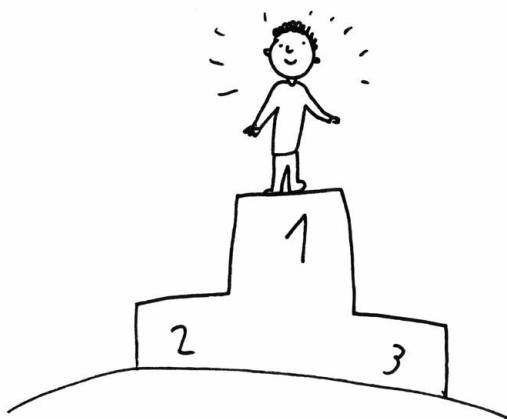


33.



Už nejsme partneři, ale rodiči zůstáváme i nadále

Andrea a František jsou manželé 13 let. Potíže v komunikaci a vzájemné neshody je dovedly až k rozvodu a opatrovníckému řízení. Mají spolu dvě dcery ve věku devět a pět let. Oba partneři si přejí, aby celá soudní anabáze byla co nejrychleji za nimi. Andrea se už od Františka odstěhovala, a i když to mají mezi sebou napjaté, podařilo se jim dohodnout si prozatímní systém péče o dcery. Budou plánovat vždy na týden dopředu. Vyzkouší to první tři měsíce a po uplynutí této „zkušební doby“ vytvoří dlouhodobý plán, který pak předloží soudu. Samotným rozvodem jejich vztah zdaleka neskončí. Manželství sice zanikne, ale rodiči svých dětí budou stále. Jako zákonní zástupci svých dcer sdílejí společnou rodičovskou odpovědnost. To znamená, že je čeká mnoho společných úkolů. Budou se spolu muset domlouvat na praktických otázkách souvisejících s péčí a výchovou dcer a společně dělat mnohá rozhodnutí týkající se jejich života, a to minimálně do doby, než dcery dospějí.

Rozpad rodiny z důvodu rozchodu rodičů představuje jednu z nejvíce stresujících událostí v naší kultuře (hned po smrti blízké osoby). Vyrovnat se s ním může trvat velmi dlouho. Navíc, zatímco smrt někoho blízkého je konečná, důsledky nezvládnutého rozchodu mohou dotyčného, a samozřejmě i všechny kolem něj, provázet ještě roky po rozchodu samotném a připomínat se v každém dalším malicherném sporu s bývalým partnerem.

Nemusí tomu tak být a záleží jen na rodičích samotných (na obou), jestli tuto krizovou životní situaci (spolu) zvládnou. Míra negativního dopadu rozchodu rodičů na dítě se přímo úměrně odvíjí od toho, jak jsou anebo nejsou schopni vnímat jeho potřeby a jeho prožívání a s ohledem na ně jednat. **Dítě rozchod zvládne, pokud ho zvládnou jeho rodiče.** Ptáte-li se, co vaše dítě nebo děti potřebují a co pro ně můžete udělat, na konci kapitoly najdete odkazy na videa a materiály, které vám pomohou lépe porozumět tomu, co děti prožívají a co jim pomůže rozpad rodiny ustát.

CO JE DŮLEŽITÉ VĚDĚT

Rodiče, kteří jsou zároveň manželi, se **za účelem rozvodu manželství musí vždy obrátit na soud.** Nejdříve probíhá opatrovnické řízení ve věci úpravy péče o děti a nezletilé po rozvodu, jehož výsledkem je úprava poměrů dítěte. Až po skončení tohoto řízení se v odděleném řízení o rozvod manželství (zpravidla i s jiným soudcem/soudkyní a u soudu, kde měli manželé trvalé bydliště) řeší rozvod manželství.

Neznamená to však, že by o rodičích v manželství musel soud rozhodnout, resp. musel rozhodovat za ně. Mají **možnost podat společný návrh** v obou řízeních a spolu s ním dohodu, kterou soud přezkoumá, není-li v rozporu se zájmem dítěte (v případě „opatrovnického řízení“), a schválí (formou rozsudku reflektujícího dohodu). V naprosté většině případů upřednostňuje soud dohodu rodičů před vlastním rozhodováním, oceňuje také od začátku snahu obou rodičů domluvit se, která je doložena např. společným vyhledáním mediátorských nebo poradenských služeb, společnou schůzkou na OSPOD (orgán sociálně-právní ochrany dětí, který mj. poskytuje sociálněprávní poradenství) a jinými projevy společné vůle rodičů domluvit se.

