

Spis treści

Przedmowa	5
Wstęp	9
Negocjacja konfliktów: ewolucja czy moda?	9
Metoda czy recepty	9
Cechy charakterystyczne decyzji negocjowanej, a nie narzuconej	11

Część pierwsza

RODZICE-NEGOCJATORZY

Sztuka sterowania różnicami

I. Stawiamy sobie zadanie: konfrontacja z lękiem zostanie wygrana!	19
II. Odpowiedzi niewłaściwe i ich konsekwencje	22
1. „A teraz oko w oko” — zobaczymy, kto tu silniejszy	24
2. „Twoje życzenia są dla mnie rozkazem — czyli ustąpić i dać za wygraną	28
3. „Jeszcze łyżeczkę” — czyli załatwić sprawę krakowskim targiem	29
4. „Jeśli to zrobisz, powiem tacie” — czyli jak dać się znienawidzić w rekordowym tempie	32
5. „To dla twojego dobra, synku”: czyli niech się nauczy brać plewy za ziarno	33
6. „Orzeł — ja wygrałem, reszka — ty przegrałeś” — czyli dać dziecku wybór między kartoflami a ziemniakami	34
7. Oszustwo — czyli jak uczynić wasze dziecko nieufnym na zawsze	35
8. „Chyba nie chcesz zrobić mi przykrości” — czyli jak doprowadzić dzie-	

cko do poczucia winy przy pomocy szantażu uczuciowego	35
9. Przemoc fizyczna: dyscyplina jest po to, żeby klapsy nie poszły na marne	36
10. „Daj mamie całuska” — czyli jak manipulować dzieckiem, aby nie spostrzegło, ku czemu zmierzasz	37
III. Z jakich powodów stosowane są niewłaściwe strategie	42
1. Konflikt	42
2. Charakter sytuacji	45
3. Relacja	46
4. Władza	46
5. Środki sprzyjające współdziałaniu	49
IV. Właściwa odpowiedź: Poszukiwanie obopólnych korzyści	57
Strategie i metody rodziców-negocjatorów	57
Dziecko negocjuje z rodzicami: „Mamo, nie masz dla mnie stówy?”	57
Cele rodziców-negocjatorów	60
Pięć etapów metody obopólnych zysków:	
Etap pierwszy: jak ograniczyć eskalację konfliktu	61
Etap drugi: najpierw ty zrozum dziecko, aby ono mogło ciebie zrozumieć	65
Wypytywanie	66
Słuchanie aktywne	67
Etap trzeci: ujawnić potrzeby i troski dziecka	74
Źródło konfliktów między rodzicami a dziećmi	76
Staraj się dotrzeć do prawdziwych potrzeb: zapomnij, czego dziecko żąda, poszukaj, czego pragnie naprawdę	77
Etap czwarty: poszukać trzeciej drogi	84
1. Wymyślić nowe, zupełnie inne rozwiązanie	89
2. Powiększyć zasoby	90
3. Zmniejszyć koszt akceptacji dla drugiej strony	90
4. Zrobić próbę ograniczoną w czasie	92
5. Zaofiarować rekompensatę niespecyficzną	92
6. Zrobić ustępstwo błahę dla ciebie, ważne dla dziecka	94
7. Zaakceptować mniejszą stratę, aby osiągnąć później większy zysk	96
8. Stosowanie procedury obiektywnej, niezależnej od woli obu stron	97
9. Odwołać się do trzeciej osoby	98
10. Znaleźć całkiem inne wyjście	99
Etap piąty: w momentach spokojniejszych wzmacniaj ugodę	101
Warunek sukcesu: wyodrębnić to, co nie może być przedmiotem negocjacji, aby negocjować to, co może nim być	102

Część druga

RODZICE-MEDIATORZY

Tworzenie pomostów między... waszymi dziećmi

I. Konflikty między rodzeństwem	111
II. Strategie nieskuteczne i odpowiedzi niewłaściwe	114
1. „Ja potrafię krzyczeć jeszcze głośniej”	114
2. „Od wygwizdywania błędów jest sędzia”	115
3. „To jest ich problem, a nie mój” — podajesz się do dymisji	117
4. „Zamęczycie mnie”	118
5. „Błagam was, przestańcie”	119
III. Rodzice-mediatorzy — sposób użycia	120
Zdefiniować cele	120
A. Nie powodować samemu konfliktów między dziećmi	121
1. Nadmiar chwaleń	121
2. Nadmiar porównań	122
3. Uporczywe branie czyjejś strony	123
B. Rozwijać u dzieci umiejętność samodzielnego rozwiązywania problemów	123
1. Przede wszystkim uświadomić sobie istotną cechę dziecka: mieć partnera do zabawy	124
2. Pokazać dzieciom, że same potrafią rozwiązywać swoje konflikty	125
3. Pomóc im w zrozumieniu mechanizmów sukcesu; nauczyć uczenia się	127
4. Interwencje paradoksalne	131
C. Interwencja rodzica-mediatora w razie rzeczywistej potrzeby	133
1. Czym jest mediacja?	133
2. Czy role rodzica i mediatora są do pogodzenia?	134
3. Miejsce mediacji w porównaniu do innych metod interwencji	137
4. Różnice i podobieństwa między rodzicem-negocjatorem lub mediatorem a rodzicem-arbitrem	138
D. Interweniować nie znaczy ugrzęznąć	140
Etap pierwszy: rozdzielenie walczących	146
Etap drugi: stworzyć klimat sprzyjający znalezieniu wyjścia	147
Etap trzeci: przedstawić zalety twojego podejścia i rodzaj oczekiwanego rozwiązania	151
Etap czwarty: zwrot w stronę celów rzeczywistych	153
Etap piąty: zaproponować metody wynalezienia nowych opcji	155

Etap szósty: uczynić dzieci odpowiedzialnymi za ich wybór	159
Etap siódmy: zatroszczyć się o następstwa ugody w celu zgromadzenia doświadczeń	160
Mediacja: magiczny napój czy cudowne lekarstwo?	162
Rozszerzone zastosowanie mediacji	163
Zakończenie	166
Dodatek I. Negocjacje w Camp David	169
Dodatek II. Konflikt francuskich kontrolerów powietrznych	171
Bibliografia	173