

A może mediacja ?

Od kilku lat systematycznie wzrasta zainteresowanie mediacją jako alternatywną metodą rozwiązywania sporów. Jest to związane zarówno z nowymi uregulowaniami prawnymi (zgodnie z którymi sąd może skierować sprawę do mediacji za zgodą zainteresowanych na każdym etapie postępowania) jak i potrzebami dnia codziennego. Prócz mediacji sądowej i pozasądowej skupiającej się na sprawach sposobu sprawowania opieki nad dziećmi coraz częściej jest ona stosowana w różnorodnych sytuacjach konfliktowych związanych m.in. ze środowiskiem szkolnym.

Jako jedną z metod rozwiązywania konfliktów w szkole można także stosować mediację rówieśniczą pod kontrolą profesjonalnego mediatora. Metoda ta wymaga wcześniejszego przygotowania poprzez zapoznanie z nią nauczycieli i rodziców oraz przeszkolenie uczniów, którzy potem będą pełnić rolę mediatorów rówieśniczych (ze wsparciem profesjonalisty).

Celem mediacji jest pomoc wyszkolonego mediatora w: wysłuchaniu, zrozumieniu i szukaniu porozumienia się osób pozostających w sporze. Mediator odgrywa rolę tzw. „trzeciej strony” dbającej o kontakt i możliwość rzeczowej rozmowy pomiędzy stronami poprzez odpowiednie jej ukierunkowywanie. Przystąpienie do mediacji jest dobrowolne i wymaga zgody wszystkich stron. Obowiązuje poufność i bezstronność oraz akceptowalność ustaleń. Szczególnie przy mediacjach z uczniami duże znaczenie ma to, że początkowo nie zwracają się do siebie bezpośrednio (co gdy są w konflikcie zwykle skutkuje sprzeczką), a rozmawiają poprzez mediatora.

Mediacja zwykle rozpoczyna się od spotkania z rodzicami uczniów, a następnie uczniami w celu omówienia przebiegu procesu mediacji i jego zasad. Jedną z reguł jest odstąpienie od karania w trakcie trwania mediacji jako alternatywy rozwiązywania problemu. Do przeprowadzenia skutecznej mediacji najczęściej potrzeba kilku spotkań od 2-3 do 5-6. Każde spotkanie kończy się podsumowaniem w formie zapisu dokonanych ustaleń (na ogół właśnie tylko one są ujęte w pisemnym protokole, ze względu na poufność procesu mediacji).

Jako niezbywalne zasady, które obowiązują podczas mediacji traktuje się: mówienie pojedynczo oraz brak ranienia i obrażania się nawzajem. Mediacja bazuje bowiem na praktycznej realizacji wartości: szacunku, otwartości i szczerości. Nie tyle chodzi w niej o poszukiwanie prawdy czy winy, co przedstawienie sposobu przeżywania sytuacji

konfliktowej i jej znaczenia dla każdej ze stron, by następnie mogły się one inaczej komunikować, szukając porozumienia.

Rolą mediatora jest więc budowanie kontaktu z każdym z uczestników mediacji oraz między nimi, dbanie o rzeczowość wypowiedzi, zachęcanie do szukania sposobów działań służących porozumieniu i pomoc w sformułowaniu konkretnych propozycji.

Mediacja może być prowadzona wspólnie z udziałem stron lub równolegle (tzw. wahadłowo). Istotne jest przy tym symetryczne dzielenie czasu dla każdej ze stron i pomoc w uporządkowaniu ich wypowiedzi, tak by łatwiej było je usłyszeć i zrozumieć drugiej stronie. Wobec tego po przedstawieniu informacji na temat mediacji i uzyskaniu na nią zgody, mediator prosi kolejno uczestników o przedstawienie sprawy ze swojego punktu widzenia. Przy podsumowywaniu mediator zaznacza nie tylko indywidualną perspektywę każdego z uczestników, ale przede wszystkim łączące elementy.

