Rozvod rodičů

* **Rodiče ti řekli, že se budou rozvádět?**
* **Odstěhoval se jeden z rodičů z vaší rodiny?**
* **Nevíš, co bude dál?**
* **Vysvětlili ti rodiče, proč už spolu nechtějí dál bydlet a žít?**

Je těžké smířit se s tím, že tvoji rodiče už spolu dál nechtějí žít, ale to, že rodiče už spolu nechtějí bydlet, neznamená, že už nejste rodina, jen teď bude každý asi bydlet jinde, stále to bude tvůj táta i tvoje máma.

Rozvod rodičů většinou nebývá jednoduchý, často se na sebe velmi zlobí a říkají o sobě někdy i ošklivé věci.

Rozvod si zkus představit jako bouřku, někdy jen jednou zahřmí a je jasno, někdy trvá dlouhou dobu, ale v bouřce není nikomu dobře, dokonce i zvířata v přírodě se utíkají před bouřkou schovat a my lidé máme pravidla jak se při bouřce chovat, aby se nám nic nestalo. Pokusíme se dát ti návod jak „přežít“ rozvodovou bouři tvých rodičů:

Nemáš v hlavě jasno, proč se tohle všechno děje? Pak je třeba, aby ses zeptal/a obou rodičů na vše, co tě zajímá, jak to vlastně s vámi bude dál. Požádej rodiče, aby ti odpověděli na tvé otázky, nejlepší bude, když si je předem připravíš.

Zajímat by tě určitě mělo:

* Kde budete jako děti bydlet
* Kde bude bydlet táta a kde máma
* Kdy a jak často uvidíš tátu nebo mámu
* Zda budeš chodit do stejné školy
* Jestli se budeš dál vídat s babičkou, dědou, tetou, strejdou a dalšími lidmi z rodiny
* Jestli budete mít dost peněz
* Kdo se o tebe postará, když budeš nemocný/á
* Kdo tě bude vozit na kroužky

Pamatuj si, že:

* Rozvod jsi v žádném případě nezavinil/a, to je problém dospělých
* Oba rodiče tě pořád mají rádi, jen to možná teď nevidíš
* Budeš mít dva domovy, jeden s tátou a jeden s mámou
* Nikdo by neměl rozhodovat o tobě bez tebe, oba rodiče by měli brát ohled na tvoje pocity a názory
* Nikdo z rodičů by neměl chtít, aby sis vybíral/a mezi jedním z nich
* Jestli se o tebe „přetahují“, klidně jim řekni, že nejsi kus nábytku, který si můžou odvézt, kam se jim zlíbí
* Nedělej rodičům poslíčka nebo špeha
* Vzpomeň si na to, co pro tebe oba udělali hezkého

Pamatuj si, že máš právo být naštvaný, zlobit se na ně, cítit se vykolejený, zmatený. Neboj se své pocity rodičům sdělit, ale pokud si myslíš, že by tě neposlouchali tak jak si ty představuješ, je totiž možné, že s rozvodem mají víc starostí, než sami tušili, tak si najdi někoho z dospělých, kdo tě opravdu vyslechne, může to být tvoje paní učitelka ve škole, pokud máte ve škole psychologa, neboj se jít za ním a vše co tě trápí mu sdělit.

**Nejsi totiž sám (sama), komu se něco podobného děje!** **V každém případě si pamatuj, že o problémech se nemá mlčet, o problémech se má a musí mluvit, jinak se nikdy nevyřeší, svěř se tomu, komu věříš, hledej pomoc u rodičů – vychovatelů, také u učitelů.**

<http://www.pravonadetstvi.cz/deti/mas-problemy/vztahove-problemy-v-rodine>