

# Mediacje – Początek sesji

Dr Łukasz Jochemczyk

# O co chodzi w mediacjach

- Mediation and mindfully getting in the middle:  
Brad Heckman at TEDxTeachersCollege

<http://youtu.be/UUVmPVKaJzk>

- Reportaż TVP3 Opole o mediacjach  
Czas Reportażu - "Mediacje, to nic nie kosztuje"  
(28.02.2014)  
Autor: Andrzej Buchowski

[https://youtu.be/biP0QhEa\\_CY](https://youtu.be/biP0QhEa_CY)

# Jak korzystać z feedbacku?

- Kluczem do sukcesu jest rozumienie znaczenia poszczególnych detali.
- Negatywny feedback nie zawsze oznacza, że jest źle.
- Mechanizmy obronne i samoocena.
- Rodzaje feedbacku:
  - Lustro
  - Krzywe zwierciadło
  - Interpretacja
  - Rada / sugestia
  - Kanapka
    - Ocena osoby vs działania
    - Kolejność przekazywania informacji

# Informacja zwrotna do monologu mediatora

- Sugerujecie, że oni mają się dogadać
  - Nadużywanie
    - abstrakcyjnych sformułowań
    - Strony biernej
    - Trybu przypuszczającego
  - Zamiast zwracać się do stron bezpośrednio mówicie o nich w trzeciej osobie
  - Unikajcie ustawianie problemu stron jako „konfliktu”
  - Nie naciskajcie na doprowadzanie do rozwiązania
- Zwróćcie uwagę na „niepotrzebne” słowa
    - np. „w żadnym wypadku” - jak nie mogą, to nie mogą i już
    - Jestem całkowicie bezstronny
    - jestem tylko i wyłącznie ja
  - Zwróćcie uwagę na kolejność podawania informacji:
    - możemy robić notatki podczas słuchania, żeby móc odnieść się do tego co zostało powiedziane po tym jak druga osoba skończy swoją wypowiedź.
    - Istnieje możliwość zorganizowania z Wami prywatnych sesji, ale jeśli uznamy, że to może Wam pomóc.
  - Przeczytajcie na głos Wasze monologi. Spróbujcie je wydeklamować. Przeczytajcie mamie i zapytajcie co zrozumiała (lub tacie; lub koleżance z akademika; lub koledze; lub komuś innemu

# Zasady mediacji

- Dobrowolność
- Samostanowienie – mediator nie narzuca rozwiązania
- Równowaga stron
- Poufność

# Etapy mediacji

## *Teoria:*

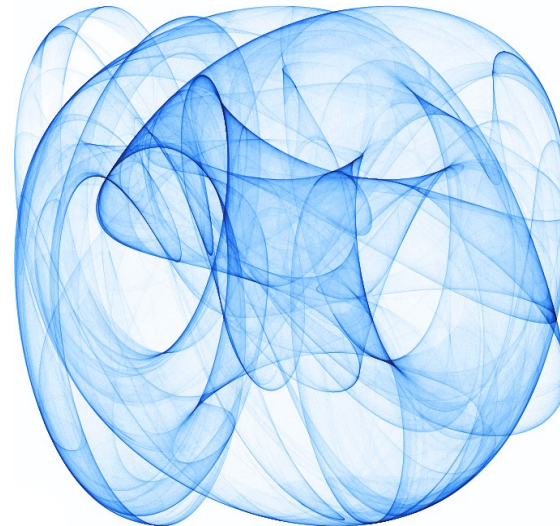
Działania wstępne

- 1) Rozpoczęcie sesji mediacyjnej
- 2) Definiowanie przedmiotu sporu oraz ustalanie planu działania
- 3) Ujawnianie ukrytych interesów stron sporu
- 4) Tworzenie wariantów porozumienia
- 5) Ocena wariantów porozumienia
- 6) Ostateczne negocjacje
- 7) Doprowadzanie do formalnej ugody

## *Rzeczywistość:*

1) Rozpoczęcie sesji mediacyjnej

- Komunikacja
- Komunikacja



- (Porozumienie)
- Zakończenie

# Monolog mediatora

- Aranżacja przestrzeni
- Powitanie
  - Przedstawienie się i co-mediatora
  - Jak się do siebie zwracamy
- O mediacjach
  - O miejscu (ośrodek mediacyjny)
  - Kto podejmuje decyzje
- O procesie
  - Czym są mediacje
  - Dobrowolność
  - Mediator tylko pomaga
  - To nie jest sąd
- O stronach
  - Wasz proces
  - Wyrazić swoje oczekiwania
  - Zbadać możliwości
  - Opowiedzieć swoją historię
  - Wzajemnie się wysłuchać
  - Spróbować zrozumieć
- O mediatorach
- Jesteśmy aby pomóc
- Słuchamy
- Bezstronność
- Dajemy Wam Samym zdecydować we własnej sprawie
- Zasady pracy
  - Emocje – pozostajemy na miejscach
  - Słuchamy, gdy II str mówi
  - Notatki
  - Szanujemy się wzajemnie
  - Żadnego wyzywania się, przeklinania, dotykania, brzydkich uwag
- Oczekiwania
  - Spróbujcie znaleźć drzazgę.
  - Znajdźcie źródło konfliktu, nazwijcie je
- Sesje prywatne
- Porozumienie
- Pytania?
- Dlaczego tu jesteś i jak chciał(a)byś, aby to spotkanie się zakończyło?

# Co po monologu?

- Czas dla stron
- Notujemy kwestie, interesy i możliwe rozwiązania
- Aktywnie i empatycznie słuchamy
- Rozkręcamy tłoki rozmowy
  - Staramy się doprowadzić do sytuacji, w której strony przejdą do rozmawiania ze sobą
  - Ilustracja:  
[https://www.youtube.com/watch?v=-BE476MvO\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=-BE476MvO_g)
- Nadzorujemy proces
- Sprawdzamy realność rozwiązania



# Wzorzec notatek

L: Imię <i>Kwestie</i>	P: Imię Kwestie
<i>Interesy / Potrzeby</i>	<i>Interesy / Potrzeby</i>
<i>Możliwe rozwiązania</i>	<i>Możliwe rozwiązania</i>

# Słuchanie

- Nie bój się milczenia
- Fizycznie pokazuj swoje zaangażowanie w słuchanie
- Słuchaj ze zrozumieniem
- Nie żałuj czasu na słuchanie
- Bądź ostrożny i uważny
- Humhaj
- Nie oceniaj
- Nie doradzaj

# Pierwsza mediacja

- Współlokatorzy