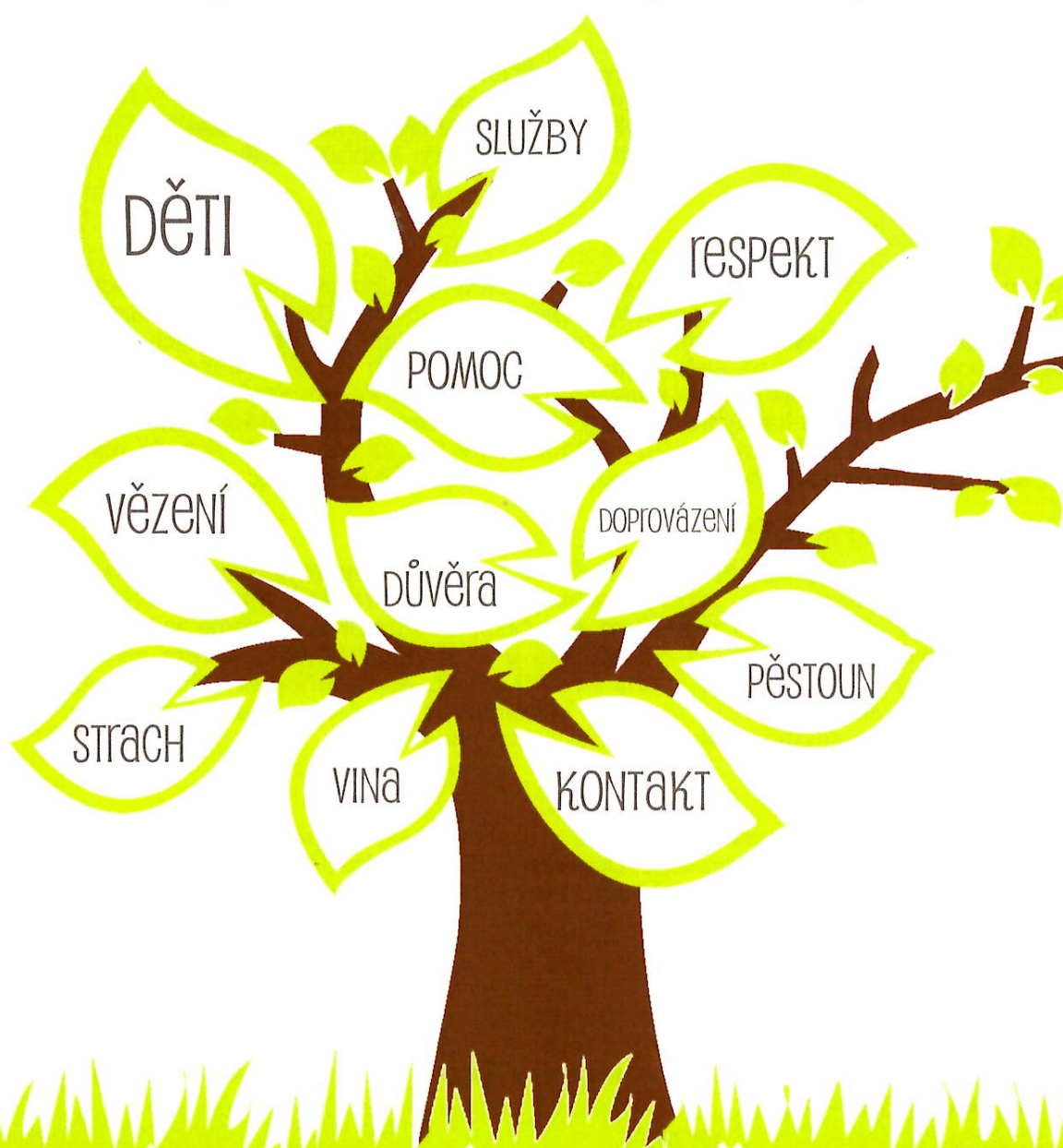


Možná máte více práce, možná potřebujete změnit bydlení, musíte zařídit hodně věcí. Někdy bojujete s pocity hněvu, nespravedlnosti, nelibosti. Možná nechcete, aby dítě udržovalo s uvězněným rodičem kontakt, ale chcete dělat vše, co je pro děti nejlepší.

