

Agnieszka Rumianowska

Mediacje w konfliktach rozwodowych

Społeczeństwo. Edukacja. Język 1, 77-89

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Agnieszka Rumianowska, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Płocku

MEDIACJE W KONFLIKTACH ROZWODOWYCH

MEDIATIONS IN CONFLICTS DURING DIVORCE

Streszczenie

W artykule przedstawiona została problematyka konfliktów w rodzinie ze szczególnym uwzględnieniem konfliktów rozwodowych. Zwrócono uwagę na sposoby rozwiązywania sporów i mechanizmy leżące u ich podstaw. Omówiono różne typy konfliktów oraz przeanalizowano źródła ich powstawania.

W dalszej części artykułu przedstawiono istotę mediacji jako sposobu rozwiązywania sporów pomiędzy stronami przy udziale „strony trzeciej” czyli mediatora. Zwrócono szczególną uwagę na mediacje w konfliktach rozwodowych stanowiących alternatywę do postępowania sądowego. U podstaw podejmowanych rozważań dotyczących mediacji przyjęto założenie, że proces mediacji umożliwia osiągnięcie porozumienia satysfakcjonującego dla obu stron, ułatwia komunikację między małżonkami, przekierowuje uwagę na potrzeby dziecka i polepsza współpracę na płaszczyźnie rodzicielskiej. Szczególnymi wyróżnikami mediacji są neutralność, bezstronność mediatora oraz poufność.

Słowa kluczowe: pedagogika rodziny, psychologia rodziny, dziecko, konflikt, rodzina, rozwód, mediacja

Abstract

In the article there has been introduced the concept concerning family conflicts and troubles experienced by people in their families. There have also been introduced conflict resolutions strategies and abilities used by family members in conflict situations. The author points out in particular to types of family conflicts and reasons for family conflict.

One of several approaches to conflict resolution is mediation. It is a way of resolving disputes between two or more parties that uses a “third party” intermediary to help the disputing people resolve their conflict. The author pays special attention to divorce mediation that is an alternative to traditional divorce litigation. The main idea of this article is the assumption that mediation helps the couple learn to communicate again for the sake of the children and to work together as parents. There have been also remarkably emphasized flexibility and confidentiality of mediation.

Key words: family pedagogy/psychology, conflict, divorce, family, mediation, child

„Ludzie, którzy mają wiele wspólnych cech,
czynią sobie nawzajem większe
zło niż ludzie zupełnie sobie obcy”
(Simmel 1955, 44)

Wstęp

Wśród badaczy zdaje się istnieć zgoda co do tego, że konflikty są naturalnym, integralnym i nieuniknionym elementem życia człowieka, a ich całkowite wyeliminowanie oznaczałoby prawdopodobnie regres i ograniczenie możliwości jego rozwoju (Savage, Boud-MacMillan 2012,10). Codzienne funkcjonowanie społeczne pociąga za sobą w nieunikniony sposób nieporozumienia, napięcia i sprzeczności. Im głębsza przy tym więź między ludźmi, im bardziej bliskie stosunki, tym intensywniej człowiek angażuje się w relacje z partnerem. Dlatego jeśli pomiędzy osobami, które łączy intymna więź, rodzi się spór, to jest on często gwałtownie eksponowany i wysoce intensywny (Coser 2009, 59). Obszarami, w których zażyłe stosunki się rodzą, a jednocześnie, w których dochodzi do konfliktów, są niewątpliwie małżeństwo i rodzina.

Ponieważ konflikt jest generalnie zjawiskiem złożonym, w obrębie którego wyróżnić można różne stany i u podstaw którego leżą różne mechanizmy, stąd też trudno zdefiniować go w taki sposób, który uwzględniałby wielość różnych jego aspektów. O ile dla D.R. Petersona (za Baławajder 1998, 70) konflikt to proces interakcyjny, który ma miejsce wtedy, gdy działanie jednej osoby przeszkadza w działaniu drugiej, to dla W. Wilmota i J.L. Hockera (2011, 32) jest to spór pomiędzy co najmniej dwiema wzajemnie zależnymi stronami, które spostrzegają niezgodność celów, ograniczone zasoby, brak wspólnych korzyści i uznają, że wzajemnie przeszkadzają sobie w realizacji swoich celów¹. Warto przy tym podkreślić, że cele, o które rywalizują strony, zostają niejednokrotnie uznane za sprzeczne wyłącznie w przeświadczeniu osób zaangażowanych w spór. Pojawienie się konfliktu nie musi wcale wiązać się zatem z obiektywnym, rzeczywistym stanem, lecz wynikać z błędnego zrozumienia się, złej percepcji lub niedoinformowania w zakresie sporu (Moore 2009,11, Wilmota i Hockera 201, 111). I tak obraz drugiej strony postrzegany przez osobę wciągniętą w konflikt, nie zawsze jest trafny, wręcz przeciwnie często jest oparty na błędnych przypuszczeniach i domysłach. Jeśli trudno określić w jednoznaczny sposób jasne cele, do których dążą strony, to konflikt zazwyczaj pogłębia się a prawdopodobieństwo rozwiązania go w sposób konstruktywny maleje. I odwrotnie, im lepiej strony rozumieją istotę trudności, im precyzyjniej potrafią określić cele, tym większa szansa na poszukiwanie optymalnych rozwiązań.

