

CO BY NEVLASTNÍ TÁTOVÉ DĚLAT NEMĚLI

Připravít se teoreticky předem na soužití s partnerkou, která již má děti z předchozího vztahu, je téměř nemožné a tak není nic mimořádného, když po počátečních představách a plánech přijde rozčarování. Mnoho mužů by rádo vědělo, proč se cítí v rodině tak často opuštěni, proč se nevlastní děti a partnerka tak často spojují proti němu. Tento rozpor mezi těmi nejlepšími úmysly a realitou je bolestný a matoucí.

Zde je pár tipů, které mužům mohou pomoci situace lépe zvládat, lépe se v momentální životní roli zorientovat.

- 1. Neočekávejte, že Vy budete tou hlavní autoritou v rodině.** *Možná si představujete, že Vaše žena a její děti Vás přijmou mezi sebe a uvítají Vaše představy o chodu rodiny, o pořádku a o způsobech chování a budou je respektovat. Tomu se ale raději vyhněte, snadno se tím můžete stát v rodině velmi nepopulárním. Dříve, než budete vyžadovat respekt, je třeba nechat vyrůst vztah mezi Vámi a dětmi a to je běh na dlouhou trať. Místo vyžadování „svých“ pravidel raději se ženou stanovte pravidla chodu domácnosti, která budou platit pro všechny, popovídejte si o tom proč je to či ono dobré dělat právě tak a nechte i děti, ať se do těchto hovorů a plánování zapojí.*
- 2. Neberte si to osobně.** *Dříve či později s velkou pravděpodobností nastane okamžik, kdy Vás děti budou odmítat, budou vystupovat proti Vám. Může se to stát, když se nastěhujete do rodiny, může se to stát, když se vrátí z návštěvy u svého táty nebo třeba když se snažíte být lepším než právě jejich biologický otec. Může se to stát třeba také tehdy, když se oženíte s jejich matkou, příčin je celá řada. A je zcela přirozené, že se při tom cítíte zranění a naštvaní. Zkuste to ale nebrat osobně. Nejde o Vás, ale o kohokoliv, kdo by byl v tu chvíli na Vašem místě. Dříve, než se necháte unést negativními pocity, zkuste se několikrát pořádně zhluboka nadechnout a vydechnout a teprve pak s dítětem mluvit.*
- 3. Neberte na sebe roli „toho zlého“ rodiče.** *Některé ženy chtějí být pro své děti hodné a milé a rády by vyžadování disciplíny a pravidel nechaly na toho druhého, v tomto případě na nevlastního tátu, tedy na Vás. Nenechte se do této role vmanévrovat, nakonec se to obrátí proti Vám a děti Vás budou nenávidět. Promluvte si o tom se svou ženou a vysvětlete jí, že se v takové roli necítíte dobře a že to nakonec poškodí i Váš vztah. Stanovte si rodinná pravidla a vyžadujte je oba stejným dílem.*
- 4. Neočekávejte, že děti ocení, co pro ně děláte.** *Obecně platí, že děti se musí zdvořilému a slušnému chování učit. Děkovat ani zdravit pro ně není samozřejmostí. A většinou platí také to, že nejhůře se chovají právě ke svým rodičům. Jakmile se tedy stanete partnerem jejich matky, začnou se tyto hrubší „způsoby“ vztahovat i na Vás. Nezapomínejte také na to, že děti v zásadě nechtějí, abyste žil s jejich matkou, většinou v hloubi duše chovají malou naději, že by se třeba možná někdy mohli rodiče k sobě vrátit. Ani tento fakt hodnotu Vašeho konání zrovna nezvyšuje. Znovu si uvědomte a v duchu opakujte, že nejde o Vás osobně. Promluvte si o tom s partnerkou a pak i s dětmi, řekněte jim, že Vás nemusí milovat, ale chcete, aby se k Vám chovaly stejně jako Vy k nim, tj. bez hrubostí a s dodržováním základních zásad slušného chování.*

5. **Nežijte v představě, že budete novým tatínkem.** *Vaše představy se nejspíš záhy ukážou jako nereálné a Vy byste se jen zbytečně trápili. Zejména v rodinách, kde se biologický táta v okolí vyskytuje, nemá cenu abyste s ním jakkoliv soutěžili či se snažili být lepším než on. Děti mohou navíc často cítit pocit viny, když mají rády i Vás. Uvažují v rovnici, že mají-li rády Vás, znamená to, že už nemají rády tátu, proto Vás mohou odmítat. Je to bolestivé, ale nezapomínejte – není to osobní. Místo snahy nahradit tátu s dětmi zkuste budovat přátelský vztah. Nedělejte s nimi to samé, co dělají s biologickým otcem, zkuste najít něco jiného, co bude jen Vaše společné. Umožněte dětem, aby měly rády Vás i svého tátu.*

6. **Nedopusťte, aby děti měly pocit, že je odmítáte.** *Uvědomte si, že když se na nevlastní děti zlobíte (a třeba i oprávněně), cítí mnohem intenzivněji pocit odmítnutí, než když se na ně zlobí jejich biologičtí rodiče. Je to dáno tím, že mezi dětmi a jejich biologickými rodiči je hluboké vnitřní pouto, jejich vztah má dlouhou historii. A tak děti vědí, že i když se rodiče zlobí, že je stále milují. U Vás je to ale něco jiného, a když Vy se zlobíte, mohou se snadno cítit nemilované, odmítané. A takový pocit nemá rád nikdo. Může to být pořádně těžké, ale zkuste s dětmi promluvit s pochopením, zkuste jim dopřát pocit, že jsou vyslyšeny. Nakonec se Vám to vyplatí, prohloubí to vztah mezi Vámi. A to je dobrý výsledek.*

Nezapomeňte, že soužití s nevlastními dětmi je hodně těžké a mnohdy to přináší řadu bolestných pocitů. Důležité je, abyste mohli mluvit se svou ženou o všem, co prožíváte. Ne proto, abyste ji obviňovali či vyčítali, ale proto, abyste společně vše těžké překonali. Soustřed'te se na vztah s Vaší ženou, uvědomte si, co na ní milujete. Vzájemná láska, čas a trpělivost Vám pomohou vše zvládnout. Prostě to nevzdávejte!

Pro Třetí rodiče přeložila a obohatila svou zkušeností Marie Řeháková

Původní zdroj: <http://stepfamilycenter.com/the-6-donts-of-being-a-stepdad/>