

Maria J. Zajączkowska

ARTYKUŁ zamieszczony w : „*Kocha się raz?*” *Miłość w relacjach partnerskich i rodzinnych* , redakcja naukowa Wojciech Muszyński, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2009, s. 359-369.

## **Rola mediacji wśród sposobów rozwiązywania konfliktów małżeńskich i rodzinnych**

### *Zdrowe rodziny*

Miłość zdrowych ludzi w zdrowych rodzinach nie jest zależnością ani chorobliwym przywiązaniem, twierdzi Santorski, dowodząc, że w miłości zdrowych rodzin jest miejsce na zarówno na bliskość jak i na oddalenie. Zdrowe rodziny zachowują równowagę między otwartością na siebie wzajemnie i na innych ludzi, dysponując życzliwością wzajemną, którą potrafią obdarować innych.<sup>1</sup>

Rodziny te charakteryzują się innymi jeszcze szczególnymi cechami, z których otwartość, bliskość, niezależność, umiejętność przeżywania trudności, proszenie o wsparcie (umiejętność udzielania go innym), zdolność do radzenia sobie ze zmianami wynikająca z wzajemnego wsparcia i wewnętrznego systemu wartości oraz jedność i łatwość komunikacji pozwalają im rozwiązywać konflikty w chwili ich powstawania. Pomaga też tym rodzinom w trudnych sytuacjach wewnętrzna dyscyplina, która służy miłości i pozwala im rozwiązywać problemy we własnym gronie.<sup>2</sup>

A co się dzieje, jeśli brak tej życzliwości, otwartości i komunikacji w związku, szczególnie w trudnych, konfliktowych sytuacjach?

### *Konflikty w rodzinie*

Istotą każdego konfliktu jest zderzenie się przeciwstawnych potrzeb, poglądów, dążeń, życzeń, oczekiwań. W świetle literatury można mówić o konfliktach pozornych - występujących wskutek braku porozumienia oraz o konfliktach rzeczywistych - mających źródło w autentycznie istniejącej odmienności poglądów, w braku zgodności na jakiś temat.

Konflikty są naturalnym i istotnym składnikiem każdego małżeństwa; mogą zarówno budować, jak i rujnować związek, jak twierdzi I. Pospiszyl:

„ Wbrew powszechnym życzeniom rodzina w samej swojej strukturze zawiera duży ładunek konfliktogenny. Tkwi on immanentnie w jej strukturze, jest nieodłącznie związany z

<sup>1</sup> J. Santorski, *Jak żyć, żeby nie zwariować. Bliżej siebie w stresie*, Wydawnictwo Jacek Santorski & Co, Warszawa, s.135

<sup>2</sup> tamże, s.137-139

procesem organizacji życia rodzinnego, układem ról i funkcjonowania rodziny.”<sup>3</sup> W tak skomplikowanym układzie powiązań przynależności i odpowiedzialności właściwie rozwiązywane konflikty mogą przynieść wzmocnione poczucie jedności, wynikające z wypracowania wspólnej płaszczyzny porozumienia. Mogą wpłynąć na wzrost więzi małżeńskiej, zwiększyć odporność na trudności i obciążenia, stworzyć nowe zasady współdziałania. Konflikty w małżeństwie mogą także stać się przyczyną dezintegracji związku.<sup>4</sup>

Fischaleck wymienia typowe dziedziny życia rodzinnego, w których może dochodzić do konfliktów. Należą do nich : gospodarowanie pieniędzmi; praca, style życia i nawyki w prowadzeniu gospodarstwa domowego; zainteresowania i organizacja czasu wolnego; aktywność zawodowa małżonków; posiadanie i wychowywanie dzieci; relacje ze znajomymi i przyjaciółmi; problemy współżycia seksualnego; kontakty z własnymi rodzinami i krewnymi.<sup>5</sup>

