

Sura HART, Victoria KINDLE HODSON

Przedmowa dr Marshall B. ROSENBERG, twórcy Porozumienia bez Przemocy (NVC)

SZANUJĄCY RODZICE

Szanujące Dzieci

*Jak zamienić
rodzinne konflikty
we współdziałanie?*



Sura HART, Victoria KINDLE HODSON

SZANUJĄCY RODZICE

Szanujące Dzieci

*Jak zamienić rodzinne konflikty
we współdziałanie?*

Przedmowa
dr Marshall B. ROSENBERG

Tytuł oryginału
RESPECTFUL PARENTS, RESPECTFUL KIDS
7 KEYS TO TURN FAMILY CONFLICT INTO CO-OPERATION

Projekt graficzny okładki
KAROLINA TOLKA

Rysunki
KAROLINA TOLKA (strony: 120, 121, 131, 193, 201, 214, 215)
MARTIN MELLEIN (pozostałe)

Przekład
DARIUSZ SYSKA

Konsultacja merytoryczna i autoryzacja Center for Nonviolent
Communication
ZOFIA ALEKSANDRA ŻUCZKOWSKA

Korekta
HANNA RYCHLIK

© 2006 Puddle DancerPress
Translated from the book *Respectful Parents, Respectful Kids*, ISBN
13/10:9781892005229/1892005220 by Sura Hart & Victoria Kindle Hod-
son, Copyright © Fall 2006 PuddleDancer Press, published by Puddle-
Dancer Press. All rights reserved. Used with permission. For further in-
formation about Nonviolent Communication (™) please visit the Center
for Nonviolent Communication on the Web at www.cnvc.org.

© 2012 for the Polish translation and edition by Wydawnictwo MiND

ISBN 978-83-62445-24-0

Wydawnictwo MiND
ul. Sarnia 21
05-807 Podkowa Leśna
tel./fax 22 729 02 82
tel. 505 455 151
www.wydawnictwomind.pl
mind@wydawnictwomind.pl
Wydanie pierwsze
Skład i łamanie: Mateusz Staszek

[Kup książkę](#)

*Dedykujemy tę książkę dzieciom. Są po to,
by pokazać nam, jak można żyć uczciwie, autentycznie,
z ciekawością, wrażliwością, odwagą i entuzjazmem.*

*W szczególności poświęcamy ją Brianowi,
Kyrze i Mariecie.*

SŁOWO WSTĘPNE

W 2003 roku napisaliśmy książkę *Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają w nauce*¹. Jej celem było podzielenie się z nauczycielami pewną techniką porozumiewania się sformułowaną przez dr. Marshalla B. Rosenberga, znaną jako Porozumienie bez Przemocy (Nonviolent Communication, w skrócie NVC). Chcieliśmy napisać książkę, jakiej brakowało nam, kiedy same pracowałyśmy w szkole, poszukując skutecznych sposobów na stworzenie uczniom przyjaznego środowiska do współdziałania. Wiedziałyśmy, że musi być ono w jakiś sposób możliwe. Od chwili ukazania się książki często miałyśmy okazję słyszeć od nauczycieli z różnych części świata, że pomogła im zamienić sale szkolne w miejsce, gdzie ważne są wzajemne relacje.

W niniejszej książce również dzielimy się naszą wiedzą o Porozumieniu bez Przemocy, jednak tym razem z rodzicami. Jesteśmy rodzicami dłużej niż nauczycielkami, dlatego temat ten głęboko nas dotyka i budzi żywe wspomnienia wczesnego rodzicielstwa. Główne zagadnienia, o których piszemy, są w przybliżeniu podobne do problemów rodzicielskich, które same przeżywałyśmy w latach siedemdziesiątych, choć w cią-

¹ Sura Hart, Victoria Kindle Hodson, *Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają w nauce*, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006.

gu tych lat znacznie zmieniła się kultura życia, przez co rodzicielstwo stało się większym wyzwaniem niż być może kiedykolwiek wcześniej.

Kiedy myślimy o naszych doświadczeniach, czujemy wdzięczność za to, że udało nam się spędzić kilka lat, opiekując się dziećmi w domu. W tamtych czasach rodzina z klasy średniej mogła utrzymać się z jednej pensji i powszechnie akceptowano matki, które rezygnowały z pracy zawodowej na rzecz dzieci – bo opieki nad dzieckiem nie uważano wtedy jeszcze za „prawdziwą pracę”. W niektórych krajach rozwiniętych nadal pomaga się kobietom pozostać z dzieckiem przez pierwsze trzy lata jego życia, chociaż, na przykład, nie dotyczy to Stanów Zjednoczonych. Poza tym koszty utrzymania wzrosły tak znacznie, że standard życia klasy średniej wymaga zazwyczaj dwojga pracujących rodziców.

