

“Jeśli nie działasz razem z dzieckiem, ono nie będzie działać z tobą, czyli na czym dokładnie polega współdziałanie?”

Współdziałanie – co to takiego?

Współdziałanie to proces, którego uczymy się całe życie. To przestrzeń, gdzie spotykają się dwie równie ważne osoby: rodzic-dziecko. Relacja przebiega dwukierunkowo, opiera się na wzajemnym szacunku, a także otwartości na potrzeby i uczucia drugiej strony. To robienie czegoś razem przy założeniu, że każdy jest tak samo ważnym ogniwem tego działania.

We współdziałaniu nie chodzi wyłącznie o podział obowiązków i np. wspólne sprzątnięcie, lecz o przyjęcie zasady, że w rodzinie wspólnie podejmujemy decyzje, razem rozwiązujemy problemy oraz wspólnie ustalamy reguły dotyczące naszego życia. Warto sobie uświadomić, że pod względem odpowiedzialności jest to “nierówny” proces, ponieważ dzieci nie mają (i nie mogą mieć!) takiej samej odpowiedzialności, jak dorośli, co jest naturalne. Mogą jednak (i powinny!) być włączone w proces współdziałania. Brak współdziałania powoduje w konsekwencji szereg negatywnych zachowań: opór, bunt, chęć postawienia na swoim.

Współdziałanie to nie to samo co współpraca

Warto zauważyć, że dzieci zawsze współpracują z dorosłymi, ponieważ poczucie akceptacji i przynależności jest dla nich ważne. Doskonale potrafią dopasować swoje zachowanie do rodzicielskich wymagań, czasem rezygnując z własnych potrzeb. To ogromne poświęcenie! Współpracują, bo boją się odtrącenia – dziecko nigdy nie rezygnuje z rodzica; w sytuacji, kiedy mogłoby stracić jego uwagę, prędzej rezygnuje z siebie. Jednak warto pamiętać, że współpraca to nie współdziałanie!

Współdziałanie nie tylko uwzględnia potrzeby wszystkich członków rodziny, ale przede wszystkim daje przestrzeń do ich wyrażania i wspólnego zaangażowania się w ich zaspokojenie. Dziecko, które czuje, że jego zdanie jest brane pod uwagę, nie będzie miało obaw powiedzieć, że dane rozwiązanie mu nie odpowiada. Jeśli dzieci czują ze strony dorosłych szacunek i zaproszenie do wspólnego działania, zazwyczaj współdziałają i okazują szacunek!

Trudności ze współdziałaniem wynikają często z braku czasu, by bliżej poznać potrzeby zarówno całej rodziny, jak i każdego z jej członków indywidualnie. Niszczące dla współdziałania jest również porównywanie (*"Ania ubiera się szybciej niż ty. Na ciebie zawsze musimy czekać!"*), nadawanie etykietek (*"Ale z ciebie bałaganiarz!"*), czy wreszcie stosowanie kar i nagród. Brak języka osobistego, opartego na akceptacji, zrozumieniu i szacunku dla potrzeb innych, także nie sprzyja wspólnemu wykonywaniu czynności przy pełnym zaangażowaniu członków rodziny.

Jak włączyć dzieci w podejmowanie decyzji?

Współdecydowanie stanowi jeden z elementów wspólnego działania. **Nie da się mówić o robieniu czegoś wspólnie, kiedy zasady narzucają dorośli.** Kwestia dziecięcej odpowiedzialności (m.in. na ile dziecku pozwolić) niesie ze sobą wiele rodzicielskich obaw, ponieważ w głowie dorosłego zaczynają “kiełkować” wątpliwości: *"Jak mu pozwolę, żeby sam*

decydował, co ma jeść, to będzie jadł wyłącznie słodczyce”, *”Jeśli pozwolę jej zdecydować, jak ma się ubierać, to będzie chodziła zimą bez czapki”* itp. Takie przekonania blokują dorosłych i jednocześnie zwiększają rodzicielski lęk o dziecko.

Współdecydowanie zakłada traktowanie dzieci poważnie, a więc także uwzględnianie ich zdania przy podejmowaniu decyzji.

Uważna obserwacja dzieci pozwala dostrzec, że są one (nawet te najmniejsze) zdolne do podejmowania decyzji w zakresie:

- swoich potrzeb fizycznych, tj. głodu, dotyku, ciepła/ zimna,
- odpowiedzialności osobistej, np. zainteresowań, czy upodobań.

Dzieci otwarcie potrafią manifestować swoje potrzeby i sprzeciw, kiedy ktoś/coś narusza ich granice.

