



Financováno  
Evropskou unií



**Aperio**  Společnost pro  
zdravé rodičovství

# POLICY PAPER: Participace dětí v průběhu rozchodu rodičů

**Kolektiv autorů z oblasti:  
psychologie, práva, sociální práce**

**2026**

---

Aperio – Společnost pro zdravé rodičovství, z. s.

Projekt Rozchodem rodina nekončí: posílení participace dětí a rodičů je realizován v rámci operačního programu Zaměstnanost plus, registrační číslo projektu: CZ.03.02.02/00/22\_017/0000904.

## Tvůrci a signatáři:

**Barešová Eva**, mediátorka, lektorka podpůrných skupin pro děti (rozchod/rozvod rodičů)

**Barvíková Jana, terapeutka**, výzkumná pracovníce

**Bočanová Veronika**, advokátka, rodinné právo / HAVEL & PARTNERS

**Brůžková Zlata**, speciální pedagog / Amalthea, z. s.

**Jůzová Kotalová Kristýna**, metodička sociálně-právní ochrany dětí / MPSV

**Kolářková Zapletalová Jana**, právní expertka / HAVEL & PARTNERS, akademická pracovníce / Justiční akademie

**Konvalinová Klára**, vedoucí metodického oddělení / Zahrada pro duši, p. o.

**Konvičková Marta**, vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany dětí / Městská část Praha 2

**Korbel Matouš**, koordinátor studentské participační skupiny MPSV / MPSV

**Kučerová Olga**, školní psycholog / ZŠ Sázavská Praha 2

**Mikulková Milena**, lektorka, párová poradkyně, mediátorka / ESPEDIENTE, z. s.

**Nováková Markéta**, lektorka, metodička, advokační činnost / Cochem.cz, z. s.

**Schejbalová Pavlína**, terapeutka, lektorka podpůrných skupin pro děti (rozchod/rozvod rodičů)

**Šínová Renáta**, rodinné právo, katedra soukr. práva a civilního procesu / PF UPOL, advokátka, rodinné právo / HAVEL & PARTNERS

**Talpa Lukáš**, zást. ředitelky, garant programů Patron a Rozchodem rodina nekončí / Liga otevřených mužů, z. s. (LOM)

**Tatková Martina**, soudní sociální pracovníce / Okresní soud v Kladně

**Válek Petr**, klinický psycholog, lektor / SPONDEA, z. ú., lektor / Prázdninová škola LIPNICE, z. s.

# POLICY PAPER NA TÉMA PARTICIPACE DĚTÍ V PRŮBĚHU ROZCHODU RODIČŮ

My, níže podepsaní odborníci zabývající se řešením situací spojených s rozchodem rodičů, předkládáme společně tuto výzvu, jejímž účelem je redefinovat pojetí participace dětí v situaci rozvodu/rozchodu jejich rodičů a zajistit efektivnější uplatňování participačních práv dětí v praxi.

## Definice problému

Práva dětí jsou v České republice na legislativní úrovni dobře ukotvena, jak na úrovni ratifikace, tak samotné implementace mezinárodních předpisů do české legislativy. Panuje ale značný rozpor mezi zákonným rámcem a praktickou aplikací participačních práv dětí při rozhodovacích procesech, které se jich týkají. Cílem tohoto policy paperu a jeho příloh je upozornit důležité stakeholdery, že participace dětí v situaci rozvodu/rozchodu jejich rodičů nesmí být zužována pouze na opatrovnické řízení a pouze na vyjádření přání a názoru dítěte.

Je nezbytné vytvářet pro děti příležitosti k participaci, počínaje rodinou a školou, což jsou jejich nej-přirozenější prostředí. Učit je vyjadřovat svůj názor, sdílet své pocity, spoluvytvářet řešení a podílet se přiměřenou mírou na rozhodovacích procesech, které se dotýkají jejich života ve všech běžných životních situacích. V náročné situaci rozvodu/rozchodu svých rodičů, která přináší do jejich života mnoho změn, pak lépe dokáží svá participační práva aktivně uchopit. Předním hlediskem by měla být podpora dítěte a respektující přístup od všech aktérů, se kterými se dítě v průběhu rozvodového řízení potká či na které se samo obrátí.

## Analýza problému

Nedostatečná participace dětí má negativní dopady jak na samotné děti, tak na celou společnost. Prostřednictvím participace se děti učí komunikovat, řešit problémy, vyjednávat a aktivně se zapojovat. Dobře nastavená participace je výchova k aktivnímu občanství. Děti získávají sebevědomí, cítí se schopné ovlivňovat své okolí a nestávají se jen objektem, o kterém se při nastavování porozvodové/porozchodové péče rozhoduje. Rodiče, kteří vytváří příležitosti pro participaci dětí v běžném životě, mají lepší povědomí o právech dětí, stávají se citlivější k jejich potřebám, což snižuje riziko nevhodného zacházení rodičů s dětmi. Na celospolečenské úrovni dochází k většímu respektu k právům dětí a jejich postavení ve společnosti.

## Návrh řešení

Zlepšení participace dětí vyžaduje spolupráci mezi vládními orgány a meziresortní spoluprací. Důležitá je osvěta o právech dětí a podpora jejich uplatňování, a to směrem k široké veřejnosti (rodičům), ale také dětem při výuce na základních a středních školách a v neposlední řadě v dalším odborném vzdělávání profesí, které se s dětmi při své práci setkávají. Praktické návody, jak vytvářet příležitosti pro

participaci dětí a jak ji realizovat, by měly mít k dispozici všichni dospělí, kteří pracují s dětmi (viz doporučení výboru OSN pro práva dítěte).

Dále doporučujeme vytvořit dostupné a nízkoprahové zdroje podpory pro rodinu před rozvodem a po rozvodu a zajistit stabilní financování pro tyto služby a jejich systematizaci. Zvážit by se mělo také vytvoření a trvalé udržování informačního webového portálu na národní úrovni, který by rodičům poskytoval relevantní informace týkající se rozvodu/rozchodu a akcentoval práva a potřeby dětí.

## Závěr

Tento policy paper zdůrazňuje potřebu redefinovat pojetí participace dětí a zajistit její efektivnější uplatňování v praxi. Zlepšení vyžaduje komplexní přístup, který zahrnuje legislativní změny, osvětu, vzdělávání odborníků a podporu rodin. Spolupráce mezi vládními orgány a meziresortní spolupráce je klíčová pro dosažení pozitivních změn.

## Přílohy

V přílohách uvádíme definici participace a role jednotlivých profesí v systému ve vztahu k participaci dětí. Jedna z příloh zprostředkovává perspektivu dítěte, vyjadřuje potřeby a přání dětí ve vztahu k participačním právům. Děti samotné vyjadřují, že chtějí, aby jejich hlas byl slyšet.