Wielu ludzi obawia się konfliktów, ponieważ kojarzą je się im one z przykrymi skutkami w postaci zagrożenia bezpieczeństwa, utraty uczucia czy utraty twarzy, opuszczenia, zerwania kontaktów, poniżenia lub bezsilności.<sup>6</sup> W trakcie sporów zostają także jednocześnie zmobilizowane trzy negatywne uczucia konfliktu: złości (gniewu, wściekłości, nienawiści), strachu (lęku, paniki) i bólu (cierpienia, zranienia), które niewiele wspólnego mają z przyjemnymi uczuciami radości czy miłości.<sup>7</sup> Owych pięć podstawowych uczuć należy do genetycznego wyposażenia człowieka, który w wyniku osobistych doświadczeń i społecznych wartości kojarzy je z celem, do którego należy dążyć lub z czymś, czego należy unikać (np. konfliktu).<sup>8</sup>

Ze względu na swą stałą obecność w życiu społecznym i wielość aspektów, zjawiska konfliktowe są szkołą współżycia, w której partnerzy uczą się wyrażać swoje opinie, poglądy, stanowiska, a co za tym idzie – bronić ich, walczyć o przeforsowanie własnych dążeń. Stanowią także podłoże do zdobywania umiejętności tolerancji w stosunku do innych, dochodzenia do kompromisu, trudnej sztuki ustępstw i rezygnacji. Jeśli mimo negatywnych skojarzeń konflikt postrzega się jako szansę, może zostać on wykorzystany do poprawy więzi i kontaktów, pod warunkiem wszakże konstruktywnego jego rozwiązywania. Wówczas celem

---

<sup>3</sup> I. Pospiszyl, *Przemoc w rodzinie*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994, s.125

<sup>4</sup> T. Fischaleck, *Uczciwa kłótnia małżeńska*, Warszawa 1990, Pax, s.58

<sup>5</sup> tamże, s. 89

<sup>6</sup> L. R. Koll, *Wychowanie bez przemocy*, Jedność Herder, Kielce 2006, s.12

<sup>7</sup> K. Moosig, *Można się kłócić – ale tylko fair*, Jedność Herder, Kielce 2004, s.102

<sup>8</sup> tamże, s. 110

w konflikcie musi być szukanie i znalezienie rozwiązania, z którego obie strony byłyby zadowolone.<sup>9</sup>

Według K. Balawajder, zakładającej w swej koncepcji, że konflikt interpersonalny jest interakcją, w której występuje wymiana negatywnych oddziaływań między partnerami, najczęściej można spotkać cztery style zachowania w konflikcie: **atak**, gdzie chodzi o zmniejszenie efektywności przedsięwzięć partnera i skuteczne przeprowadzenie własnych zamierzeń; **obronę**, polegającą na realizacji własnych zamierzeń mimo przeciwności lub trudności stwarzanych przez partnera; **uleganie**, czyli rezygnację z własnych zamierzeń na rzecz interesów partnera (może być wymuszona lub dobrowolna); **współpracę**, której celem jest wspólne poszukiwanie możliwości zaspokojenia pragnień obojga partnerów.

Zachowania typu atak, obrona, uleganie nie sprzyjają konstruktywnemu rozwiązaniu konfliktu; jedynie współpraca prowadzi do pokonania barier dzielących partnerów i obopólnej satysfakcji. Jest to jedyny typ zachowania, który ogranicza lub eliminuje konflikt, powstrzymując jego eskalację.<sup>10</sup>

W konfliktach niekonstruktywnych członkowie rodziny stosują sprzeczne komunikaty, a niejasność komunikatu pogłębia napięcia, rozdrażnienia, wywołuje poczucie bezsilności; partnerzy ranią się nawzajem. Zaangażowanie w konflikt często nie jest dwustronne, najczęściej też nikt nie chce wziąć odpowiedzialności za skutki konfliktu. Kierunek, do którego dążą partnerzy konfliktu, nie jest określony, a konkretność wyników sporu trudna do uchwycenia. W konfliktach takich ludzie odchodzą od siebie z poczuciem wyrządzonej im krzywdy, z żalem, z lękiem, niejednokrotnie z chęcią zemsty. Odchodzą w poczuciu, że są niezrozumiani i samotni.