Nesezdaní rodiče se na soud obracet nemusejí za předpokladu, že se dohodnou na tom, jak budou po rozvodu o dítě pečovat. Tato dohoda nemusí mít písemnou formu, nikdo ji nepřezkoumává, zda je či není v rozporu se zájmy dítěte. Také výživné na dítě je předmětem ústní domluvy. Na soud se obrací nesezdaní rodiče ve chvíli, kdy mají rozdílné představy a nedaří se jim domluvit se nebo kdy si jeden rodič osobuje právo na dítě a odmítá druhému rodiči umožnit kontakt s dítětem. V takových případech se dožadují soudního rozhodnutí, které by v případě nedodržování druhým rodičem bylo soudně vymahatelné.

CO JE DŮLEŽITÉ SI UVĚDOMIT

Bez vůle obou rodičů dodržovat dohody i rozsudky soudu neumí stát v praxi vykonatelnost jejich práv v této souvislosti zajistit (vykonavateli jsou totiž ve skutečnosti rodiče samotní), a co je horší, neumí zajistit vykonatelnost práva dítěte na

pěči a výchovu obou rodičů. V případě, kdy se rodiče nenaučí v zájmu svého dítěte domlouvat, se lze spolehnout pouze na to, že je možné dále se soudit, prosoudit svému dítěti celé jeho dětství a sobě prodlužovat stav, ve kterém nechce nikdo setrvávat. Důležité je ovšem také vědět, že s partnerem násilníkem, manipulátorem a trýznitelem dohoda možná není. V takovém případě je dobré se obrátit rovnou na soud ohledně stanovení výchovy i výživného. Mohou vám v tom pomoci sociální služby (specializované např. na pomoc obětem domácího násilí) nebo pracovníci OSPOD.

OPATROVNICKÉ ŘÍZENÍ

Řízení je zahájeno:

- na základě společného návrhu rodičů,
- na návrh jednoho z rodičů (druhý rodič pak v reakci podává obvykle svůj návrh odpovídající jeho představě o úpravě péče, příp. také styku),
- na návrh soudu či OSPOD (v případech, kdy to vyžaduje situace dítěte).

Předmětem opatrovnického řízení je **úprava péče o nezletilé dítě/děti, příp. určení styku, a zahrnuje určení výživného na dítě** (lze vyměřit jednomu i oběma rodičům).

Odkaz na vzor společného návrhu rodičů najdete na konci kapitoly.

Co je zpravidla nutné doložit:

- originál oddacího listu,
- originály rodných listů dětí,
- potvrzení o výši příjmů za posledních šest měsíců nebo za jinou soudem určenou dobu,
- přiznání k dani z příjmů za poslední kalendářní rok,
- potvrzení úřadu práce, že je rodič veden v evidenci uchazečů o zaměstnání, a o vypláceném hmotném zabezpečení,
- potvrzení o pobíraných dávkách státní sociální podpory a sociální péče,
- potvrzení o výši jakéhokoliv důchodu.

Typy péče:

Pojem **PÉČE JEDNOHO Z RODIČŮ** znamená, že dítě bydlí převážně u jednoho z rodičů, který o něj také převážně pečuje a rozhoduje o něm v každodenních záležitostech. Z titulu toho, že s ním tráví většinu času, má na dítě větší vliv, v mnohem větší míře ho vychovává a utváří jeho názory a osobnost. Druhý rodič dítě vídá buď na základě domluvy mezi rodiči, nebo na základě úpravy styku druhého rodiče s dítětem schválené soudem. K tomu dochází, když se rodiče nedokážou na styku domluvit nebo panuje obava druhého rodiče, že by dítě nevidal. Oba rodiče jsou nadále nositeli **RODIČOVSKÉ ODPOVĚDNOSTI**, oba mají povinnost a právo vykonávat ji. Společně rozhodují o zásadních záležitostech týkajících se dítěte.

