

LA MÉDIATION:

Une voie d'évolution personnelle et systémique

Qu'est-ce la médiation ?

C'est une approche alternative de résolution de conflits ou de difficultés relationnelles.

On part du principe que ce sont les personnes elles-mêmes qui détiennent les éléments clé de la solution à leurs difficultés. On fait confiance à priori dans l'existence d'un potentiel à faire émerger de la relation en crise et dans les compétences et ressources de chacune des personnes impliquées dans un désaccord/un conflit.

Le médiateur/la médiatrice joue un rôle discret et temporaire de catalyseur et de soutien dans une étape de transition de la relation et de chacune des personnes impliquées.

Il s'agit d'un processus de dialogue et de co-construction au cours duquel chacun va être invité et encouragé à aller plus loin dans la clarification, la communication, la compréhension, l'acceptation et l'engagement vis à vis de soi-même et de sa propre vie.

Le rôle du médiateur/de la médiatrice étant ici doublement important : il s'agit de permettre à chacun d'avancer dans son propre cheminement tout en garantissant le cadre sécurisant et écologique nécessaire à ce processus.

Quels outils participent à ce travail ?

La communication : un réel travail d'approfondissement et d'évolution dans le mode de communication entre les parties est effectué. Pour dénouer la situation de crise et pour donner de nouveaux outils aux personnes, qu'elles emporteront dans leur vie après la fin de la médiation.

Mise en perspective de l'histoire commune et de l'histoire du conflit : une étape importante du travail consiste à permettre à chacun de s'expliquer tout en expliquant aux autres parties en présence son propre vécu et le sens que l'on donne à la crise actuelle.

La compréhension des besoins, attentes et valeurs qui sous-tendent la position de chacun. En général on s'engage dans une médiation quand on se retrouve bloqué. On doit trouver un accord avec une (ou plusieurs) autre(s) personne(s) et chacun se cramponne à sa position sans en démordre. Comprendre quels besoins ou craintes se trouvent derrière celle-ci est une étape fondamentale pour commencer à désamorcer le blocage et les rancœurs. Ceci avant de commencer à envisager des alternatives à ces positions qui puissent être gagnant - gagnant.

La circulation de l'information : passer par un/une intermédiaire neutre et bienveillant(e) permet de s'exprimer avec moins d'émotion et donc de rendre son discours plus recevable par la/les autre(s) partie(s). Tout en bénéficiant des effets constructifs d'une écoute active. La reformulation du médiateur/de la médiatrice des paroles de chacun constitue une étape facilitant l'intégration des informations pour chacun.

La restitution d'une part de responsabilité à chacun permet de sortir du vécu d'impuissance. Par les étapes précédentes chacun est remis en contact avec une réalité : chaque situation vécue est le résultat d'une interaction. Identifier les choix qui ont mené chacun à la crise permet d'en retirer un enseignement pour soi-même et réaliser que d'autres voies que celles déjà explorées existent.

Ouverture et partage du champ des possibles. A ce stade une place plus juste et équitable a été donnée au vécu objectif et subjectif de chacun. Du recul a été pris. Le champ de vision de chacun commence à s'ouvrir. Le champ de l'envisageable et du possible également. C'est le moment où des pistes de solution sont formulées par chacune des parties. Le médiateur encourage à prendre en considération autant ses besoins propres que les besoins des autres.

C'est une étape créative et libératrice de potentiel.

Ici la coopération et la co-construction prennent tout leur sens par la mobilisation des ressources personnelles et du système relationnel de chacun.

Formulation d'un accord construit en collaboration, sage et durable, soumis au questionnement et à l'approbation de chacun. Petit à petit se dégage un compromis acceptable par chacun. Prenant en considération les besoins fondamentaux de chacun de façon suffisamment étendue. Respectant les modèles du monde en présence.

Temps de réflexion et d'intégration, indispensable à se donner. Il s'agit de s'assurer, chacun de son côté, en son âme et conscience, que cet accord est respectueux de soi-même et que l'on se sent prêt et capable de le respecter.

Rédaction de l'accord par le médiateur/la médiatrice et engagement mutuel, symbolisé par la signature de chacune des parties, à le respecter.

Pour qui et dans quelles situations ?

A chaque fois que l'on se trouve dans un désaccord qui touche à des aspects concrets de la vie tout en mettant sous pression ou bloquant une relation qui doit être poursuivie ou que l'on souhaite préserver.

Derrière les questions pragmatiques, des aspects affectifs voire symboliques forts sont présents.

La particularité de la médiation est d'englober ces dimensions intérieures tout en se donnant comme objectif de trouver des réponses concrètes à des questions/problèmes concrets qui sollicitent deux ou plusieurs personnes.

Là où la médiation prend tout son sens c'est dans les étapes de « crises de croissances » des individus, des relations et des systèmes familiaux. Ces moments de passages impliquent des renoncements nécessaires et des deuils affectifs et symboliques.

Il s'agit de régler de façon écologique et respectueuse des aspects concrets dans les interactions entre personnes. Cela permet à chacun de dégager un nouvel espace de respiration, de nouvelles marges de manœuvre et de nouvelles ressources.

Ce qui permet de poursuivre la construction de sa propre vie. Tout en préservant le meilleur des relations importantes pour soi.

Il s'agit également d'une responsabilité partagée que de s'assurer avec l'aide du médiateur/de la médiatrice que les conditions nécessaires à ce travail sont réunies.

Toutes les médiations n'aboutissent pas, ou uniquement à un accord partiel.

Parcourir dans leur intégralité (ou en partie) ces étapes permet d'approfondir la réflexion de chacun, de faire évoluer son positionnement dans la relation et de soutenir une dynamique de changement rendue indispensable par le désaccord/le conflit/la crise.

Quelques exemples classiques de demande de médiation : entre partenaires dans un couple, entre un parent et un enfant, entre frères et sœurs...

La forme la plus connue de médiation familiale en Belgique est celle entre conjoints avec enfants lors d'une séparation.

Beaucoup d'autres relations et situations sensibles peuvent bénéficier de cette approche dans une démarche préventive et réparatrice des liens.

Antonia Bahtchevanova.