W konfliktach o charakterze konstruktywnym emocje są wyrażane w sposób szczerzy i autentyczny, komunikacja jest jasna i przejrzysta, a komunikaty słowne są zgodne z bezsłownymi. Kierunek podejmowanych działań jest jasno określony. Wynikiem konfliktów integrujących jest wzrost poczucia bliskości, zrozumienia, zaufania. Uczestnicy konfliktu przebaczą sobie wzajemnie, mając świadomość zwiększonej kontroli siebie i wzrostu wiedzy.<sup>11</sup>

### *Sposoby rozwiązywania konfliktów rodzinnych*

---

<sup>9</sup> L. R. Koll, dz. cyt., s.13

<sup>10</sup> K. Balawajder, *Komunikacja, Strategie zachowań w konflikcie między partnerami bliskiego związku interpersonalnego*, Czasopismo Psychologiczne 1997, Nr 1

<sup>11</sup> M. Ryś, *Konflikty w rodzinie. Niszczą czy budują?*, CMPP-P MEN, Warszawa 1998

W zależności od intencji i umiejętności komunikacyjnych osób uczestniczących w konflikcie oraz okoliczności, konflikt może przynieść różne efekty końcowe. Autorzy wymieniają najczęściej: separację, dominację, kompromis, całkowitą zgodę i strukturalną poprawę.<sup>12</sup>

Z punktu widzenia osób uczestniczących w konfliktach małżeńskich i rodzinnych, pożądanym zakończeniem konfliktu byłaby poprawa ich relacji. Jednak jest ona możliwa wówczas, gdy skłócone strony wykazują się otwartością i szczerością w komunikowaniu swoich uczuć i potrzeb, tworząc klimat zrozumienia i zaufania, co bywa zazwyczaj trudne, a czasem niemożliwe.

W takiej sytuacji specjaliści (doradcy, terapeuci) od ratowania chorych układów małżeńskich i rodzinnych proponują różne metody ich naprawy, w zależności od diagnozy konfliktu. Może to być, przykładowo, wg M. Plzaka „Amnestia rodzinna”, w której należy ściśle przestrzegać kilku reguł: przebaczenia i darowania sobie nawzajem wszystkich bez wyjątku dotychczasowych przewinień, nie wracania do przeszłości, ale mówienia o przyszłości i nie kłamania, a także „Ochrona trybu życia małżeńskiego”, w której pojawia się umowa określająca czasowe zasady tymczasowego współżycia, np. dokładne ustalenie, kto i w jaki sposób będzie troszczył się o dzieci lub kto, za co i ile płaci.<sup>13</sup> I. Pospiszyl przedstawia m.in. metodę pomocy opartą na budowaniu „Pozytywnej komunikacji” między partnerami, w której uczą się oni rozumienia. Nie jest to jednak proces łatwy do pokierowania w przypadku sporów rodzinnych, ze względu na przeszłość kryjącą źródła konfliktu wzajemnych komunikatów,<sup>14</sup> natomiast K. Moosig opisuje sześć reguł „Konstruktywnej kłótni”. A wśród nich: zakaz stosowania przemocy fizycznej i werbalnej, mówienie na zmianę i aktywne słuchanie, które pozwalają bezpiecznie i fair odreagować afekty.<sup>15()</sup>

Przedstawione sposoby rozwiązywania konfliktów są bardzo podobne do technik i reguł mediacji (mają z nią wiele wspólnego), która wszakże z założenia nie jest terapią, a nawet trudno nazwać ją „pomocą psychologiczną”, choć, być może, i taką rolę w jakiejś mierze (gł. w poprawieniu komunikacji) pełni w spotkaniach skonfliktowanych rodzin. W mediacji idzie o rozwiązanie konkretnego problemu bez wchodzenia w jego przyczyny,

---

<sup>12</sup> por. K. Bargiel-Matusiewicz, *Negocjacje i mediacje*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2007, s. 40

<sup>13</sup> M. Plzak, *Małżeńskie katastrofy*, Wydawnictwo LOOK, Warszawa 1992 s. 88, 89, 100, 101

<sup>14</sup> I. Pospiszyl, dz. cyt., s.24-70

<sup>15</sup> K. Moosig, dz. cyt., s. 119-122

dlatego mediacja rodzinna jest tańsza, oszczędniejsza czasowo i mniej obciążająca emocjonalnie aniżeli psychoterapia.<sup>16</sup>

Należy ona do sposobów rozwiązywania sporów, gdy emocje, czasem zaś uprzedzenia, brak właściwego przygotowania czy odporności na stres mogą ograniczać lub wręcz uniemożliwiać prowadzenie dialogu skonfliktowanym stronom i gdzie jest potrzebna interwencja trzeciej osoby, którą powinien być specjalista od rozwiązywania sytuacji konfliktowych.