Děti potřebují milující podporu svých rodičů – dokonce i těch za mřížemi. Děti na své rodiče nezapomenou a chtějí vědět, že ani ony nebudou rodiči zapomenuty.



Malý pomocník pro pěstouny,
kteří pečují o děti,
jejichž rodiče jsou ve vězení

Materiál je součástí projektu
"Děti jsou bez viny".

Více info na
www.cprd-prerov.cz

Malý pomocník pro pěstouny, kteří pečují o děti, jejichž rodiče jsou ve vězení

Budování smysluplného a pozitivního vztahu mezi dětmi a jejich uvězněným rodičem nemusí být snadné, ale je to možné. A vaše úsilí by mohlo podpořit vztah, který bude prospěšný všem v rodině. Ačkoli to není vždy vhodné, děti ve většině případů chtějí mít nějaký kontakt s rodiči. Následující nápady vám mohou pomoci...

1. Ukažte dítěti vaši úctu a respekt k jeho rodiči.

Bez ohledu na vaše osobní pocity vůči uvězněnému rodiči je nejlepší jej před dětmi respektovat. Urážky nebo kritika rodičů pouze přispěje ke stresu a zmatenosti dítěte (dítě často prožívá vůči rodiči na jedné straně lásku a náklonnost a na druhé zlost nebo strach). Namísto odsouzení rodiče, mluvit upřímně o tom, že udělal špatné rozhodnutí, a nyní čelí důsledkům. Použijte tento příklad k posílení významu správných rozhodnutí.

2. Podporujte kontakt mezi rodičem a dítětem

Kdykoli to bude možné, umožněte dětem, aby si promluvily s rodičem. I když se bude jednat pouze o telefonní hovor. Někdy děti neví, o čem s rodičem hovořit - pokud víte, kdy plánuje zavolat, pomozte dětem se na hovor připravit. Společně vyberte nějaká témata, o kterých bude dítě s rodičem hovořit. Také děti povzbuzujte a pomáhajte jim se psaním dopisů, kreslením obrázků nebo fotografováním fotek.

3. Respektujte pocity dítěte.

Buďte k dítěti upřímní v tom, kde je jejich rodič. Nesnažte se chránit děti tím, že jim řeknete, že jejich rodič je na služební cestě a podobně. Pokud zjistí pravdu z jiného zdroje (neopatrný soused, článek z novin, kamarád ve škole atd.), budou se na Vás zlobit, přestanou vám důvěřovat a budete jen velmi těžko jejich důvěru získávat zpět. Nemusíte jít do všech podrobností. Způsobem vhodným pro jejich věk a úroveň porozumění jim vysvětlíte, že jejich rodič udělal nějaké chyby a nyní musí přijmout důsledky. Povzbudte děti, aby mluvily o svých pocitech a snažte se, aby věděly, že každý pocit, který mají, je přirozený (je v pořádku rodiče stále milovat a zároveň se na něj zlobit, že nemůže být s námi). Připomínejte jim, že není jejich vina, že máma nebo táta jsou ve vězení. Když rodič něco udělal špatně, to neznamená, že se už o děti vůbec nestará.

4. Navštivte rodiče ve vězení.

Pokud má dítě zájem, vezměte jej na návštěvu do vězení. Nejdříve připravte děti na to, co je bude ve vězení čekat - procházení bezpečnostními branami, sezení v návštěvní místnosti, atd. Pokud sami nevíte, co vás čeká, informace si dopředu vyhledejte (např. na webu dané věznice). Stejně jako u telefonních hovorů můžete pomoci dětem s tématy, o kterých by chtěly s rodiči mluvit. Buďte připraveni jim pomoci, když se s rodičem po skončení návštěvy budou loučit - loučení je součástí návštěvy, můžete si pro to vymyslet třeba nějaký rituál, který ho ulehčí.

5. Myslete i na sebe.

Vaše fyzické a duševní zdraví je důležité, protože děti ve vaší péči jsou na vás závislé. Dostatečně odpočívejte a relaxujte. Dopřejte si životní radosti a snažte se dělat to, co máte rádi a co Vás baví. Starat se o sebe není sobecké, je to nutnost pro to, abyste se mohli dobře starat o druhé.

