

## Mediacja w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 1 w Bydgoszczy

### Czym jest mediacja?



Mediacja to rozmowa stron, w trakcie której dąży się do rozwiązania konfliktu i znalezienia porozumienia pomiędzy stronami sporu. Jedynym warunkiem jest wyrażenie dobrowolnej zgody na udział w niej przez strony konfliktu.

Mediacja jest pomocna we wszelkich problemach i sporach między ludźmi. Prowadzona jest zarówno w sprawach sądowych, jak i prywatnych – zgłoszona przez strony, które nie radzą sobie już z problemami i konfliktami, między innymi w sporach rodzinnych, pracowniczych, rówieśniczych, sąsiedzkich, gospodarczych, szkolnych, oświatowych.

### Czym nie jest mediacja?

Mediacja nie jest poradnictwem, doradztwem, terapią. Mediacja nie jest sądem ani arbitrażem (mediator nie rozstrzyga sporów).

### Jakie główne zasady obowiązują w mediacji?

#### ➤ dobrowolność

Uczestnicy mediacji dobrowolnie biorą udział w mediacji. Obowiązkiem mediatora jest odebranie od stron dobrowolnej zgody na mediację. Mediator nie może wywierać żadnej presji, aby nakłonić strony do udziału w mediacji. Strony mogą wycofać się na każdym etapie postępowania mediacyjnego.

#### ➤ poufność

Wszystko, co jest poruszane podczas spotkań mediacyjnych jest poufne. Mediator nie ujawnia tego, co usłyszał osobom prywatnym ani instytucjom. Efektem pracy

mediatora ze stronami jest spisana ugoda i protokół lub sprawozdanie, które zawierają jedynie informacje o tym, kto brał udział w mediacji, ile było spotkań mediacyjnych, gdzie się odbywały oraz o ewentualnej rezygnacji np. jednej ze stron.

➤ **bezstronność i neutralność mediatora**

Mediator nie staje po żadnej stronie. Strony w mediacji mają równe prawa i są jednakowo traktowane. Respektując godność stron mediator umożliwia im odnoszenie się do siebie z szacunkiem. Mediator jest neutralny co do przedmiotu sporu i znalezionych rozwiązań, kwestia jak rozwiązać spór należy do stron. Mediator pomaga te postanowienia urealnić i ukonkretnić.

Obecność mediatora, a także jego profesjonalne przygotowanie są niezbędne na każdym etapie procesu mediacyjnego. Na początkowym etapie dobre wyjaśnienie stronom, czym jest mediacja oraz na czym ten proces polega, czyni go bardziej zrozumiałym i przewidywalnym, a przez to daje także większe poczucie bezpieczeństwa. Pomaga w ustaleniu najistotniejszych kwestii i ustala z zainteresowanymi kolejność ich omawiania. Mediator jest strażnikiem komunikacji między stronami. Dbą o satysfakcję psychiczną stron, umożliwia konstruktywną ekspresję emocji. Pamiętajmy, że mediacja jest spotkaniem najczęściej pełnym emocji. Znaczą trudność mogą wówczas sprawiać kwestie konstruktywnej komunikacji, zadbanie więc o to, aby każda ze stron mogła wypowiedzieć się swobodnie nie obrażając przy tym drugiej strony, czasem decyduje o powodzeniu procesu mediacji.

Mediator pomaga przyjrzeć się problemowi z nowej perspektywy, dba aby wszystkie racje zostały wypowiedziane i wysłuchane, wspiera strony w przedyskutowaniu różnych aspektów sytuacji i znalezieniu z niej wyjścia, które dla każdego z uczestników będzie zadowalające, sensowne i uczciwe.

