# Rovesnícka mediácia v praxi

Riešime konflikty spoločne

Tento cvičný scenár vám pomôže vyskúšať si rovesnícku mediáciu bezpečne a jednoducho.
Najlepšie funguje v malej skupine (3 až 4 osoby), ale môžete si ho prečítať a zamyslieť sa nad ním aj sami.

---

## Tipy pre mladých mediátorov

- Zostaňte pokojní a láskaví.
- Nikoho nesúďte.
- Zachovajte dôvernosť, neohovárajte.
- Ak sa vám problém zdá príliš veľký, požiadajte o pomoc učiteľa, školského poradcu alebo iného dôveryhodného dospelého.

---

## Tipy na hranie rolí

- Striedajte sa v rolách, aby si rolu mediátora vyskúšal každý.
- Skúste rôzne scenáre (napríklad konflikt v športovom tíme alebo nedorozumenie medzi kamarátmi).
- Po hraní rolí sa zamyslite:
  - Čo bolo ľahké?
  - Čo bolo ťažké?
  - Čo ste sa naučili?

---

## Zapamätajte si

Nemusíte to zvládnuť dokonale.
Rovesnícka mediácia je o skúšaní, počúvaní a spoločnom učení.

## Situácia: *Zabudnutý skupinový projekt*

Postavy:

- Mediátor: zostáva neutrálny a pomáha obom stranám rozprávať sa.
- Alex: cíti sa vynechaný zo skupinového projektu.
- Jamie: neuvedomil si, že sa Alex cíti vylúčený.

Alex a Jamie boli v jednej skupine pri školskom projekte. Jamie a ďalší kamarát urobili väčšinu práce spolu a Alexa do plánovania nezapojili. Alex sa cíti zranený a prehliadaný. Jamie si myslí, že všetko prebehlo v poriadku, a nechápe, prečo je Alex nahnevaný.

---

## Návod na hranie rolí

**Krok 1: Mediátor stanoví pravidlá**
„Ďakujem, že ste prišli. Dohodnime sa, že sa budeme počúvať, nebudeme sa prerušovať a budeme hovoriť s rešpektom. Mojou úlohou je pomôcť vám obom porozprávať sa a nájsť riešenie.“

**Krok 2: Alex hovorí o svojich pocitoch**
„Cítil som sa vynechaný. Nenapísal si mi nič o projekte a ja som nevedel, čo mám robiť.“

**Krok 3: Jamie reaguje**
„Nechcel som ťa vynechať. Myslel som, že nemáš čas a že ti to nevadí.“

**Krok 4: Mediátor zhrnie, čo zaznelo**
„Takže Alex sa cítil prehliadaný a Jamie si neuvedomil, že to Alexa zranilo. Je to tak?“

**Krok 5: Kladťe otázky**
„Čo by ste mohli nabudúce urobiť inak?“
„Ako sa môžete postarať o to, aby sa všetci cítili zapojení?“

**Krok 6: Nájdite riešenie**
Alex: „Nabudúce by som sa chcel podieľať na plánovaní.“
Jamie: „Dobre, určite ti napíšem a budem sa ti priebežne ozývať.“

**Krok 7: Ukončite rozhovor pozitívne**
„Výborne, že ste sa o tom porozprávali. Vypočuli ste sa navzájom a našli ste spôsob, ako nabudúce lepšie spolupracovať.“

---

„Tento materiál vyjadruje iba názory autorov. Podpora Európskej komisie na vytvorenie tejto publikácie nepredstavuje súhlas s jej obsahom, ktorý odráža iba názory autorov, a Komisia ani národná agentúra nezodpovedajú za akékoľvek použitie informácií v nej obsiahnutých.“