Oprócz problemów finansowych dzisiejsze rodziny stoją także w obliczu rosnącego tempa życia i zalewu informacji pochodzących z Internetu, poczty elektronicznej czy ciągłej komunikacji telefonicznej. Jesteśmy dzisiaj w stanie wykonać więcej czynności w krótszym czasie niż kiedyś. Wykonujemy wiele zadań równocześnie, żeby osiągnąć tak dużo, jak tylko się da. Technika miała zapewnić nam więcej wolności i więcej czasu dla rodziny, hobby i odpoczynku, tymczasem stworzyła nowe standardy jakości i wywołała wzrost oczekiwań wobec superfirm, superpracowników, supermam, supertatusiów i superdzieci. Również reakcje emocjonalne u ludzi doznały przyspieszenia, tak że rozstroić nas mogą nawet niewielkie usterki, opóźnienia czy objazdy na drodze. Przeładowanie emocjonalne i mentalne odbiera nam energię, czyniąc nas zmęczonymi i nieznośnymi.

Jednak te „złe wiadomości” to nie wszystko. Nasza książka przynosi również dobre wieści na temat skutecznej komuni-

kacji opartej na wzajemnym szacunku, której celem jest zaspokojenie potrzeb każdego członka rodziny i przekształcenie konfliktów we współdziałanie. Pisząc tę książkę, mamy nadzieję wesprzeć czytelników w dążeniu do rodzicielstwa zbudowanego na ich najgłębiej żywionych wartościach i pragnieniu wszystkiego, co najlepsze, dla dzieci.

PRZEDMOWA

Dr Marshall B. Rosenberg²

Upłynęło już sporo lat od czasu, kiedy wychowywałem swoje dzieci, ale wciąż zgłaszają się do mnie rodzice z całego świata, opisując swoje kłopoty i wyzwania, jakie stawia przed nimi rodzicielstwo. Nie są one zresztą mi obce, jednak z pewnością bardziej niepokojące niż kiedykolwiek wcześniej ze względu na przeładowane plany zajęć dzieci i wpływ, jaki wywiera na nie świat zewnętrzny. Każdego dnia są konfrontowane z informacjami na temat przemocy czy różnego rodzaju konfliktów. Na dodatek, na rodzicach ciąży bardzo silny wymóg, aby definiować swoją indywidualność bardziej przez to, co mają, niż przez to, co cenią. Zagubieni, szukają pomocy i wsparcia – i najwyższy czas, abyśmy im ich udzielili.

Niniejsza książka ma być właśnie takim wsparciem – przekonującym i przychodzącym w szczególnym okresie, ponieważ nigdy wcześniej rodzina nie była tak ważna dla przyszło-

² Założyciel i dyrektor Center for Nonviolent Communication, autor książek: *Porozumienie bez przemocy. O języku serca* (Wydaw. Czarna Owca 2009), *Rozwiązywanie konfliktów przez Porozumienie bez przemocy* (Wydaw. Czarna Owca 2008), *Edukacja wzbogacająca życie* (Wydaw. Czarna Owca 2006).

ści naszych społeczeństw i dobrobytu planety. Wskazówki w niej zawarte pomogą rodzicom stać się skuteczną siłą sprawczą zmian w rodzinie, społeczności, a nawet w szerszym kręgu. Zgadzam się z autorkami, kiedy mówią: „Typ twojego rodzicielstwa ma wpływ nie tylko na twoje dziecko, ale również na życie setek, a może i tysięcy ludzi, z którymi zetkną się w przyszłości. Nie możesz uniknąć tego wpływu, ale możesz zdecydować, jaki on będzie”.

Książka Sury Hart i Victorii Kindle Hodson to coś więcej niż zwykły poradnik dla rodziców, który ma pomóc w szybkim rozwiązywaniu doraźnych problemów albo przekazać pewne techniki wychowawcze. Dostarcza podstaw komunikowania się i budowania więzi w rodzinie, dzięki czemu można zdecydowanie poprawić jakość wspólnego życia dzieci i dorosłych. Z jej pomocą rodzice mogą przekształcić swoje nawykowe sposoby porozumiewania się z dzieckiem, które stoją w sprzeczności z pragnieniem wspierania ich rozwoju. Dzięki nowym umiejętnościom będą w stanie stworzyć bezpieczne i wspierające środowisko, w którym dzieci w pełni zrealizują swój potencjał.