Příloha č. 1 – DÍTĚ

Příloha č. 2 – ŠKOLA

Příloha č. 3 – RODIČE

Příloha č. 4 – POSKYTOVATELÉ ODBORNÉ POMOCI

Příloha č. 5 – SOUD

Příloha č. 6 – ADVOKÁT

Příloha č. 7 – KOLIZNÍ OPATROVNÍK

Příloha č. 8 – DŮVĚRNÍK DÍTĚTE

Příloha č. 9 – ZÁKLADNÍ PRINCIPY V KOMUNIKACI S DĚTMI

## DEFINICE PARTICIPACE

Participace dětí je **kontinuální proces aktivního zapojování dítěte do všech rozhodovacích procesů, které se týkají jeho života**. V situaci rozpadu vztahu rodičů dítěte se participace odehrává **nejen v rámci soudního řízení, ale i před ním a po něm**, a zahrnuje všechny oblasti života dítěte. **Odehrává se také v dítěti přirozených prostředích, jako jsou rodina a škola.**

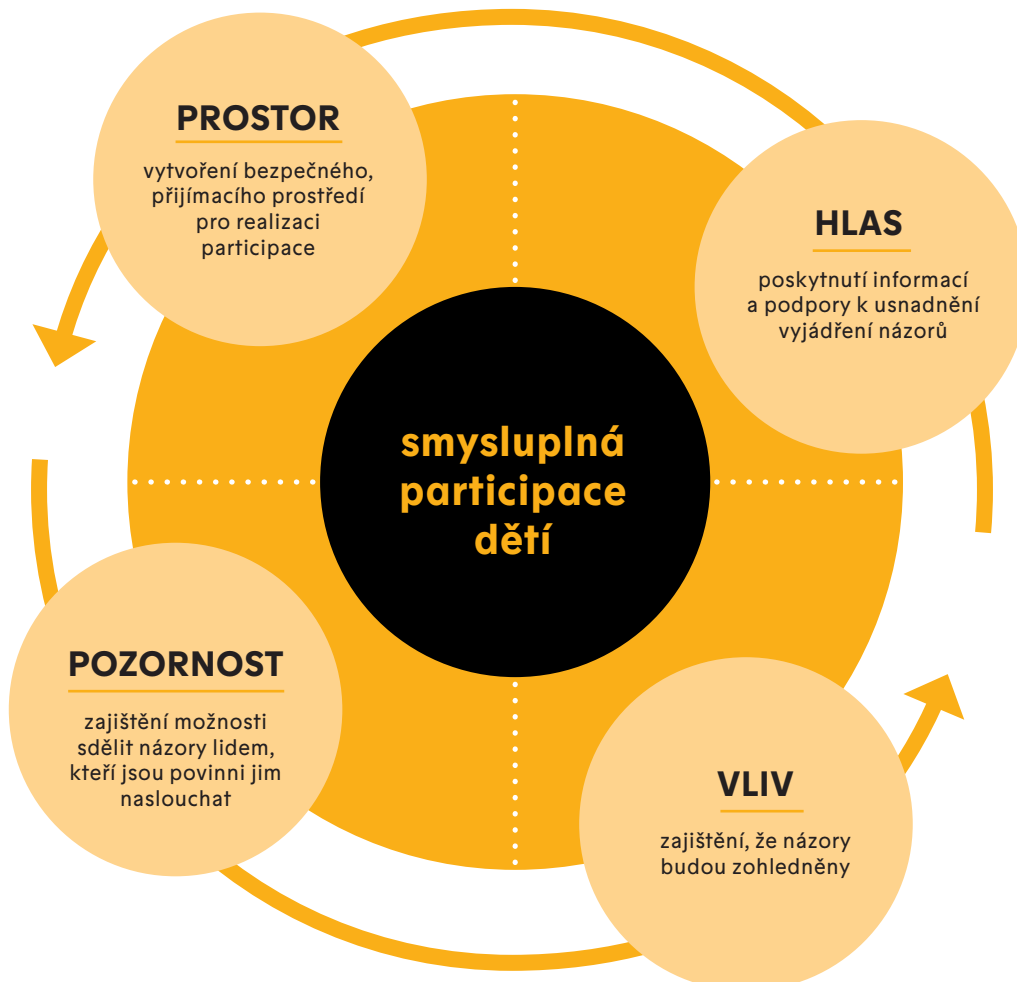
Jejím cílem je **zajistit bezpečný a respektující prostor pro komunikaci dítěte s dospělými: rodiči, školou, kolizním opatrovníkem, soudem, důvěrníkem, advokátem a poskytovateli odborné pomoci**. Tito jsou povinni vytvářet příležitosti k transparentní komunikaci, při které **dítě může získat informace, odpovědi na své otázky, vyjádřit své názory a přání a sdělit své potřeby**. Dítě by mělo být poučeno o tom, **co se stane s informacemi, které sdělí**, a mělo by **rozhodovat o tom, komu dalšímu smějí být postoupeny**. Důležité je také **poskytnout dítěti vysvětlení, jak budou/byly jeho názory a přání v rozhodovacím procesu zohledněny**.

Participace se liší v **závislosti na věku, schopnostech a individuálních potřebách** dítěte a vyžaduje **různou míru podpory v různých situacích**, od běžných rodinných záležitostí až po náročná soudní řízení. Je **realizována v různých formách a nevyklučuje právo dětí na ochranu**. Čím více zasahuje stát do života dítěte, tím intenzivněji by měla být realizována participační práva dítěte. Participace zahrnuje i **pomoc dítěti s přijetím a zvládnutím změn v dalším životě**, poskytnutí informací pro budoucnost a **zajištění návaznosti péče**.

Dítě by mělo vždy vědět, že **má právo na participaci, nikoliv povinnost** svá participační práva uplatňovat. Stejně tak, že není odpovědné za vyřešení situace, že odpovědnost mají dospělí, rodiče i všichni ostatní aktéři, se kterými se dítě může setkat. Dítě by také vždy mělo mít **možnost poskytnout zpětnou vazbu** k procesu participace.

**CO PARTICIPACE NENÍ:**

- pouhé zjišťování názoru a přání dítěte,
- získání informací od dítěte pro naplnění svého úkolu – na úkor potřeb dítěte (vynucování odpovědi, neseznámení dítěte s možností, že nemusí odpovídat nebo se jinak účastnit),
- zjišťování skutečností ohledně situace doma / mezi rodiči skrze dítě,
- ovlivňování dítěte / manipulace,
- přenášení odpovědnosti za rozhodnutí na dítě.



# PŘÍLOHA Č. 1 – VZKAZ DÍTĚTE ODBORNÍKŮM

## PRO ODBORNÍKY – JAK S DÍTĚTEM MLUVIT A ZAPOJIT HO DO DĚNÍ

Rozchod rodičů je pro mne zlomový okamžik. Nerozhoduji o něm, ale žiji s jeho následky každý další den. Často je spojený s mou nejistotou, mými obavami a pocity viny.

Mám právo rozumět tomu, co se děje, a být slyšeno, když se rozhoduje o mém životě.

Zapojit mne do rozhodování neznamena přenést na mě odpovědnost, ale poskytnout mi bezpečný prostor pro otázky, pocity, názor a hlas, který dospělí opravdu slyší – doma, ve škole, u kolizního opatrovníka i u soudu.

### Potřeby a prožívání dítěte – rozvod rodiny

Od vás odborníků potřebuji,

- ... abyste mi řekli, kdo jste, proč s vámi mám mluvit a co se bude dít s tím, co vám řeknu.
- ... abyste mi vysvětlili, co se děje a co to pro mě znamená.
- ... slyšet vaše ujištění, že za rozchod rodičů ani za to, že se hádají, nemůžu, i kdyby jejich neshody souvisely se mnou.
- ... abyste se mnou mluvili normálně, „ne odborně – odporně“.
- ... abyste na mě měli čas a nebyli ve spěchu. Poznám, když to děláte jen „jako“.
- ... abyste se ujistili, že rozumím správně tomu, co se mi snažíte říct (např. „Jak tomu rozumíš ty?“).
- ... abyste mi věřili a nebrali mě jako někoho, kdo tomu nerozumí.
- ... abyste mi pomohli, když se bojím mluvit, nebo respektovali to, že nechci mluvit vůbec.
- ... abyste se domluvili mezi sebou, abych nemuselo všechno vyprávět zas a znovu.
- ... abyste mi dávali pravdivé a jasné informace, i když je situace nejistá. A pokud něco nevíte, nebojte se mi to říct.
- ... abyste mi vysvětlili, co bude následovat, kdo co udělá, kdo tu pro mě bude nebo na koho se můžu obrátit.