Tradycyjnym podziałem strategii interweniowania w spory innych jest podział na strategie miękkie i twarde.<sup>17</sup> Teoretycy nazywają to orientacją na proces oraz na wynik. Pierwszy rodzaj (miękkie) to procedury, które nie przewidują sankcji w razie niepowodzenia w osiągnięciu porozumienia, drugie natomiast różnią się tym, że właśnie je przewidują. Strategia miękka koncentruje się na oddziaływaniu i modyfikowaniu procesu dochodzenia do porozumienia skłóconych stron. Strategia twarda opiera się na kontrolowaniu wyników rozwiązywanego sporu.<sup>18</sup> Do najczęściej stosowanych twardych zalicza się:

- Arbitraż (z fr. Arbitrage – sąd rozjemczy). Polega na zwróceniu się przez obie strony konfliktu do osoby lub instytucji niezależnej z prośbą o rozwiązanie konfliktu; arbiter rozwiązanie dyktuje. Arbitraż jest dość popularną metodą.
- Inkwizycja. Inkwizytor decyduje, w jaki sposób strony będą spór rozwiązywały, kontroluje informacje docierające do zainteresowanych stron, podejmuje decyzje na temat rozwiązań i żąda ich przyjęcia przez wszystkich uczestników konfliktu.

Do najbardziej znanych miękkich należą:

- Admonicja (od Admonitio – napomnienie, nagana, pouczenie). Metodę tę najczęściej stosuje się w zarządzaniu.
- Koncyliacja (łac. Conciliatio – porozumienie). Jest to postępowanie pojednawcze, w którym uczestniczy osoba trzecia, bezstronna, mająca za zadanie skłonić strony konfliktu do rozmów i dążąca do polubownego rozwiązania kwestii spornych.
- Moderacja (od Moderato – umiarkowanie, powściągliwość). Metoda ta ma zastosowanie zwłaszcza w zaostrej fazie konfliktu, kiedy to stosunki między stronami są nacechowane bardzo silnymi, negatywnymi emocjami.

---

<sup>16</sup> K. Bargiel-Matusiewicz, dz. cyt., s. 92

<sup>17</sup> S. Borkowska, *Negocjacje zbiorowe*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 1997, s. 232.

<sup>18</sup> tamże, s.233.

- Mediacja – (łac. *Mediare* – być w środku). Mediacje są miękkim procesem, w którym – oprócz stron procesu – pojawia się trzecia osoba, pomagająca w dojściu do porozumienia.<sup>19</sup>

Mediator to osoba lub grupa osób, która identyfikuje różnice dzielące skonfliktowanych, ustala ich przyczyny, podpowiada interpretację wzajemnych interesów, strukturyzuje zachodzące między stronami interakcje, namawia, perswaduje i nakłania do zawarcia obustronnie korzystnego porozumienia.<sup>20</sup> Mediator jako osoba jest niezaangażowany bezpośrednio w spór, bezstronny, biegły w warsztacie kierowania konfliktem, lecz nie ingerujący w sam przedmiot sporu. To strony mają podjąć wzajemne zobowiązania i być odpowiedzialne za ich dotrzymanie. Do zadań mediatora należy natomiast: ułatwianie komunikacji, pomoc w uświadamianiu praw każdej ze stron konfliktu, dostarczanie technik pomocnych podczas rozwiązywania sporu, formalne przewodniczenie sesjom, edukacja, eksploracja problemu, sprawdzanie realności propozycji, poszerzanie źródeł informacji poprzez kontakt z ekspertami, inicjowanie i kierowanie negocjacjami.<sup>21</sup>

W mediacjach rodzinnych należy się spodziewać trudności i zakłóceń, z którymi mediator będzie musiał sobie poradzić przy pomocy swoich umiejętności i doświadczenia. Biorąc pod uwagę szczególną rolę komunikacyjną mediatora w relacji konfliktowej dwóch osób i jego skomplikowany warsztat pracy, mediację można określić jako misję polegającą na pośredniczeniu osobom trzecim w określonych sytuacjach, gdy strony nie mogą osiągnąć wzajemnie akceptowanego porozumienia, a mediator pełni rolę ambasadora każdej ze stron po drugiej stronie. Sposób ten daje możliwość przywrócenia dialogu między skłóconymi stronami dzięki umiejętnościom komunikacyjnym mediatora, tworzącego komunikację trialogową.<sup>22</sup>