Paleta możliwych konfliktów w rodzinie może być bardzo szeroka począwszy od tych ukrytych poprzez jawne, krótkotrwałe, eskalujące, pociągające za sobą napięcia psychiczne a na potencjalnych i irracjonalnych kończąc (Baławajder 1992, Tryjalska 1995, 57). W kontekście poruszanych tu zagadnień na szczególną uwagę zasługuje wyróżnienie konfliktu jawnego i ukrytego. O ile ten pierwszy dotyczy sytuacji, kiedy niezgodność, sprzeczność dochodzi do poziomu percepcji i świadomości stron, to konflikt ukryty ma miejsce wówczas, gdy strony nie uświadamiają sobie sprzeczności w dążeniu do indywidualnych celów. Zdaniem B. Tryjalskiej (199, 57) w przypadku konfliktu ukrytego partnerzy wyrażają swoje potrzeby i interesy za pomocą form zastępczych takich jak np. manipulacja. Zdaniem badaczki potrzeby te pochodzą ze wczesnych etapów

¹ Również L. Coser (2009:5) definiuje konflikt jako walkę dotyczącą „wartości i roszczeń do ograniczonych zasobów, statusu i władzy, w której celem oponentów jest zneutralizowanie, narażenie na szwank bądź wyeliminowanie rywali”.

rozwoju emocjonalnego człowieka, na których nie zostały one zaspokojone. W przeciwieństwie do konfliktów jawnych partnerzy nie potrafią zwerbalizować sprzeczności i poszukać jakiegoś rozwiązania.

Źródła konfliktów rodzinnych

Powodów konfliktów może być nieskończenie wiele. Ich źródła mogą tkwić zarówno w niezgodnościach osobowościowych, sprzecznych nawykach, odmiennych przekonaniach, sprzecznych celach czy też właściwościach temperamentnych (Balawajder 1992, 53-54). Ciekawą typologię uwarunkowań przyczynowych konfliktów proponuje Moor (1996, 76), według którego przyczyn leżących u podłoża konfliktu należy poszukiwać zarówno w różnicach w sposobach życia i uznawanych wartościach (konflikt wartości), różnicach wynikających ze stereotypów i niewłaściwej komunikacji (konflikt relacji), w braku informacji lub jej błędnego rozumienia (konflikt danych), w zróżnicowanych potrzebach (konflikt interesów)² jak i w nierównym rozkładzie władzy i zasobów (konflikt strukturalny). Zdarzeniami bezpośrednio inicjującymi konflikt są najczęściej krytyka, nieuprawnione żądania jednej ze stron, odmowa spełnienia oczekiwań partnera jak i kumulacja przykrości (Peterson za Balawajder 1998, 71).

Szczególnym powodem wystąpienia konfliktów pozostają niezmiennie frustracje związane z niezaspokojonymi potrzebami takimi jak miłość, szacunek, poczucie tożsamości, wolności, bezpieczeństwa ekonomicznego, fizycznego itd. (Ury 2006, 171). Niezrealizowanie tych potrzeb wywołuje zachowania atakujące, destrukcyjne, rywalizujące a niekiedy i przestępcze. Podstawowa trudność w zrozumieniu dziejących się między ludźmi konfliktów wiąże się zatem zawsze z wysokim poziomem subiektywności, jakiej doświadcza człowiek w sytuacjach dla siebie problematycznych. Stąd też nie mniej ważne niż prześledzenie obiektywnych sprzeczności, wydaje się dowiedzenie, na czym tak naprawdę człowiekowi zależy, do czego dąży, co jest dla niego ważne a czego unika. Istotne wydaje się przy tym zastanowienie się, kim partnerzy są dla siebie nawzajem, jak odbierają relację, w której tkwią oraz jak próbują ochronić i podbudować swoją tożsamość w konflikcie (Wilmot, Hocker 201, 112). Z reguły spora część takich komunikatów pozostaje ukryta i niewypowiedziana.

Przyczyn pojawienia się napięcia, frustracji i co za tym idzie długotrwałych konfliktów rodzinnych, kończących się nierzadko rozwodem poszukiwać należy nie tylko w bezpośrednich, osobistych zależnościach w obrębie rodziny, ale również w aktualnych warunkach społeczno-kulturowych. Wielość modeli i stylów życia, szeroki wachlarz możliwości i poglądów moralnych nie skłania do głębszej refleksji, lecz raczej zachęca do poszukiwania własnej unikatowości, niepowtarzalności i satysfakcji emocjonalnej. Coraz częściej podkreśla się, iż trwanie małżeństwa uzależnione jest w znacznym zakresie od możliwości zaspokajania w związku własnych potrzeb emocjonalnych, społecznych i intelektualnych. Jeśli obie strony przestają czerpać ze związku małżeńskiego

² Szczególnym przedmiotem konfliktów interesów mogą być uczucia stanowiące ważny element związków małżeńskich. Brak pozytywnej wymiany uczuciowej i satysfakcji emocjonalnej powoduje cierpienia jej członków oraz zaburzenia w relacjach (Tryjalska 1995, 55).

zadowolenie i nie wyrażają chęci do pokonywania pojawiających się kryzysów, rośnie prawdopodobieństwo jego przerwania (Giddens 2002, Bauman 2000, 48; Ostrouch-Kamińska 2011). Wszystko to powoduje, że małżeństwo staje się obecnie strukturą bardzo kruchą, mało stabilną, niezbyt trwałą a jednocześnie bardziej złożoną, niż to miało miejsce w latach minionych (Giza-Poleszczuk 2005, 278-279)³.

Trudno nie wspomnieć w tym miejscu również o niepewności wynikającej z trudności ekonomicznych, problemów mieszkaniowych i bezrobocia. Konieczność poszukiwania pracy za granicą, zadłużenia finansowe w postaci wziętych kredytów, konieczność pogodzenia ról zawodowych i rodzinnych czy po prostu niski status ekonomiczny rodziny wywołują stres, napięcie i frustracje. Poczucie niepewności pogłębiane jest dodatkowo przez fakt, iż żadna posada nie jest dziś - jak ujmuje to Z. Bauman (2000, 47) – „na wieki poręczona, żadne stanowisko zabezpieczone przed kaprysmi losu, żaden zawód odporny na ząb czasu, żadne umiejętności nie są wyposażone w gwarancję rynkowej wartości”. Wszystko to powoduje, że sytuacja społeczna, kulturowa i ekonomiczna współczesnego człowieka staje się obecnie niewątpliwie bardzo złożona, utrudniająca mu funkcjonowanie w przestrzeni rodzinnej i zmuszająca go do podejmowania negocjacji i dokonywania ciągłych zmian.

