



# Pohľad odborníčky

**Janette Šimková**



vzťahová  
a partnerská  
koučka,  
[lifekoucing.sk](http://lifekoucing.sk)

→ Pre dieťa je ideálne, keď vyrastá v úplnej rodine, no nie za každú cenu. Ublíži mu, keď je rodinné prostredie plné napätia, nešťastia a konfliktov. Nezhody pri výchove detí patria medzi najzáľudnejšie, práve kvôli nim sa veľa vzťahov rozpadá. Je potom náročné ustáť súperenie o priazeň detí.

→ Malý človečik má vyrastať v láske a porozumení. Keď to nie je možné v úplnej rodine, môže mu to poskytnúť každý rodič samostatne. Dá sa to vtedy, keď sa vedia dohodnúť na výchove, korektne komunikujú a dodržiavajú nastavené pravidlá. Vtedy je pre dieťa skúsenosť so životom u oboch rodičov na striedačku prínosná a dieťa netrpí.

→ Keď sa žena stáva slobodnou matkou, je na nej všetka zodpovednosť a podpora dieťaťa. Je to veľká záťaž, lebo žena ako samoživiteľka máva na dieťa menej času. Náročné je to aj preto, lebo má dvojrolu - je zároveň matkou i otcom, a teda mala by byť rovnako láskyplná, ako aj prísna, keď treba, a tiež vytyčujúca hranice, zásadová a spravodlivá... Keď je to možné, dieťa by malo mať kontakt s otcom. Aj keď zlyhal ako partner, alebo žena ho za partnera nechce, neznamená to automaticky, že bude aj zlý otec.

→ Na čo si treba dať pozor, keď ste slobodná matka?

- Poskytnúť deťom voľnosť a nedusiť ich extrémnou opaterou.
- Komunikovať s dieťaťom otvorene a úprimne, nehrať s ním hru na tajomstvá a upravené príbehy.
- Dieťa rastie a v čase dospievania potrebuje iný prístup. Keď príde čas osamostatňovania sa, treba ho podporovať, nie k sebe za každú cenu pripútať.
- Keď ste sa stali slobodnou mamičkou z vlastnej vôle, príde čas, kedy treba dieťaťu o tomto rozhodnutí povedať. Chce to starostlivú prípravu, aby vás vaše dieťa správne pochopilo. ■