### *Zalety mediacji rodzinnej, czyli ADR*

Mediacja jest Polsce stosunkowo nową metodą rozwiązywania konfliktów, która należy do tzw. ADR-ów, czyli alternatywnych metod rozwiązywania sporów (Alternative Dispute Resolution) w stosunku do drogi sądowej. Wywodzi się ze Stanów Zjednoczonych, gdzie w latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych ubiegłego wieku rozpowszechniła się jako sposób

<sup>19</sup> S. Chęłpa, T. Witkowski, *Psychologia konfliktów*, Oficyna Wydawnicza Unus, Wrocław 1999, s.207-230

<sup>20</sup> tamże, s. 208

<sup>21</sup> *Skarb mediatora. Wybór tekstów*, Warszawa 2006, s.27

<sup>22</sup> por. M. J. Zajączkowska, *Mediacja jako forma komunikowania się w konflikcie*, [w:] *Komunikacja społeczna w świecie realnym*, pod redakcją M. Baryluk i M. Wawrzak-Chodaczek, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2008, s.103-116

pozasądowego dojścia do porozumienia, szczególnie w przypadku rozwodów.<sup>23</sup> Mediacja jest szczególnie korzystną formą regulacji konfliktów w tych przypadkach, w których strony pozostają ze sobą w stałych i bliskich kontaktach (np. w rodzinie), gdy zdarzenie ma charakter jednostkowy, przypadkowy, a konflikt między stronami występuje od niedawna lub sprawa dotyczy drobnych przestępstw. Mediacja różni się od arbitrażu instytucjonalnego (w tym sądowego) celem, którym jest wypracowanie przez strony porozumienia, dającego im satysfakcję, a nie ustalenie, kto ma rację.

Skuteczność mediacji jest większa niż arbitrażu sądowego, jak wskazują doświadczenia krajów ją stosujących.<sup>24</sup> (). Walka przed sądem nie pozwala na zachowanie równowagi pomiędzy stronami, co powoduje podział na wygranych i przegranych. Odnawiają się znane sprzed sprawy negatywne emocje, takie jak: żal, poczucie krzywdy, złość, bezradność, powstaje chęć odwetu i sabotowania warunków postanowienia sądowego itp. Siła tych emocji jest najczęściej tak duża, że wywołuje sytuacje pokonfliktowe i utrudnia wypełnianie postanowień sądu.

Po pomoc do mediatora zwracają się najczęściej rodziny, dla których dobrowolne dojście do porozumienia jest lepszym wyjściem od konfrontacyjnego postępowania sądowego, bo dzięki mediacjom zostaje wyeliminowana konfrontacja i dążenie do wygrania przez którąś ze stron. Jest to tym bardziej ważne, że w przypadku spraw małżeńskich i rodzinnych wygrana oznacza najczęściej przegraną dla pozostałych osób (w tym dzieci), a w wielu przypadkach jest przegraną dla wszystkich. Sprawy wracają kolejny raz do sądu i powtarza się historia walki o wygraną. Siłą mediacji jest dbałość o równoważne traktowanie stron i dobrowolne wypracowywanie porozumienia, za które strony biorą odpowiedzialność.<sup>25</sup>

Niewątpliwą zaletą mediacji rodzinnych są jej zasady, charakterystyczne zresztą dla każdego rodzaju mediacji (politycznych, społecznych, karnych, cywilnych, gospodarczych, szkolnych). Kodeks Etyki Mediatora (Wydany przez Polskie Centrum Mediacji w Warszawie) wymienia następujące :

- *Fachowości* – w myśl tej zasady jest mediator zobowiązany do nabywania wiedzy oraz umiejętności posługiwania się tą wiedzą zgodnie z dobrem i interesami obu stron,
- *Dobrowolności* – strony powinny wiedzieć, że przystępują do mediacji dobrowolnie, o czym mediator informuje przy pierwszym spotkaniu. Ponadto uczestnicy muszą wiedzieć, że można im zrezygnować z mediacji na każdym etapie postępowania,

