

VYUŽÍVÁNÍ ODBORNÉ POMOCI RODINAMI S DĚTMI V SOUVISLOSTI S ROZCHODEM ČI ROZVODEM

Jak rodiče využívají odborné služby při řešení rozpadu rodiny?

- **Rodiče se častěji spoléhají na vlastní síly**, než aby využili profesionální pomoc.
- **Rady a informace získávají rodiče nejčastěji od rodiny, přátel či známých.** Ty ale často bývají založeny na mylných představách (o jednotlivých typech péče, rodičovské odpovědnosti po rozchodu/rozvodu, potřebách dětí, smyslu výživného atd.) a spíše podněcují k soudnímu sporu než ke konsensuálním řešením a sdílenému rodičovství. To ukazuje na *potřebu hledat a podporovat způsoby šíření osvěty k posílení nové kultury řešení situace po rozpadu rodiny ve smyslu sdíleného rodičovství a zachování kontinuity rodičovských rolí, které mohou mít dopad na všechny segmenty společnosti.*
- **Pokud období bezprostředně po rozchodu provázejí konflikty, sílí u rodičů potřeba vyhledat odborníky nebo získávat informace z internetu či diskusních fór.** Informace na internetu jsou roztříštěné a pro některé obtížně dohledatelné. Rodiče přitom mnohdy narážejí na weby a diskusní fóra skupin a organizací hájících jednostranné zájmy matek či otců využíváním radikálních strategií (smyšlená obviňování z domácího násilí atd.), které posilují konflikt mezi rodiči, poškozují jejich vztahy a možnosti kooperace v péči o děti a řešení jejich záležitostí do budoucna. Mnozí tedy vyjadřují *potřebu informací, jejichž platnost je garantována státem, a osvědčených doporučení k nastavení péče a rodičovství po rozchodu. Jako forma je upřednostňován specializovaný webový portál.*
- **Nejčastěji se rodiče dostávají do kontaktu s pracovníky orgánu sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD) a advokáty.** Poměrně často se obracejí také na psychology/terapeuty. **Z hlediska přínosu hodnotí rodiče nejlépe pomoc poskytnutou právníky a psychology/terapeuty.**
- **Odbornou pomoc vyhledávají spíše ti, kteří mají vysokoškolské a maturitní vzdělání.** Ukazuje se tedy jako důležité mít na zřeteli *i potřebu podpory forem edukace a služeb přístupných rodičům s nižší subjektivní potřebou vyhledávat informace a odbornou pomoc. Jejich nabídku je třeba cílit i na rodiče s nižším vzděláním a multiproblémové rodiny.*

Spokojenost rodičů se službami advokátů při řešení rozpadu rodiny

- Zkušenosti rodičů podporují *význam najímání zkušených rozvodových advokátů (se znalostí rodinného práva a bohatou praxí), kteří podporují konsensuální řešení zohledňující potřeby dětí, oproti právníkům s jiným zaměřením usilujícím o vítězství jedné ze stran za každou cenu.*
- U zkušeného rozvodového advokáta rodiče oceňovali zejména pokud jim podával informace, vysvětloval možnosti, zklidňoval jejich emoce, motivoval je ke smírnému postupu, orientoval je na zájmy dětí, navrhoval řešení, sepsal či doladil návrh k soudu / dohodu rodičů, vysvětloval jim roli různých aktérů v systému (např. OSPOD, mediátor).

Spokojenost rodičů s OSPOD při řešení rozpadu rodiny

- U pracovníků OSPOD rodiče oceňovali snahu o normalizaci komunikace mezi nimi, neutralitu vůči oběma stranám, profesionalitu ve vystupování a komunikaci, zaměření na zájem dětí, nabízení relevantních sociálních služeb.
- Případné výhrady odrážely nenaplněná očekávání ohledně aktivnější role OSPOD v řešení rodičovského konfliktu (mediace, provázení řešením rozpadu rodiny, nedostatečné konání vůči jednání rodiče bránícího dohodě a prosazujícího svoji vůli na úkor dětí a druhého rodiče) a jejich reflexe přetížení OSPOD, tj. OSPOD nemá čas reagovat na „neextrémní“ případy ohrožení dítěte.
- Stížnosti některých otců, že pracovníci OSPOD v jejich kauze stranily matkám a (bezdůvodně) podporovaly jejich výlučnou péči, podtrhují *potřebu uplatňování postupů, které přispívají k dojmu zachovávání neutrality vůči oběma stranám a orientace na zájem dítěte.*