Rezidentní rodič (jemuž je dítě svěřeno do péče) na sebe bere mnohem větší zátěž a také zodpovědnost za dítě. To s sebou může nést ztíženou situaci v oblasti sociálního (vztah, přátel, nový partnerský vztah) a pracovního života tohoto rodiče. S každým typem péče jsou také svázána určitá pravidla týkající se čerpání dávek nebo uplatňování jiných výhod. Nerezidentní rodič si např. nemůže uplatnit daňový odpočet na dítě, nemůže zahrnout dítě do společně posuzovaných osob

v domácnosti, a tudíž čerpat některé z dávek státní sociální podpory (přídavek na dítě, rodičovský příspěvek, příspěvek na bydlení).

Svěření dítěte do **STŘÍDAVÉ PÉČE** znamená, že dítě je střídavě u jednoho, střídavě u druhého rodiče. Není nikde dán poměr času, po který by mělo být dítě s jedním i s druhým rodičem. Záleží vždy na individuální úpravě – ať už domluvené, nebo nařízené soudem. Neplatí tedy, že střídavá péče znamená polovinu času u jednoho a polovinu u druhého rodiče (tedy 50 na 50). Podíl na výchově dítěte, na utváření jeho názorů a osobnosti a na předávání vzorců chování může být v tomto modelu péče vyrovnanější.

Stejně tak ale **péče jednoho z rodičů se širokým stykem druhého rodiče** (anebo detailněji upravená explicitním výčtem dnů či hodin strávených s jedním a druhým rodičem) může zajistit větší vyvážení vlivu jednoho i druhého rodiče na dítě.

Pojem **SPOLEČNÁ PÉČE** je obvykle vnímán jako důsledek špatného překladu z německé právní úpravy „gemeinsame elterliche Sorge“, což znamená společná rodičovská odpovědnost. Společnou péči mají rodiče před rozvodem. Jde tedy vlastně o pokračování péče obou rodičů. O společné péči nemůže soud rozhodnout bez souhlasu obou rodičů. Rodiče podávají společný návrh. Ve společné péči není nic upraveno, vše je ponecháno na domluvu rodičů. Není vyměřeno ani výživné. Tento typ péče klade velké nároky na komunikaci rodičů, zároveň ponechává rodičům největší svobodu pružně měnit, co si ve společné péči domluví.

SPORY MEZI RODIČI A CESTY, JAK JE PŘEKONÁVAT

Kolem typů péče o dítě panují někdy mezi rodiči různé předsudky a mylné představy. Některé matky se brání střídavé péči z obavy, že by je jejich okolí odsoudilo jako špatné matky. Někteří otcové usilují o střídavou péči i z toho důvodu, že se domnívají, že jim soud nevyměří žádné výživné.

O co jde rodičům ve sporu o určení úpravy poměrů dítěte po rozvodu?

- Mají strach, že ztratí své dítě.
- Mají strach, že nebudou mít dostatečný prostor, aby dítěti vstúpili pro ně důležité hodnoty a zásady, aby se mohli dostatečně podílet na výchově, vést dítě k zálibám, které jsou jim blízké, aby mohli dostatečně naplňovat svou rodičovskou roli.
- Chtějí mít pod kontrolou finanční prostředky, které dítěti v rámci placení výživného poskytují. Chtějí rozhodovat o tom, na co budou tyto prostředky vynaloženy.
- Bojí se manipulace dítěte proti své osobě ze strany druhého rodiče.
- Přestali mít druhého rodiče svého dítěte rádi, přestali si ho vážit a nedokážou v něm vidět vhodného rodiče pro své dítě. A to na základě toho, jak se zachoval, jak se v něm druhý rodič zklamal, jak mu/jí ublížil a protože pro ni/něj už není vhodným životním partnerem.