Wsparcie oraz czujne towarzyszenie rodzica pozwala im rozwijać większą świadomość siebie, w konsekwencji uczyć się samoregulacji. Ważne tylko, aby dorośli określili (i zintegrowali wewnątrznie!) zakres odpowiedzialności, jaką chcą powierzyć dziecku. Chodzi o to, czy dzieci faktycznie mogą decydować, czy rodzice praktykują tzw. pozorne decydowanie. Zdaniem A. Kohna *”Dzieci uczą się podejmowania słusznych decyzji poprzez podejmowanie decyzji, a nie przez kierowanie się cudzymi wskazówkami”*. A do tego potrzebna jest praktyka!

Współdziałanie w rodzinnym konflikcie

Nie da się uniknąć rodzinnych konfliktów. Co więcej, są naturalną konsekwencją zamieszkiwania pod wspólnym dachem, a ich pojawianie się jest bardzo ważną informacją. Oznacza bowiem, że potrzeby członków rodziny nie zostały zaspokojone i domagają się zauważenia! Kiedy dorośli zdecydują się współdziałać z dziećmi, zamiast narzucać im gotowe rozwiązania, zorientują się, że dzieci dużo szybciej akceptują rozwiązanie, kiedy czują się za nie współodpowiedzialne. Jak się okazuje, skutecznego współdziałania można nauczyć się jedynie w praktyce. Co więcej, jest to praktyka codzienna!

By efektywnie budować atmosferę współdziałania w rodzinie, warto:

- **Uświadomić sobie swój rodzicielski cel:** dokąd zmierza rodzic, co jest dla niego ważne i do czego pragnie wychować swoje dzieci. Jest to niezwykle istotne, ponieważ przekłada się na myśli o rodzicielstwie, a wreszcie działania, w tym m.in. na sposób komunikacji z dzieckiem.
- **Postrzegać działania (zachowania) jako próbę zaspokojenia potrzeb.** Takie podejście pozwala wyzbyć się automatycznych ocen i krytyki. Niesie ze sobą zrozumienie i akceptację, które dla dzieci są niezwykle ważne. Ponadto pokazuje, że dzieci za wszelką cenę pragną zaspokojenia własnych potrzeb, zaś ich uczucia to informacja dla rodziców o tym, czy te potrzeby zostały zaspokojone, czy też nie.
- **Budować poczucie bezpieczeństwa dziecka, wzmacniać z nim więź i zaufanie do niego.** Dzieci do spokojnego rozwoju potrzebują nie tylko bezpieczeństwa fizycznego, ale przede wszystkim emocjonalnego. To, jak wygląda atmosfera w domu i jak zachowują się dorośli, buduje dziecięce wyobrażenie na temat świata i jego funkcjonowania.

- **Dawać (siebie) jak najwięcej dziecku i zachęcać dziecko do dawania.** Dawanie jest jedną z podstawowych ludzkich potrzeb. Dzieci czują się doskonale, kiedy mogą dać coś z siebie i przyczynić się tym samym do "wzrastania" rodziny, ponieważ zaspokajają to ich potrzebę przynależności. Zdaniem autorek książki "Szanujący rodzice, szanujące dzieci" "rodzice, którzy potrafią rozpoznać i przyjąć to, co dają dzieci, inspirują w nich naturalną chęć do dawania."
- **"Zaprzyjaźnić się z żyrafą", czyli kierować się językiem szacunku i stosować komunikację osobistą.** Zamiast mówić: "Co za beksa! Taki duży, a płacze", można: "Jest ci teraz smutno, kiedy wyłączyłam tablet, ponieważ dłuższe oglądanie bajek jest dla ciebie ważne?". Kierowanie się obserwacją bez ocen, zwracanie uwagi na emocje i potrzeby drugiej strony, a także formułowanie realnych do spełnienia próśb pozwala budować autentyczną, opartą na szacunku relację z dzieckiem.
- **Uczyć się na błędach.** Każdy dzień stanowi okazję do lepszego poznania siebie i swojego dziecka. Warto postrzegać wychowanie jako drogę, gdzie dorosły wspólnie z dzieckiem doświadczają raz sukcesów, a raz porażek, a przy tym razem czerpią naukę z tego, co się nie udało i cieszą się/świętują to, co się powiodło.

Umiejętność budowania relacji za pomocą powyższych strategii sprawia, że członkowie rodziny dążą do zrozumienia właściwych powodów postępowania innych, a przy tym ufają, że ich potrzeby (tak samo jak potrzeby innych) będą wzięte pod uwagę i zostaną zaspokojone. Ponadto, kierując się szacunkiem i współdziałając, dzieci i dorośli – zamiast osądzać, krytykować czy obwiniać – uczą się koncentrować na potrzebach. A to znacząco wpływa na jakość rodzinnego życia!

Źródło: <https://dziecisawazne.pl/jesli-nie-dzialasz-razem-z-dzieckiem-ono-nie-bedzie-dzialac-z-toba-czyli-naczym-dokladnie-polega-wspoldzialanie/>