Význam psychologické pomoci z pohledu rodičů se zkušeností s rozpadem rodiny

- **Vyhledat odbornou psychologickou pomoc považují rodiče za důležité především kvůli zmírnění dopadů rozpadu rodiny na děti.** Zejména je-li komunikace mezi rodiči o záležitostech dětí nefunkční a hrozí-li, že by mohli své problémy na děti přenášet.
- **Její prospěšnost vnímají nejvíce ti, kteří s ní mají nějakou osobní zkušenost.**

Význam kontaktu s dětským psychologem při řešení rozpadu rodiny z pohledu rodičů

- Dětského psychologa rodiče vyhledávají nejen kvůli jeho přímé práci s dítětem, ale i když se chtějí „jen“ poradit o tom, jak dětem říci o rozchodu a jak při nastavení péče postupovat s ohledem na ně.
- Je užitečné, když se konzultace oba rodiče zúčastní společně. Může to přispět ke korekci jejich zažitých přesvědčení ohledně potřeb dítěte. Slyší-li oba rodiče tyto informace od nezájatého odborníka, mohou jim dát vyšší váhu, než kdyby je zprostředkoval pouze jeden z rodičů.
- Výhodou je, že vůči (společné) návštěvě dětského psychologa zaměřené na zájmy dítěte mívají nižší bariéry i ti rodiče, kteří se zdráhají navštívit individuálního či párového terapeuta či se účastnit mediace.

Co na straně rodičů brání tomu, aby se jejich dítěti po rozpadu rodiny dostalo odborné pomoci?

- O její potřebě nevědí.
 - V zahlcení emocemi mohou mít rodiče snížené kapacity vnímat obtíže dítěte či si je připustit.
 - Děti si své problémy a pocity často uzavírají v sobě, mnohdy i z potřeby nepřidělovat rodičům starosti. V případech intenzivního konfliktu mezi rodiči pro děti nemusí být bezpečné je sdílet, třeba i z potřeby nepopudit ještě více jednoho rodiče proti druhému.
 - Důvěra dítěte vůči rodiči může být okolnostmi rozchodu narušena.
 - Děti mohou pocítovat takový chaos, že se ve svých pocitech a přáních samy nevyznají, neumí je bez pomoci pojmenovat, a tedy ani sdílet.
- Rodiče nemají důvěru v její účinnost. Věří v mýty spojené se službami v oblasti duševního zdraví.
- Snaží se dítě ochránit tím, že jej budou držet co nejdále od témat a hovorů spojených s rozpadem jejich rodiny, v přesvědčení či naději, že tak dítě projde situací snáze.
- Obávají se, že by odborná pomoc mohla v dítěti podpořit pocity jinakosti oproti dětem z úplných rodin.

Co brání na straně dětí, aby se jim po rozpadu rodiny dostalo odborné pomoci?

- **Nejvýznamnější bariérou přístupu k odborné pomoci u dětí bývá uzavřenost, stud, nedůvěra vůči dospělým.** U některých jde o osobnostní rys, u jiných o dopady negativních zkušeností. Aby se tyto děti pomáhajícímu profesionálovi otevřely, potřebují poskytnout (dlouhý) čas k navázání důvěry.
- **Účinnou odbornou podporu častěji nezískají děti s dobrým prospěchem** (zacloní problémy dítěte, které okolí nejsou navenek zjevné) **a děti s výrazně problémovým chováním** (zastíní jeho příčiny, a proto jim není věnována pozornost).
- **Zejména v kontaktu s OSPOD dětem ve sdílení mnohdy brání obava z dopadů, které by na rodiče i je samotné mohly mít.** Rolí v tom hraje nedůvěra vůči pracovníkům OSPOD zapříčiněná jejich společenským obrazem a pravomocemi, které mají.