Wszyscy przychodzimy na świat z właściwym naszej ludzkiej naturze zmysłem współzależności oraz potrzebą życia we wspólnocie i korzystania z wzajemnego wsparcia. Posiadamy także wrodzoną zdolność empatii. Dopiero nasze doświadczenia – „owe chwile, gdy w domach, szkołach i innych miejscach lekceważy się nasze potrzeby” – powodują, że wbrew naturze zaczynamy wybierać drogę przemocy, na przykład w postaci żądań czy przymusu, jako najskuteczniejszą taktykę osiągnięcia

celów i zaspokajania swoich potrzeb. Albo, jeszcze gorzej, zapominamy, że nasze potrzeby mają jakiegokolwiek znaczenie.

Niniejsza książka przynosi nowe rozumienie dziecięcego zachowania i nowy sposób reagowania na nie. Jeśli użyjesz przedstawionych w niej narzędzi, zbudujesz mocną podstawę zaufania w relacjach z dzieckiem. A dzieci dorastające w zaufaniu – w środowisku, w którym ich potrzeby są respektowane – mają większe szanse na zdrowe i twórcze życie. Zaufanie jest bowiem podstawą poczucia własnej wartości u dziecka, a także więzi z dorosłymi opartej na wzajemnym szacunku i miłości.

Ta niezwykle ważna, ale i bardzo praktyczna książka nauczy cię, jak naprawdę przygotować dziecko do życia w świecie. Niezależnie od tego, co je spotka w życiu, możesz sprawić, że zmierzy się z tym jako osoba dojrzała emocjonalnie i świadoma swojego powiązania z innymi. Budując dom pełen zaufania i szacunku dla potrzeb wszystkich mieszkańców, wzmocnisz dzieci w odkrywaniu swojego potencjału oraz sprawisz, że w przyszłości chętnie wniosą swój wkład w życie rodziny, wspólnoty i naszej planety.

Przeczytanie tej książki to jeszcze nie wszystko: trzeba starać się też żyć według zasad, które propaguje. Postaraj się podzielić się nimi z małżonkiem, przyjaciółmi i dziećmi. Od jednego rodzica do drugiego, od jednego domu do następnego – stopniowo stworzymy świat, w którym potrzeby ludzi są zaspokajane w pokojowy sposób.

WPROWADZENIE

Książka ta wzięła się z przeświadczenia, że bycie rodzicem to najważniejsza, najlepiej nagradzana, ale i najbardziej wymagająca aktywność ludzka. Kładąc nacisk na budowanie wzajemnego szacunku i współdziałania rodziców z dziećmi, przedstawiamy w niej siedem kluczowych kroków do odblokowania i inspirowania typowo rodzicielskich umiejętności. Wśród nich znajdują się: jasność co do celów rodzicielstwa, rozumienie potrzeb dziecka ukrytych za określonymi zachowaniami i aktywne tworzenie okoliczności oraz podejmowanie działań mających na celu zaspokojenie owych potrzeb.

Wciąż pamiętamy czas, kiedy w wieku dwudziestu paru lat zostałyśmy matkami, a potem, mając trzydzieści kilka, prowadziłyśmy dzieci najpierw do szkoły podstawowej, a trochę później do średniej. Brakowało nam wtedy zrozumienia, jasności i wsparcia. Nasze doświadczenia nie odpowiadały ówczesnym pojęciom o relacjach rodziców i dzieci: byliśmy przekonane, że dzieci są istotami doskonałymi, integralnymi wewnątrznie, i chciałyśmy z nimi współdziałać, zachwycać się nimi i uczyć się od nich. Wiedziałyśmy, że można dojrzewać wraz z dzieckiem, ucząc się nawzajem od siebie i zdobywając dzięki temu głębsze zrozumienie świata. Wtedy – w latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych – nie pomagano jednak rodzicom likwidować rodzinnych konfliktów i znajdować rado-

ści w byciu razem, lecz propagowano kontrolę nad dzieckiem jako najlepszą metodę rozwiązywania problemów.

Podejście to jest żywe również dzisiaj. Powstają setki książek o tym, jak skłonić dziecko do robienia tego, na czym nam zależy, wywołując w nim poczucie winy, zawstydzając je, chwając, strasząc karami albo obiecując nagrody. Co prawda, w ostatnich latach podejście to uległo pewnemu złagodzeniu – bo zaczęto mówić o konsekwencjach, zamiast karach, oraz o time-outach i pozytywnej motywacji – jednak cel pozostał ten sam: kontrola nad dziecięcym zachowaniem.