<sup>23</sup> D. Hauk, *Łagodzenie konfliktów w szkole i w pracy z młodzieżą*, Jedność, Kielce 2003, s.13

<sup>24</sup> K. Bargiel-Matusiewicz, dz. cyt.,s. 81

<sup>25</sup> H. Przybyła –Basista, *proces mediacji rodzinnych - od teorii do praktyki*, „Mediator” 2000, nr 21

- *Bezstronności* – Strony biorące udział w mediacji obowiązują takie same prawa, winny one być traktowane z godnością i szacunkiem. Mediatora nie może łączyć z żadnym uczestnikiem pokrewieństwo, ani nie może pozostawać z nim w żadnym innym stosunku.
- *Neutralności* – mediator nie może narzucać stronom własnych rozwiązań, nawet takich, które, jak sądzi, byłyby najlepsze,
- *Poufności* – wszystko, co dzieje się w trakcie spotkań jest poufne, żadna ze stron (także mediator) nie może przekazywać tego jakiegokolwiek instytucji lub osobie prywatnej. Dokumentacja tworzona w trakcie postępowania musi zostać zabezpieczona przed osobami niepowołanymi,
- *Bezinteresowności* – wyklucza się czerpanie jakichkolwiek korzyści materialnych przez mediatora z tego, co jest przedmiotem negocjacji między uczestnikami. Nie może on mieć także żadnego interesu z tytułu zawarcia porozumienia czy sposobu i form jego zawarcia,
- *Akceptowalności* – warunkiem rozpoczęcia mediacji jest zaakceptowanie przez obie strony osoby mediatora, obowiązujących reguł i procedur.

Zasady dają stronom gwarancję bezpieczeństwa i komfortu prowadzonych rozmów.

Rozpatrując możliwości pojawienia się sytuacji konfliktowych w cyklu życia rodzinnego, wśród rodzajów spraw podlegających mediacjom rodzinnym można znaleźć:

- kontrakty przedślubne;
- sprawy rozwodowe (w tym: opieki nad dzieckiem i regulacji kontaktów z nim, alimentacji, sprawy finansowo-własnościowe, inne);
- sprawy opieki nad dzieckiem i regulacji kontaktów z rodzicami wynikające z innych niż wyżej wymienione uwarunkowań;
- problemy rodzinne charakterystyczne dla powtórnych związków małżeńskich, rodzin zrekonstruowanych;
- problemy rodzinne wynikające z posiadania rodziców w wieku starszym;
- adopcje;
- przemoc domowa (jako problem dyskusyjny)<sup>26</sup>

Jak wynika z praktyki, najczęstszą grupą problemów rozwiązywanych na świecie przy pomocy mediacji rodzinnej są sprawy rozwodowe, w szczególności obejmujące spory o dzieci. Wiążą się z nimi następujące kwestie:

<sup>26</sup> por. H. Przybyła –Basista, dz. cyt.



- sposób rozstania, orzekanie o winie
- władza rodzicielska
- miejsce zamieszkania małoletnich dzieci
- kontakty z dziećmi małżonka, który nie będzie sprawował bezpośredniej opieki nad nimi
- wysokość alimentów
- podział majątku
- sposób korzystania ze wspólnego mieszkania po rozwodzie<sup>27</sup>

Sukcesem w mediacji rozwodowej może być zarówno dojście do porozumienia we wszystkich sprawach, jak i tylko niektórych. Mediacje mogą też być pomocne w przypadkach adopcji, jako że proces ten składa się z dwóch etapów. Najpierw muszą zostać odebrane rodzicom biologicznym prawa rodzicielskie, a dopiero potem mogą zostać ustalone nowe prawa pomiędzy adoptowanym dzieckiem a nowymi rodzicami..

Proces mediacji posiada strukturę, pozwalającą na prowadzenie sporu według sprawdzonego w praktyce schematu postępowania.

