

---

# Milá maminko a milý tatínku,...

## 20 proseb dětí na své rozvádějící se rodiče

autorkou proseb je uznávaná dětská psycholožka a spisovatelka dětské literatury Dr. Karin Jäckel ([www.karin-jaeckel.de](http://www.karin-jaeckel.de))

zdroj: "Ty jsi MOJE dítě" (Jürgen Rudolph)

---



---

## Milá maminko a milý tatínku...

### 20 proseb dětí

1. Nikdy nezapomeňte: 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. 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 nebo mi předepište jeho adresu na obálku. Pomozte mi k Vánocům nebo k narozeninám pro něj vyrobit nebo koupit nějaký hezký dárek. Moje fotky nechte vždycky vyvolat dvakrát – jednou taky pro druhého rodiče.

4. Mluvte spolu jako dospělí lidé. Ale mluvte spolu. Nepoužívejte mě jako posílka 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.
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 obtěžujete nebo 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 jen málo. Ať se vám oběma daří tak dobře, abych se u vás obou mohl cítit stejnou mírou v pohodě.
  14. Nesoutězte o to, kdo mě víc rozmazlíte. Tolik čokolády bych totiž nikdy nemohl sníst, jak moc vás mám oba rád.
  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 maličností, které jsem dělával úplně sám s tatínkem nebo s maminkou.
  18. Buďte hodní na babičku a dědečka z druhé strany, i když při rozvodu stáli víc u svého dítěte. Taky byste při mně stáli, kdyby se mi vedlo špatně. Nechci ztratit ještě své prarodiče.
  19. Buďte 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 zlí.
  20. Buďte optimističtí. Svoje manželství jste nezvládli – ale zkuste alespoň dobře zvládat ten čas poté. Projděte si tyto moje prosby, které vám píši. Třeba si o nich promluvíte. 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 lépe.