Większość rodziców, z którymi miałyśmy styczność, próbowała tych metod – lecz uznała je za wysoce niezadowolające. Było tak dlatego, że korzyści, jakie z nich płyną, są krótkotrwałe – na przykład, zmniejszenie liczby konfliktów na jakiś czas – za to okupione dużym kosztem. Im bardziej rodzice starają się wprowadzić w domu określone zasady, wyciągać konsekwencje i motywować za pomocą nagród, tym więcej pojawia się walki, krzyków, trzaskających drzwi, lodowatych spojrzeń i łez. Wielu rodziców skarżyło się nam, że trudno im wdrażać tego rodzaju techniki wychowawcze, ponieważ nie zgadzają się one z ich rodzicielską intuicją oraz chęcią zbudowania serdecznych relacji z dzieckiem.

Twoje życie zdecyduje o tym, czego nauczą się dzieci

Niniejsza książka oferuje podejście alternatywne do rodzicielstwa bazującego na kontroli. Chcemy przekazać w niej dobrą wiadomość: nie musicie wymyślać sposobów na skła-

nianie waszego dziecka do zmiany zachowania i nie musicie niczego kontrolować, aby postawić tamę konfliktom. Rodzicielstwo, które propagujemy, jest w wielu aspektach prostsze i bardziej intuicyjne, a także bardziej efektywne, jeśli chodzi o zaspokajanie potrzeb dorosłych i dzieci – zarówno w krótkim, jak i w dłuższym okresie. Jego podstawą są pozytywne uczucia, jakich doświadczają rodzice i dzieci w chwilach największej bliskości. A jeśli mówimy o zmianie czyichś zachowań, to przede wszystkim naszych własnych – ponieważ są jedynymi, na które mamy wpływ. Piękno tego podejścia polega na tym, że jeśli zmienimy swój sposób postępowania, również postępowanie dziecka się zmieni.

Powszechnie uważa się, że zadaniem rodzica jest przekazanie dziecku pewnych wartości, zwykle za pomocą takich środków, jak wyjaśnienia, wskazówki, stawianie wymagań i korygowanie. Niestety, rodzic w roli nauczyciela szybko popada we frustrację, a na dzieci działa irytująco, co w sumie prowadzi do wielu konfliktów. W tym samym bowiem czasie, kiedy my staramy się wszelkimi sposobami przekazać dziecku określone wartości naszej kultury, ono robi wszystko, aby rozwinąć swoje własne wewnętrzne ukierunkowanie w życiu i zbudować szacunek do samego siebie. Dlatego często pozostaje głuche na nasze kazania, a jednocześnie unika wszelkich reakcji, które mogłyby wywołać kolejny wykład, strofowanie lub ultimatum, ponieważ wszystko to uświadamia mu tylko, że nie spełnia jakichś naszych oczekiwań.

Oczywiście, jako rodzic chcecie mieć wpływ na dziecko, chcecie przekazać mu swoje wartości i prowadzić je w sposób,

który przyczyni się do jego szczęścia i sukcesu w przyszłości. Pytanie jednak brzmi: kiedy rodzic ma największy wpływ na dziecko? Czy kiedy robi mu wymówki i prawi kazania, czy też kiedy sam żyje w zgodzie z wartościami, które chce przekazać?

Każdy wie, że czyny mówią głośniejszą niż słowa. Badania pokazują, że tylko pięć procent wiedzy, którą posiadamy, zdobywamy na drodze abstrakcyjnych wyjaśnień – reszta pochodzi z interakcji z innymi ludźmi³. W pewnym momencie sami przekonacie się, że dziecko uczy się więcej z waszych czynów niż z waszych słów: szybko rozpoznacie siebie w sposobie, w jaki traktuje rodzeństwo, albo w sposobie argumentacji, którego używa wobec was.

Zastanówcie się przez chwilę, czego nauczyliście się od swoich rodziców: czy słuchaliście chociaż połowy tego, co do was mówili? A może więcej zyskaliście, obserwując ich zachowanie i sposób życia? Wielu dorosłych twierdzi, że główną nauką były dla nich bolesne doświadczenia, dzięki którym dowiedzieli się, jakimi rodzicami nie chcą być. Dlatego – pozytywny czy negatywny – wpływ rodziców stanowi zawsze wielką siłę kształtującą człowieka: jego własne rodzicielstwo i sposób życia.

