

# A mediációban találta meg az útját

**Horváth Sándor Domonkos a Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér igazgatója, emelt íróként és igazságügyi közvetítőként, azaz mediátorként is tevékenykedik. A veszélyhelyzet ideje alatt kialakult konfliktushelyzetek mediációját díjmentesen vállalja. Mi az a mediáció és miben segít pontosan? - a szakértő ezekre is választ adott.**

→ **Simon Roberta** írása

– Sokan hallhattuk már azt a szót, hogy „mediáció”, de kevesen tudjuk, mi is az pontosan. Hogyan határozná meg a tevékenységet?

– A mediáció nem terápia és nem coaching, nem egy tanácsadás, hanem egy konfliktuskezelési folyamat vezetése. Nem arra szolgál, hogy az élet során feldolgozatlan érzéseket segítsen feldolgozni. A mediáció egy sokkal

fókuszáltabb kérdés. Az adott vita megoldásában segít. Nem dönt a felek között, hanem egy biztonságos környezetet nyújt és segít, hogy az érintettek megoldást találjanak a jelentős nézetkülönbségeikre. Ugyanakkor nem minden vita mediálható. Az érték-konfliktusok például ilyenek. A politikai, vallási konfliktusokkal nem tud a mediáció mit kezdeni, ilyeneket nem is vállal fel. De sok minden mást igen, ami az ember életében előfordul. A mediátor minden esetben teljesen pártatlan, a felektől független. Az igazságügyi közvetítőnek nem az a célja, hogy egyik vagy másik félnek igaza legyen, hanem hogy a felek között megállapodás szülessen.

## Különösen nehéz időszakot élünk

– Miért fontos különösen egy pandémiás időszakban, hogy a konfliktusainkkal mediátorhoz forduljunk?

– Az emberek között óhatatlanul vannak konfliktusok. A konfliktusok nem ördögtől való dolgok, hiszen olykor előrelépést is jelentenek. Kimondatlan dolgok kimondódnak és ha békés

”

**A mediáció nem terápia és nem coaching, nem egy tanácsadás, hanem egy konfliktuskezelési folyamat vezetése.**

◀ **Horváth Sándor Domonkos könyvtár-igazgató, író és mediátor.**  
Fotók: Csapó Balázs

keretek között rendezik mindent, a fejlődés útjára léphetnek a résztvevők. A pandémiás időszakban sokkal több feszültség halmozódik fel. A 2020-as év megterhelő mindenki számára. Csak sejtéseim vannak arról, hogy a frontvonalon dolgozók milyen hatalmas nyomásnak vannak kitéve. Ugyanakkor a családban, az iskolában, a szülő-gyermek kapcsolatban a megváltozott körülmények óhatatlanul feszültségekhez, konfliktusokhoz vezetnek.

– A mediáció gyors és egyszerű?

– Viszonylag gyors. A felek először egy előkészítő ülésen vesznek részt, ekkor külön-külön találkozik velük a mediátor. Az ülésen mind a két fél ismerteti a helyzetet, majd a mediációs ülésen tájékoztatom a résztvevőket a titoktartásról, a kommunikációs elvárásokról: nem minősítünk, nem személyeskedünk, nem vágunk egymás szavába. Van mindenkinek ideje, hogy kifejtse a meglátását az adott vitáról, vitatott témáról. Fontos, hogy a mediátornak mondják ezt el és ne egymással vitázzanak. Ha szükséges, a pontosító kérdések után tisztázzuk, hogy milyen témák vannak. Hiszen sok esetben egy konfliktushelyzet több kérdést is felvet. De kiderülhet, hogy nem is az a konfliktus, ami a feszültséget okozza, hanem egy másik vagy harmadik. A témák azonosítása után a témák megtárgyalása következik. Gazdag módszer és eszköztár áll rendelkezésre. Egy mediációs ülés általában három óra. Összesen egy vita rendezése szerencsés helyzetben öt óra. A létrejött megállapodásokat végül egyezségbe foglaljuk.

## A sors által vezetett út

– Mikor döntött úgy, hogy szeretne mediátorként közreműködni egy békés kapcsolat megteremtésében?