Na pojawianie się konfliktów w rodzinie wpływ ma dodatkowo faza jej rozwoju związana z pełnieniem różnych ról społecznych, małżeńskich i rodzinnych. W związku z pojawiającymi się trudnościami wynikającymi z wychowywania dzieci, dorastania i podejmowania ról zawodowych ujawniają się konflikty dotyczące m.in. zmiany organizacji czasu, rozwoju indywidualnego każdego z małżonków a także problemów finansowych (Liberska 2003, 70).

Rozwiązywanie konfliktów rodzinnych

Tak jak trudno wymienić skończoną liczbę powodów, dla których konflikt rodzinny pojawia się, tak też trudno mówić o skończonej liczbie strategii, jakie mogą być pomocne w wypracowaniu umiejętności skutecznej komunikacji (Tryjalska 1995, 50). Trudno też określić taki typ zachowania, który pomógłby ustrzec się przed pojawieniem się sytuacji konfliktowej. Rozwiązanie konfliktu uzależnione jest z reguły od wielu czynników jak wagi konfliktu, osobowości partnerów, ich osobistej historii jak i wcześniejszych relacji między stronami. Nie bez znaczenia wydaje się również stopień, w jakim człowiek pragnie zaspokoić własny interes oraz interes drugiej strony (Baławajder 1992, 5). W zależności od siły pragnienia zaspokojenia własnych pragnień i interesów partnera można wyróżnić pięć podstawowych strategii rozwiązywania konfliktów: kompromis, współpracę, rywalizację, unikanie i uleganie (Thomas, Kilmann za Baławajder 1992, 116). Przy pójściu na kompromis strony obniżają własne wymagania i zadowolają się częściowym zaspokojeniem interesów własnych i interesów drugiej strony. Przy wyborze współpracy uczestnicy sporu podejmują natomiast wspólnie wysiłki w dążeniu do

³ Warto jednocześnie podkreślić, że negatywne doświadczenia wynoszone z relacji z partnerem w dużym zakresie wpływają na indywidualny rozwój małżonków, a co za tym idzie rozwój całej rodziny, na opiekę i wychowanie dzieci, wypełnianie ról rodzinnych itd. (Liberska 2003, 63).

osiągnięcia rozwiązania w pełni satysfakcjonującego obie strony. Współpraca uchodzi przy tym za najbardziej konstruktywny styl rozwiązywania konfliktów. Nie ma tu mowy o poczuciu wygranej, obarczaniu siebie lub drugiej strony winą za pojawienie się trudności czy też szukaniu łatwych, pośrednich stanowisk. Chodzi tu raczej o kreatywne poszukiwanie nowych opcji, zgłębianie problemu leżącego u podstaw konfliktu, współdziałanie oraz poszukiwanie wspólnych korzyści dla partnerów (Wilmot 2011, 229-230). Pozostałe motywacje do rozwiązywania konfliktów interpersonalnych wiążą się albo z chęcią rywalizacji tj. pragnieniem zaspokojenia wyłącznie własnych pragnień, albo z chęcią unikania zajmowania się konfliktem, czy wreszcie wynikają z motywów altruistycznych tj. bierności w obronie własnych interesów i silnego pragnienia zaspokojenia interesów partnera.

O jakości życia świadczy nie pojawienie się konfliktu jako właściwie integralnego elementu naszego codziennego funkcjonowania ale umiejętność konstruktywnego jego rozwiązywania, która wiąże się z rezygnacją z wrogości, braku zaufania i innych psychologicznych barier. Ważne staje się zrozumienie źródeł pochodzenia sporu, otwarta komunikacja dotycząca wzajemnych interesów, poglądów i uczuć, rzeczowa wymiana argumentów, czy też umiejętność negocjowania rozwiązania konfliktu (Tryjalska 1995, 49). Konstruktywne rozwiązanie konfliktu pociąga za sobą niejednokrotnie wzrost poczucia zadowolenia i satysfakcji obu partnerów, poczucie osiągania zysków, wzrost chęci do konfrontacji i współpracy. Do dalszych pozytywnych konsekwencji konfliktów interpersonalnych zaliczyć należy wypracowanie nowych, lepszych rozwiązań, wzrost energii i motywacji, zbliżenie partnerów i pogłębienie ich więzi, lepsze zrozumienie własnego stanowiska i poznanie drugiej osoby oraz uświadomienie sobie konieczności dokonywania zmian (Balawajder 1992, Przybyła-Basista 1996). W takim ujęciu konflikt może prowadzić do rozwoju jednostki i rozwoju jej kreatywności.

Warunkiem sprzyjającym konstruktywnemu rozwiązywaniu konfliktów jest wzajemne, pozytywne, emocjonalne ustosunkowanie się partnerów do siebie. Satysfakcja i stabilność relacji między partnerami uwarunkowana jest przewagą interakcji pozytywnych nad negatywnymi jak i oczekiwaniem, że po etapie kryzysu ponownie pojawi się bliska więź (Gottman za Przybyła-Basista 1996, 61). Podobna korelacja występuje pomiędzy rodzicami i adolescentami. Występowanie pozytywnych elementów w komunikacji sprzyja bliskości i miłości oraz pogłębieniu więzi między partnerami sporu (Lachowska 2010, 204). Tam, gdzie bliskie stosunki cechują się akumulacją pozytywnych emocji i odczuć, tam należy - zdaniem Cosera (2009, 66) - postrzegać częste spory nie odnoszące się jednak do kwestii podstawowych raczej jako wskaźnik stabilności tych stosunków niż odwrotnie. Przeciwnie, brak konfliktów w związkach, nieobecność zachowania konfliktowego wcale nie świadczy o stabilności relacji między stronami czy też braku napięć i wrogich uczuć. Jeśli np. uczestnicy czują, że relacja między nimi jest powierzchowna i wątpliwa, to będą prawdopodobnie unikać konfliktu, aby zapobiec rozpadowi związku.