6. Pamatujte, že nejste sami.

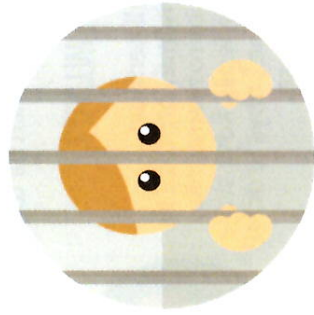
Možná si tak někdy připadáte, ale sami rozhodně nejste. Obrátte se na svého klíčového pracovníka ve vaší doprovázející organizaci. Můžete si s ním promluvit o těžkostech, kterými procházíte a zároveň získat cenné informace nebo kontakty na další odborníky. Někdy je možné získat kontakty i na další pěstouny, kteří procházejí podobnou situací nebo už jí prošli.

Na závěr

Může se stát, že z nějakého důvodu není kontakt dítěte s rodičem doporučen nebo je dokonce zakázán. V tomto případě se řiďte doporučením (nařízením) soudu či jiných odborníků. Ani v tomto případě si ale před dětmi nevymýšlejte a otevřeně (a věku přiměřeně) sdělte pravdu.



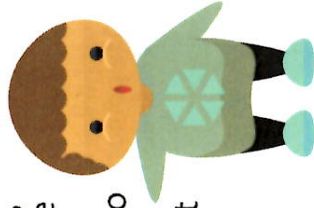
MOJE MÁMA JE VE VĚZENÍ



PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ MÁMA SE OCITLA VE VĚZENÍ.

Lidé většinou nemluví o tom, že je někdo z rodiny ve vězení, protože je to velmi osobní informace.

Možná máš spoustu otázek, ale nikdo z dospělých lidí ve tvé rodině ti na ně nedokázal odpovědět. Tento průvodce ti může pomoci vysvětlit, co to znamená mít mámu ve vězení.

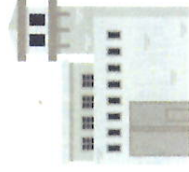


CENTRUM PRO RODINU A DĚTI PŘEROV, Z.S.

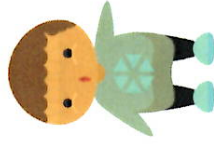
www.cprd-prerov.cz

PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ MÁMA SE OCITLA VE VĚZENÍ.

Vězení (věznice) je místo, kde jsou uvězněni dospělí, kteří jsou odsouzeni za nějaký zločin – to znamená, že porušili nějaká pravidla ve společnosti, kterým říkáme **zákony**. Dospělým, kteří jsou ve věznici, se říká vězni (odsouzení).



Když je máma uvězněná, ty můžeš žít s...



- tátou;
- jiným členem rodiny;
- v pěstounské péči u nějakého člena rodiny;
- v pěstounské péči u někoho, koho ještě neznáš;
- v dětském domově.

Někdy to může znamenat přestěhování se do jiného města, změnu školy a další. Někdy sourozenci odcházejí bydlet každý k jiné osobě. Všechny tyto změny jsou velmi náročné. Může ti pomoci sepsat si, kde se nachází členové tvé rodiny a s kým můžeš o této situaci mluvit.

CO PROŽÍVAJÍ DĚTI, KTERÉ MAJÍ MÁMU VE VĚZENÍ

Když jde máma do vězení, může to být velmi těžké, ale v některých případech to může být naopak úleva.

Můžeš prožívat různé pocity, někdy i více pocitů najednou. Pocity se mohou často a rychle střídát. Některé děti pociťují smutek, strach, vinu, nedůvěru, úzkost, vztek a /nebo bezmoc.

Je důležité svoje pocity pochopit a porozumět jim - v tom ti mohou pomoci někteří dospělí.

PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ MÁMA SE OCITLA VE VĚZENÍ.

OTÁZKY, KTERÉ TĚ MOŽNÁ TRÁPÍ...



PROČ JE MÁMA VE VĚZENÍ?

