

JAK MOHOU VYPADAT ZÁKLADNÍ PRAVIDLA MEZIGENERAČNÍHO SOUŽITÍ?

STANOVENÁ PRAVIDLA BY MĚL DODRŽOVAT BEZ VÝJIMKY KAŽDÝ ČLEN DOMÁCNOSTI

Mělo by se zároveň jednat o pružný soubor pravidel tak, aby měl potenciál soužití ulehčit.

ZÁKLADEM JE KOMUNIKACE

Je velmi důležité o všech situacích, které vám nejsou příjemné mluvit. Stejně jako o pravidlech. Opravdu přínosné je sdílet i to, co vám vyhovuje, díky čemu jste spokojenější či šťastnější.

PROBLÉMY ŘEŠTE VČAS

Neutíkejte od nich. Načasování řešení problémů je důležité v mezigeneračním soužití stejně jako ve všech ostatních vztazích, do kterých vstupujeme. Jako všude jinde i zde platí, že je lepší řešit problémy s chladnou hlavou.

SPOLEČNĚ SI NASLOUCHEJTE A ZAJÍMEJTE SE O SEBE NAVZÁJEM

Vícegenerační soužití by zkrátka nemělo být pouze o sdílení prostoru domu či bytu, ale i opravdu společném životě rodiny.

NEDÁVEJTE DRUHÝM NEVYŽÁDANÉ RADY

Tak jako i u jiných příležitostí není dobré říkat váš názor ve chvíli, kdy není otevřená diskuze o dané situaci nebo víte, že o váš názor není z druhé strany zájem. Nikdo z nás by nechtěl poslouchat, že málo nebo špatně uklízí, že špatně vychovává své dítě, že by se měl věnovat jiným zálibám atd. Pokud bude chtít někdo z vaší rodiny znát váš názor, určitě za vámi přijde a o radu vás požádá.

BUĎTE OPTIMISTIČTÍ, TĚŠTE SE Z POZITIV VZÁJEMNÉHO SOUŽITÍ

Obzvlášť v těžších chvílích je to složité, ale zkuste si vždy vzpomenout, proč jste se pro společné bydlení rozhodli a jaké výhody na něm spatřujete.

NEOČEKÁVEJTE SOUŽITÍ BEZ MRÁČKŮ

Každé soužití s sebou přináší lepší a horší období. Chvilky, kdy bychom neměnili za nic na světě a chvíle, kdy máme chuť utéct pryč a být sami. Neočekávejme ani u mezigeneračního soužití nerealné.

NEPROSAZUJTE ZA KAŽDOU CENU SVŮJ NÁZOR

Je důležité, aby pravidla soužití vyhovovala všem, ale je dobré mít na paměti, že není vždy nejdůležitější mít pravdu. Někdy je dobré dát přednost klidnému soužití.

PROBLÉMY ŘEŠTE V IDEÁLNÍM PŘÍPADĚ PRIMÁRNĚ S VLASTNÍMI RODIČI

Či rodiče/prarodiče s vlastními dětmi/vnuky — znáte je a případnou kritiku vezmou většinou lépe od vás než od vaší manželky/manžela.

RESPEKTUJTE SE, BUĎTE TOLERANTNÍ

Respektujte pravidla, která jsou nastavená. Myslete na to, že potřebu soukromí a způsob života můžete mít každý jinou, a proto je potřeba dodržovat pravidla, která jste si stanovili.

ROZDĚLTE SI SPRÁVEDLIVĚ PÉČI O DOMÁCNOST A SPOLEČNÉ BYDLENÍ

Zde je potřeba velmi dobře si nastavit, co je pro všechny spravedlivé. Ať už jde o úklid nebo o finanční podílení se na opravách společného bydlení.

PRACUJTE S NEGATIVNÍMI EMOCEMI

S konflikty je potřeba počítat v každém soužití a naučit se zpracovávat negativní emoce je dobré pro život v každém případě. Mnoho lidí potřebuje emoce tzv. „přetavit“ v něco jiného, ať už se z nich jdou vyběhat, kreslí, zpívají, kopou do míče nebo uklízí. Není žádná dobrá nebo špatná cesta, pokud při ní neublížíte někomu dalšímu, je pouze potřeba najít tu nejlepší pro vás.

NASTAVTE SI PRAVIDLA SOUKROMÍ

Každý z nás má jinou představu o soukromí, je proto potřeba dobře vyladit, co jsou společné prostory, které každý užívá, jak jen chce, a které prostory jsou soukromé a měli byste do nich vstupovat se zaklepáním a nevstupovat do nich, když ten, komu náleží, není doma.



www.neztratitsevestari.cz