„Vážím si toho, že mě soudce vyslechl osobně a že jsem to nemusel říkat přes někoho jiného.“  
(Franta, 13)

„Sociální pracovnice mi rozuměla, nebyla na mě hodná jenom na oko, ale fakt poslouchala.“  
(Nikola, 15)

## Rizika a jak jim předejít

CO SE MŮŽE STÁT?	JAK TOMU PŘEDEJÍT?
Cítím, že chcete, abych to rozhodl já.	Vysvětlete mi, že rozhodují dospělí – já pomáhám tím, že říkám, jak to cítím.
Už vám nevěřím, protože mám pocit, že neříkáte pravdu nebo mlžíte.	Mluvte se mnou na rovinu, i když jsou zprávy těžké. Nepotřebuji „ochranné lži“.
Cítím, že mám být na straně jednoho z rodičů.	Ujistěte mě, že můžu mít rád oba rodiče pořád stejně.
Mám strach s vámi mluvit, abych neškodil jednomu z rodičů.	Ujistěte mě, že chcete, aby mi bylo dobře, proto potřebujete vědět, jak mi v tom je.

„Pomohlo by mi, kdyby u soudu byl někdo, koho znám a o koho se můžu opřít.“

(Matěj, 14)

## Závěr – doporučení

- Dítě má právo být slyšeno, informováno a respektováno.
- Má právo na zastoupení v řízení a podporu např. ve formě důvěrníka.
- Profesionálové by měli být stálí, spolehliví průvodci – ne ti, co se střídají.
- Rozhodnutí o dětech musí být s nimi, ne bez nich.
- Umožněte dětem cítit se v bezpečí a v obraze: „Řekněte mi pravdu, i když je těžká.“
- Každý dospělý, který s dítětem mluví, může změnit jeho zkušenost – stačí být normální, mít čas a opravdu poslouchat.
- Předajte dítěti leták odpovídající jeho věku (mladší/starší). Předávejte ho osobně – jako pozvání ke společnému rozhovoru, ne jen jako papír s informacemi.

„Potřebuji vědět, že rodiče spojuji, nikoliv rozděluji.“

(Jonáš, 9 let)

# PŘÍLOHA Č. 2 – ŠKOLA

## PODPORA PEDAGOGŮ PRO PARTICIPACI DĚTÍ V KONTEXTU ROZCHODU RODIČŮ

### Úvod

Škola v životě dítěte představuje kotvu – stabilní prostor, který dokáže naplňovat základní potřeby dítěte v době, kdy dochází k zásadním změnám v životě rodiny. Je to místo, kde dítě zažívá předvídatelný režim a jasně stanovené limity. Škola je pro dítě po rodině z významového hlediska druhým nejdůležitějším prostředím a může dítěti poskytnout:

- **jistotu, stabilitu a předvídatelný režim** (stejní spolužáci, stejní dospělí, stabilní vztahy) a prostor pro projevování emocí,
- **dostupnou praktickou a odbornou pomoc uvnitř školy** (viz výzkum Rilsa s názvem „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]),
- **únik od situace v rodině.**

### Potřeby a prožívání dětí v situaci rozchodu rodičů v kontextu školy

Škola může dítě, které prožívá rozvod/rozchod svých rodičů, nejlépe podpořit používáním nástroje pro práci s dětmi, který je pedagogickým pracovníkům dobře znám. Jde o traumainformovaný přístup (TIP), který nejlépe reaguje na potřeby dítěte v této situaci:

- **být slyšeno** → dítě má právo vyjádřit se k tomu, jak se cítí v nové situaci,
- **být informováno** → škola poskytuje informaci o své roli (kdo a jak může ve škole dítěti pomoci s dílčími problémy),
- **zažívat respekt** → pedagogové zachovávají neutralitu (i ohledně rodiči zvoleného nebo soudem stanoveného porozvodového uspořádání – nehodnotí) a nevystavují dítě konfliktu loajality.

Rozchod rodičů může pro dítě znamenat ztrátu pocitu jistoty, bezpečí a důvěry v dospělé. Může prožívat chronický stres – neví, co ho čeká, bojí se ztrát, hádek, emocí. Ve škole se to může projevat:

- **ve zhoršení plnění školních povinností a výkonu** (známky, domácí příprava, pomůcky),
- **ve změnách v chování** (konflikty, šikana, zvýšená úzkostnost, snížená koncentrace),

- **nesouladem v režimu oddělených domácností rodičů** (jiné priority, výchovné přístupy, nároky, dohled, časový režim).

### Principy TIP ve škole

Uplatňování principů TIP ve škole pomáhá pedagogům rozpoznat a porozumět projevům chování dítěte, např. „zlobení“ nebo „nezodpovědnost“ mohou být reakcí na stres a zátěž. TIP je praktická cesta, jak realizovat právo dítěte na participaci. Dítěti umožňuje:

- zažít pocit bezpečí, důvěry, otevřenosti a přístupnosti (transparentnost),
- získat podporu od dospělých i vrstevníků,
- zažít od dospělých ve škole vnímavost a citlivost k projevům svého chování,
- dostat prostor pro sebevyjádření a posílení vlastních kompetencí,
- zažít pocit neutrality (škola není vtažena do konfliktu rodičů),
- získat podporu zaměřenou na řešení (konkrétní změny, výjimky, nová pravidla pro dítě ve škole, reflektující obtížnou situaci doma).

V případech, kdy dítě prožívá obtížnou situaci doma a ani škola pro něj nepředstavuje bezpečné prostředí nezatížené rodičovským konfliktem, mohou se u dítěte objevit tyto projevy:

- **somatické** (bolesti břicha, hlavy, nemocnost, únava, nevolnost),
- **psychické a emoční** (výkyvy nálad, impulzivita, agresivita, sebepoškozování, depresivita, experimentování s návykovými látkami, únik do digitální reality),
- **sociální** (izolace, únikové a vyhýbavé chování, vyhýbání se kontaktům, uzavřenost, nápadné a provokativní chování, delikvence),
- **výkonové** (nadměrná snaha, ztráta motivace, ztráta zájmu, změna ve školní výkonnosti).

### Role pedagogů v naplňování participace dětí

Role pracovníků:

- **Učitelé** – kterýkoliv učitel, k němuž má dítě důvěru a může zajistit první kontakt.
- **Třídní učitel** – zprostředkování další pomoci uvnitř školy, individuální podpora, nastavování atmosféry ve třídě.
- **Pracovníci školního poradenského pracoviště** (výchovný poradce, školní metodik prevence, sociální pedagog, školní psycholog) – práce s dítětem i s rodinou.
- **Jiná důvěryhodná osoba ve škole** (vychovatelka v družině atd.).

## Závěr

Škola hraje klíčovou roli při naplňování participačních práv dítěte v kontextu rozchodu rodičů.

### Doporučujeme:

- **Informace a znalosti** – psychosociální a právní povědomí v kontextu rozvodu/rozchodu rodičů.
- **Dovednosti** – komunikační dovednosti, empatie, pevnost (školní řád, povinnosti rodičů i dětí v nárocích i limitech), zohlednění potřeb dětí při práci se skupinou, supervize a metodická podpora.
- **Postup školy** – vnitřní směrnice přístupu k rodičům v rozdělených domácnostech (pravidla komunikace, neutralita, kompetence školy).
- **Podpůrná síť** – přehled dostupné školní i mimoškolní/odborné pomoci.

# PŘÍLOHA Č. 3 – RODIČE

## PODPORA RODIČŮ K POSÍLENÍ PARTICIPACE DĚTÍ V KONTEXTU ROZCHODU

### Úvod

#### Proč je podpora rodičů pro participaci dětí klíčová?

Děti mají právo být součástí rozhodovacích procesů ve věcech, které se jich týkají. K tomu potřebují příležitost, informace, svobodu bezpečně se vyjádřit bez negativních dopadů a své rodiče, aby je těmto dovednostem učili a podporovali je. Rodiče jsou klíčoví pro zajištění psychologicky bezpečného a podpůrného prostředí pro participaci dětí v rozhodovacích procesech v situaci jejich rozchodu/rozvodu. Participace zahrnuje nejen vyslovení názoru dítěte, ale jeho celkové zapojení, což vyžaduje specifické prostředí a dovednosti, které mohou poskytnout pouze rodiče. Bez jejich aktivní součinnosti je participace prakticky nemožná. Cílem tohoto materiálu je poskytnout doporučení, jak konkrétně a jakou formou by měl stát rodiče v rozchodové/rozvodové situaci podporovat, aby se vypořádali s bariérami, posílili své dovednosti a efektivně naplňovali potřeby svých dětí a jejich právo na participaci.