Nejzásadnějším problémem na straně rodičů je to, že se prvotně zajímají o sebe, nikoliv o své dítě. A o svá práva (na dítě), nikoliv o své povinnosti vůči dítěti. Je to pochopitelné, sami prožívají těžkou životní situaci, ale nelze se s tím spokojit. Je třeba pomoci rodičům uvědomit si, že oni jsou ve vztahu rodič–dítě tím dospělým, který má především povinnosti, a jejich dítě je tím zranitelným,

koho je třeba chránit a jehož práva je třeba zohledňovat a naplňovat. Rodiče chtějí mít „papír na dítě“, který jim zaručí jejich rodičovská práva. Život se ale nežije podle rozpisů a tabulek. Je dynamický, vyvíjí se, stejně jako potřeby dítěte, a proto je nezbytné, aby se rodiče naučili spolu komunikovat na rodičovské úrovni a domlouvat se.

Může být těžké dohodnout se hned v začátku na typu péče o dítě nebo uzavřenou dohodu posléze dodržovat v praxi. Zpravidla je to tím, že si neumíme představit, jak bude náš každodenní život po rozpadu rodiny vypadat. Je to zcela nová, neznámá situace. Dohody se píšou ve „vykonatelných výrocích“ (jejichž plnění v praxi musí být přezkoumatelné) a představují spíše určitý rámec, ve kterém bude třeba v praxi činit mnohé další dohody a mnohá další společná rozhodnutí. Co skutečně pomáhá, je uzavřít **dílčí (zatímní, dočasně) dohody**. Orientovat se na TADY a TEĎ nebo na několik příštích dní. Takové vnímání a úprava nakonec koresponduje i s potřebami dítěte, které žije TEĎ a s ohledem na věk umí uvažovat v režimu dnů nebo týdnů, nikoliv několika let (to se týká především malých dětí).

Příklad: Manželé se rozhodli, že už spolu nebudou, otec se odstěhoval kvůli neustálým hádkám, a tak už děti nevidá každý den. Rodiče zatím nejsou schopni dohodnout se na typu péče. Matka by chtěla děti do své péče s tím, že otcí nebude bránit ve styku s dětmi. Otec by chtěl děti do střídavé péče, aby měl jistotu, že s nimi bude moci být pravidelně. Ani jeden si neumí představit, že by své stanovisko změnil.

Mohou se ale pokusit uzavřít **zatímní dohodu** na další týden a domluvit se, jak společně zajistí péči o své děti: Anička má v pondělí kroužek, tatínek odpoledne vyzvedne doma Filípka a společně vyzvednou Aničku z kroužku. Tatínek udělá s Aničkou úkoly, připraví oběma dětem večeři a v 19 h. je odveze k mamince, aby šly děti včas spát. Z pátku na sobotu děti přespí u tatínka a ten je pak po sobotním obědě, např. na dětském hřišti, předá mamince. Tam se dohodnou, jak bude péče probíhat další týden.

Zatímní (krátkodobé) dohody jsou velmi důležité. Pomohou zajistit kontakt dětí s oběma rodiči, zmírní pocit strachu na straně obou rodičů a také dětí, pomohou jim představit si, jak by mohl jejich další život vypadat. Učí rodiče domlouvat se na malých věcech, na ohraničený časový úsek, a vyzkoušet si, jak bude jejich život po rozvodu vypadat. Získávají pozitivní zkušenost, že jsou schopní se domlouvat.

RODIČOVSKÝ PLÁN

Ucelenou představu, o čem všem bude třeba se domlouvat, nabízí rodičovský plán, který si mohou rodiče vypracovat. Je možné vyplnit jej nejdříve samostatně a pak si své představy navzájem sdělit. Při jeho sestavování lze také využít služeb mediátora a začlenit rodičovský plán do mediace. Stejně tak je možné obrátit se na rodinnou a manželskou poradnu s prosbou o pomoc při sestavování rodičovského plánu. S rodičovským plánem je dobré seznámit také dítě, a čím je starší, tím více ho zapojit do společného rozhodování o tom, jak bude život rodiny po rozvodu/rozchodu rodičů vypadat.