Lidé jdou do vězení, **protože nedodržovali zákony**. Zákony jsou pravidla, která nám říkájí, jak se lidé mají a nemají chovat. Děti mají také pravidla chování. Když ty porušíš nějaké pravidlo, možná pak nebudeš moci ven nebo na počítač. Vězení je jako dlouhý čas, kdy nemůžeš jít ven.

CO TEĎ BUDE SE MNOU?

Dětem se často dost změní život, když jde máma do vězení. Nikdo nemá rád, když se cítí nejistě. Ten, kdo se o tebe teď stará, by ti měl pomoci odpovědět na tyto otázky:

Jak dlouho bude máma ve vězení?
Budu bydlet na tom samém místě?

Budu se muset stěhovat?

S kým teď budu bydlet?

Budu moci zase bydlet s mámou, až se vrátí z vězení?

JE TO MOJE VINA?

NE!! Hodně dětí si myslí, že je to jejich vina, ale tak to není.

Pomůže ti, když s někým, komu můžeš věřit (rodič, pěstoun, vychovatel, psycholog, učitel...), probereš svoje pocity a myšlenky o tom, proč šla tvoje máma do vězení.

PŮJDU TAKY DO VĚZENÍ?

I když se můžeš v mnohém podobat své mámě, neznamená to, že také skončíš ve vězení. **Každý jsme sám zodpovědný za volby, které ve svém životě děláme.**

KDE LIDÉ VE VĚZENÍ BYDLÍ?

Bydlí v místnosti, které říkáme **cela** nebo ložnice. V téhle místnosti jsou postele, skříňky, stůl a židle. Místnosti jsou většinou malé a vypadají všechny stejně. Záchody a umyvadla jsou někdy společné.

CO LIDÉ VE VĚZENÍ NOSÍ ZA OBLEČENÍ?

Různé věznice mají různá pravidla oblékání. Často nosí nějaké jednotné oblečení – šedý vězeňský úbor. Když přijdeš na návštěvu, máma se většinou může převléknout do jiného oblečení.

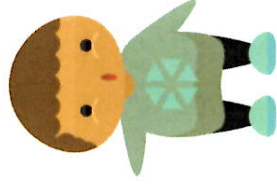
CO LIDÉ VE VĚZENÍ JEDÍ?



Většina lidí ve věznicích jí v jídelnách, které vypadají podobně jako školní jídelny. V některých vězeních se jídlo rozvazí lidem do jejich cel.

MAJÍ LIDÉ VE VĚZENÍ TELEVIZI, KNIHOVNU... A MOHOU JÍT VEN?

Ve většině věznic je speciální místnost, kde se mohou dívat na televizi. Knihovny jsou ve všech věznicích. Obvykle mají lidé ve vězení nějaký čas na procházku po dvoře. Skupiny vězňů se tam mohou jít na hodinu nebo dvě projít ven na dvůr, mohou hrát hry, sportovat nebo si jen tak povídat. Mohou si také vybrat jiné činnosti, které jim dané vězení nabízí.



PRACUJÍ LIDÉ VE VĚZNICÍCH?

Většina lidí má ve vězení povinnost pracovat. Také mohou navštěvovat nějakou školu.

JAK LIDÉ VE VĚZENÍ TRÁVÍ SVŮJ ČAS?

Ve vězení by měli lidé trávit svůj čas smysluplně. Pracují, vzdělávají se nebo chodí na speciální programy (např. odvykací léčba pro lidi, kteří užívali drogy). Ve volném čase se také věnují svým koníčkům (např. malování), nebo si čtou, sledují televizi, cvičí...

JSOU LIDÉ VE VĚZNICÍCH V BEZPEČÍ A ZDRAVÍ?

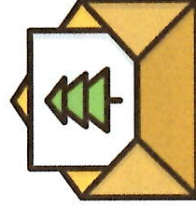
Dozorci ve věznicích dohlíží na to, aby byly věznice bezpečné místo. Pokud mají uvězněni lidé nějaké zdravotní obtíže, postará se o ně lékař přímo ve vězení.

MŮŽU VIDĚT SVOJI MÁMLU, KDYŽ JE VE VĚZENÍ? MUSÍM?