#### Potřeby a prožívání dětí v situaci rozchodu rodičů

Rodiče by si měli být vědomi vnitřního světa dítěte a jeho prožívání, které zásadně ovlivňuje jeho schopnost participace. Potřebují dostávat následující informace a porozumět jim:

- **Vztah k oběma rodičům:** Dítě má vztah k oběma rodičům a nechce o nich slyšet nic negativního.
- **Konflikt loajality:** Nechce být na ničí straně, nechce nést odpovědnost za rozhodnutí.
- **Prožívání konfliktu:** Nechce být zdrojem, ani přítomno konfliktu.
- **Zranitelnost a únikové strategie:** Dítě se může vyjadřovat podle očekávání, nikoli podle svých skutečných přání, a může volit únikové strategie (včetně psychosomatických projevů).
- **Důležitost jednotného rozhodnutí:** Spolupráce rodičů usnadňuje dítěti přijmout ztráty a adaptovat se na změny spojené s rozpadem vztahu jeho rodičů a chrání psychické zdraví dítěte.
- **Luxus nesouhlasu a protestu:** Dítě by mělo mít možnost bezpečně vyjádřit svůj nesouhlas, aniž by se bálo následků.
- **Potřeba pochopení a přijetí:** Dítě touží být pochopeno a přijato, nikoli nutně aby mu bylo ve všem vyhověno.
- **Právo na lásku k oběma rodičům:** Dítě touží mít „povoleno“ milovat oba rodiče a mít o nich dobrý obraz.
- **Orientace v situaci:** Dítě potřebuje vědět, co se děje, co to pro něj znamená, co se bude dít dál.

**Důsledky nedostatečné podpory:** Pokud si rodiče nejsou vědomi výše uvedeného, neposkytnou dítěti bezpečný prostor pro participaci a nereagují na jeho potřeby, může to mít závažné následky. Od prostého nezájmu participovat až po závažnější dopady v oblasti psychického zdraví: úzkosti, deprese, snížená schopnost navazovat a udržovat blízké vztahy aj.

## Role rodičů v naplňování participace dětí

### 1. Zajištění bezpečného a respektujícího prostoru pro komunikaci

- **Znalost principů:** Rodiče musí rozumět výše uvedeným psychologickým principům, aby mohli vytvořit bezpečné prostředí.
- **Emoce:** Je důležité umožnit dítěti vyjadřovat své emoce a přijímat je, aniž by je rodič vyvracel, zlehčoval nebo soudil.
- **Aktivní naslouchání a empatie:** Rodiče by měli aktivně naslouchat a vnímat přání a prožívání dítěte – s respektem a pochopením na ně reagovat. („Slyším, jak ti je, jsem tady s tebou.“)

### 2. Poskytování informací dítěti

- **Filtrace informací:** Informace by měly být filtrovány optikou potřeb dítěte. Není třeba lhát nebo zkreslovat, ale přirozeně dítě některých aspektů či detailů uchránit (např. kdo za rozchod může, kdo z rodičů co udělal apod.).
- **Ideálně společně:** Informace by měli rodiče předávat ideálně společně, aby se předešlo konfliktu loajality. Pokud to není možné, domluví se rodiče, kdo je předá a co konkrétně.
- **Transparentnost:** Vysvětlit, proč se dějí určité změny a co zůstává stejné (např. láska obou rodičů). Je také důležité vysvětlit roli dítěte v opatrovnickém řízení.

### 3. Vyslyšení dítěte a zohlednění jeho potřeb

- **Rozdíl přání vs. potřeba:** Je nutné rozlišovat mezi přáním dítěte a jeho skutečnou potřebou. Dítě často ví, co nechce, spíše než co chce. Na místě je citlivý přístup a opatrnost.
- **Převzetí odpovědnosti:** Za veškerá rozhodnutí i vyřešení situace je odpovědný vždy rodič, resp. rodiče spolu.
- **Vysvětlení rozhodnutí:** I v případě, že rodič nevyhoví přání dítěte, musí mu vysvětlit, proč se tak rozhodl, s respektem a empatií.
- **Luxus nesouhlasu:** Dítě má právo na protest, aniž by se muselo bát.

#### 4. Podpora dítěte a jeho okolí

- **Edukace nejbližšího okolí:** Dostupnost relevantních a důvěryhodných informací je důležitá i pro širší rodinu a přátele rodičů. Stejně tak možnost jejich účasti na edukativních programech (ne-strannost, podpora potřeb dítěte a orientace na ně).
- **Nabídka profesionální podpory pro děti:** Nabídnout možnost vyhledat pomoc terapeuta nebo se zúčastnit podpůrné skupiny pro děti.
- **Doporučená literatura:** Dětské knihy o rozchodu mohou být dobrým podpůrným materiálem.

## Závěr

### Doporučení pro posílení a edukaci rodičů – cesta k efektivní participaci

Cílem je podporovat rodiče v tom, aby umožnili a vytvářeli příležitosti pro přirozenou a bezpečnou participaci dětí v situaci rozpadu jejich vztahu. Stát by měl pro rodiče v tomto ohledu zajistit dostatek dostupných informací a podpůrných služeb.

#### Aktivity a formy edukace:

- **Webináře / online kurzy:** S cílem posílit kompetence rodičů (význam dobré vazby, zvládnání emocí dítěte, aktivní naslouchání, pochopení prožívání a potřeb dítěte).
- **Komplexní webový portál:** Spravovaný státem, poskytující relevantní a důvěryhodné informace.
- **Podpora a poradenství:** rodinné poradenství, rodinná terapie, mediace, právní poradenství, specifické služby pro děti, porozvodové provázení.
- **Podpůrné skupiny a komunity:** Pro sdílení zkušeností a vzájemnou podporu.

**Je potřeba systematicky vytvářet a zajišťovat podporu rodičů formou dostupných informací a poradenských služeb před, během a po rozvodu/rozchodu.**

## PŘÍLOHA Č. 4

# – POSKYTOVATELÉ ODBORNÉ POMOCI

Dítě a jeho potřeby jsou ve středu zájmu. Má právo být ve službách slyšeno ve věcech, které se ho přímo týkají. Aktivní participace podporuje důvěru, posiluje odolnost a snižuje riziko dlouhodobých negativních dopadů konfliktu.

### Potřeby dítěte v rodičovském konfliktu:

- bezpečí a stabilita,
- být slyšeno a bráno vážně,
- porozumění emocím a situaci,
- zachování vztahů s oběma rodiči,
- jistota, že nenese odpovědnost za konflikt.

### Role služeb a možnosti participace dítěte v kontextu služeb

#### Rodič

- **Zaměření** – dítě je středem zájmu, nikoliv konflikt samotný.
- **Podpora participace** – rodič má předávat informace přiměřené věku dítěte a vytvářet prostor pro hlas dítěte.
- **Odpovědnost** – rozhodování zůstává na rodičích, ne na dítěti, odbornících či soudu.

#### Pracovník služby

- **Hranice** – znát roli vlastní i dalších odborníků.
- **Pozornost** – naslouchat dítěti, ale i rodičům, vždy ve prospěch dítěte.
- **Prostor** – vytvářet bezpečí, validovat emoce, přizpůsobit komunikaci věku.
- **Odpovědnost** – být zodpovědný za proces, podporovat rodičovskou odpovědnost.

- **Etická citlivost** – udržet rovnováhu mezi podporou dítěte, respektováním rodičů a dodržováním profesních hranic.
- **Otevřenost** – předávat důležité informace všem aktérům, informovat oba rodiče.