Dzieci potrzebują rodziców, którzy żyją w sposób szczerzy i zgodny ze swoimi wartościami – wtedy mają szansę zobaczyć w nich wzór do naśladowania. Można potraktować to jako dobrą sposobność – albo wręcz silną motywację – do wyjaśnienia sobie, co jest dla mnie ważne i jakie są moje cele, a następnie zrobienia wszystkiego, co w naszej mocy, aby żyć w zgodzie z nimi.

³ Michael Mendizza, Joseph Chilton Pearce, *Magical Parent, Magical Child. Art of Joyful Parenting*, Berkeley 2003.

Jasność co do własnych priorytetów i życie w zgodzie z nimi nie polega jednak na dążeniu do perfekcji. Rezygnacja z tego ostatniego może wręcz przynieść dużą ulgę: kiedy bowiem okaże się, że nie stoicie na wysokości zadania, które sobie sami wyznaczyliscie, to zamiast popadać w samokrytykę, możecie wykorzystać okazję do pokazania dziecku, na czym polega szczerowość względem siebie i innych. I – co także ważne – kto nie oczekuje perfekcji od siebie, nie będzie jej oczekiwał od dziecka.

Obudź w sobie umiejętność stworzenia kochającego domu

Dom jest miejscem, w którym wasze dzieci odbiorą najbardziej podstawową lekcję życia: jak dbać o własne potrzeby i jak pomóc innym zadbać o ich potrzeby. Dom jest podstawą dla przyszłych relacji waszego dziecka z mężem lub żoną, partnerem lub partnerką, z własnymi dziećmi, wnukami, przyjaciółmi, przyjaciółkami, współpracownikami czy członkami społeczności. Powinien być świątynią, w której dziecko może rozwijać się bezpiecznie i w swoim tempie – mając świadomość waszego wsparcia, szacunku i przewodnictwa.

W kochającym domu nie ma strachu – źródła wszystkich konfliktów. Jest to miejsce, w którym potrzeby dziecka są równie ważne jak potrzeby pozostałych mieszkańców – i wszystkie są w miarę możliwości zaspokajane. Dziecko ma tego świadomość, dlatego może spokojnym krokiem wejść w życie, które tak silnie je przyzywa, i poszukać w nim swojego miejsca w sieci dawania i brania, która składa się na rodzinę, społeczność, naród i świat.

Książka ta traktuje przede wszystkim o relacjach między rodzicami i dziećmi. Nasze sugestie dotyczące współdziałania i budowania wzajemnego szacunku stosują się do dzieci w każdym wieku. Mogą być także skuteczne w odniesieniu do dorosłych członków rodziny. Każda z trzech części książki ma za zadanie przyczynić się do rozwoju rodzicielskiej zdolności tworzenia kochającego domu.

Część I. Podstawa szacunku i współdziałania

Trzy rozdziały tej części dotyczą ukrytej dynamiki szacunku i współdziałania – dwóch rzeczy, których rodzice pragną najbardziej.

Część II. Siedem kroków do współdziałania

Owych siedem kroków do współdziałania ma pomóc rodzicom stopniowo zamienić dom w Strefę bez Przemocy, gdzie potrzeby wszystkich mieszkańców są równie ważne, a dążenie do ich zaspokojenia zastępuje kary, nagrody i wzajemną krytykę.

Część III. Zabawy dla całej rodziny i historie ze Strefy bez Przemocy

Ta część zawiera szereg zabaw, gier i zajęć rozwijających różne umiejętności, a także służących do przyjemnego spędzenia czasu. Na końcu znajdują się opowieści rodziców, którzy wdrażają zasady przedstawione w książce. Mogą one być inspiracją dla czytelników. (Wszystkie imiona bohaterów zostały zmienione).

Uwaga na temat Porozumienia bez Przemocy (NVC)

Ta książka opiera się na założeniach Porozumienia bez Przemocy, ale stanowią one jedynie środek do jeszcze ważniejszego i głębszego celu: osiągnięcia określonego stanu umysłu i serca. Podstawowe pojęcia Porozumienia bez Przemocy zostaną wprowadzone w Kroku 5., jednak w książce tej kładziemy nacisk nie tyle na język wzajemnej komunikacji, ile na wewnętrzną postawę i rodzicielstwo zbudowane na szacunku. Porozumienie bez Przemocy przekształca dualistyczne i konfrontacyjne myślenie – które bazuje na strachu i jest źródłem wewnętrznych i zewnętrznych konfliktów – w pełną szacunku i miłości świadomość cudzych potrzeb, które leżą u podstaw wszelkich zachowań.