Většina dětí může svoji mámu vidět, i když je ve vězení. Některé děti mohou být ale tak naštvané nebo smutné, že se se svojí uvězněnou mámou nechtějí vidět, některé děti naopak touží po kontaktu. Je dobré svoje pocity říct dospělé osobě, která o tebe pečuje.

Někdy nejsou návštěvy možné, třeba když je věznice příliš daleko, nebo může soud nařídít opatření, která zakazují, aby se dítě vidělo s mámou. Pokud jsou návštěvy možné, obvykle to jde zorganizovat, ale často to vyžaduje nějaký čas na přípravu.

Po dobu, kdy svého rodiče nemůžeš vidět, si můžete spolu psát dopisy, můžeš mu namalovat a poslat obrázky, nebo si můžete telefonovat.



JAK ZJIŠTÍM, KDY MOJE MÁMA PŮJDE DOMŮ?

Většina uvězněných lidí ví, kdy budou propuštěni. Je často nejlepší se jich na to přímo zeptat.

MÁM O TOM MLUVIT?

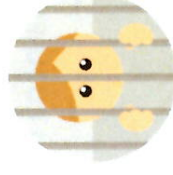
Někdy dospělí nemluví o uvězněné mámě, protože se bojí, že by tě to rozesmutnilo. Ale většinou je lepší, když svoje pocity ukážeš, než abys je držel a uvnitř a trápil/a se.



Děti mohou mít strach a mohou si představovat, že věci jsou mnohem horší než ve skutečnosti. **Určitě by sis měl/a říct o pomoc lidem, kterým důvěřuješ.**

CO MÁM ŘÍCT OSTATNÍM?

Hodně lidí se stydí mluvit o tom, že mají někoho ve vězení. Může ti pomoci, když zjistíš, že v takové situaci nejsi sám/sama. **Ty jsi neudělal/a nic špatného, takže se nemusíš cítit zahánbený/a.** Někdy může být jednodušší, když nebudeš o uvězněné mámě mluvit, ale potom nezjistíš, zda nějaké jiné dítě nemá podobnou zkušenost. Promluvit si o tom s lidmi, kterým důvěřuješ, může pomoci. **Je v pořádku, že máš stále rád/a svoji mámu.**



Tato brožura vznikla jako součást projektu

DĚTI JSOU BEZ VINY

Projekt finančně podpořila Nadace Sirius.

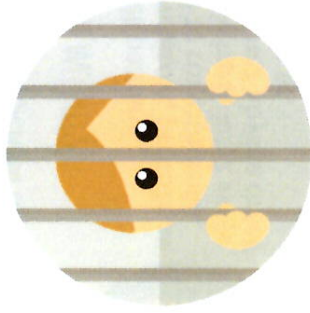


Více o projektu naleznete na našem webu www.cprd-prerov.cz



CENTRUM PRO RODINU A DĚTI PŘEROV, Z.S.

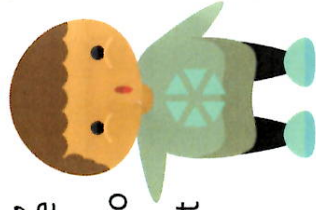
MŮJ TÁTA JE VE VĚZENÍ



PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ TÁTA SE OCITL VE VĚZENÍ.

Lidé většinou nemluví o tom, že je někdo z rodiny ve vězení, protože je to velmi osobní informace.

Možná máš spoustu otázek, ale nikdo z dospělých lidí ve tvé rodině ti na ně nedokázal odpovědět. Tento průvodce ti může pomoci vysvětlit, co to znamená mít táta ve vězení.

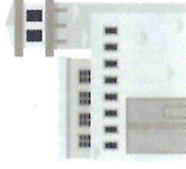


CENTRUM PRO RODINU A DĚTI PŘEROV, Z.S.

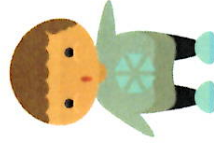
www.cprd-prerov.cz

PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ TÁTA SE OCITL VE VĚZENÍ.

