz-nejste-partneri-ale-rodici-zustavate-i-nadale/>

[www.psp.cz/Prezentace\\_Novakova\\_Cochemska\\_praxe\\_odpoved\\_na\\_vyzvy\\_rezoluce.pdf](http://www.psp.cz/Prezentace_Novakova_Cochemska_praxe_odpoved_na_vyzvy_rezoluce.pdf)

<http://rodina.c-budejovice.cz/spolecne-i-po-rozchodu>

obrázky:

telefon:

[https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fthumbnails-4.fotky-foto.cz%2F400%2F07%2F97%2F18%2FFotkyFoto\\_mobilni-telefon-kresleny\\_79718372.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Ffotky-foto.cz%2Ffotobanka%2Fmobilni-telefon-kresleny\(4-79718372\)%2F&tbid=YmuXDtp5odiPxM&vet=12ahUKEwj4gdvLpqjxAhUS-BoKHfl-BYMQMygBegUIARDRAQ..i&docid=davVw389zj0QaM&w=428&h=450&q=telefon%20kreslen%C3%BD%20obr%C3%A1zek&ved=2ahUKEwj4gdvLpqjxAhUS-BoKHfl-BYMQMygBegUIARDRAQ](https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fthumbnails-4.fotky-foto.cz%2F400%2F07%2F97%2F18%2FFotkyFoto_mobilni-telefon-kresleny_79718372.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Ffotky-foto.cz%2Ffotobanka%2Fmobilni-telefon-kresleny(4-79718372)%2F&tbid=YmuXDtp5odiPxM&vet=12ahUKEwj4gdvLpqjxAhUS-BoKHfl-BYMQMygBegUIARDRAQ..i&docid=davVw389zj0QaM&w=428&h=450&q=telefon%20kreslen%C3%BD%20obr%C3%A1zek&ved=2ahUKEwj4gdvLpqjxAhUS-BoKHfl-BYMQMygBegUIARDRAQ), staženo 5.6.2021, 10:29.

schůzka:

[https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fjihlava.charita.cz%2Fres%2Farchive%2F01%2F000195.png%3Fseek%3D1574164086&imgrefurl=https%3A%2F%2Fjihlava.charita.cz%2Fco-delame-nase-sluzby%2Fvypis-sluzeb%2Fporadna-pro-gambling-kraje-vysocina%2F&tbid=uKW\\_oRpbVEtIFM&vet=12ahUKEwi61N7fyqjxAhUGXRoKHScVC-8QMygCegUIARC2AQ..i&docid=1pn4raygkNQTQM&w=1559&h=1134&q=poradna%20kreslen%C3%BD%20obr%C3%A1zek&ved=2ahUKEwi61N7fyqjxAhUGXRoKHScVC-8QMygCegUIARC2AQ](https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fjihlava.charita.cz%2Fres%2Farchive%2F01%2F000195.png%3Fseek%3D1574164086&imgrefurl=https%3A%2F%2Fjihlava.charita.cz%2Fco-delame-nase-sluzby%2Fvypis-sluzeb%2Fporadna-pro-gambling-kraje-vysocina%2F&tbid=uKW_oRpbVEtIFM&vet=12ahUKEwi61N7fyqjxAhUGXRoKHScVC-8QMygCegUIARC2AQ..i&docid=1pn4raygkNQTQM&w=1559&h=1134&q=poradna%20kreslen%C3%BD%20obr%C3%A1zek&ved=2ahUKEwi61N7fyqjxAhUGXRoKHScVC-8QMygCegUIARC2AQ), staženo 6.6.2021, 13:15

[https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fst2.depositphotos.com%2F2041377%2F10142%2Fv%2F950%2Fdepositphotos\\_101422546-stock-illustration-vision-and-growth-concept.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fcz.depositphotos.com%2F101422546%2Fstock-illustration-vision-and-growth-concept.html&tbid=bi8kWx-LZ2QzmM&vet=12ahUKEwjPstOAzajAhUMRhoKHQm7BxkQMygAegQIARA7..i&docid=qZ4oN43q8Xz8PM&w=1024&h=1024&q=pl%C3%A1n%20r%C5%AFstu%20kreslen%C3%BD&ved=2ahUKEwjPstOAzajAhUMRhoKHQm7BxkQMygAegQIARA7](https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fst2.depositphotos.com%2F2041377%2F10142%2Fv%2F950%2Fdepositphotos_101422546-stock-illustration-vision-and-growth-concept.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fcz.depositphotos.com%2F101422546%2Fstock-illustration-vision-and-growth-concept.html&tbid=bi8kWx-LZ2QzmM&vet=12ahUKEwjPstOAzajAhUMRhoKHQm7BxkQMygAegQIARA7..i&docid=qZ4oN43q8Xz8PM&w=1024&h=1024&q=pl%C3%A1n%20r%C5%AFstu%20kreslen%C3%BD&ved=2ahUKEwjPstOAzajAhUMRhoKHQm7BxkQMygAegQIARA7), staženo 6.6.2021, 13:19.

Literatura:

Levine, P. A., Klineová, M. 2012. Trauma očima dítěte. Praha: MAITREA.

Everett, C., Everett, S. V. 2000. Zdravý rozvod pro rodiče i děti. Praha: TALPRESS, spol. s r. o.

Matějček, Z., Dytrych, Z. 1994. Děti, rodina a stres. Praha: Galén.