Co rodičovský plán může obsahovat:

- bydliště dítěte,
- úpravu styku a komunikace dětí a rodičů,
- určení školských zařízení (jesle, mateřská škola, základní škola, střední škola apod.),
- výčet mimoškolních aktivit (zájmové kroužky, sport apod.),
- způsob zajištění lékařské péče a pravidla informování druhého rodiče v případě nemoci, režim kontaktu druhého rodiče s dítětem v době jeho nemoci (např. bude-li dítě nemocné, zůstává v té domácnosti, kde onemocnělo, druhý rodič ho navštěvuje a podílí se na péči o něj v této domácnosti),
- trávení prázdnin a svátků,
- řešení finančních plnění (pravidelné a mimořádné platby),
- pravidla komunikace mezi rodiči (jak bude probíhat, její četnost, závazání se k tomu, že dítě nebude prostředníkem komunikace mezi rodiči),
- cokoliv dalšího, co je pro konkrétní rodinu důležité.

Příklad: Rodiče se domluví, že budou komunikovat prostřednictvím e-mailu a SMS v průběhu týdne a jedenkrát týdně ústně při předávání dítěte, a to vždy v domácnosti, ze které si druhý rodič dítě vyzvedává. Jednou za měsíc si rodiče vyhradí více času pro společnou komunikaci, aby probrali a domluvili zásadnější věci apod. Zaváží se k tomu, že si z dítěte nebudou dělat posílka a nebudou přes něj druhému rodiči nic vzkazovat. Jejich komunikace bude přímá. Pokud toho ze začátku nebudou schopni, stanoví si pravidla, která budou schopni zvládat s cílem zlepšování komunikace do budoucna. Chtějí pro svoje dítě, aby mohlo pravidelně zažívat okamžiky, kdy jsou oba rodiče spolu a jsou nekonfliktní.

Rodičovský plán (a vše v něm domluvené) NENÍ soudně vymahatelný. Jde o konkretizaci dohody rodičů a jistý preventivní plán, který umožní pochopit a představit si, jak bude život rozdělené rodiny vypadat. Rodiče se při něm učí domlouvat se nad konkrétními věcmi, učí se do rozhodování zapojovat dítě. To vše jim umožní budoucí komunikaci a každodenní život. Pro rodiče je někdy důležité, že jiná autorita ví, na čem se domluvili, a proto chtějí i přes jeho nevykonatelnost založit rodičovský plán do spisu a někdy to v praxi vyžadují sami soudci.

Odkaz na vzor rodičovského plánu najdete na konci kapitoly.

SPOLEČNÁ RODIČOVSKÁ ODPOVĚDNOST

Oba rodiče jsou nositeli rodičovské odpovědnosti, a to za všech okolností. Pouze v případech, kdy soud rodiče zbavil odpovědnosti, pozastavil ji nebo nějak omezil, rodičovskou odpovědnost ztrácí, dočasně ztrácí nebo je jim omezena.

Rodičovská odpovědnost je souhrnem POVINNOSTÍ a práv mezi rodičem a dítětem, které spočívají v péči o dítě (zahrnující zejména péči o jeho zdraví, jeho tělesný, citový, rozumový a mravní vývoj), v ochraně dítěte, v udržování osobního styku s dítětem, v zajišťování jeho výchovy a vzdělání, v určení místa jeho bydliště, v jeho zastupování a spravování jeho jmění. Rodičovská odpovědnost vzniká narozením dítěte a zaniká, jakmile dítě nabude plné svéprávnosti. Trvání a rozsah

rodičovské odpovědnosti může změnit jen soud a děje se tak na základě těch nejvýznamnějších skutečností a zřídka kdy.

I když je dítě ve výlučné péči jednoho z rodičů, je druhý rodič stále nositelem rodičovské odpovědnosti, a to i když se druhý rodič s dítětem nestýká a nemá s ním žádný kontakt. Je tedy v zájmu obou rodičů, aby se naučili domlouvat na všem zásadním, co se jejich dítěte týká, co nejdříve, protože to budou muset činit nejméně do doby, než dítě nabude plné svéprávnosti.

ŘÍZENÍ O ROZVOD MANŽELSTVÍ

Řízení je zahájeno:

- na návrh jednoho z manželů (sporný rozvod, zjišťování příčin rozvratu),
- na společný návrh manželů předložený společně s dohodou o vypořádání SJM, příp. dohodou o výživném manželů (nesporný rozvod, bez zjišťování příčin rozvratu).

Manželé, kteří mají společné nezletilé děti, nemohou být rozvedeni bez skončeného opatrovníckého řízení ve věci úpravy péče o děti, příp. také styku těchto dětí s rodiči (buď schválením dohody rodičů, nebo rozhodnutím soudu – obojí ve formě rozsudku).