W przeciwieństwie do konfliktów rozwiązywanych w sposób konstruktywny konflikty o charakterze destrukcyjnym oznaczają najczęściej ich eskalację tj. stopniowe się ich rozszerzanie, kontynuowanie sporów niezależnie od pierwotnych źródeł ich powstania, stosowanie taktyki groźby, oszustwa i przymusu. Kiedy konflikt wykracza poza typowe działania rywalizacyjne, celem staje się atak tj. wywieranie negatywnego wpływu na partnera, utrudnianie mu realizacji jego interesów jak i fizyczne lub psychiczne zranienie drugiej strony. Użycie

destrukcyjnych strategii radzenia sobie z trudnościami pociąga za sobą również takie negatywne konsekwencje jak: nagromadzenie negatywnych emocji uniemożliwiających poszukiwanie skutecznych rozwiązań, niemożność zajęcia się innymi działaniami, nawarstwianie się sporów, pojawienie się patologii i wzajemnej wrogości, rozszerzanie się napięcia na innych członków rodziny, intrygi oraz plotki (Moore 2009, Balawajder 1992). Pojawia się poczucie niezadowolenia oraz świadomość poniesionych strat. W dłuższej perspektywie czasowej tkwienie w konfliktach destrukcyjnych wpływa negatywnie na stan zdrowia psychicznego i fizycznego, nasila depresję i poczucie bezsilności (Wilmot, Hocker 2011, 24).

Wśród czynników zwiększających prawdopodobieństwo pojawienia się tego typu negatywnych zjawisk wymienia się między innymi gwałtowność emocji, niską jakość komunikacji, stereotypy, sztywność i niezmienność poglądów, brak elastyczności oraz zniekształcenia percepcyjne (Wilmot, Hocker 2011, Moore 2009, 29; Balawajder 1992). Na szczególne wyróżnienie zasługuje specyficzna struktura interakcji pomiędzy partnerami. Z badań Gottmana (Wilmot, Hocker 2011, 54) wynika przykładowo, że istnieją określone elementy małżeńskich interakcji, które zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia rozwodu. Są nimi krytykowanie partnera, wyrażanie pogardy i lekceważenie go głównie poprzez ekspresję niewerbalną, defensywność (zachowania obronne) oraz wycofanie się z interakcji poprzez zamykanie się w sobie. Poprawieniu relacji pomiędzy stronami nie sprzyjają również takie zachowywania jak pielęgnowanie w sobie żalu i zachowywanie urazów.

Szczególnie trudne do rozwiązania wydają się te konflikty, w których druga strona nie chce współpracować i zachowuje się destrukcyjnie. Wilmot i Hocker (2011, 293-294) podkreślają, że próba zmiany drugiej strony zazwyczaj nie przynosi w takich przypadkach pożądanego skutku. Najbardziej produktywną i skuteczną metodą radzenia sobie z takimi sytuacjami konfliktowymi staje się raczej wprowadzenie osobistych zmian we własnej komunikacji, myśleniu i zachowaniu. Nawet niewielka zmiana warunków konfliktu najczęściej prowadzi do zmiany zachowania i myślenia u pozostałych osób uwikłanych w spór. W ekstremalnych natomiast sytuacjach, w których dochodzi do poniżania, manipulacji i przemocy ostatecznym rozwiązaniem pozostaje decyzja o wycofaniu się z bycia w związku z drugą osobą⁴.

Oddziaływanie konfliktów rozwodowych na funkcjonowanie rodziny

Jeśli strony nie potrafią poradzić sobie z gniewem a poziom napięcia emocjonalnego wzrasta, konflikt może prowadzić do głębokiego kryzysu w relacjach międzyludzkich. Szczególnie dramatyczne w skutkach okazują się długotrwałe konflikty w rodzinach, które przy braku pozytywnych interakcji i utracie poczucia bliskości mogą prowadzić do rozwodu. Ten zaś przybiera postać wieloetapowego, złożonego, wielowymiarowego zjawiska zachodzącego w dłuższym okresie życia (Przybyła-Basista 1996).

⁴ Niezwykle obrazowo ujął to F. Nietzsche (wydanie z roku 2005:189, tłum G. Sowiński), pisząc w jednej ze swoich książek, że to wcale nie życie jest takie ciężkie do udźwignięcia, ale „w rzeczywistości to tylko człowiek jest dla siebie ciężki! Bo na swych barkach taszczy zbyt wiele cudzych ciężarów. Przykłęka jak wielbłąd i daje się obładować”. A obładowuje się ciężarem cudzych słów i wartości. Człowiek – dodaje filozof – musi nauczyć się szanować samego siebie, samego siebie odkrywać i być w stanie określić, co dla niego jest dobre a co złe.

Rozwód rozpatrywany z perspektywy rodziny nie kończy funkcjonowania rodziny, lecz zmienia formułę jej funkcjonowania. Zmieniają się zatem zasady wspólnego zamieszkiwania, zmianie ulega sytuacja ekonomiczna rodziny, zasady utrzymywania kontaktów z dziećmi oraz organizacja dnia codziennego (Beisert 2000). Wszystko to powoduje konieczność podejmowania szeregu negocjacji i poszukiwania nowych rozwiązań. Szczególnie trudny z punktu widzenia małżonków wydaje się okres negocjacji tj. ustaleń dotyczących opieki nad dziećmi, reguł dotyczących odwiedzin, alimentów i podziału majątku. Etapowi temu towarzyszą silne reakcje emocjonalne, trudności w komunikacji, gry małżeńskie, wysuwanie nierealistycznych żądań i destrukcyjne style interakcji (Przybyła-Basista 2006, 82-83). Brak aktywności, kontaktów, pomocy ze strony innych, prowadzi do poczucia krzywdy, izolacji i osamotnienia Jagodzińska (2013)⁵. Obniża się jakość życia, pojawiają się uczucia niezadowolenia, winy, niepokoju, złości i żalu. Warto przy tym podkreślić odmienne przeżycia emocjonalne towarzyszące małżonkom podczas procesu rozwodowego. Decyzja o rozwodzie rzadko jest decyzją podejmowaną wspólnie, stąd też gotowość emocjonalna do rozstania jest zazwyczaj inna u tzw. inicjatora i nie inicjatora rozwodu. Zdarza się, że wtedy gdy jedna ze stron decydująca się na zakończenie małżeństwa odczuwa poczucie żalu, bezradności i porażki, druga całkowicie zaprzecza problemom i możliwości rozejścia się. Również na dalszym etapie procesu rozwodowego przeżycia obu stron mogą się od siebie znacznie różnić. I tak, podczas gdy jeden z małżonków zaczyna powoli radzić sobie ze sporymi zmianami w sposobie życia, drugi może nadal zalegać z uczuciami porażki, straty, żalu i obwiniania partnera (Przybyła-Basista 2006, 84; Beisert 2000, 267). Zjawisko to nabiera szczególnego znaczenia, jeśli porównuje się przebieg sądowego procesu rozwodowego z rozwodem rozpatrywanym z psychologicznego punktu widzenia. Oba procesy nie są tożsame.