### Nástroje

- **Edukace rodičů** – porozumění prožívání dítěte, čtení potřeb a signálů, možné dopady.
- **Poradenství v komunikaci** – vytváření bezpečného prostoru pro vyjádření dítěte, aniž by bylo zatěžováno konfliktem.
- **Aktivní podpora participace** – doprovázení rodičů k respektování hlasu dítěte při každodenních i zásadních rozhodnutích.
- **Plánování** – vycházet z potřeb dítěte, ne z cílů rodiče.
- **Reflexe procesu** – pravidelně vyhodnocovat, zda je participace dítěte skutečně naplňována, zda dítě rozumí tomu, co se děje, a zda se cítí bezpečně.
- **Zpětná vazba** – pomůže rozpoznat rodiči emoční zranění a předejít manipulaci, zpětná vazba od dítěte směrem k rodičům k úpravě přístupu.
- **Case management** – koordinace a kontinuita podpory.
- **Služby v systému** – sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, služby sociálně-právní ochrany dětí, mediátoři, rodinné poradny.

### Rizika zapojení a jejich prevence

- Konflikt loajality → **ujasnit, že dítě nemusí volit mezi rodiči (řešení).**
- Přetížení emocemi → **věku přiměřená forma a délka rozhovoru.**
- Bagatelizace a stereotypizace hlasu dítěte → **zaznamenat a zohlednit vyjádření.**
- Tlačit dítě k rozhodování → **uvědomit si svou roli a hranice.**

### Co mít na mysli ve vztahu k dítěti a jeho potřebám

- **Odpovědnost** – nesmí nést břemeno rozhodování, odpovědnost je na rodičích.
- **Rozvoj** – participace má dítě podporovat, ne zatěžovat.
- **Názor** – má být zjišťován a brán vážně, nejde o výslech.
- **Bezpečí** – základní podmínka každé participace.
- **Přání vs. potřeby** – rozlišovat a respektovat vývojové limity.

# PŘÍLOHA Č. 5 – SOUD

## PARTICIPACE DÍTĚTE V SOUDNÍM ŘÍZENÍ – SITUACE ROZCHODU/ROZVODU RODIČŮ

### Úvod

Zapojení dítěte do rozhodování o jeho životě je klíčové nejen z pohledu práva, ale především z hlediska jeho potřeb a prožívání. Soud má zákonnou povinnost zjistit názor a přání dítěte (§ 867 NOZ, § 100 odst. 4 OSŘ). Participace dítěte může probíhat různě – doma při rozhovoru s rodiči, ve škole s podporou pedagogů, prostřednictvím kolizního opatrovníka nebo přímo u soudu při osobním pohovoru se soudcem či za pomoci soudního sociálního pracovníka. Cílem je, aby dítě mělo možnost být slyšeno, získat informace a porozumět tomu, co se děje.

### Potřeby a prožívání dítěte – konkrétní kontext

Zapojení dítěte reaguje na jeho základní potřeby:

- **Bezpečí a jistota** – dítě ví, co se děje, má možnost se ptát.
- **Respekt** – jeho názor je vyslyšen, není ignorován.
- **Informovanost** – dítě rozumí procesu, ví, co se bude dít dál.
- **Autenticita** – může vyjádřit své skutečné pocity, nemusí se přizpůsobovat očekávání dospělých.

Se zapojením dítěte se mohou pojít i rizika, kterým je třeba aktivně předcházet:

- **Přílišný tlak na dítě** – dítě není důkazní nástroj, není povinno rozhodovat mezi rodiči.
- **Nedostatek informací** – je nutná edukace dítěte i rodičů, jasné vysvětlení procesu.
- **Opakované participace** – je vhodné zjistit, kdo už dítě participoval, předejít přemíře dotazování.
- **Zmatek mezi přáním a zájmem dítěte** – je třeba vysvětlit rozdíl mezi přáním a zájmem/potřebou. Vysvětlit, že rozhodují dospělí, a přání dítěte je jedním z podkladů pro určení nejlepšího zájmu.

Role těch, kdo participaci realizují, je zásadní. Soudce garantuje, že dítě dostalo potřebné informace a byla mu dána možnost vyjádřit se. Tím implicitně rozhoduje o podobě zjištění názoru dítěte (prostřednictvím rodičů, kolizního opatrovníka, soudu). Pokud probíhá přímo na soudě, pro vytvoření bezpečného prostředí může využít podporu soudního sociálního pracovníka, kolizního opatrovníka. Soudce také edukuje rodiče o smyslu participace dítěte a respektuje právo dítěte odmítnout vyjádření názoru.

Soudní sociální pracovník zkvalitňuje průběh přímé participace soudcem, poskytuje i soudci možnost se plně soustředit na sdělení dítěte. Vytváří vhodnou atmosféru pro rozhovor s dítětem, naladění dítěte a poskytuje dostatek času a prostoru. Je průvodcem dítěte řízením, ověřuje jeho porozumění a komunikuje neformálně, aby podpořil autenticitu dítěte.

Rodiče by neměli vyvíjet tlak na dítě ani mu sdělovat, že rozhoduje mezi rodiči. Je důležité dítě podpořit v tom, že má právo být slyšeno, ale nemusí mluvit, pokud nechce. Rodiče by měli přijmout, že rozhodnutí činí dospělí, ne dítě.

## Závěr

### Doporučujeme:

- Vždy předem edukovat rodiče i dítě o smyslu participace a průběhu řízení.
- Zvyšovat povědomí dětí o možnosti využít důvěrníka.
- Nabízet dítěti bezpečné prostředí (dostatek času, možnost podpory, příp. specializovaná místnost).
- Participaci dítěte realizovat přímo, ne prostřednictvím posudků, pokud to není nezbytné.
- Zvážit personalizované pozvánky pro dítě (dopis, video).
- Po rozhodnutí informovat dítě o dopadu rozhodnutí na jeho život.
- Pravidelně školit soudce a pracovníky v komunikaci s dětmi.
- Vždy respektovat právo dítěte odmítnout vyjádření názoru.

### Hesla pro dítě:

Neboj se, zeptej se.

Máš právo být slyšen/a, ale nemusíš mluvit, pokud nechceš.

Soudce chce znát tvůj názor, aby věděl, co prožíváš – rozhodnutí dělají dospělí.

Dostaneš informace o tom, co se děje a co bude dál.

# PŘÍLOHA Č. 6 – ADVOKÁT

## Úvod

Zapojení dítěte do rozvodového řízení je zásadní pro ochranu jeho práv a zajištění jeho nejlepšího zájmu. Advokát hraje doplňkovou roli v tom, jak je dítěti umožněno participovat – v řízení může vystupovat jako právní zástupce rodiče, pak by měl informovat klienta o participačních právech dítěte a jak je naplnit. Může také vystupovat jako kolizní opatrovník, pokud soud sezná, že je to v daném případě vhodnější, než kdyby dítě zastupoval OSPOD. V nejkomplicovanějších případech může advokát dítě zastupovat přímo. Pak advokát aktivně přispívá k tomu, aby byl hlas dítěte v řízení skutečně slyšen a respektován. V prostředí soudu je advokát často tím, kdo může ovlivnit, zda bude dítěti zajištěna odpovídající právní ochrana a podpora.

## Potřeby a prožívání dítěte – konkrétní kontext

### Potřeby dítěte v rozvodovém řízení

- **Bezpečí a stabilita** – dítě potřebuje cítit jistotu, že jeho zájmy jsou chráněny a že není vystaveno zbytečnému stresu či manipulaci.
- **Možnost vyjádřit svůj názor** – dítě má právo být informováno o situaci a vyjádřit svůj pohled na věc, přiměřeně svému věku a schopnostem.
- **Respektování individuality** – každé dítě je jedinečné, jeho preference a potřeby se mohou lišit.

### Rizika zapojení dítěte a jejich prevence

- **Manipulace dítěte rodiči** nebo jinými dospělými.
- **Nadměrné zatížení dítěte** odpovědností, kterou není schopno unést.
- **Nedostatečná informovanost** nebo naopak zahlcení informacemi.
- **Sřet zájmů** mezi rodiči, advokátem a dítětem.