CZĘŚĆ I

PODSTAWA SZACUNKU I WSPÓŁDZIAŁANIA

Trzy rozdziały Części I dotyczą ukrytej dynamiki szacunku i współdziałania – dwóch rzeczy, których rodzice pragną najbardziej.

Rozdział 1. Szacunek i współdziałanie. Czego chcą rodzice i jak mogą to zdobyć?

W którym opisujemy współdziałanie jako drogę dwukierunkową i wyjaśniamy, na czym polega różnica między sprawowaniem władzy nad dzieckiem a zaangażowaniem w realizację władzy razem z dzieckiem.

Rozdział 2. Szacunek dla samego siebie. Rodzice także mają potrzeby

W którym podkreślamy, jak ważne jest, by rodzice dbali o swoje potrzeby.

Rozdział 3. Co niszczy współdziałanie?

W którym prezentujemy nawyki myślowe i językowe, które podkopują współdziałanie.

ROZDZIAŁ 1.

SZACUNEK I WSPÓŁDZIAŁANIE.

CZEGO CHCĄ RODZICE I JAK MOGĄ TO ZDOBYĆ?

*Jak wyglądałby świat, gdyby chociaż jedno pokolenie
zostało wychowane w idei szacunku i bez przemocy?*

Gloria Steinem

Szacunek i współdziałanie zajmują wysokie miejsce na rodzicielskiej liście życzeń. Być może i wy jesteście w grupie, której włącza się co jakiś czas – w trakcie sporu z dzieckiem – sygnał alarmowy: „Naprawdę chciałabym (chciałbym) trochę więcej szacunku i współdziałania z jego strony!”. Być może jesteście jednym z rodziców, którzy zastanawiają się, co takiego nie pozwala wam tego dostać. Czy naprawdę trzeba prosić o coś tak zwykłego, skoro robi się tyle dla swojego dziecka? No cóż, i tak, i nie. Szacunek i współdziałanie to proste rzeczy – ponieważ są to wasze podstawowe potrzeby. Z drugiej strony, stworzenie okoliczności, które umożliwią dziecku szanowanie i współdziałanie, wymaga więcej wysiłku, niż mogłoby się wydawać.

Według naszych obserwacji, żeby wyzwolić potencjał wzajemnego szacunku i współdziałania u dziecka, należy:

- Pamiętać, że dzieci uczą się na przykładzie rodziców.

- Współdziałać z dzieckiem.
- Na równi cenić potrzeby swoje i dziecka.
- Zweryfikować swoje założenia na temat dziecka.
- Praktykować siedem zasad rodzicielstwa zbudowanego na szacunku.

Choć matki i ojcowie mówią wiele o szacunku i współdziałaniu, zauważyliśmy w tym względzie wielkie pomieszanie pojęć. Kiedy spytać o szczegóły, rodzice nie zawsze wiedzą, co mają na myśli. Zdarza się nawet, że w różnym czasie mają na myśli coś innego. Na dokładkę, metody, jakie stosują, aby wpoić dzieciom szacunek i zmusić do współdziałania, często odbijają się rykoszetem, ponieważ sami nie są zdolni do okazania dzieciom szacunku lub współdziałania z nimi – przynajmniej w tym sensie, w jakim mówi o tym niniejsza książka.

Współdziałanie to droga dwukierunkowa

*Razem możemy być mądrzejsi niż każdy z nas oddzielnie.
Musimy nauczyć się czerpać z tej mądrości.*

Tom Atlee

Okazuje się, że wielu rodziców myśli o współdziałaniu jak o drodze jednokierunkowej – dzieci mają robić to, czego się od nich oczekuje – zamiast jak o relacji dwukierunkowej. I gdy dziecko nie robi tego, czego oczekuje rodzic, nazywają je „nieposłusznym”, od czego już tylko mały krok do przyklejania etykietek, krytykowania, oskarżania, kłótni i sporów. Późniejsze próby opamowania sytuacji prowadzą do kompromisów, negocjacji i targów, które rzadko zaspokajają potrzeby wszystkich zainteresowanych.