Užitečné odkazy a zdroje informací

- **Právo na rodiče** - webový portál spolku Cochem.cz:
www.pravonarodice.cz
Zůstáváme rodiči - stránky spolku Aperio: www.zustavamerodici.cz
- **Rodičovský manuál aneb Společně i po rozchodu:**
<http://rodina.c-budejovice.cz/spolecne-i-po-rozchodu>
- **Rodiče, nerozvádějte se s námi – obrazová příručka pro řešení rozvodové situace v rodině:**
<https://www.vztahove-poradenstvi.cz/wp-content/uploads/2020/10/plakat-Rodice-nerozvadejte-se-s-nami.pdf>
- **DVTV Apel, Desetit tisícům dětí ročně se rozpadá rodina:**
<https://video.aktualne.cz/dvtv/deseti-tisicum-deti-rocne-se-rozpada-rodina-rozvod-zvladnou/r~cd09ae2e746b11e882090cc47ab5f122/>
- **Vzor společného návrhu rodičů a rodičovského plánu:**
<https://www.justice.cz/web/okresni-soud-v-novem-jicine/zakladni-informace?clanek=rizeni-ve-vecech-pece-o-nezletileho>

DOPORUČENÍ

Přestože je rozpad rodiny jednou z nejvíce stresujících situací v životě, míru stresu a zátěže, kterou pro vás bude rozvod či rozchod představovat, může ovlivnit každý sám už jen samotným přístupem k této životní situaci.

Pokud přijmete to, že vaše dítě potřebuje a chce mít ve svém životě co nejvíce oba své rodiče a že je vaší společnou odpovědností mu tuto potřebu a přání zajistit, stojí před vámi vlastně jen jeden úkol. Nastavit fungování rozdělené rodiny a najít si strategii a způsob, jak se budete domlouvat. Je dobré zavázat se k tomu, že tuto rodičovskou rovinu budete oddělovat od té partnerské. Na partnerské rovině už fungovat nemůžete a nechcete, ale na té rodičovské, z lásky k vašemu společnému dítěti, musíte a chcete. Pokud se vám podaří nahlížet na situaci z pohledu práva a potřeby svého dítěte, bude se vám snáze přistupovat na kompromisy a domlouvání s jeho druhým rodičem a nebudete trvat na svém právu na dítě.

Podíváte-li se na vše očima dítěte, většinou najdete rozumné a správné řešení. Nebojte se svých dětí zeptat.

Dopřejte dětem alespoň někdy okamžiky, kdy jste s nimi oba spolu (bez hádek a očerňování). Je to pro ně moc důležité.

Nedovoďte, aby o vašem životě rozhodoval soud. Vy jste nejlepšími odborníky na nejlepší zájem svého dítěte, vy víte, co vaše Alenka, Pepík, Hanička... potřebuje.

Normální je domlouvat se!

Zvládli to jiní, i vy to dáte.

DVACET PROSEB DĚTÍ NA ROZVÁDĚJÍCÍ SE RODIČE

MILÁ MAMINKO, MILÝ TATÍNKU...