Prevence těchto rizik spočívá v důsledném respektování zásad dětské psychologie, v zajištění podpory dítěte a v ochraně před tlakem či konfliktem loajality.

### Role advokáta a zásady jeho činnosti

- Informovat klienta (rodiče) o participačních právech dítěte a vysvětlit možnosti jejich realizace (prostřednictvím rodičů, kolizního opatrovníka, přímo soudem).
- Zajistit, aby dítě bylo vhodně informováno o situaci, kterou rodina řeší, a aby nebylo naváděno k určitému vyjádření.

- Pokud advokát jedná přímo s dítětem, měl by být vzdělán v komunikačních dovednostech a dětské psychologii.
- Jako kolizní opatrovník musí advokát aktivně hájit zájmy dítěte, zjistit jeho skutečné potřeby a preference, a tyto prezentovat soudu.
- Jako advokát dítěte na základě plné moci je povinen hájit názory a stanoviska dítěte, nikoli pouze to, co považuje za jeho nejlepší zájem.
- Dbát na etiku, důvěrnost a loajalitu vůči dítěti jako klientovi.
- Zajistit, aby náklady na právní zastoupení dítěte nebyly překážkou jeho účinné ochrany.

## Závěr

### Doporučení pro advokáty v rozvodovém řízení:

- V nejkomplikovanějších případech (dítě je konfliktem rodičů ohroženo) doporučit vedle kolizního opatrovníka ustanovení advokáta dítěti.
- Podporovat specializované vzdělávání advokátů v oblasti dětské psychologie a komunikace s dětmi.
- Usilovat o systém bezplatné právní pomoci pro děti, aby nebyla závislá na finančních možnostech rodičů.
- Jasně rozlišovat roli advokáta dítěte a kolizního opatrovníka, aby nedocházelo ke střetu zájmů.
- Pravidelně informovat dítě o průběhu řízení a konzultovat s ním důležité kroky.
- Respektovat individuální situaci dítěte, včetně kulturních, sociálních a ekonomických aspektů.
- Eliminovat osobní a systémové předsudky, přistupovat ke každému případu nestranně a usilovat o spravedlivé řešení.

# PŘÍLOHA č. 7

## – KOLIZNÍ OPATROVNÍK (OSPOD)

### Úvod

Kolizní opatrovnictví je institutem ochrany zájmů dítěte v situacích, kdy hrozí střet se zájmy rodičů nebo jiných osob v situaci rozpadu vztahu rodičů.

Zjištění názoru, potřeb a přání dítěte a určení jeho nejlepšího zájmu, a to i v nepřehledných, konfliktních a manipulativních situacích, je náročnou disciplínou, která vyžaduje dostatečnou úroveň kompetencí a osobnostních dispozic opatrovníka (dále KO).

Dítě, jemuž je zákonem dán prostor k vyjádření a určena specializovaná osoba k jeho slyšení a k podpoře, by mělo mít možnost tuto příležitost využít, ale zároveň musí být dostatečně ochráněno a zabezpečeno o svých právech, postavení a důsledcích svého (ne)zapojení.

### Potřeby a prožívání dítěte – konkrétní kontext

#### Mezi základní náplň činnosti KO patří:

##### 1. Podávat dítěti srozumitelným způsobem informace o všem, co se ho týká:

- vhodnou formou, přiměřeně věku dítěte,
- zdůraznit možnost, ale ne povinnost vyjádřit se / sdělit názor,
- nabídka otevřené podpory a komunikace ze strany KO vůči dítěti.

##### 2. Vysvětlit srozumitelně svou roli:

- co mohu a nemohu pro dítě udělat,
- umět vysvětlit příp. rozpor mezi přáním dítěte a vlastním procesním stanoviskem,
- vhodnou formou, přiměřeně věku dítěte,
- vysvětlit oznamovací povinnost (závažné skutečnosti).

##### 3. Podporovat dítě ve sdělení jeho přání a potřeb:

- vést otevřenou a respektující komunikaci s dítětem,
- vést motivační a podpůrný rozhovor,

- vytvářet bezpečné prostředí pro dítě,
- informovat dítě o kontextu a dopadech sdělení jeho názoru a přání.

#### **4. Zjišťování dalších informací o situaci dítěte (primárně prostřednictvím rozhovoru s rodiči a dítětem):**

- mapování potřeb, zdrojů a rizik dítěte (rodiče, jiné vztahy, sociální zázemí ad.),
- shromažďování informací a jejich vyhodnocení.

#### **5. Interpretovat přání a názor dítěte:**

- se svolením dítěte, se zachováním autenticity sdělení, ale jednoznačně a srozumitelně.

#### **6. Posoudit nejlepší zájem dítěte:**

- znát základní koncept nejlepšího zájmu dítěte.

#### **7. Nejlepší zájem dítěte obhájit:**

- proaktivní role v rámci soudního řízení vůči soudu i rodičům dítěte (procesní znalost, argumentační dovednosti, schopnost zachovat nestrannost).

#### **8. Vůči rodičům:**

- vysvětlit svou roli v zastupování dítěte, základní potřeby dětí v této situaci a průběh řízení,
- vysvětlit rodičům důležitost a vhodnou formu zapojení dítěte do řízení (podpora a motivace),
- motivovat rodiče ke smírnému řešení a vnímání potřeb dítěte,
- získat rodiče ke spolupráci (pro výkon KO).

## **Závěr**

Primárním úkolem kolizního opatrovníka je podpořit dítě a hájit jeho nejlepší zájem vůči rodičům i v rámci soudního řízení. Jednat srozumitelně, transparentně a proaktivně s vědomím hranic své role.

Je nezbytně nutné sjednotit současnou roztříštěnou praxi jednotným podrobným metodickým pokynem a jasně vymezit výkon kolizního opatrovnictví v rámci systému.

# PŘÍLOHA Č. 8 – DŮVĚRNÍK DÍTĚTE

## Úvod

### **Proč je zapojení důvěrníka dítěte důležité a jak konkrétně může probíhat v daném kontextu (u soudu)**

Důvěrník je osoba, která dítěti v průběhu soudního řízení poskytuje psychickou podporu, bezpečí a pocit jistoty. Jeho přítomnost může dítěti pomoci lépe zvládnout stres a obavy spojené s účastí na jednání. Důvěrník není právní zástupce, ale může být dítěti oporou při komunikaci s ostatními účastníky řízení i při samotném jednání před soudem, typicky může být důvěrníkem trenér, oblíbený učitel, psycholog či kamarád (nezletilá osoba však může být důvěrníkem spíše výjimečně).

### **Potřeby a prožívání dítěte – konkrétní kontext**

#### **Na jaké potřeby dítěte jeho zapojení reaguje**

Dítě potřebuje cítit bezpečí, podporu a porozumění v neznámém a stresujícím prostředí soudu. Důvěrník pomáhá dítěti zvládnout emoce, orientovat se v situaci a dodává mu odvahu vyjádřit vlastní názor.

### **Rizika zapojení důvěrníka a jejich prevence**

Rizikem může být nejasnost ohledně role důvěrníka – důvěrník nesmí jednat za dítě ani ho ovlivňovat v jeho vyjádřeních. Prevence spočívá v jasném vymezení kompetencí důvěrníka a respektování pravidel soudního řízení.

### **Role důvěrníka a zásady – co dělat, co nedělat:**

Co dělat:

- Být dítěti oporou, naslouchat mu, pomáhat mu zvládat stres.
- Vysvětlovat dítěti průběh jednání jednoduchým a srozumitelným způsobem.
- Podporovat dítě v tom, aby se nebálo vyjádřit svůj názor.
- Respektovat pokyny soudu a advokátů.

Co nedělat:

- Nevystupovat za dítě, nečinít žádné procesní úkony.
- Neovlivňovat dítě v tom, co má před soudem říci.
- Nezasahovat do jednání soudu ani do rozhodování.