Nierozwiązane, przedłużające się konflikty w rodzinie a w szczególności stałe napięcie między rodzicami rzutują na dzieci, determinują ich zachowania, postępy w nauce, samopoczucie oraz kontakty z rówieśnikami (Brażel 2004, 194-195; Wallerstein, Blakeslee 2005). Jak wynika z badań Block, Block i Gjerde (1986), sam fakt separacji czy też rozwodu nie jest czynnikiem decydującym o złym funkcjonowaniu dzieci.

Struktura rodziny może wpływać na powikłaną drogę życiową osób pochodzących z takich rodzin. Cecha ta rzutuje na pełnienie funkcji rodziny i losy wychowawcze dzieci (Przybyszewska 2013). Długotrwałe konflikty między rodzicami osłabiają koordynację wysiłków wychowawczych i wywołują u dzieci uczucie samotności, nieszczęścia, strachu i bezsilności.

Brak odpowiedzialności ze strony rodziców a także niska świadomość na temat ich obowiązków rodzicielskich powoduje, że dzieci przejmują w konfliktach między małżonkami różne role począwszy od posłańca między rodzicami, sojusznika jednej ze stron, kozła ofiarnego, rolę partnera zastępczego dla rodzica samotnego, na roli sędziego kończąc (Wallerstein, Blakeslee 2005, Przybyła-Basista 2006, 99). Reakcje dzieci na rozwód rodziców są przy tym zróżnicowane i zdeterminowane wiekiem dziecka. Rozwód i towarzyszące mu konflikty doświadczane są zarówno przez dzieci w wieku przedszkolnym, szkolnym, nastolatki jak również dorosłe dzieci powyżej 18 roku życia (Wallerstein, Blakeslee

⁵ Jagodzińska M., Zaspakajanie potrzeb mieszkańców Domu Pomocy Społecznej. Płock, Wydawnictwo Korepetytor 2013, s. 48

2005). I tak w grupie dzieci przedszkolnych w wieku od 2 do 5 lat podkreśla się przykładowo silne fantazje dotyczące pojednania, podwyższoną agresję, regresję oraz poczucie winy. Dzieciom w wielu 5-7 lat rozpoczynającym naukę szkolną towarzyszy smutek wynikający z separacji rodziców, konflikty lojalnościowe, poczucie odrzucenia, fantazje dotyczące pojednania oraz nagłe pogorszenie wyników w nauce. Dla dzieci szkolnych w wieku 8-12 lat charakterystyczne jest m.in. osądzanie jednego lub obu rodziców, nasilenie złości, wzrost skarg psychosomatycznych, obniżenie poczucia własnej wartości oraz poczucie wstydu i moralnego oburzenia z powodu zachowania rodziców. W grupie 13-18latków akcentuje się utratę dzieciństwa, obarczenie nastolatków zwiększoną odpowiedzialnością za młodsze rodzeństwo, konieczność dokonywania wyborów, depresję, nadpobudliwość, załamanie nerwowe, podejmowanie ryzykownego zachowania, przyjmowanie narkotyków i pogorszenie dotychczasowej sytuacji finansowej. Dla dzieci powyżej 18stego roku życia charakterystyczne stają się natomiast przejmowanie odpowiedzialności za rodzica, symptomy depresji, zaprzestanie dalszej edukacji, utrata stabilności oraz niemożność zajęcia się własnym życiem. Z badań Brągiel (2004, 200) wynika, że konflikty rodzinne kończące się rozwodem rodziców mogą mieć skutki długofalowe, odbijając się negatywnym echem na osobowości dorosłych już dzieci, obrazie własnej osoby, zmniejszonej odporności na używanie alkoholu, problemach we własnym małżeństwie, pracy czy też problemach związanych ze współżyciem seksualnym. Okazuje się jednocześnie, że negatywne wzorce relacji między rodzicami - mimo chęci ich uniknięcia – często są niestety powielane przez dorosłe już dzieci (Koncewicz 2010, 125).

W przypadku poważnych konfliktów interpersonalnych ludzie mają zwyczaj zwracać się o rozstrzygnięcie sporu do sądów, czyli autorytarnych instancji wyższych, jednak - jak zauważa słusznie Ury (2006, 45) - „prawdziwego współlistnienia nie można osiągnąć na mocy odgórnych nakazów. Może ono wyjść od stron zaangażowanych w spór i otaczających je ludzi”. Odgórne narzucanie decyzji rozstrzygających w sprawie konfliktów, u podstaw których leżą przecież często złożone interesy i potrzeby, nie zawsze okazuje się być skutecznym wyjściem z problematycznej sytuacji i podstawą do bycia usatysfakcjonowanym z podjętej odgórnie decyzji.