H. Przybyła-Basista (za Taylor) wyróżniła siedem strategicznych kroków w postępowaniu mediatora w sądowych mediacjach rozwodowych:

- 1.** Wprowadzenie - tworzenie zaufania, nawiązanie ze stronami kontaktu sprzyjającego dalszemu rozwijaniu procesu mediacji;
- 2.** Identyfikacja problemów - wyodrębnienie spraw spornych;
- 3.** Tworzenie opcji i alternatywnych rozwiązań;
- 4.** Negocjacje i podejmowanie decyzji;
- 5.** Klaryfikacja - pisanie dokumentu końcowego
- 6.** Ocena formalno-prawna przygotowanego dokumentu
- 7.** Wprowadzenie porozumienia w życie, ocena i sprawdzenie.

Z punktu widzenia celu mediacji istotnie ważna jest zawartość umowy mediacyjnej, która powinna ujmować:

- Definicje poszczególnych problemów z punktu widzenia każdej ze stron,
- Rozwiązania, na które zgodziły się obie strony,
- Przyczyny, powody wyboru rozwiązań,
- Cel umowy.

---

<sup>27</sup> K. Bargiel-Matusiewicz, dz. cyt.,s. 92

Porozumienie końcowe (umowa, ugoda) może dotyczyć albo wszystkich diskutowanych spraw, albo tylko kilku. Sukcesem w mediacji może być zarówno dojście do porozumienia we wszystkich sprawach, jak i tylko niektórych. W przypadku, gdy umowa mediacyjna ma być wykorzystana przed sądem trzeba pamiętać, aby była sformułowana w języku prawniczym (przez adwokatów obu stron lub notariusza).<sup>28</sup>

### *Skuteczność mediacji*

Do największych zalet mediacji, jak wynika ze światowych badań, należą: satysfakcja klienta, zadowolenie z ugody i podporządkowanie się temu porozumieniu.

Około 70-90% skłóconych stron, które korzystały z mediacji, oceniły proces pozytywnie i było zadowolone z procesu, co daje przewagę mediacji w stosunku do tradycyjnych sposobów rozstrzygania sporów. Dla porównania: z pomocy adwokata zadowolonych było 66% osób, z decyzji sądu 40-50% badanych.

Z punktu widzenia częstości zawieranych ugód dla wielu różnych sytuacji, do końcowego porozumienia dochodziło w 40-70% przypadków mediacji. I choć adwokaci osiągają 90% porozumień bez ingerencji sądu, to dzięki mediacjom rozwiązywano również te problemy, z którymi adwokaci się nie mogli uporać.

Optymistyczne dane dotyczą także wywiązywania się stron z podjętych zobowiązań, szczególnie w kategorii sporów o nieduże roszczenia materialne i pomiędzy rozwodzącymi się osobami, gdzie udało się wyegzekwować porozumienie w 81% przypadków, podczas gdy sądy osiągały w tych samych sporach zaledwie 48% skuteczności.

Istnieją dowody na to, że mediacje w porównaniu z sądowymi rozstrzygnięciami prowadzą do większych kompromisów i bardziej sprawiedliwego podziału dóbr; nadto czynią to szybciej oraz przy mniejszych kosztach stron i sądów.<sup>29</sup>

Do polskiego prawodawstwa mediacja rodzinna została wprowadzona na mocy ustawy z dnia 28 lipca 2005 r.<sup>30</sup>

Według danych Ministerstwa Sprawiedliwości, w 2007 roku sądy skierowały do mediacji 932 sprawy o rozwód i separację, podczas gdy w roku 2006 tych spraw było 963. Podniósł się znacząco współczynnik spraw zakończonych ugodą; rok 2007 przyniósł bowiem o 67% więcej ugód od poprzedniego. Wszystkie 40,5% sprawy o rozwód i separację, w

---

<sup>28</sup> H. Przybyła –Basista, dz. cyt.