## Závěr

### Doporučení konkrétních změn nebo nastavení postupu:

- Před jednáním si s dítětem projít, co ho čeká, a ujistit ho, že důvěrník bude po celou dobu na jeho straně.
- Vždy respektovat pravidla soudního řízení a kompetence důvěrníka podle § 100 odst. 4 občanského soudního řádu.
- Doporučit pracovníkům OSPOD a advokátům, aby děti informovali o možnosti využít důvěrníka, a soudům, aby umožňovaly přítomnost důvěrníka na jednání, pokud o to dítě požádá.
- Využívat dostupné informační materiály (např. video „Účast dětí na soudním řízení“ na YouTube) pro lepší přípravu dítěte i důvěrníka.
- Vytvoření materiálu definujícího roli důvěrníka – ze strany justice (srozumitelnost pro laiky).

# ZÁKLADNÍ PRINCIPY V KOMUNIKACI S DĚTMI

„Vedení rozhovorů s dětmi se stává ošemetnou věcí, jakmile nám jde o získání informací a jakmile komunikujeme o obtížných nebo citlivých tématech.“ (Delfos, 2017)

**Představte se, vysvětlete dobře svou roli, z jakého důvodu s dítětem komunikujete, s jakým cílem a co z rozhovoru je důvěrné a co budete sdělovat dál a komu konkrétně.**

Velkou pozornost věnujte počáteční fázi, kde je důležité navázat kontakt, aktivně naslouchat a umožnit kombinaci rozhovoru a hry nebo dalších technik pro vedení rozhovoru s dětmi. Snažte se vytvořit příjemnou atmosféru, vyberte pro rozhovor klidné, přívětivé a neformální prostředí, kde můžete zajistit dítěti soukromí.

## Aktivní naslouchání a empatie

- **Plná pozornost:** Věnujte dítěti stoprocentní pozornost, odložte rušivé předměty (telefon, papíry).
- **Bezpečný kontakt:** Přistupte k dítěti, sedněte si na jeho úroveň, navazujte a přerušujte při rozhovoru oční kontakt pro navázání spojení a projevení zájmu. Buďte si vědomi vlastní neverbální komunikace a věnujte také pozornost neverbální komunikaci dítěte.
- **Respektování osobní zóny dítěte:** Vnímejte a citlivě reagujte na projevy dítěte držet si fyzický odstup. K tělesnému kontaktu by mělo dojít, pouze pokud ho iniciuje samo dítě (malé děti). Za udržení hranic kontaktu je odpovědný dospělý.
- **Parafrázování a uznání pocitů:** Shrňte, co dítě řeklo, abyste si ověřili, že rozumíte. Uznávejte a přijímejte jeho pocity (např. „Vidím, že se zlobíš / jsi smutný/á...“).

Pro udržení kontaktu je klíčové, aby dítě rozumělo, proč se rozhovor vede, a aby dospělý **pojmenoval jak pocity dítěte, tak své vlastní** v souvislosti s rozhovorem.

## Respekt

- **Trpělivost:** Dejte dítěti dostatek času na zpracování informací a zformulování odpovědi. Buďte trpěliví.
- **Dítě je expert:** Dospělý by měl vycházet z předpokladu, že dítě je expertem na sebe sama, své pocity a své prožívání. Úkolem odborníka je pouze vytvořit prostor, aby se dítě mohlo vyjádřit.

- **Otevřenost neznalosti:** Dítěti je třeba dát najevo, že dospělý klade otázky, protože na ně nezná odpověď. To snižuje tlak na dítě, aby říkalo „správné“ odpovědi, a posiluje jeho důvěru ve vlastní sdělení („Všechno, co řekneš, je v pořádku...“).
- **Minimalizace manipulace:** Profesionální rozhovor má za cíl zjistit, co si dítě opravdu myslí a prožívá, aniž by bylo dospělým manipulováno (např. navádějícími otázkami nebo doplňováním myšlenek).

Formu, délku a jazyk rozhovoru volte podle **věku a mentální vyspělosti dítěte**, protože tyto faktory určují, jak dítě rozumí světu, času, paměti a jazyku. Používejte **jednoduchý jazyk**, krátké a srozumitelné věty. **Vyhnete se složitým souvětím, odborným termínům a přirovnáním**, které by mohly vést k nejasnostem nebo zkreslení. Snažte se minimalizovat přímé otázky k obtížnému tématu, vedte rozhovor směrem ke zjištění, jak se dítě cítí, co prožívá, potřebuje, co si o situaci myslí.

### **Autenticita, práce s vlastními emocemi**

Budte v komunikaci s dětmi autentičtí, ale kontrolujte vlastní projevy emocí, zvláště v situacích, kdy vám dítě sdělí závažné informace nebo s ním hovoříte o těžkých tématech. Vaše vlastní prožívání by nemělo dítě zatížit. Dospělý je tam (v rozhovoru) vždy pro dítě, nesmí to být naopak.

„Efektivní komunikace znamená napojit se na toho, s kým hovoříme. Napojit se na jeho zájmy, myšlenkový a citový svět a způsob komunikace.“ (Delfos, 2017).

## Tvůrci a signatáři:

**Barešová Eva**, mediátorka, lektorka podpůrných skupin pro děti (rozchod/rozvod rodičů),  
e-mail: eva@mediace-baresova.cz

**Barvíková Jana, terapeutka**, výzkumná pracovnice, e-mail: jana.barvikova@rilsa.cz

**Bočanová Veronika**, advokátka, rodinné právo / HAVEL & PARTNERS,  
e-mail: veronika.bocanova@havelpartners.cz

**Brůžková Zlata**, speciální pedagog / Amalthea, z. s., e-mail: zlata.bruzkova@amalthea.cz

**Jůzová Kotalová Kristýna**, metodička sociálně-právní ochrany dětí / MPSV,  
e-mail: kristyna.juzova.kotalova@email.cz

**Kolářková Zapletalová Jana**, právní expertka / HAVEL & PARTNERS, akademická pracovnice /  
Justiční akademie, e-mail: jana.zapletalova@havelpartners.cz

**Konvalinová Klára**, vedoucí metodického oddělení / Zahrada pro duši, p. o.,  
e-mail: klarakonvalinova@dumtriprani.cz

**Konvičková Marta**, vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany dětí / Městská část Praha 2,  
e-mail: marta.konvickova@praha2.cz

**Korbel Matouš**, koordinátor studentské participační skupiny MPSV / MPSV,  
e-mail: matous.korbel@mpsv.cz

**Kučerová Olga**, školní psycholog / ZŠ Sázavská Praha 2, e-mail: olga.kucerova@pedf.cuni.cz

**Mikulková Milena**, lektorka, párová poradkyně, mediátorka / ESPEDIENTE, z. s.,  
e-mail: mikulkova@espediente.cz

**Nováková Markéta**, lektorka, metodička, advokační činnost / Cochem.cz, z. s.,  
e-mail: marketa.novakova@cochem.cz

**Schejbalová Pavlína**, terapeutka, lektorka podpůrných skupin pro děti (rozchod/rozvod rodičů),  
e-mail: pavlina.schejbalova@gmail.com

**Šínová Renáta**, rodinné právo, katedra soukr. práva a civilního procesu / PF UPOL, advokátka,  
rodinné právo / HAVEL & PARTNERS, e-mail: renata.sinova@havelpartners.cz

**Talpa Lukáš**, zást. ředitelky, garant programů Patron a Rozchodem rodina nekončí / Liga  
otevřených mužů, z. s. (LOM), e-mail: lukas.talpa@ilom.cz

**Tatková Martina**, soudní sociální pracovnice / Okresní soud v Kladně,  
e-mail: MTatkova@osoud.kld.justice.cz

**Válek Petr**, klinický psycholog, lektor / SPONDEA, z. ú., lektor / Prázdninová škola LIPNICE, z. s.,  
e-mail: valek@spondea.cz

Financováno  
Evropskou unií

Aperio\*

LOW<sup>7</sup>

# Co se mnou bude, když se rodiče rozcházejí?

**Možná ses právě dozvěděl/a, že se máma s tátou rozcházejí, a nevíš, co to bude znamenat pro tebe. Je v pořádku, že máš spoustu otázek nebo strach. Tenhle leták ti pomůže pochopit, co se děje, na co máš právo a kdo ti může pomoci.**



## Věř, že...

- To, že se rodiče rozcházejí, není tvoje vina.
- **Rodiče tě mají stále rádi.**
- I když se hodně věcí mění, pořád máš mámu i tátu.
- Všechno se časem trochu usadí.
- **Není slabost říct si o pomoc. Je to odvaha.**



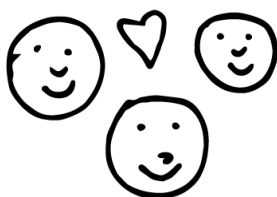
## Máš právo

- **Vědět, co se děje, a ptát se.**
- Na emoce – smutek, naštvaní, zmatek...
- **Aby tě někdo vyslechl.**
- Aby všichni respektovali, že potřebuješ **mít hezký vztah s maminkou i tatínkem.**
- Vědět, jak se rodiče dohodli nebo rozhodl soud.