Mediacje rodzinne w rozwiązywaniu konfliktów

Jeśli strony uwikłane w konflikt, nie potrafią opanować gniewu ani konstruktywnie się komunikować, rodzi się konieczność włączenia w konflikt osób trzecich. Jedną z metod ułatwiających komunikację między stronami i umożliwiających rozwiązywanie sporów jest mediacja. Definiowana jest ona najczęściej jako interwencja w negocjacje lub konflikt podejmowana przez trzecią stronę, która nie ma autorytarnej władzy pozwalającej na podjęcie decyzji w sprawie sporu, lecz towarzyszy zaangażowanym stronom w dobrowolnym wypracowaniu przez nich obustronnie akceptowanego porozumienia (Moore 2003, 30). To, co wyróżnia mediację spośród innych form rozwiązywania konfliktów, to całkowita bezstronność osoby trzeciej -mediatora, dobrowolność uczestniczenia, dbałość o zrównoważenie stron i poufność. Już sam fakt obecności trzeciej, neutralnej osoby w sporze pomiędzy dwojgiem ludzi sprawia, że ton głosu uczestników konfliktu zazwyczaj łagodnieje a zachowania stają się bardziej kontrolowane (Ury 1996,

46). Do zadań mediatora należą przede wszystkim: wspieranie stron w docieraniu do swoich interesów i potrzeb, ułatwianie komunikacji, tworzenie pozytywnego klimatu emocjonalnego, tworzenie planu działania, generowanie i analizowanie opcji porozumienia, edukowanie oraz stosowanie technik ułatwiających rozwiązywanie sporów (Moore 2009). Mediator kontroluje proces komunikacji między stronami i nie dopuszcza do sytuacji, w której strony sobie przerywają albo stosują destruktywne wzorce postępowania.

Rolą mediatora nie jest koncentrowanie się na stanowiskach stron, lecz na problemie spornym oraz sposobach rodzenia sobie z nim. Chodzi tu przede wszystkim o uruchomienie zasobów rodziny, jej pomysłowości, odkrycie przez członków rodziny nowych możliwości pozwalających na rozwiązanie problemu. Paleta możliwych technik wykorzystywanych w procesie mediacyjnym jest szeroka. Dominują parafrazy umożliwiające strukturyzowanie rozmowy i uwspólnianie znaczeń, pytania hipotetyczne, których celem jest wnoszenie nowych pomysłów i możliwości, próby dowartościowania partnerów oraz metafory.

Sens i istota mediacji wydają się mieć wiele wspólnego ze społeczno-konstruktywistycznymi terapiami rodzinnymi, w których terapeuta nie koncentruje się na przeszłości i źródłach istniejących problemów, lecz współdziała z rodziną z zamiarem znalezienia skutecznych rozwiązań. Innymi słowy rodzina i terapeuta podobnie zresztą jak i mediator współpracują przy konstruowaniu nowych wizji rzeczywistości rodzinnej i alternatywnych sposobów zachowań (Goldenberg, Goldenberg 2006, 329). Zarówno terapeuta o nachyleniu konstruktywistycznym jak i mediator wchodzi w dialog ze stronami, pomagają im uwolnić się od przyjętej oceny własnej sytuacji życiowej (narracji, w której nie widzą lepszego zakończenia), rozważyć różne wybory, ich następstwa i wspólnie wygenerować alternatywne rozwiązanie. W obu formach pomocy, profesjonalista zajmuje neutralne stanowisko, obniża emocjonalność, podąża za pojawiającymi się wskazówkami, wsłuchuje się w poglądy obu stron, zmierza do poszerzenia utartych i nieelastycznych wizji rzeczywistości. U podstaw terapii o nachyleniu konstruktywistycznym i mediacji leży generalnie założenie, że nie ma jednej „prawdy” i jednej właściwej wizji świata, są za to różne narracje i różne spojrzenia na dziejące się zdarzenia.

Mimo, że mediacja ma długą historię w różnych kulturach świata, to dopiero w XX wieku osiągnęła status formalny i instytucjonalizowany. Okres szczególnego zainteresowania mediacją jako formą rozwiązywania sporów przypada na ostatnie 30 lat. Pionierami w wykorzystaniu mediacji jako sformalizowanego sposobu rozwiązywania konfliktów okazały się Stany Zjednoczone i Kanada. W Polsce mediacje zaczęły być intensywnie stosowane dopiero po 2000 roku (Przybyła-Basista 2011, 33). Wprowadzenie w 2005 roku zmian do kodeksu cywilnego dotyczących możliwości wykorzystania mediacji w procesie sądowym oraz dokonanie w 2009 zmian w kodeksie rodzinnym i opiekuńczym dotyczących władzy rodzicielskiej i kontaktów z dzieckiem w wyroku rozwodowym stało się jednym z czynników powodujących lekki wzrost zainteresowania mediacjami rodzinnymi w Polsce⁶.

⁶ Ustawodawca zapisał w nowelizacji możliwość przekazania władzy rodzicielskiej dwóm rodzicom pod warunkiem przedłożenia przez nich swego planu opieki rodzicielskiej.

W Polsce zainteresowanie mediacjami jako profesjonalną formą pomocy rodzinie nie jest jeszcze zbyt szerokie. Zdaniem Przybyły-Basisty (2009, 189), opór przed podjęciem mediacji zdeterminowany jest określonymi czynnikami społeczno-kulturowymi, w tym wieloma mitami silnie zakorzenionymi w naszej kulturze. Ponieważ większość osób uwikłanych w konflikt poszukuje przede wszystkim potwierdzenia słuszności swoich opinii, poczucia bycia wysłuchanym, proceduralnej sprawiedliwości a przede wszystkim „wygranej”, stąd też postrzegają oni mediacje jako zagrożenie dla swoich wartości i niezmiennych przekonań. Pokutujący w naszej kulturze mit, że w każdym konflikcie winien być „wygrany” i „przegraný”, stanowi prawdopodobnie najważniejszy czynnik oporu przed udziałem w mediacjach.

Skuteczność mediacji w odniesieniu do zawarcia porozumienia końcowego wynosi około 70% (Przybyła Basista 2006, 111; Kressel 2005, 520). Brak znalezienia skutecznych rozwiązań nie oznacza jednakże braku satysfakcji z uczestniczenia w tego typu procesie. Wręcz odwrotnie, z badań Przybyły-Basisty (2006) wynika, że podjęcie rozmów w obecności mediatora, tj. w warunkach kontrolowanych przez trzecią stronę, powoduje przede wszystkim wzrost poczucia bycia wysłuchanym i zrozumianym. Mediacje okazują się jednocześnie skuteczną metodą, jeśli chodzi o uwrażliwienie rodziców na sytuację dzieci uczestniczących w konfliktach rodzinnych, ich odczucia i potrzeby.