<sup>29</sup> K. Kressel, *Mediacje*, [w:] *Rozwiązywanie konfliktów*, pod redakcją M. Deutscha, P. T. Colemana, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2005, s. 520-521

<sup>30</sup> Dziennik Ustaw nr 172, poz.1438 z dnia 9 września 2005 r.

których w 2007 roku mediacja faktycznie się odbyła, zakończyło się ugodą lub pojednaniem.<sup>31</sup>

Stosunkowo stały negatywny wynik badań związanych z mediacjami wskazuje, że mediacja na ogół nie zmienia długotrwałych, głęboko zakorzenionych i negatywnych wzorów zachowań stron. Dotyczy ten wynik sporów sąsiedzkich, konfliktów międzynarodowych i, niestety, mediacji rozwodowych. Tak samo rozpoczęcie mediacji w sporach interpersonalnych nie jest łatwe, gdyż około 2/3 spraw kończy się jej odrzuceniem.<sup>32</sup>

Jednak 20 letnie badania i doświadczenia praktyków pokazują, że mediacje są ważnym i pożytecznym instrumentem rozwiązywania rozmaitych form konfliktów, o różnym poziomie trudności. I nawet wówczas, gdy nie dochodzi do końcowego porozumienia w przypadku skomplikowanych sytuacji sporu, do korzyści wywodzących się z mediacji można zaliczyć: obniżenie napięcia, uporządkowanie kwestii spornych oraz pozytywną zmianę w postrzeganiu drugiej strony. Dlatego, mimo jej niedoceniaania, warto jest upowszechniać ideę mediacji i spopularyzować ją jako bezpieczne i skuteczne narzędzie rozwiązywania konfliktów w życiu codziennym, szczególnie rodzinnym.

---

<sup>31</sup> R. Boch, *Statystyki mediacyjne dotyczące spraw o rozwód i separację, skierowanych z sądów do mediacji w 2007*, [www.mediacja.com](http://www.mediacja.com), 26.01.2009

<sup>32</sup> K. Kressel, dz. cyt., s.521-523

*Bibliografia*

- Balawejder K., *Komunikacja, Strategie zachowań w konflikcie między partnerami bliskiego związku interpersonalnego*, Czasopismo Psychologiczne 1997, Nr 1
- Bargiel-Matusiewicz K., *Negocjacje i mediacje*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2007, s. 40
- Boch R., *Statystyki mediacyjne dotyczące spraw o rozwód i separację, skierowanych z sądów do mediacji w 2007*, [www.mediacja.com](http://www.mediacja.com), 26.01.2009
- Borkowska S., *Negocjacje zbiorowe*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 1997, s. 232.
- Chełpa S., Witkowski T., *Psychologia konfliktów*, Oficyna Wydawnicza Unus, Wrocław 1999, s.207-230
- Fischaleck T., *Uczciwa kłótnia małżeńska*, Warszawa 1990, Pax, s.58
- Hauk D., *Łagodzenie konfliktów w szkole i w pracy z młodzieżą*, Jedność, Kielce 2003, s.13
- Koll L. R., *Wychowanie bez przemocy*, Jedność Herder, Kielce 2006, s.12
- Kressel K., *Mediacje*, [w:] *Rozwiązywanie konfliktów*, pod redakcją M. Deutscha, P. T. Colemana, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2005, s. 520-521
- Moosig K., *Można się kłócić – ale tylko fair*, Jedność Herder, Kielce 2004, s.102
- Plzak M., *Małżeńskie katastrofy*, Wydawnictwo LOOK, Warszawa 1992 s. 88, 89, 100, 101
- Pospiszyl I., *Przemoc w rodzinie*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994, s.125
- Przybyła –Basista H., *proces mediacji rodzinnych - od teorii do praktyki*, „Mediator” 2000, nr 21
- Ryś M., *Konflikty w rodzinie. Niszczą czy budują?*, CMPP-P MEN, Warszawa 1998
- Santorski J., *Jak żyć, żeby nie zwariować. Bliżej siebie w stresie*, Wydawnictwo Jacek Santorski & Co, Warszawa, s.135
- Skarb mediatora. Wybór tekstów*, Warszawa 2006, s.27
- Zajączkowska M. J., *Mediacja jako forma komunikowania się w konflikcie*, [w:] *Komunikacja społeczna w świecie realnym*, pod redakcją M. Baryluk i M. Wawrzak-Chodaczek, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2008, s.103-116

*Summary*

The family is a group, where conflicts appear in a natural way. Between various ways of solving family and matrimonial conflicts, mediation plays an essential role, proving its preponderance over judicial resolutions. A lot of family problems, simple as well as complicated, can be solved by mediation, which excellently improves relations between both sides. The Polish law system recognizes and uses family mediations, especially divorce ones. Mediation is a useful tool for resolving family and matrimonial disputes.