Určeno pro děti mladšího školního věku (6–11 let)

## Nemusíš na to být sám/sama

- **Možná je ti smutno, bojíš se, cítíš vztek nebo zmatek.**  
A možná i úlevu, že se máma s tátou doma už nehádají.
- To všechno je v pořádku.  
Důležité je, abys na své pocity nebyl/a sám/sama.



## Kdo ti může pomoci

- **Sociální pracovníce z OSPODu** – hlídá, aby dětem bylo dobře a bezpečně. Může s tebou chtít mluvit, aby pochopila, co potřebuješ.
- **Soudce** – takový rozhodčí mezi dospělými. Snaží se najít nejlepší řešení pro všechny, hlavně pro děti.
- **Psycholog** – umí naslouchat a pomáhá, když máš těžké pocity nebo otázky.
- **Učitel/ka nebo školní psycholog** – můžeš se svěřit i ve škole.
- **Linka bezpečí 116 111** – anonymně a zdarma, kdykoli.

## Co ti vzkazují děti, které si prošly rozchodem rodičů



„Měla jsem strach to říct, ale pak mi pomohli a bylo mi líp.“

„Když o tom mluvím, už se tolik nebojím.“

„Když mě něco trápí, je lepší to říct, než to dusit v sobě.“

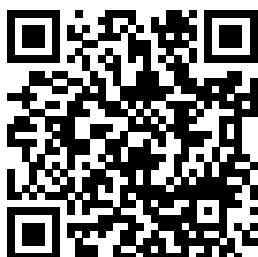
„Není to moje vina, že se rodiče hádají.“



**Chceš vědět,  
proč musí rodiče  
k soudu, i když nic  
neprovedli?**



## Každý rozchod je jiný. Ale žádné dítě v něm nemá být samo



Tady můžeš  
kouknout  
na zajímavé  
stránky

Nebo třeba  
na video





Financováno  
Evropskou unií

Aperio\*

LOW<sup>7</sup>

# Co se mnou bude, když se rodiče rozcházejí?



Věř, že...

Možná ses nedávno dozvěděl/a, že se rodiče budou rozcházet a úplně nevíš, co s tebou bude a co se bude dít dál?

Tady najdeš pár informací, které ti mohou pomoci situaci zvládnout a pochopit, na co máš právo a kdo ti pomůže.

- To, že se rodiče rozcházejí, není tvá vina a ani není tvá zodpovědnost to za ně řešit.
- Rodiče tě mají stále rádi.
- Určitě pořád budeš trávit čas s mámou i tátou – jen to asi nebude tak často jako doteď.
- Časem si všechno sedne.

Na co máš  
právo?

- **Máš právo na emoce.** Nemusíš je potlačovat ani se za ně stydět.
- Máš právo, aby ti rodiče řekli, co se bude dít, i když třeba sami ještě nevědí všechno.
- **Máš právo se ptát** a nechat si věci vysvětlit.
- Máš právo, aby se někdo zajímal o tvůj pohled na věc – i když rozhodnutí dělají rodiče nebo soud.
- Máš právo **vědět, jak se rodiče dohodli nebo co rozhodl soud.**
- Máš právo se ozvat, kdykoli ti nebude vyhovovat, jak to po rozvodu funguje.

Když tě něco  
trápí, je fajn to  
někomu říct

Nemusíš všechno zvládat sám/sama. Můžeš se rozhodnout, s kým o tom budeš mluvit a kdy. Pomoci ti mohou:

- **Kamarádi, prarodiče** nebo někdo z širší rodiny.
- **Školní psycholog nebo psycholožka.**
- Učitel/ka, které/mu důvěřuješ.
- **Linka bezpečí** – 116 111 (zdarma a anonymně, kdykoli).
- **OSPOD** – orgán sociálně-právní ochrany dětí.

Určeno pro děti staršího školního věku (12–18 let)

## Kdo všechno se může zajímat o to, co potřebuješ?

### • Sociální pracovnice z OSPODu

Má na starosti, aby se dětem dařilo dobře a aby byla dodržována jejich práva. Může s tebou mluvit, aby se ujistila, že tvá práva (např. na vztah s oběma rodiči) jsou naplňována, zeptala se, jak se cítíš a co by sis přál/a.

### • Soudce

Je rozhodčí ve „hře“, která se hraje mezi dospělými.

Protože před státem uzavřeli manželství, musí znovu stát rozhodnout, že už manželé nejsou.

Chceš-li, můžeš mluvit se soudcem i ty – máš na to právo.

Když se soudce chce ujistit, že jsou naplňována tvá práva, může s tebou chtít mluvit i on.

Kdyby ses se soudcem bavit nechtěl/a, můžeš odmítnout.

### • Psycholog

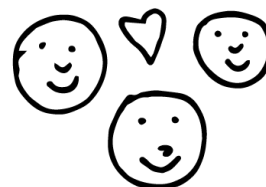
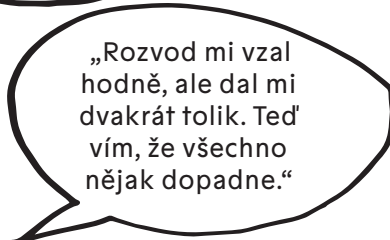
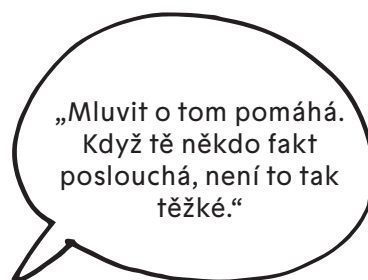
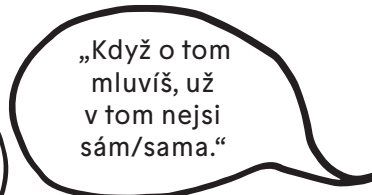
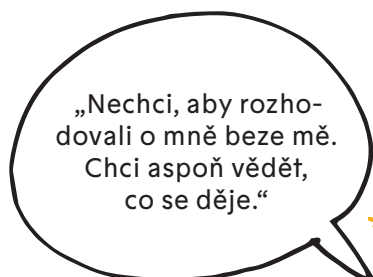
Naslouchá, klade otázky a pomáhá ti hledat cestu, jak se cítit líp, jak mluvit o svých pocitech a co s nimi dělat.

**Chceš vědět,**

**proč musí rodiče k soudu, i když nic neprovedli?**



## Co ti vzkazují děti, které si prošly rozchodem rodičů



**Každý rozchod je jiný.**

**Ale žádné dítě v něm nemá být samo**



Tady můžeš kouknout na zajímavé stránky

Nebo třeba na video



**Aperio**  Společnost pro  
zdravé rodičovství

[www.aperio.cz](http://www.aperio.cz)  
[www.zustavamerodici.cz](http://www.zustavamerodici.cz)