

## **Když dospělé děti opustí hnízdo**

Pro rodiče malých dětí je to hodně vzdálená budoucnost. Že by jejich děti, které nyní vyžadují neustálou pozornost, péči a rodičovskou bdělost, měly být jednou samostatné, neřkuli odejít z rodného příbytku? A přece čas utíká tak rychle, dítě dostuduje střední školu, možná zvládne i vysokou a čas vylétnutí z hnízda se nezadržitelně blíží. Co je pro tohle období klíčové ve vztahu rodič – (dospělé) dítě? Co je důležité ve vztahu rodičů, jejichž dítě se vydalo do dospělého samostatného života? Vylétnutí dětí z rodného hnízda vlastně není předělem, který by jasně a přesně odděloval pevninu od vodní hladiny. Je to proces. Postupné osamostatňování dětí probíhá již od útlého věku a je důležité, aby dítě mohlo zažít jeden krůček za druhým tak, jak na sebe mají navazovat a vést k tomu, že se dítě jednou zvládne postavit samo na své dospělé nohy. Také partnerský vztah rodičů, jejich dospělé děti opouští rodný dům, se ideálně nemění ze dne na den. Výhodou je vztah, který je dlouhodobě schopen sytit i jiné potřeby než tu rodičovskou. Partnerská dvojice pro zahlcení rodičovskými povinnostmi, starostmi o chod domácnosti a pracovními výzvami může snadno zapomenout, že jejich vztah je nutno ošetřovat a zalévat proto, aby jako pomyslná kytka neuschl. Pakliže vztah dostává pravidelnou výživu, je zde naděje, že bez větších obtíží přestojí i odchod dospělých dětí z rodného domu.

PhDr. Magdalena Dostálová

Psycholožka a psychoterapeutka

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

Praha 12 – Modřany

[magdalena.dostalova@csspraha.cz](mailto:magdalena.dostalova@csspraha.cz)