

# TĚŽKÝ ÚDĚL macech a otčímů



*Neplastních rodičů žijí v Česku stovky tisíc, některé údaje mluví dokonce o milionu. Jak se této role zhostit co nejlépe? A dá se konkrétními kroky pomoci tomu, aby byl vztah s neplastními dětmi co nejharmoničtější?*

TEXT: IVA HADJ MOUSSA

**S**lova macecha a otčím jako by v sobě měly ostny. Ani výraz „neplastní rodič“ nezní zrovna příjemně. Už jen tato pojmenování naznačují, že role osob, žijících ve společné v domácnosti s dětmi, které nejsou v biologickém smyslu jejich, není jednoduchá. Nejprve něco osobního: sama neplastní dítě nevychovávat, ale můj manžel ano. Můj syn tak zhruba od svých čtyř let částečně vyrůstá s otčímem. Začátky jejich vztahu nebyly úplně idylické. O nějakém silnějším poutu a partáctví se dalo mluvit spíš až v synově mladším školním věku, a až teď, kdy je synovi třináct,

si troufám tvrdit, že jeho vztah s neplastním otcem je opravdu pevný, přátelský a stabilní, takže ho neohrozí ani drobná rozepře. Recept mého manžela, jak si proklestít cestu k neplastnímu synovi, by se dala shrnout do tří kapitol: netlačít na pilu, nechtít nemožné a za žádných okolností nemluvit špatně o synově vlastním otci.

## JAK TRÉNOVAT DŮVĚRU

Zkušenosti z mého okolí však napovídají, že ne všichni neplastní rodiče si s neplastními dětmi takhle sednou. Tak třeba otčím téměř dospělého syna jedné mé kamarádky je nepřiměřeně přísný a kluka peskuje za sebemenší hloupost. V další rodině se spolu nesnášejí „domácí“ děti s „přespolními“. Jak uchovat harmonii v rodině a nezbláznit se?

„Dítě potřebuje pro svůj zdravý vývoj zejména fungující vazby s dospělými, které mu slouží jako důležité body ve světě, v němž se učí orientovat. A tuto roli může zastat i neplastní rodič,“ říká brněnský psychoterapeut Jiří Salvét. Problém ve vztahu může podle něj nastat tehdy, když se s dítětem nepodaří vytvořit vztah důvěry a přijetí. „Právě vztah je mnohem důležitější než výchova samotná,“ dodává.

Jak projevy nepřijetí ze strany dospělého mohou vypadat? „Většinou jde o zvýšenou kritičnost, negativní komentáře, ignoranci a sarkasmus. To vše je pro dítě velmi zraňující. Další riziko navíc číhá hned vedle: pokud vlastní rodič před tímto nedokáže své dítě ochránit, to se bude cítit zrazeno a v jistém smyslu i opuštěno vlastním rodičem,“ zdůrazňuje Jiří Salvét.

## VŠECHNO MÁ SVŮJ ČAS

Terapeutka Kristýna Kubíková má kromě svých dvou dětí také dvě neplastní. Jaká je její zkušenost? „Rozhodně to není jednoduché,“ přiznává Kristýna. „Udělalí jsme s partnerem spoustu chyb, které jsme pak museli složitě napravovat. Jednou z nich bylo příliš brzké stěhování, a ještě ke všemu do malého bytu. Vydrželo to pouhý měsíc a stěhovali jsme se zase každý pěkně do svého,“ vzpomíná na těžké chvíle Kristýna Kubíková.

FOTO: SHUTTERSTOCK

Jednoznačně z toho podle ní vyplývá, že všechno má svůj čas. Rodiny se našťestí po příliš rychlém startu poučily a daly přednost dvěma letům pozvolnému poznávání. Až pak se nastěhovaly do prostorného bytu, ve kterém má každý člen domácnosti své soukromí.

„Funguje to perfektně,“ pochvaluje si Kristýna. „Hodně jsme o tom s dětmi mluvili, bydlení vybírali společně. Poslouchali jsme názory dětí na společný život a řídili se jimi. Hodiny a hodiny jsme s partnerem rozebírali, jak které dítě na druhého partnera reaguje, co je třeba zlepšit. Myslím si, že ani jeden z nás se necítí jako neplastní rodič, spíš jako kamarád. Po roce společného soužití konečně můžu říct, že jsme rodina,“ uzavírá terapeutka.