Czy powiedzieliście kiedyś do swojego dziecka coś takiego: „Co za bałagan! Chcę, żebyś posprzątał pokój, zanim pójdziesz się bawić!”. Dziwiliście się potem, że nie wykonało polecenia od razu i z uśmiechem na twarzy? Podjęliście jednostronną decyzję, zgodnie z którą dziecko miało spełnić wasze oczekiwania w wyznaczonym przez was czasie. „W końcu ja tu jestem rodzicem!” – moglibyście powiedzieć. Zgoda, jednak takie podejście nie bierze pod uwagę punktu widzenia dziecka! I jeśli będziecie lekceważyć jego uczucia, myśli i potrzeby – w tym także pomysł na rozwiązanie problemu z bałaganem – ryzykujecie utratę jego szacunku i dobrej woli. Dziecięcy mrukliwy opór bywa wtedy naturalną konsekwencją waszego wyboru, żeby działać bez względu na jego zdanie.

Przedrostek „współ-” w słowie „współdziałanie” wskazuje na czynność wykonywaną razem – podobnie jak w słowach: współtwórca, współautor czy współpracownik. Współdziałać znaczy więc: działać razem. Nie jest to coś, co można zadekretować lub nakazać. Jeśli w domu brakuje elementu wspólnoty w działaniu – na przykład w ustalaniu reguł dotyczących życia dziecka, w rozwiązywaniu problemów czy podejmowaniu decyzji – można oczekiwać naturalnych tego konsekwencji, czyli: oporu, kłótni, zranionych uczuć, chęci postawienia na swoim i konieczności uciekania się do kar i nagród. Fundamentalne prawo ludzkich relacji mówi, że brak wspólnoty w działaniu wywołuje opór, który z kolei prowadzi do stosowania kar i nagród – aby zmusić do posłuszeństwa – co znowu wywołuje opór i tak dalej. Rodzice zapominający o owym „współ-” we współdziałaniu wcześniej czy później będą musieli za to zapłacić. Jeśli nie działasz ze swoim dzieckiem, ono nie będzie działać z tobą.

Pewna młoda kobieta relacjonowała nam, że jej ojciec miał bardzo wysokie standardy, jeśli chodzi o czystość w jej pokoju. Nawet gdy panował w nim porządek, miał zwyczaj zaglądania pod dywan – i karał ją, jeśli znalazł tam kłębki kurzu. Im mocniej naciskał na spełnianie swoich standardów, tym większa wrogość i opór narastały w córce. Sprzątała swój pokój tylko dlatego, że bała się ojca i jego reakcji. Pokój był czysty – ale nie dzięki woli dziecka do współdziałania, które miało swój wkład w sprawne funkcjonowanie domu, lecz ze strachu przed ojcem.

Wszystko mogłoby wyglądać inaczej, gdyby ona i jej ojciec najpierw ustalili podstawowe zasady czystości w pokoju – gdyby córka została włączona w proces określania, kiedy jej pokój jest, a kiedy nie jest czysty.

Zadania dla ciebie

- Co znaczy dla ciebie słowo „współdziałanie”?
- Jak mogłoby wyglądać w twoim wypadku działanie pozbawione owego „współ-”?
- Jakie są wtedy tego konsekwencje?
- Wymień przynajmniej jedną rzecz, którą mógłbyś zrobić, żeby przyczynić się do większego współdziałania w twoim domu.

Współdziałanie jest elementem strategii przetrwania

Gotowość dzieci do współdziałania to coś, czego rodzice pragnęliby więcej i częściej. Gotowość tę można rozwijać.

Każdy gatunek na Ziemi potrzebuje współdziałania, żeby przetrwać i rozkwitać. Tak samo nasza zdolność przetrwania w coraz bardziej współzależnym społeczeństwie globalnym będzie zależeć od tego, czy nauczymy się praktykować tę subtelną sztukę.

Przez ostatnich dziesięć tysięcy lat ludzie żyli w skrajnie konkurencyjnym środowisku, stosując przemoc wobec innych, by uzyskać osobistą, plemienną czy narodową przewagę⁴. Nierównowaga sił i brak szacunku dla podstawowych potrzeb milionów istot ludzkich – podobnie jak zwierząt czy samej Ziemi – skutkowały ciągłymi konfliktami, walką i zniszczeniem. Obecnie wiele wskaźników ekonomicznych, społecznych i ekologicznych dowodzi, że taki sposób życia jest już nie do utrzymania i że potrzebujemy nowego porządku zbudowanego na współdziałaniu i podziale władzy. Rodzice, którzy realizują ideę współdziałania w swoich rodzinach, stają się modelem przemian dla swoich dzieci i innych rodziców. Są aktywnymi uczestnikami zmiany ewolucyjnej, której celem jest globalny pokój i zrównoważony rozwój.