– Az alapvégzettségem történelem és könyvtár szak. Érdekes utat jártam be, mert ezután jogot végeztem, ami már az irányításról szól. Majd szabályozási szakjogász végzettséget szereztem, ami a jog létrehozásához kötődik. Végül úgy tűnik, ez az irányítás iránti kíváncsiságom átalakult a megegyezés iránti vágygá. Ebben benne van az is, hogy 2012–2013 fordulóján a városi és a megyei könyvtár egye-



”

**Amikor leteszem a hivatali elfoglaltságot, számomra a mediáció jelenti a változatosságot.**

Horváth Sándor Domonkos

sülésével két különböző kultúrájú szervezet integrálása volt a feladat. Ami óhatatlanul is kimondott és kimondatlan konfliktusokat hozott a felszínre. Ekkor kezdtem el érdeklődni a mediáció iránt, azóta folyamatosan képezem magam. Volt néhány év, amikor párkapcsolati tanácsadással foglalkoztam, az utóbbi években kifejezetten csak a vitarendezésre fókuszállok. Ez így lesz a jövőben is, úgy érzem, ez az én utam.

– Mire számít, milyen konfliktusok, nézeteltérések kerülnek felszínre a veszélyhelyzet ideje alatt?

– Azt mondja a szakirodalom, hogy minden konfliktuson egy korábbi konfliktus árnyéka ül. Kielezített helyzetben bárminemű konfliktus hamarabb a felszínre bukkan, mint egyébként. Karantén esetén egy családban

könnyen előjöhettek régóta rejtve maradt viták. A járványidőszak a gazdaságot is átalakította, csökkent a kereslet bizonyos területek iránt, megváltoztak a körülmények, a felhasználói szokások. Van, ahol a kenyérkereső személy elveszítette a munkáját. Borítékolható, hogy fokozott feszültséggel kell találkozunk, ami egy-egy ügyben megjelenhet. A mediátorok konkrét vitákkal foglalkoznak, ennyiben hasonlít a munkájuk az igazságszolgáltatáshoz. Azonban azzal szemben nem dönt el semmit, nem ítélkezik, hanem módszertani és kommunikációs segítséget nyújt.

## Mindenkiben van jóakarát

– Fontos, hogy a konfliktusainkkal minél előbb a megfelelő szakemberhez forduljunk?

– A konfliktus sokszor a barátunk, ha képesek vagyunk bánni vele. Vannak olyan esetek, amikor a saját feszültségeinket el tudjuk rendezni magunkban. Ez a legszerencsésebb helyzet. Ha viszont vannak olyan pontjai az adott vitának, amikor már nem működik a kommunikáció a résztvevők között, akkor megoldást nyújthat a mediáció.

– Említette, hogy vannak olyan konfliktusterületek, ahol a mediáció nem segít. Mi az a helyzet a lehetetlen esetekkel? Van ilyen?

– A mediáció egyik alapelve az önkéntesség. Ha az egyik fél úgy jelenik meg, hogy eljöttem, essünk túl rajta, de úgysem akarok változtatni semmin – ilyen beállítástól nem igazán lehet kihozni az illetőt. Ha mind a két fél őszintén akarja a változást, akkor tudunk segíteni.

A törvény szerint titoktartási kötelezettségük van a mediátoroknak, ami elhangzik, az négy- vagy hatfélközt marad. Együttműködésre van szükség, meg kell egyezniük a feleknek, hogy mediátorhoz akarnak menni. Ha ez nincs meg, elég nehezen juthatunk megoldásra. Viszont hiszek abban, hogy alapvetően jóakarat van mindenkiben. Egyetlenegy egészségesen gondolkodó személy sem szeret haragban, feszültségben, rosszkedvben élni.

– Akkor nemcsak a fizikális, hanem a lelki egészség is fontos, hogy harmonikus, teljes életet éljünk?

– Így van. Akinél ez nincs meg, annak érdemes a megfelelő professzionális gyógyító szakemberhez fordulnia. Ez már nem a mediátor hatásköre. ●