Kortárs mediáció a gyakorlatban

Konfliktusok közös megoldása

Ez a gyakorló forgatókönyv segít abban, hogy biztonságos és egyszerű módon kipróbáld a kortárs mediációt.
Kis csoportban (3–4 fő) működik a legjobban, de egyénileg is elolvashatod és átgondolhatod.

Tippek fiatal mediátoroknak

- Maradj nyugodt és kedves.
- Ne ítélkezz senki felett.
- Kezeld bizalmasan, ami elhangzik, ne pletykálj.
- Kérj segítséget egy tanártól, iskolai tanácsadótól vagy más megbízható felnőttől, ha a probléma túl nagynak tűnik.

Tippek a szerepjátékhoz

- Cseréljetek szerepet, hogy mindenki kipróbálhassa magát mediátorként.
- Próbáljatok ki más helyzeteket is (például egy sportcsapaton belüli konfliktust vagy egy barátok közötti félreértést).
- A szerepjáték után gondoljátok át:
    - Mi volt könnyű?
    - Mi volt nehéz?
    - Mit tanultatok belőle?

Ne feledd

Nem kell tökéletesen megcsinálnod.
A kortárs mediáció a próbálkozásról, a meghallgatásról és a közös tanulásról szól.

Helyzet: *Az elfelejtett csoportos projekt*

Szereplők:

- Mediátor: semleges marad, és segít mindkét félnek beszélni.
- Alex: úgy érzi, kihagyták a csoportos projektből.
- Jamie: nem vette észre, hogy Alex kirekesztve érzi magát.

Alex és Jamie egy iskolai projektben ugyanabba a csoportba kerültek. Jamie és egy másik barátjuk együtt végezték el a munka nagy részét, Alexet pedig nem vonták be a tervezésbe. Alex megbántottnak és mellőzöttnek érzi magát. Jamie úgy gondolja, hogy minden rendben ment, és nem érti, miért bántja ez Alexet.

A szerepjáték forgatókönyve

1. lépés: A mediátor felállítja a szabályokat
„Köszönöm, hogy eljöttetek. Állapodjunk meg, hogy meghallgatjuk egymást, nem vágunk egymás szavába, és tisztelettel beszélünk. Abban segítek, hogy átbeszéljétek és megoldjátok a helyzetet.”

2. lépés: Alex elmondja, mit érez
„Kihagyva éreztem magam. Nem írtál nekem a projektről, és nem tudtam, mit csináljak.”

3. lépés: Jamie válaszol
„Nem akartalak kihagyni. Azt hittem, elfoglalt vagy, és nem bánod.”

4. lépés: A mediátor visszatükrözi a hallottakat
„Tehát Alex mellőzve érezte magát, Jamie pedig nem vette észre, hogy ez bántja Alexet. Igaz?”

5. lépés: Tegyél fel kérdéseket
„Mit tehetnétek másképp legközelebb?”
„Hogyan érhetitek el, hogy mindenki bevonva érezze magát?”

6. lépés: Találjatok megoldást
Alex: „Legközelebb szeretnék részt venni a tervezésben.”
Jamie: „Rendben, mindenképp írok majd neked, és egyeztetünk.”

7. lépés: Zárd le pozitívan a beszélgetést
„Ügyesen átbeszéltétek. Meghallgattátok egymást, és megtaláltátok a módját, hogyan dolgozhattok legközelebb jobban együtt.”

„Ez az anyag kizárólag a szerzők véleményét tükrözi. Az Európai Bizottság támogatása a kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők nézeteit tükrözi, és sem a Bizottság, sem a Nemzeti Ügynökség nem tehető felelőssé az abban foglalt információk bármilyen felhasználásáért.”