Ludzie, którzy zamieszkują rodzinne gospodarstwa albo inne małe wspólnoty, dobrze wiedzą o korzyściach współdziałania. Wznoszenie zabudowań, wspólne posiłki składkowe i żniwa są dla nich normą od stuleci. Ludziom, którzy żyją w większej izolacji – na przykład w dużych miastach – zdarza się zapominać, że wszyscy egzystujemy dzięki sieci wzajem-

⁴ Riane Eisler, *The Chalice and the Blade. Our History, Our Future*, San Francisco 1987; Elisabet Sahtouris, *EarthDance. Living Systems in Evolution*, publikacja elektroniczna 2000; Walter Wink, *The Powers That Be. Theology for a New Millenium*, New York 1998.

Współdziałanie – zdolność podtrzymująca życie

Według biologii ewolucyjnej Elisabet Sahtouris, współdziałanie jest jedyną drogą do stanu zachowania równowagi i przetrwania⁵. Dojrzałe ekosystemy, jak prerie czy lasy tropikalne, ewoluują, kiedy zamiast wrogiego współzawodnictwa pojawi się w nich współdziałanie. Wysoce złożony ekosystem lasu tropikalnego to szczególnie dobry przykład tego, jak dzięki współdziałaniu wielu różnych gatunków możliwe jest przetrwanie na przestrzeni milionów lat. „Każdy gatunek ma tam swoje zadanie, wszystkie pracują razem, odzyskując zasoby i dystrybuując swoje produkty i usługi w sposób korzystny dla wszystkich. Na tym właśnie polega zdolność przetrwania”.

nych powiązań. Owszem, można o tym zapomnieć, ale tylko do czasu, kiedy sprawy przestają iść gładko i zdarza się coś, co dotyka wszystkich. Gdy duży zakład pracy, zatrudniający wiele osób w danej społeczności, ulega likwidacji, wszyscy odczuwają to ekonomicznie, społecznie i osobiście. Kiedy w 2004 roku osunęło się zbocze w małym miasteczku La Conchita w Kalifornii i zasypało kilkanaście domów, dotknęło to także ludzi z okolicznych miasteczek, którzy chętnie zaangażowali się w pomoc. A gdy rok później huragany Katrina i Rita spowodowały powódź i zabrały ponad dwa tysiące ludzi w Nowym Orleanie i innych południowych miastach USA, wszyscy obywatele kraju poczuli się członkami jednej społeczności zjednoczonej w bólu i trosce.

Kiedy bieg życia społecznego zostaje przerwany przez katastrofę – naturalną lub wywołaną przez człowieka – budzi się

⁵ Elisabet Sahtouris, *Skills for Age of Sustainability. An Unprecedented Time of Opportunity*, „The Bridge” 2002, nr 3.

w nas skrywana głęboko świadomość naszej współzależności, która wspiera nas jako społeczność i jako gatunek. Owa świadomość, że każdy z nas jest częścią olbrzymiej sieci życia, a nasz dobrostan zależy od dobrostanu innych, wskazuje, dlaczego współdziałanie jest umiejętnością, którą trzeba rozwijać: nie tylko ze względu na harmonię w naszej rodzinie, ale także dla przetrwania ludzi jako gatunku.

Rodzina jest podstawowym elementem w sieci powiązań społecznych i to, co się w niej dzieje, ma odczuwalny wpływ na kilka kolejnych pokoleń. Typ twojego rodzicielstwa odcisnie swoje piętno na setkach, a może i tysiącach istnień ludzkich związanych z życiem twoich dzieci. Czy chcecie czy nie, i tak nie unikniecie własnego wpływu na tę sieć współzależności, możecie jednak zdecydować, jaki on będzie.

Współdziałanie to sprawowanie władzy rodzicielskiej razem z dzieckiem

Zauważcie, że w każdej chwili, kiedy znajdujecie się w jakiejś interakcji z dzieckiem, albo sprawujecie nad nim władzę, albo sprawujecie swą władzę razem z nim. Prawdopodobnie jeden z tych typów działania jest dominujący w waszym domu: który z nich?

Rodzice sprawujący władzę nad dzieckiem używają często zwrotów:

Chcę, żebyś zrobiła (zrobił) to natychmiast! A jeśli nie, to...

Żebyś nie musiała (musiał) cię o to dwa razy prosić!

Masz po prostu robić to, co ci każę.