

Etre médiateur pour les autres... Et être médiateur pour soi même ?

La médiation vous intéresse ? Vous êtes développeur en médiation ? Médiateur ?
Le principe de médiation vous a séduit ?

C'est un principe généreux et altruiste qui contribue au bien être de tous...

Exaltant n'est ce pas de pouvoir aider les autres à régler leurs conflits avec une issue gagnant/gagnant assurée!

« La médiation est un processus confidentiel de prévention et de résolution des tensions, différends, conflits et crises. Elle relève d'une démarche volontaire et fait appel à un tiers médiateur indépendant et impartial pour permettre aux parties de trouver elles-mêmes une solution équitable et durable préservant les relations humaines ».

(Définition du Groupe MEDIATION-NET)

Mais vous êtes vous posé la question : Comment puis je aider les autres à régler leurs conflits, si je n'ai pas moi-même affronté mes propres conflits ?

Quand vous êtes sollicité comme médiateur, vous devez développer une écoute de qualité, être dans l'empathie, être neutre, impartial, dans le non jugement, être indépendant des parties bien sur, et respecter une très stricte confidentialité...Sur tout cela nous sommes bien d'accord !

Alors comment développer une écoute de qualité et être là, complètement pour l'autre, si je suis envahi par mes propres conflits... pourrai je vraiment écouter ?

Alors comment être dans l'empathie si les émotions des parties à la médiation me renvoient à mes propres émotions...ne serai je pas plutôt dans la compassion ?

Alors comment être neutre et impartial si je ne me suis pas complètement affranchi d'un vécu similaire ou proche...n'aurai je pas tendance à prendre parti ?

Alors comment être dans le non jugement si je n'ai pas dépassé la souffrance occasionnée par un vécu encore présent se rapprochant du vécu d'une des parties ?

Alors comment être indépendant si une des parties m'est connue, voire sympathique ?

Alors comment être dans la confidentialité si je me dis que tout le monde sait...de toute façon...

La posture médiation : elle est d'abord un outil pour soi, bien sur !

Le conflit : c'est la vie !

Elle permet de répondre, avant tout, à toutes ces questions, relatives à nos tensions voire nos conflits :

Pourquoi est-il si difficile d'écouter vraiment l'autre ?

Pourquoi l'attitude de cet autre a-t-elle un impact sur moi ?

Pourquoi est ce que je ressens de l'émotion, et quelle est cette émotion ?

Pourquoi est-il si difficile pour moi de nommer cette émotion ?

Pourquoi ne pas exprimer mes propres besoins face à cette situation ?

Pourquoi attendre de l'autre qu'il comble mes besoins si je ne les ai pas exprimés ?

Pourquoi ne pas revisiter toutes les valeurs que nous avons en commun pour régler cette situation difficile ?

Et oui être médiateur c'est un savoir être... et un savoir faire ! Difficile de dissocier les deux !

- D'où l'importance d'avoir vécu des crises, des échecs et ces conflits qui nous font grandir,
- D'où l'importance de savoir prendre du vrai temps, celui de l'écoute, de la disponibilité et de la distance,
- D'où l'importance de pratiquer la médiation ...

Et finalement n'est ce pas l'humilité la principale qualité du médiateur ?

Béatrice Levasseur
12/12/2009