Wachlarz możliwych spraw, które nadają się na mediację rodzinną, jest szeroki począwszy od spraw przedślubnych, poprzez konflikty około rozwodowe a na sprawach porozwodowych kończąc. Obszarami stosowania mediacji są również problemy rodzinne wynikające z potrzeby opieki nad osobą starszą, konflikty charakterystyczne dla powtórnych związków małżeńskich i rodzin zrekonstruowanych (Moore 2009, Przybyła-Basista 2006, 235)⁷. Najczęściej z mediacji korzystają małżonkowie decydujący się na rozwód i separację. Sprawy, które podlegają wówczas wspólnej regulacji, to ustalenie opieki nad dzieckiem, uregulowanie kontaktów z dzieckiem, określenie wysokości alimentów, rozstrzygnięcie kwestii finansowych i majątkowych. Inne sprawy rodzinne podlegające mediacjom to podział majątku po śmierci jednego z członków rodziny, konflikty rodzicielskie, problemy między rodzicami a dziećmi oraz wizyty dziadków (Wilmot, Hocker 2011, 386).

Wśród korzyści wypływających z mediacji w postaci zawarcia porozumienia wymienia się najczęściej: niższe koszty uczestnictwa w porównaniu do procesu sądowego, niższy wskaźnik powrotu spraw rozpatrywanych za pomocą mediacji na wokandę sądu, poczucie zadowolenia uczestników mediacji, występowanie mniejszej ilości konfliktów między stronami, jak również wyższe prawdopodobieństwo stosowania się do uzgodnień zawartych za pomocą mediacji niż w przypadku rozstrzygnięć sądowych (Przybyła-Basista 2011, 245; Wilmot, Hocker 2011). W przeciwieństwie do postępowania sądowego, wynik porozumienia końcowego uzależniony zostaje całkowicie od stron zaangażowanych w konflikt. Obie strony mogą czuć się usatysfakcjonowane i mieć poczucie wygranej. Aspekt ten nabiera szczególnego znaczenia, jeśli weźmie się pod uwagę fakt, że wygrana przed sądem jednej ze strony oznacza najczęściej przegraną wszystkich

⁷ Jak zauważa W.L. Ury (2006:208), mediacje sprawdzają się generalnie w wielu sytuacjach i to niezależnie od tego, czy stronami są kłócący się uczniowie, rówieśnicy, rodzice i ich nastoletnie dzieci czy też sąsiedzi walczący o granicę działki.

innych członków rodziny, w tym dzieci (Przybyła Basista 2002, 58). Podział na wygranych i przegranych powoduje, że strony okopują się w swoich stanowiskach, pojawia się uczucie żalu, skrzywdzenia, chęć odwetu i bezradność.

Wśród ograniczeń związanych z mediacją wymienia się natomiast przemoc fizyczną i emocjonalną, zbyt silne uwikłanie w konflikt uniemożliwiające wspólne przebrnięcie przez trudności, zbyt słabe zaangażowanie w związek, choroby psychiczne, poważny stan zdrowia fizycznego, niechęć środowiska prawniczego oraz przekonanie stron o wysokim prawdopodobieństwie wygranej w sądzie (Wilmot, Hocker 2011, 97, Przybyła-Basista 2006).

W procesie postępowania mediacyjnego wyróżnić można kilka podstawowych jego etapów. Mediacje rozpoczynają się z reguły od zawarcia ze stronami odpowiedniego kontraktu ułatwiającego przeprowadzenie całego postępowania. W dalszej kolejności następuje identyfikacja problemów, ich uporządkowanie i nazwanie. Kolejne etapy to tworzenie opcji i alternatywnych rozwiązań oraz negocjacje kończące się wyborem najlepszego rozwiązania i podjęcia decyzji. W ostatniej fazie mediacji spisany zostaje dokument końcowy zawierający decyzje obu stron (Moore 2010, Wilmot, Hocker 2011, 48). Wypracowane porozumienie zostaje wprowadzone w życie, następuje wówczas jego ocena i sprawdzenie.

Zakończenie

Rodzina to nie zawsze źródło pozytywnych przeżyć, lecz niejednokrotnie przyczyna cierpienia, urazów i rozczarowań. Problemy rodzinne i zdarzenia krytyczne powodują konieczność ponownego uporządkowania swoich doświadczeń i dokonania rekonstrukcji myślenia o sobie i innych. Wtedy gdy strategie działania i umiejętności stosowane dotychczas przestają być skuteczne, rodzi się potrzeba uruchomienia nowych, alternatywnych sposobów myślenia i działania. Niestety rodziny często nie mają wystarczająco dużo własnych zasobów, aby rozwinąć nowe umiejętności (Cierpka 2013, 168). Tu otwiera się szerokie pole działania dla „osób trzecich”, profesjonalistów terapeutów, psychologów jak i mediatorów. Szczególne znaczenie należy przypisać mediacjom, w trakcie których strony mają szansę na wyartykułowanie swoich potrzeb, uczuć i skonstruowanie wspólnego rozwiązania. Mediacje można porównać do prób podejmowania rozmowy ze stronami – w trakcie której mediator wyraża nadzieję, że uczestnicy konfliktu znajdą sami sposoby na wyrażenie swoich przeżyć, znalezienie nowych punktów odniesienia oraz alternatywnych rozwiązań, które mogłyby nadać ich życiu nowe znaczenie.

Profesjonalna pomoc rodzinie nabiera szczególnego znaczenia, jeśli weźmie się pod uwagę skalę obecnych przemian społeczno-kulturowych mających istotny wpływ na współczesnego człowieka, jego marzenia, aspiracje i tęsknoty. Warunki kulturowe, w których przyszło żyć dzisiejszym pokoleniom niewątpliwie powodują, że prywatna przestrzeń rodzinna a także relacje z innymi stają się obecnie wyjątkowo złożone i nacechowane wieloma konfliktami.

