

POHODOVÉ VÁNOCE (I) V KOMPONOVANÉ RODINĚ

Vánoce mohou být samy o sobě docela stresová záležitost. Jsme přesvědčeni, že vše prostě MUSÍ být perfektní, pohodové, idylické a krásné, snažíme se pro to udělat maximum. Když nestihnáme, začíná vznikat mírné či větší napětí, přidáme-li k tomu složité vztahy a někdy vypjaté emoce v komponované rodině, k pořádnému výbuchu nemusí být daleko. Ale věřte, že vše nakonec může dobře dopadnout.

Nechte věcem volný průběh

Když se spojí dvě rodiny v jednu komponovanou, je velice nepravděpodobné, že by se v obou původních dodržovaly všechny vánoční zvyky naprosto stejně. Jedni zdobí stromeček zásadně až na Štědrý den, druzí v jeho předvečer a na Štědrý den se chodí na procházku. Jedni si nedovedou představit tradiční večeři bez kapra, druzí vyžadují kuřecí řízky. Jedni si večer zpívají koledy, druzí sledují vánoční pohádky. A takových rozdílů můžeme nalézt nespočetně....co s tím?

Nesoustředte se na rozdílné detaily, naopak si užívejte společně strávený čas. K večeři mohou být řízky i kapr, stromeček se může večer připravit do stojánku a ráno doladit jeho výzdoba. Buďte otevření ke kompromisům, nechte věci volně plynout, slevte z „těch svých“ představ o dokonalosti. Snažte se o vytvoření docela pěkné vzpomínky, rozhodně nemusí být perfektní.

Soustředte se na děti

Zkuste v období Vánoc hodit za hlavu své dospělé smutky, frustrace a nespokojenosti. (Po Vánocích bude dost času na jejich řešení.) Soustředte se na to, abyste dětem (svým i partnerovým) připravili krásné Vánoce, na které budou rády vzpomínat. Zkuste dětem naslouchat, jak si ony představují Vánoce, co mají rády, co jim chutná. Vyzkoušejte třeba jejich oblíbený recept na cukroví podle partnerovy maminky, nebojte se experimentovat, zkusit věci jinak. I to může být dalším krůčkem na cestě ke vztahu mezi Vámi a dětmi partnera.

Dívejte se dopředu, neohlížejte se zpět

Je zcela přirozené, že vznikne-li komponovaná rodina, Vánoce a celé vánoční prázdniny budou probíhat jinak, než tomu bylo doposud. Ovšem jinak neznamená hůře. Mluvte o tom s dětmi i partnerem, dělejte společná rodinná rozhodnutí, kde každý hlas bude mít svou důležitost, zapojte děti do plánování. Nebojte se mluvit nahlas o tom, že Vaše nová komponovaná rodina nemůže být stejná jako ta původní. Využijte tuto příležitost ke vzniku nových tradic a zvyků, takových, v nichž bude dobře každému z Vaší nové početné rodiny.

Pro Třetí rodiče volně přeložila a obohatila svou zkušeností Marie Řeháková

Původní zdroj: <http://www.sheknows.com/parenting/articles/848411/tips-for-navigating-the-holidays-with-a-blended-family>