### **Jakie są etapy mediacji?**

- otwarcie (przedstawienie stron i mediatorów, zaprezentowanie przebiegu procesu mediacyjnego, zasad, określenie ram czasowych, potwierdzenie dobrowolności uczestnictwa, możliwość pytań)
- niezakłócone wypowiedzi stron (każda strona przedstawia swoje spojrzenie na kwestię mediacyjną, mediator podsumowuje kluczowe zagadnienia i wstępne deklaracje oczekiwań jako listę kwestii do omówienia)

- wymiana ( na tym etapie niezwykle istotne wydaje się , aby strony mogły poczuć się na tyle bezpiecznie, aby stworzyło to przestrzeń do zobaczenia i próby zrozumienia interesów drugiej strony)
- praca nad rozwiązaniami (celem tego etapu jest wypracowanie satysfakcjonujących obie strony rozwiązań)
- negocjowanie porozumienia (porozumienie powinno być **Mierzalne, Aktualne, Konkretne, Realistyczne, Określające terminy**, na tym etapie strony podpisują porozumienie)
- zakończenie (podsumowanie pracy nad porozumieniem)

Strony składają do sądu wnioski o zatwierdzenie ugody zawartej w postępowaniu mediacyjnym.

### **Jak zgłosić sprawę do mediacji?**

W naszej poradni działa **Punkt Mediacyjny**. Mediatorami są:

- mgr M. Borowska (52/ 506-69-43)
- mgr R. Latos- Boenigk (52/ 506-69-48)
- mgr E.S. Szczurek (52/ 506- 69-44)

Można skontaktować się telefonicznie i ustalić z każdą z mediatorów termin spotkania konsultacyjnego oraz (jeśli jest wstępna zgoda obu stron) spotkania mediacyjnego.

Osoba zgłaszając potrzebę i chęć przeprowadzenia mediacji wypełnia na spotkaniu z mediatorami **WNIOSEK O PRZEPROWADZENIE MEDIACJI** . Druga ze stron wyraża chęć uczestniczenia w procesie mediacyjnym poprzez wypełnienie formularza **ZGODA NA MEDIACJĘ**.

Mediacja może się odbyć jeżeli dany mediator zostanie zaakceptowany przez obie strony.

Proces mediacji kieruje się też pewnymi regułami i zasadami, które są ustalone na początku wspólnego posiedzenia i zaakceptowane przez wszystkich uczestników mediacji.

W przypadku braku akceptacji reguł i zasad mediacja nie może być przeprowadzona.

W mediacji rodzinnej skonfliktowane strony – małżonkowie (partnerzy) często w trakcie separacji lub rozwodu dochodzą do satysfakcjonującego obie strony porozumienia związanego np. z opieką nad dzieckiem/dziećmi po rozstaniu oraz innymi spornymi sprawami takimi jak zasady wychowawcze, sposób spędzania świąt i wakacji finansowanie edukacji

i zajęć pozalekcyjnych dziecka, opieka zdrowotna dla dziecka, kontakty z szerszą rodziną obojga rodziców, podróże zagraniczne dziecka itp.

Mediacja może okazać się pomocna także w uzgodnieniu zasad uczestnictwa obojga małżonków w sprawach domowych np. gospodarowanie pieniędzmi, opieka nad dziećmi, wychowanie, obowiązki domowe. Przyczynia się do wzajemnego zrozumienia potrzeb i motywacji partnerów.

### **Zalety mediacji**

- Mediacja daje możliwość szybkiego rozstrzygnięcia sporu
- Porozumienie, którego kształt wypracowują strony jest dla nich satysfakcjonujące, bo ich własne!
- Strony, które samodzielnie wypracowały kształt porozumienia są bardziej skłonne do wcielania w życie i przestrzegania tego, co ustaliły
- Porozumienie daje możliwość określenia bardzo szczegółowo wzajemnych oczekiwań i dostosowania ich do indywidualnej sytuacji stronami
- Ostateczne rozwiązanie nie może być narzucone, daje szansę na utrzymanie dobrych relacji
- Mediacja daje możliwość poznania i wykorzystania własnych zasobów, pozwala wzmocnić poczucie kompetencji i przywraca możliwości wpływania na przyszłość

**Pamiętajmy:**

***„Komunikacja to umiejętność, której można się nauczyć. To jak jazda na rowerze czy pisanie na maszynie. Jeśli tylko nad nią popracujesz, możesz bardzo szybko poprawić jakość każdej części swojego życia”. – Brian Tracy***

*mgr Magdalena Borowska psycholog, psychoterapeuta, mediator*