Ukazuje se tak:

- *potřeba široké škály služeb pro děti v situaci rozpadu rodiny:*

Některé děti preferují sdílet své pocity v rámci bezpečí skupinových programů pro děti procházející rozchodem. Introverti ocení spíše individuální terapii. Těm, kteří potřebují k otevření se delší čas, mohou lépe vyhovovat nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, kam jejich uživatelé docházejí dobrovolně, tak často a dlouho, jak sami chtějí, a sdílet mohou začít až, když se na to cítí.
- *potřeba kvalitní informovanosti dětí a mládeže ohledně nabídky služeb dostupných v jejich okolí (včetně školního psychologa);*
- *potřeba podpory zlepšení obrazu a společenské prestiže pracovníků OSPOD.*

Co potřebují děti po rozchodu rodičů od terapeutů a pracovníků OSPOD podle doporučení mladých s touto zkušeností?

- Získejte si jejich důvěru vytvářením pocitu bezpečí a navázáním vztahu.
- Pečlivě jim naslouchejte a snažte se rozeznat (zejména u mladších dětí), zda s nimi rodiče manipulují.
- Mluvte s nimi – omezte metodu ticha (může je znejišťovat a odradit od kontaktu s Vámi).
- Pomozte jim sdílet jejich pocity a trápení.
- Neberte na lehkou váhu, co říkají.
- Poskytněte jim slova útěchy a uklidnění.
- Nelitujte je.
- Nedevalvujte a nesudte je za jejich chování či excesy, ale snažte se s nimi řešit problém, který je pod nimi a je jejich příčinou.
- Pomozte jim nastavit hranice pomocí vyžadování dodržování pravidel.
- Pomozte jim zorientovat se v nepřehledné situaci, porozumět jednání a pocitům jejich rodičů, ale i svým.
- Přiblížte jim, co se může dětem po rozchodu v rodině přihodit, jaká úskalí mohou hrozit, tedy nač si mají dát pozor, aby zůstaly dětmi a nepřevzaly role, které jim nepřísluší (např. aby se nestaly prostředníkem rodičů; nesklouzly do role partnera rodiče; nedávaly přednost potřebám rodičů na úkor svých).

(Ne)dobrovolnost kontaktu

- Dochází-li k Vám dítě z donucení (rodiči apod.), je velká pravděpodobnost, že se „zasekne“ a Vaše práce nebude mít efekt.
- Aby děti docházely dobrovolně, nejprve je zapotřebí budovat s nimi vztah.
- Ne každé dítě lze pro spolupráci získat.
- Je-li respektováno rozhodnutí dítěte, že docházet nechce, může to být pro něj důležitý zážitek, který mu umožní vyhledat pomoc později, až na to bude zralé.

Jak se pomoci otevřít (nejen) introvertovi?

- Buďte trpěliví, citliví a pokuste se odlehčit situaci – učiňte ji pohodovější, veselejší.
- Poskytněte dítěti dostatečně dlouhý čas k navázání vztahu s Vámi, důvěry ve Vás a nabytí pocitu bezpečí. Může k tomu potřebovat mnoho setkání.
- Neterapeutizujte za každou cenu – netlačte dítě do sdílení, ne vždy má náladu řešit problémy, ať Vaše setkání nejsou jen o problémech a těžkostech.

Tento leták byl zpracován jako stručný výtah ze studie „*Dítě v rodičovském konfliktu II. Rodičovství před a po rozchodu*“, která k danému tématu přináší podrobnější informace. Studie vznikla v rámci výzkumného projektu „**Dopady míry rodičovského konfliktu na dítě a role, jakou v nich hraje konkrétní forma porozvodového uspořádání péče**“ (2019–2024) řešeného Výzkumným ústavem práce a sociálních věcí (RILSA). Další výstupy z tohoto projektu jsou volně dostupné na webu: <https://www.rilsa.cz/projekty/dopady-miry-rodicovskeho-konfliktu-na-dite-a-role-jakou-v-nich-hraje-konkretni-forma-porozvodoveho-usporadani-pece/>.