Vězení (věznice) je místo, kde jsou uvězněni dospělí, kteří jsou odsouzeni za nějaký zločin – to znamená, že porušili nějaká pravidla ve společnosti, kterým říkáme **zákony**. Dospělým, kteří jsou ve věznici, se říká vězni (odsouzení).



Když je táta uvězněný, ty můžeš žít s...



- mámou;
- jiným členem rodiny;
- v pěstounské péči u nějakého člena rodiny;
- v pěstounské péči u někoho, koho ještě neznáš;
- v dětském domově.

Někdy to může znamenat přestěhování se do jiného města, změnu školy a další. Někdy sourozenci odchází bydlet každý k jiné osobě. Všechny tyto změny jsou velmi náročné. Může ti pomoci sepsat si, kde se nachází členové tvé rodiny a s kým můžeš o této situaci mluvit.

CO PROŽÍVAJÍ DĚTI, KTERÉ MÁJÍ TÁTU VE VĚZENÍ

Když jde táta do vězení, může to být velmi těžké, ale v některých případech to může být naopak úleva.

Můžeš prožívat různé pocity, někdy i více pocitů najednou. Pocity se mohou často a rychle střídát. Některé děti pociťují smutek, strach, vinu, nedůvěru, úzkost, vztek a/nebo bezmoc.

Je důležité svoje pocity pochopit a porozumět jim - v tom ti mohou pomoci někteří dospělí.

PRŮVODCE PRO DĚTI, JEJICHŽ TÁTA SE OCITL VE VĚZENÍ.

OTÁZKY, KTERÉ TĚ MOŽNÁ TRÁPÍ...



PROČ JE TÁTA VE VĚZENÍ?

Lidé jdou do vězení, **protože nedodržovali zákony**. Zákony jsou pravidla, která nám říkájí, jak se lidé mají a nemají chovat. Děti mají také pravidla chování. Když ty porušíš nějaké pravidlo, možná pak nebudeš moci ven nebo na počítač. Vězení je jako dlouhý čas, kdy nemůžeš jít ven.

CO TEĎ BUDE SE MNOU?

Dětem se často dost změnil život, když jde táta do vězení. Nikdo nemá rád, když se cítí nejistě. Ten, kdo se o tebe teď stará, by ti měl pomoci odpovědět na tyto otázky:

Jak dlouho bude táta ve vězení?
Budu bydlet na tom samém místě?
Budu se muset stěhovat?
S kým teď budu bydlet?
Budu moci zase bydlet s tátou, až se vrátí z vězení?

JE TO MOJE VINA?

NE!! Hodně dětí si myslí, že je to jejich vina, ale tak to není.

Pomůže ti, když s někým, komu můžeš věřit (rodič, pěstoun, vychovatel, psycholog, učitel...), probereš svoje pocity a myšlenky o tom, proč šel tvůj táta do vězení.

PŮJDU TAKY DO VĚZENÍ?

I když se můžeš v mnohém podobat svému tátovi, neznamená to, že také skončíš ve vězení.

Každý jsme sám zodpovědný za volby, které ve svém životě děláme.

KDE LIDÉ VE VĚZENÍ BYDLÍ?

Bydlí v místnosti, které říkáme **cela** nebo ložnice. V téhle místnosti jsou postele, skříňky, stůl a židle. Místnosti jsou většinou malé a vypadají všechny stejně. Záchody a umyvadla jsou někdy společné.

CO LIDÉ VE VĚZENÍ NOSÍ ZA OBLEČENÍ?

Různé vězňice mají různá pravidla oblékání. Často nosí nějaké jednotné oblečení – šedý vězeňský úbor. Když přijdeš na návštěvu, táta se většinou může převléknout do jiného oblečení.

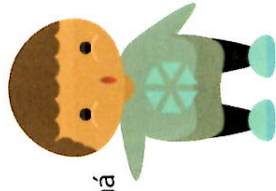
CO LIDÉ VE VĚZENÍ JEDÍ?



Většina lidí ve věznicích jí v jídelnách, které vypadají podobně jako školní jídelny. V některých vězeních se jídlo rozvážá lidem do jejich cel.

MAJÍ LIDÉ VE VĚZENÍ TELEVIZI, KNIHOVNU... A MOHOU JÍT VEN?

