



UVĚDOMTE SI

- Váš rozchod neznamená konec vašeho rodičovského vztahu, bez ohledu na typ zvolené péče o děti (péče jednoho rodiče, střídavá péče, společná péče) máte oba nadále plnou rodičovskou odpovědnost stejného rozsahu a musíte vzájemně sdílet informace a rozhodování, které se týkají vašeho dítěte a domlouvat se na závažných rozhodnutích.
- Jakékoliv kroky, které vedou k omezování nebo poškozování druhého rodiče poškozují především vaše dítě a mohou být hodnoceny jako nedostatek vašich rodičovských kompetencí. Děti, které v situaci rozpadu rodin zůstávají v kontaktu s oběma rodiči, mají méně somatických, emocionálních a výchovných problémů než děti, které ztrácejí kontakt s jedním ze svých rodičů.
- Děti lépe zvládají rozpad rodiny, pokud je intenzita rodičovského konfliktu nízká a je jim zaručena fyzická, emocionální a sociální přítomnost obou rodičů v jejich životech.
- Způsob, jakým rodiče mluví s dětmi o rozpadu rodiny a to, jakým způsobem je zapojují do rozhodování o uspořádání péče, může mít vliv na to, jak dítě zvládne změny, které ho čekají.
- Zpočátku se může zdát nemožné zbavit se silných negativních pocitů, které se vážou k vašemu bývalému partnerovi/ce, a které mohou narušovat vaši schopnost spolupráce, - nemusíte být přáteli, ale zkuste rozvíjet racionální spolupracující vztah (obdobný profesním nebo obchodním), který je založen na dodržování pravidel a společném zájmu.
- Máte plně ve svých rukách, hlavách a srdcích, jaké dopady bude mít váš rozchod na prožívání a vývoj vašeho dítěte.