1. Nikdy nezapomeňte, že jsem dítětem vás obou. Mám teď sice jen jednoho rodiče, u kterého převážně bydlím a který se o mě většinu času stará. Ale druhého rodiče potřebuji úplně stejně.
2. Neptejte se mě, koho z vás mám raději. Mám vás oba stejně rád/a. Neočerňujte přede mnou toho druhého, protože mě to bolí.
3. Pomozte mi mít kontakt s tím rodičem, se kterým netrávím většinu času. Vytočte mi jeho telefonní číslo, pomozte mi se skypem, se psaním e-mailu, naučte mě, jak s ním být více v kontaktu. Pomozte mi k Vánocům nebo k narozeninám pro něj vyrobit nebo koupit nějaký hezký dárek.
4. Mluvte spolu jako dospělí lidé. Ale mluvte spolu. Nepoužívejte mě jako posílčka mezi vámi – a už vůbec ne se zprávami, které toho druhého zarmoutí nebo rozčílí.
5. Nebuďte smutní, když odcházím k druhému rodiči. A rodič, od kterého odcházím, ať si také nemyslí, že se v příštích dnech budu mít špatně. Nejraději bych byl pořád s vámi oběma. Ale nemůžu se roztrhnout na dva kusy – jenom proto, že jste vy naši rodinu roztrhli.
6. Nikdy neplánujte nic na dobu, kdy mám být s druhým rodičem. Část mého času patří mojí mamince a mně, část mému tatínkovi a mně. Důsledně to dodržujte.
7. Nebuďte zklamaní nebo se nezlobte, když se vám nehlásím v době, kdy jsem s druhým rodičem. Mám teď dva domovy. A ty musím dobře oddělovat – jinak bych se ve svém životě už ale vůbec nevyznal/a.
8. Nepředávejte si mě u dveří druhého rodiče jako balík. Pozvěte toho druhého na chvíli dál a promluvte si o tom, jak byste mohli můj těžký život nějak zlepšit. Vždycky, když si mě předáváte nebo přebíráte, jsou to pro mě kratičké chvílky, kdy vás mám oba. Neničte mi je tím, že se hádáte.
9. Když se nemůžete ani vidět, předávejte si mě ve školce nebo u přátel.
10. Nehádejte se přede mnou. Buďte ke mně alespoň tak zdvořilí, jako jste k ostatním lidem a jak to také ode mě vyžadujete.
11. Nevyprávějte mi věci, kterým ještě nemohu rozumět. Mluvte o tom s jinými dospělými, ale ne se mnou.
12. Dovolte mi přivést si svoje kamarády k vám oběma. Chci, aby poznali moji maminku a mého tatínka a aby viděli, jak jsou oba skvělí.
13. Dohodněte se férově o penězích. Nechci, aby jeden z vás měl moc peněz a ten druhý jich neměl dost. Ať se vám oběma daří tak dobře, abych se u vás obou mohl cítit stejnou mírou v pohodě.
14. Nesoutěžte o to, kdo z vás dvou mě víc rozmazlí. Tolik čokolády bych totiž nikdy nemohl/a sníst, jak moc vás mám oba rád/a.
15. Řekněte mi na rovinu, když někdy nevystačíte s penězi. Pro mě je stejně mnohem důležitější čas než peníze. Ze skvělé společné hry se raduji mnohem víc než z nějaké nové hračky.

16. Nemusíme mít pořád nějaké akce. Nemusí být pořád něco nového a skvělého, když spolu něco podnikáme. Nejhezčí je pro mě, když jsme prostě veselí a v pohodě, hrajeme si a máme i trochu klidu.
17. Nechte v mém životě co nejvíc věcí tak, jak bývaly před vaším rozchodem. Začíná to u mého pokojíčku a končí u úplných maličkostí, které jsem dělal/val/a úplně sám/sama s tatínkem nebo s maminkou.
18. Budte hodní na babičku a dědečka ze strany druhého rodiče, i když při rozvodu stáli víc u svého syna či své dcery. Taky byste při mně stáli, kdyby se mi vedlo špatně. Nechci ztratit ještě své prarodiče.
19. Budte féroví k novému partnerovi, kterého si ten druhý našel nebo najde. S tímto člověkem musím také vycházet. A to je pro mě snadnější, když nebudete navzájem žárlivě slídit. Stejně by bylo pro mě lepší, kdybyste si oba brzy našli někoho, koho byste měli rádi. Nebyli byste na sebe už tak nazlobení.
20. Budte optimističtí. Svoje manželství jste nezvládli – ale zkuste alespoň dobře zvládat ten čas poté. Projděte si tyto moje prosby, které vám píšu. Třeba si o nich promluvte. Ale nehádejte se. Nepoužívejte tyto moje prosby k vyčítání druhému, jak byl ke mně špatný. Když to uděláte, tak jste vůbec nepochopili, jak na tom teď jsem a co potřebuji, abych se cítil/a lépe.

(Autorkou proseb je uznávaná dětská psycholožka a spisovatelka dětské literatury Dr. Karin Jäckel www.karin-jaeckel.de. Autorem českého překladu je Mgr. Tomáš Podivínský a iniciátorem spolek cochem.cz.)