Ve většině věznic je speciální místnost, kde se mohou dívat na televizi. Knihovny jsou ve všech věznicích. Obvykle mají lidé ve vězení nějaký čas na procházku po dvoře. Skupiny vězňů se tam mohou jít na hodinu nebo dvě projít ven na dvůr, mohou hrát hry, sportovat nebo si jen tak povídat. Mohou si také vybrat jiné činnosti, které jim dané vězení nabízí.



PRACUJÍ LIDÉ VE VĚZNICÍCH?

Většina lidí má ve vězení povinnost pracovat. Také mohou navštěvovat nějakou školu.

JAK LIDÉ VE VĚZENÍ TRÁVÍ SVŮJ ČAS?

Ve vězení by měli lidé trávit svůj čas smysluplně. Pracují, vzdělávají se nebo chodí na speciální programy (např. odvykací léčba pro lidi, kteří užívali drogy). Ve volném čase se také věnují svým koníčkům (např. malování), nebo si čtou, sledují televizi, cvičí...

JSOU LIDÉ VE VĚZNICÍCH V BEZPEČÍ A ZDRAVÍ?

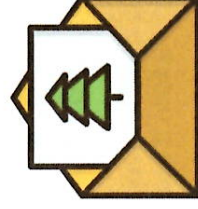
Dozorci ve věznicích dohlíží na to, aby byly vězňice bezpečné místo. Pokud mají uvězněni lidé nějaké zdravotní obtíže, postará se o ně lékař přímo ve vězení.

MŮŽU VIDĚT SVÉHO TÁTU, KDYŽ JE VE VĚZENÍ? MUSÍM?

Většina dětí může svého tátu vidět, i když je ve vězení. Některé děti mohou být ale tak naštvané nebo smutné, že se se svým uvězněným tátou nechtějí vidět, některé děti naopak touží po kontaktu. Je dobré svoje pocity říct dospělé osobě, která o tebe pečuje.

Někdy nejsou návštěvy možné, třeba když je vězňice příliš daleko, nebo může soud nařídit opatření, která zakazují, aby se dítě vidělo s tátou. Pokud jsou návštěvy možné, obvykle to jde zorganizovat, ale často to vyžaduje nějaký čas na přípravu.

Po dobu, kdy svého rodiče nemůžeš vidět, si můžete spolu psát dopisy, můžeš mu namalovat a poslat obrázky, nebo si můžete telefonovat.



JAK ZJISTÍM, KDY MŮJ TÁTA PŮJDE DOMŮ?

Většina uvězněných lidí ví, kdy budou propuštěni. Je často nejlepší se jich na to přímo zeptat.

MÁM O TOM MLUVIT?

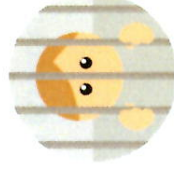
Někdy dospělí nemluví o uvězněném tátovi, protože se bojí, že by tě to rozesmutnilo. Ale většinou je lepší, když svoje pocity ukážeš, než abys je držel/ a uvnitř a trápil/a se.



Děti mohou mít strach a mohou si představovat, že věci jsou mnohem horší než ve skutečnosti. **Určitě by sis měl/a říct o pomoc lidem, kterým důvěřuješ.**

CO MÁM ŘÍCT OSTATNÍM?

Hodně lidí se stydí mluvit o tom, že mají někoho ve vězení. Může ti pomoci, když zjistíš, že v takové situaci nejsi sám/sama. **Ty jsi neudělal/a nic špatného, takže se nemusíš cítit zaháněný/á.** Někdy může být jednodušší, když nebudeš o uvězněném tátovi mluvit, ale potom nezjistíš, zda nějaké jiné dítě nemá podobnou zkušenost. Promluvit si o tom s lidmi, kterým důvěřuješ, může pomoci. **Je v pořádku, že máš stále rád/a svého tátu.**



Tato brožura vznikla jako součást projektu

DĚTI JSOU BEZ VINY

Projekt finančně podpořila Nadace Sirius.



Více o projektu naleznete na našem webu
www.cprd-prerov.cz



CENTRUM PRO RODINU A DĚTI PŘEROV. Z.S.