Kolejnym krokiem w rozmowie mediacyjnej jest dotarcie do osobistego znaczenia konfliktu poprzez pomoc w nazwaniu potrzeb i oczekiwań uczestników. Następnie ma miejsce refleksja na temat tego co strony chciałyby zmienić, czy co mogłoby przebiegać inaczej. Pozwala to na zmianę sposobu podejścia do problemu i przejście od koncentracji na przeszłości do myślenia o przyszłości. W tym czasie często też pojawia się kwestia braku celowego zamiaru skrzywdzenia drugiej strony. Jest to moment na wzmocnienie wagi w/w deklaracji jako bazy do późniejszego szukania rozwiązań.

Końcowym elementem jest wyrażenie oczekiwań wobec drugiej strony i własnych propozycji dot. poprawy wzajemnych relacji. Czasami jest to nazywane rekompensatą, istotna jest przy tym akceptowalność dla obu stron przedstawianych propozycji.

Często przy mediacjach odwołuje się do 4 etapowego modelu "Porozumiewania Bez Przemocy" uwzględniającego: obserwacje, uczucia, potrzeby oraz prośby (życzenia). Bezpośrednie wyrażenie tych ostatnich służy zaspokojeniu istotnych dla nas w danej sytuacji potrzeb.

Podejście to zakłada, że możliwe jest zrozumienie przejawianych uczuć i potrzeb, a pomysły dotyczące realizacji potrzeb da się negocjować. Daną potrzebę można bowiem zaspokajać w różny sposób i w różnym zakresie.

Zaznając dziecku z tym podejściem zwraca się uwagę z jednej strony na: odróżnianie obserwacji od naszych wyobrażeń i fantazji a z drugiej na: stany emocjonalne towarzyszące zaspokojeniu lub brakowi zaspokojenia potrzeb. Łączenie danego uczucia z potrzebą z nim związaną uczy akceptacji uczuć i potrzeb. Myślenie o sposobach zaspokojenia choćby na minimalnym poziomie danej potrzeby skłania do szukania

dostępnych rozwiązań. Całość dobrze obrazuje zarówno różnorodność w spostrzeganiu i przeżywaniu konkretnych zdarzeń jak i podobieństwo: uczuć, potrzeb czy próśb (życzeń), których realizacja jest podstawowa dla zmiany zaistniałej sytuacji. Model ten obejmuje następujący schemat: „Kiedy widzę,(słyszę) czuję ponieważ potrzebuję i chciałbym...”

Wszyscy prócz potrzeb zapewniających fizyczne przetrwanie potrzebujemy: bezpieczeństwa, autonomii, ekspresji siebie, poczucia własnej wartości, akceptacji, uznania, zrozumienia, szacunku. Ucząc dzieci rozwiązywania konfliktów skupiamy się nie tylko na rozróżnianiu obserwacji od interpretacji, przetłumaczeniu ocen na uczucia i potrzeby, ale jednocześnie wyrzekamy się używania: porównań, żądań czy gróźb. Obecność dorosłego : słuchającego i pomocnego w zrozumieniu tego co się zdarzyło oraz zachęającego do szukania rozwiązań - pozwala na poradzenie sobie dzieciom z trudną sytuacją w sposób korzystny dla wszystkich zainteresowanych. Ingerowanie dorosłego w spór jest wskazane jedynie w celu ochrony przed agresją między dziećmi, a nie karania. Nie wskazane jest tłumienie czy ignorowanie konfliktów. Gdy dorosły nie włącza się - dziecko pozostawione samemu sobie traci zaufanie w możliwość wsparcia czy uzyskania pomocy z zewnątrz. Nie należy także opowiadać się po jednej stronie konfliktu, a słuchać i rozumieć obie strony pomagając im w dojściu do porozumienia.

Opracowała
mgr Jadwiga Litwin - psycholog

Więcej informacji można znaleźć w:

Liv Larsson „Porozumienie bez przemocy w mediacjach” Wyd. Czarna Owca Warszawa 2009