## CIZÍ LIDÉ SPOLU DOMA

Ti, kteří se starají o neplastní děti, často řeší, jestli je mají nějakým způsobem vychovávat. Kristýna Kubíková tvrdí, že bez hezkého vztahu je to prakticky nemožné. „Pokud spolu s neplastním dítětem nemáte vybudovaný dobrý vztah, nemůže být o výchově ani řeč. Vždyť na samém počátku jste vzájemně zcela cizí lidé. Vstoupili jste si do soukromí, aniž byste si to cíleně vybrali. Teprve zkoumáte jeden druhého. Pak se začnete v lepším případě tolerovat, ideálně se postupně začínáte mít rádi. To může trvat rok, klidně dva.“

Spíš než vychovávat formou nevyžádaných rad, pokynů a návodů na život nebo trestáním za neposlušnost a neuposlechnutí příkazů, je podle terapeutky lepší jít dítěti příkladem. Což ostatně platí pro všechny rodiče.

## TŘETÍ RODIČ

Psycholožce a koučce Kamile Šimůnkové se výraz „neplastní dítě“ nikdy nelíbil, a tak si prostě vymyslela nový. Sama má jedno vlastní dítě, a k tomu dvě „bonusové“. Zrovna tak jí nelahodilo označení „neplastní rodič“, a místo toho používá označení „třetí rodič“ – napsala o tom i knihu se stejnojmenným názvem. Kromě vyličení jejího osobního příběhu tu čtenář najde praktické tipy pro každodenní život a zvládání náročných situací.

„Když člověk jedná v roli třetího rodiče, dělá většinou to nejlepší, čeho je v tu chvíli schopen,“ popisuje autentickou zkušenost Kamila Šimůnková. A někdy se taky snaží až moc: „U třetích rodičů občas bývá běžné takzvané rozmazlování bonusových dětí, třeba zahrnování dary, odpuštění povinností nebo příliš velká

*„Nejsem neplastní rodič. Jsem třetí rodič.“*

K. ŠIMŮNKOVÁ, PSYCHOLOŽKA

tolerance.“ Psycholožka je zároveň toho názoru, že rodiče se někdy zapomínají dívat kriticky na sebe a to negativní vidí jen u dětí. „Je rozhodně lepší zaměřit se více na to, co se nám daří a co nás spojuje,“ upozorňuje.

## JINÁ LÁSKA

A nakonec přichází ta nejtěžší otázka: Může mít rodič neplastní dítě rád stejně tak, jako své vlastní? „Myslím si, že může, ale že toho většinou nejsme zcela schopni. Můžeme se k tomu však aspoň přiblížit. Je naší povinností se o to minimálně pokoušet,“ říká na toto téma terapeut Jiří Salvét.

Kamila Šimůnková si myslí, že takto otázka vůbec nestojí: „Myslím si, že podobně bychom se ani ptát neměli. K neplastním dětem máme samozřejmě jiný citový vztah než k vlastním, to je dáno přírodou a nemá cenu se nutit do jiné polohy. Zároveň má mnoho neplastních rodičů své bonusové děti skutečně velmi rádo. Jejich láska jenom vznikla na jiných základech. To ale rozhodně neznamená, že je horší nebo menší.“

## JAK ZLEPŠIT VZTAH S NEPLASTNÍM DÍTĚTEM?

- Udělejte si čas a podnikněte s ním něco sami. Běžte do kina, na výlet nebo na nákup, zaspoutujte si. I taková drobnost se příznivě odrazí ve vašem vztahu.
- Pěstujte v rodině atmosféru otevřenosti a respektu. Nebojte se mluvit o svých potřebách, o tom, co prožíváte a co cítíte.
- Nespěchejte. Vybudovat si láskyplný vztah vyžaduje spoustu času a trpělivosti.
- Nastavte si vlastní pravidla, která fungují pro všechny.
- Zaměřte svou pozornost na to, co vás baví, co vás rozesměje.
- Pokud se přece jenom vztahy ve vaší rodině nelepší, neváhejte se obrátit na odborníka.