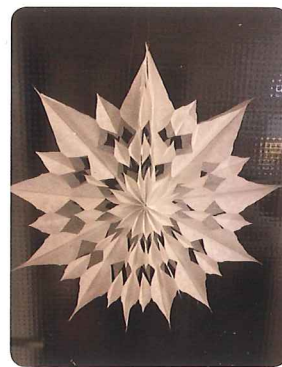


RODINA AŠKOLA

ČASOPIS PRO VŠECHNY RODIČE A UČITELE

číslo 10
prosinec 2019
ročník LXVI
cena 49 Kč



**Americká rodina
očima au pair**

**HITPARÁDA ŠÍLENOSTÍ
V JÍDELNÍČKU
TEENAGERŮ**

**Pochvala může
dětem ublížit**

**SILVESTROVSKÉ
PERLIČKY**

**Rozhovor
s děkanem
pedagogické
fakulty**

**Výtvarka:
Jak vyrobit
vánoční hvězdu**

**ZDRAVÍ:
NECHTE DĚTI
VYSPAT!**

**TIP NA
DÁREK:**

**5 X KNIHY
PRO DĚTI POD
STROMEČEK**



VÁNOČNÍ KUCHAJDA

ISSN 0035-7766

1 0



9 770035 776003

www.rodinaaskola.cz

Pomocná ruka při rozpadu rodiny

Když se vám život zašmodrchá - a je jedno, kolik vám je v tu chvíli let -, cítíte se sami, ztraceni a bezradní. V nastalé životní situaci ztrácíte nadhled a nedaří se vám nalézt řešení. Dobrou zprávou je, že na to nemusíte být sami. Existují poradny a krizová centra, která vám mohou pomoci. Některá dokonce nabízejí „vše pod jednou střechou“ - od psychoterapeuta po právníka.

TEXT: ŠÁRKA KUBCOVÁ

Ty příběhy bývají na začátku dost podobné. Člověk se narodí a těší se ze světa. Roste, hraje si, chodí do školy a těší se na každý nový den. A pak najednou... konec.

Zmatek nad zmatek

Jediné bezpečné místo, které máte, tedy domov, zmizí. Rozpadne se, atmosféra zhoustne, rodiče se začnou hádat, křičet na sebe, odstěhují se od sebe. Někdy vám přibudou noví sourozenci, druhá máma či táta nebo vám zůstane jen jeden z rodičů a druhý o vás nemá zájem, anebo se naopak o vás přetahují - a to nejen obrazně řečeno. Tak a co teď?

Zmatek nad zmatek, všude jen strach, křik, nejistota. Navíc jako nedospělého vás nikdo nebere vážně, jako byste tu ani nebyli. Jednají o vás, ale bez vás. Nikdo se neptá: „Mohu se odstěhovat ke své nové rodině a nechat tě tady s mamkou?“ Všichni očekávají, že školu, kroužky a další povinnosti budete zvládat jako doteď. Dělalí si legraci? Jak mě asi tak může zajímat škola, když mě opouští táta? Kde mám asi brát sílu na dobrý sportovní výkon v klubu, když jsem nevyspalý kvůli neustálým obavám, které mi krouží donekonečna v hlavě?

Takové příběhy se odehrávají ve všech městech, den co den. Některé z nich jsou ještě smutnější, neboť za zdmi domů a bytů, které se navenek tváří spořádaně, doprovází hádky a neshody také násilí. Od nadávek, výhrůžek, po slovní i fyzické útoky. Málokdo se s takovouto situací svěřil okolí a málokdo z okolí pozná, že se tomu dotyčnému dějí takové zlé věci.



Herna krizového centra NOMIA

Asistovaný kontakt

Pomoc, a to i anonymní, lze nalézt v zařízeních, jako je například NOMIA, tedy Dětské krizové centrum a Poradna pro oběti násilí v Hradci Králové. Obrátit se zde s prosbou o pomoc může kdokoliv bez ohledu na věk. NOMIA dokáže podat pomocnou ruku svým klientům jako jedna z mála komplexními službami. Její tým tvoří nejen dětská psycholožka, etoped, psychiatr a několik psychoterapeutů pro děti i dospělé či právní poradce, ale také sociální pracovnice a mediátorka.

NOMIA pracuje jak s jednotlivci, tak páry a také s celou rodinou podle toho, jak to situace vyžaduje. Je-li problémem v rodině agresivita, je možné se přidat do Terapeutického programu narativní práce s agresí, který má akreditaci ministerstva spravedlnosti. Při rozvodu mohou rodiče využít kurz Jak komunikovat s dětmi, kde se učí, jak děti připravit na nové oddělené uspořádání rodiny.

Můžete zde nalézt také pomoc v případě, že se s partnerem nemůžete shodnout na péči o děti, na jejich předávání či střídavé péči. Má-li jeden z ro-

dičů soudně umožněn kontakt s dítětem jen pod dohledem, nabízí NOMIA prostor své rozsáhlé herny pro tuto setkávání a zajištění asistenční podpory. Tato služba se nazývá asistovaným kontaktem. Organizace poskytuje rodičům své prostory také pro předávání dětí v případě střídavé péče, potýkají-li se rodiče s problémy při jejich předávání.

Další službou je tzv. zvykací režim. Jde o službu rodičům, kteří své dítě z nejrůznějších důvodů dlouho neviděli. Nejčastěji to jsou rodiče, kteří byli ve vězení. Po výkonu trestu se může stát, že rodič svého potomka vidí poprvé v době, kdy je dítěti již několik let. Má-li zájem se s dítětem vídat, je nutné vytvořit bezpečný prostor jak pro dítě, tak pro rodiče, kde si mohou na sebe navzájem postupně zvykat. To vše za přítomnosti odborníků, kteří jsou připraveni pohotově zasáhnout, vyžaduje-li to situace. Zvykací režim probíhá pokaždé jinak, neboť flexibilně reaguje na aktuální situaci, která mezi rodičem a dítětem nastala.

Ať je vaše situace jakákoliv, tým odborníků pomůže vytvořit ve spolupráci se všemi zainteresovanými stranami (soud, OSPOD, policie, probační a mediační služba) individuální plán postupného řešení problémů. Vybere se nejvhodnější typ terapie, definují se konkrétní kroky pro každého zvláště a následně kroky, které se dají podniknout společně. Vše je založeno na dobrovolnosti. Ke každému případu se přistupuje citlivě a individuálně. Za služby se neplatí a anonymita je zde samozřejmostí.

Při rozvodu mohou rodiče využít kurz Jak komunikovat s dětmi, kde se učí, jak děti připravit na nové oddělené uspořádání rodiny.