O ile jednak skuteczność mediacji jest faktem bezspornym, to chęć korzystania z takiej formy rozwiązywania sporów nie wydaje się jednak powszechna. Aby uczynić z mediacji dobrze znany i powszechnie stosowany instrument rozwiązywania kon-

fliktów życia codziennego, potrzebne jest - jak słusznie zauważa Kressel (2005, 542) - pełnienie pewnej misji przez osoby życzliwe mediacjom oraz zwiększanie obszarów zainteresowania praktyków i badaczy.

Bibliografia

1. Balawajder, Krystyna. 1992. *Konflikty interpersonalne. Analiza psychologiczna*. Katowice: Uniwersytet Śląski.
2. Bauman, Zygmunt. 2000. *Ponowoczesność jako źródło cierpień*. Warszawa: Wydawnictwo Sic
3. Beisert, Maria. 2000. *Rozwód. Proces radzenia sobie z kryzysem*. Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.
4. Block, Jeanne, Jack Block. Gjerde. 1986. *The Personality of Children Prior to Divorce: A Prospective Study*. "Child Development" 57: 827-840.
5. Borecka- Biernat, Danuta. 2010. „Percepcja postaw wychowawczych rodziców a obronne strategie radzenia sobie młodzieży w sytuacjach społecznego konfliktu” W *Sytuacje konfliktu w środowisku rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym. Jak sobie radzą z nimi dzieci i młodzież?* pod red. Borecka-Biernat, Danuta. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
6. Brągiel, Józefa. 2004. „Długoterminowy wpływ rozvodu rodziców na dzieci” W *Pedagogika rodziny na progu XXI wieku : rozwój, przedmiot, obszary refleksji i badań* pod red. Janke. Łódź: Wydawnictwo Edukacyjne Akapit.
7. Chmielewska Anna. 2012. „Środowisko rodzinne jako źródło trudności i wsparcia” W *Wielość spojrzeń na małżeństwo i rodzinę* pod red. Kwak, Anna. Warszawa: Griffin.
8. Cierpka, Anna. 2013. *Tożsamość i narracje w relacjach rodzinnych*. Warszawa: Eneteia.
9. Coser, Lewis. 2009. *Funkcje konfliktu społecznego*. Kraków: Nomos.
10. Giddens, Anthony. 2002. *Nowoczesność i tożsamość 'ja' i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Warszawa: PWN
11. Giza-Poleszczuk. 2005. *Rodzina a system społeczny. Reprodukacja i kooperacja w perspektywie interdyscyplinarnej*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego
12. Goldenberg, Herbert; Irene Glodenberg. 2006. *Terapia rodzin*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
13. Harwas-Napierała, Barbara. 2003. „Zmiany w funkcjonowaniu rodziny i ich konsekwencje dla rozwoju rodziców” W *Rodzina a rozwój człowieka dorosłego* pod red. Harwas-Napierała, Barbara. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM
14. Jagodzińska, Małgorzata. 2013. *Zaspakajanie potrzeb mieszkańców Domu Pomocy Społecznej*. Płock, Wydawnictwo Korepetytor
15. Moore, Christopher. 2009. *Mediacje. Praktyczne strategie rozwiązywania konfliktów*. Warszawa: Wolters Kluwer Polska Sp.
16. Kressel, Kenneth. 2005. „Mediacje” W *Rozwiązywanie konfliktów* pod red. Deutsch i Coleman. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
17. Kwak, Anna. 2012. „Od i do małżeństwa i rodziny: „czas” rodziny – „czas” jednostki” W *Wielość spojrzeń na małżeństwo i rodzinę* pod red. Kwak, Anna. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego

18. Lachowska, Bogusława. 2010. „Style rozwiązywania konfliktów i ich efekty w relacji między rodzicami i adolescentami. Prezentacja narzędzi pomiaru”. W *Sytuacje konfliktu w środowisku rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym. Jak sobie radzą z nimi dzieci i młodzież?* Pod red. Borecka-Biernat, Renata. Warszawa: Wydawnictwo Difin
19. Liberska, Hanna. 2003. „Realizacja zadań rozwojowych dorosłości a rozwój indywidualny” W *Rodzina a rozwój człowieka dorosłego* pod red. Harwas-Napierała, Barbara. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM
20. Nietzsche, Friedrich. 2005. *Tak mówił Zaratustra*. Kraków: Wydawnictwo Zielona Sowa
21. Ostrauch-Kamińska, Joanna. 2011. *Rodzina partnerska jako relacja współzależnych podmiotów*. Kraków: Impuls
22. Przybyła-Basista, Hanna. 2006. *Mediacje rodzinne w konflikcie rozwodowym. Gotowość i opór małżonków a efektywność procesu mediacji*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
23. Przybyła- Basista, Hanna. 2002. „Proces mediacji rodzinnych – od teorii do praktyki”. *Mediator* 21: 5-23.
24. Przybyła- Basista, Hanna. 2011. „Akceptacja mediacji jako formy rozwiązywania konfliktów rodzinnych”. *Chowanna* T.2 (37): 251-278.
25. Przybyszewska, Kinga 2013. *Problem bezdomności w Płocku*. Płock, Wydawnictwo Korepetytor
26. Savage, Sara, Eolene Boyd-MacMillan. 2012. *Konflikt w relacjach. Zrozumieć i przezwyciężyć*. Poznań: Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów
27. Ury, William. 2006. *Dochodząc do zgody. Przekształcanie konfliktów w domu, w pracy i na świecie*. Taszów: Moderator
28. Wallerstein, Judith. 2005. *Rozwód, A co z dziećmi?* Poznań: Zysk i S-ka
29. Wilmot, W. William; Joyce L. Hocker. 2011. *Konflikty między ludźmi*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN
30. Tryjarska, Barbara. 1995. *Skrypty życiowe a konflikty jawne i ukryte w małżeństwie*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego