

## Rozpad manželství a rozvod

Od manželské krize k rozvodu většinou uplyne dost dlouhá doba. V praxi se stává, že od první vážné úvahy o rozvodu k jeho realizaci u soudu uplyne minimálně rok, ale k vyrovnání se s důsledky tohoto kroku dochází mnohem později, u některých klientů vůbec. Málokdy se dva jedinci shodnou na tom, že v jejich soužití došlo ke změnám, které ve stejné době v zájmu psychického zdraví svého i dalších členů rodiny hodlají řešit dohodou o rozvodu. Většinou je jeden z partnerů již rozhodnut a druhý se teprve o jeho úmyslu dozvídá.

Plaňava (in Manželství a rodiny, 2000) uvádí **čtyři etapy předrozvodového, rozvodového a porozvodového dění.**

1. etapa se nese v duchu rozšiřování poruch z jedné oblasti soužití do dalších oblastí; bilancování soužití; narůstání rozvodového potenciálu (Crane, D.R. a spol., 1984, testovali položky, kterými zjišťovali, zda klient kontaktoval advokáta ve věci rozvodu a zda mluvil s partnerem o úvahách rozvést se či opustit společnou domácnost; zda ho napadají často myšlenky na rozvod; jak si představuje vše kolem dětí v době rozvodu a po něm; zda již uvažoval o majetkových záležitostech; zda již žijí manželé odděleně; zda někoho seznámili se svými manželskými problémy; zda o rozvodu uvažují jeden nebo druhý spíše v době hádky nebo po ní). Plaňava s diplomanty rozšířil položky – viz MaR, 2000 str. 164-165.
2. etapa už zahrnuje rozvodové rozhodování a rozhodnutí, kdy manželé vnímají aktuální soužití jako neúnosné, snaží se o změnu, ale často každý uvažuje o jiné změně a většinou se jeden přiklání k rozvodu a druhý partner rozvod odmítá. V této fázi se vynořuje spousta negativních emocí – výčitky, vytahování starých záležitostí, pláč i vyhrůžky. Často už v této fázi dochází k „zatahování „ dětí do dění, manipulování ve smyslu získat děti na svoji stranu.
3. etapu tvoří rozvodové jednání, během něhož se děje řada věcí; zveřejnění rozhodnutí se pro rozvod, návštěva advokátní kanceláře, podání návrhu na rozvod. V průběhu této etapy ten, kdo podává návrh na rozvod buď bydlí ve společném bytě, nebo se odstěhoval. Podstatné je, že v této době se do situace dostanou i děti – už jen prostou informací o změnách, které rodinu čekají. Často se dětmi manipuluje, rodiče se snaží „přetáhnout“ děti na svou stranu, případně tvořit s dětmi proti druhému rodiči koalici (lze vnímat spíše jako spolčení proti němu). Třebaže na počátku může být snaha rodičů ujistovat děti, že se s odcházejícím rodičem budou vidět často, skutečnost se někdy ukazuje jako drsná tehdy, kdy odcházející rodič přestane jevit o děti zájem a ještě smutnější, když i zůstávající rodič neunes situaci a věnuje pozornost především sám sobě, případně si z dětí dělá „vrbu“ a zahltí je svými steskami bez ohledu na to, co děti v dané situaci potřebují.
4. etapu provází oddělení se – doslova prostorově, ale i psychicky - od bývalého manžela vytvoření si nového způsobu života.

**Psychorozvod** je množství jevů interakčních a intrapsychických, které doprovázejí jak manžele, kteří jsou zároveň rodiči, tak děti i prarodiče po rozpadu manželství.

Úkoly, které je třeba zvládnout v souvislosti s adaptací na rozvod, formuluje Plaňava už ve své publikaci *Jak se (ne)rozvádět*, Grada 1994, Praha a objevují se v *MaR, Doplněk 2000*:

- partnerské odpoutání a distanci od manželství (zvládnout odžít si i pochopit, že manželství končí a nebude pokračovat; dokázat odplakat, vybouřit agresi, rozhořčení, zoufalství nad tím, co si partner dovolil a si má opuštěný počít); po odeznění těchto emocí se může opuštěný zamýšlet na důvody rozpadu manželství
- umění oddělit manželství od rodičovství a hledat cestu, jak zůstat rodiči, kteří nedevalvují jeden druhého před dětmi; nesnažit se to, co se nezdařilo v manželství, účtovat před dětmi nebo přes děti
- uvědomit si, že pro děti je rozvod vždy ztrátový, proto pečovat o děti tak, aby měly jistotu, že rozvod je věcí mezi dospělými a, i když se jich dotýká, nejsou děti viníky; zajistit průběh alespoň některých zájmových aktivit, na které byly zvyklé; zajistit, aby se mohly kontaktovat s prarodiči; rodiče mají dětem říct pro ně přístupným způsobem, co se děje, jak se bude odvíjet budoucnost; každý z rodičů má mít možnost kontaktovat se s dětmi sám, aby si jak on, tak děti mohli na novou skutečnost zvyknout
- porozvodová adaptace se děje, pokud oba bývalí manželští partneři zvládli, co je naznačeno v předchozích bodech; pak se teprve může každý z nich dívat směrem do budoucnosti; s tím souvisí bytové oddělení se; navázání nových nebo oživení dřívějších vztahů, které nesouvisejí s již bývalými manželi; dohodnout se na fungování porozvodového rodičovství; vyjednat porozvodové finanční vyrovnání a dodržet je; vnímat výši a placení výživného na děti jako peníze, díky nimž mohou pokračovat v započatých zájmových aktivitách; uvědomit si právo na nové eroticko sexuální vztahy ( kdy seznámit děti s novým partnerem či partnerkou)