

# MEDIACJE

(etapy procedury)

## 3. WENTYLACJA

odreagowanie, umożliwienie ekspresji emocji

na podstawie „Podręcznika mediacji” National Center Associates, Inc Conflict Resolution Research and Resources Institute, Inc. Washington DC – opracowania: Jerzy Śliwa i Dorota Fedorowska

Psychologia społeczna zakłada, że konflikt uruchamia w człowieku negatywne emocje, które mogą być i najczęściej są poważną przeszkodą na drodze do porozumienia. Stąd też często się zdarza, że aby dojść do porozumienia, ludzie nie radząc sobie z przeżywanymi emocjami, zaogniają konflikt i szukają wsparcia u osób neutralnych, niezaangażowanych emocjonalnie w konflikt.

**Wentylacja pozwala stronom na** otwarte przedstawienie („przewietrzenie”) swoich uczuć, frustracji, gniewu i emocji. Może stanowić to najważniejszą część procesu mediacji, ponieważ da stronom możliwość odreagowania (satysfakcji psychologicznej) i jednocześnie uzyskania poczucia bycia wysłuchanym – jeśli nie przez drugą stronę, to przynajmniej przez mediatora.

Dopuszczenie do wentylacji przynosi istotne **korzyści**. Oprócz uwolnienia stron od wielkiego napięcia, inspiruje także do pozytywnych zmian. Wentylacja daje również mediatorowi obraz prawdziwych interesów każdej ze stron. Interesy te mogą być ukryte i nie zostaną one poruszone bezpośrednio, ale stanowi to jednak możliwość zrozumienia pierwotnych problemów.

**Zagrożenie** pojawia się, gdy mediator nie reaguje lub zbyt późno reaguje na łamanie ustalonych zasad, w wyniku czego poziom emocji (np. wzajemnej agresji, niechęci, braku zaufania, odczuwanego zranienia) staje się zbyt wysoki, przesłaniając stronom możliwość dostrzeżenia potencjalnych korzyści płynących z porozumienia. W takim przypadku w wyniku spiętrzenia emocji może dojść do eskalacji i utraty nadziei na powodzenie rozmów, a w efekcie trwale zerwania rozmów.

Drugim zagrożeniem, jakie wiąże się z wentylacją może być zbyt osobisty stosunek mediatora do poruszanych kwestii, postaw, przedmiotu sporu. Jeżeli u mediatora pojawią się emocje które podziela on z którąś ze stron lub które wiążą się z jego własnymi przykrymi doświadczeniami i przeżyciami z przeszłości, może nastąpić zawężenie pola widzenia i w efekcie zagrożenie dla bezstronności. Taka przemiana w postawie mediatora może zagrozić prawidłowości procesu mediacji. Dlatego istotną umiejętnością mediatora jest dokonywanie stałej oceny sytuacji, tak aby w przypadku zagrożenia bezstronności potrafić wycofać się z procesu mediacji i zaoferować możliwość skorzystania z pomocy innego mediatora, który będzie w stanie zachować dystans.

- Wentylacja powinna się odbywać w czasie procesu, w obecności obu stron. Należy uważać, aby nie wymknęła się ona spod kontroli i nie spowodowała załamania się rozmów.
- Czasem powstaje potrzeba, aby wentylacja odbyła się po raz pierwszy (lub jedyny) w czasie rozmowy na osobności z wywnętrzającą się stroną. Wentylacja, w obecności jedynie mediatora, nie daje aż takiej satysfakcji psychologicznej stronie, ale może ona wystarczyć do zapobieżenia opuszczenia mediacji przez drugą stronę lub kłótni pomiędzy stronami.
- Nie należy dać się zastraszyć lub zdominować przez wywnętrzającego się dyskutanta. Nie można też dopuścić do wzajemnych zranień, ułóżania, wyzwisk, złośliwości czy rękoczynów – do naruszeń dóbr osobistych. Należy jednak pamiętać, że nie pozwalając na wentylację może nie dojść do żadnego postępu rozmów.

TECHNIKI NA PRZEDŁUŻAJĄCĄ SIĘ WENTYLACJĘ:

- odwołanie się do procedury,
- przerwa,
- rozmowy na osobności,
- podsumowanie.

