



O niezwykłym słowie przepraszam w mediacji

Jestem mediatorką i ze słowem przepraszam i z przeprosinami pracuję w zasadzie codziennie.

To słowo pełni szczególną rolę głównie w mediacjach w sprawach karnych i w mediacjach z udziałem nieletnich, i na ten temat chciałabym nakreślić kilka słów. W tych sprawach słowo przepraszam przywraca porządek, daje poczucie równowagi i sprawiedliwości społecznej. Jest elementem sprawiedliwości naprawczej.

To jest słowo bardzo ważne. I dla jednej i dla drugiej strony, czyli dla osoby pokrzywdzonej i dla osoby, która wyrządziła krzywdę.

Wielokrotnie słyszę, że gdyby te przeprosiny miały miejsce wcześniej (np. tuż po wypadku, wkrótce po jakimś zdarzeniu) to nie byłoby sprawy sądowej. Często zdarza się tak, że po przeprosinach osoba pokrzywdzona rezygnuje z dochodzenia dalszych roszczeń, nie chce, żeby sprawa się dalej toczyła w sądzie przed prokuraturą. Nie pieniądze, nie ewentualna kara, ale właśnie szczere przeprosiny stanowią dla tej osoby wystarczającą rekompensatę doznanej krzywdy.

Dla osoby, która wyrządziła krzywdę przeprosiny są ważne, bo pozwalają przywrócić spójność wewnętrzną: zrobiłem źle, ale mam wartości moralne, uznaję swój błąd i chcę przeprosić. Przeprosiny przynoszą też ulgę emocjonalną, łagodzą wstyd, żal, poczucie winy. Są elementem empatii i samoświadomości.

Słowo przepraszam je też bywa trudne dlatego, że wymaga gotowości do przeprosin, gotowości do tego, żeby stanąć w prawdzie samemu przed sobą. Przyznania się przed samym sobą, że coś się zrobiło źle. To gotowość do refleksji, skruchy i żalu. A oprócz tego trzeba to powiedzieć tej osobie, którą się skrzywdziło i to nie jest łatwe. Przeprosiny bywają też trudne dla osoby pokrzywdzonej. Musi wrócić myślami do trudnej sytuacji. Podjąć decyzję czy przyjąć przeprosiny, może nawet wybaczyć (warto podkreślić, że to dwie różne rzeczy). Nie zawsze jest w nich gotowość do podjęcia tych działań.

W moim odczuciu, jako mediatorki, przeprosiny są sztuką. Na przeprosiny musi być odpowiedni czas i odpowiednie miejsce. Przygotowując strony do mediacji proszę, żeby osoba, która wyrządziła krzywdę przemyślała, czy chce szczerze przeprosić, za co i dlaczego chce przeprosić. Liczy się dobra, szczerza intencja. Ważna jest forma przeprosin. Nie powinny być byle jakie, to nie mogą być przeprosiny typu: „przepraszę jak ty mnie przeprosisz”; „przepraszam, ale ...”. Bagatelizowanie sytuacji lub robienie z siebie ofiary też nie jest dobrym pomysłem.

Bardzo dobrym dopełnieniem przeprosin jest deklaracja zmiany, czyli na przykład ktoś mówi: „Przepraszam cię bardzo za to co się wydarzyło już więcej taka sytuacja nie będzie miała miejsca”, „Postaram się tak przeorganizować pracę zespołu, żeby takie sytuacje ograniczyć do minimum”, „Podjęłam terapię”, „To zdarzenie jest dla mnie nauczką, więcej już tego nie zrobię”, „Umówiłem się do lekarza” - czyli takie uświadomienie, że to nie jest takie puste to przepraszam. Że ono za sobą coś niesie.

Jako mediatorka osoba trzecia, neutralna mogę towarzyszyć stronom w przeprosinach, w akcie przeprosin i to jest wyjątkowe. Wielokrotnie czuję, że to słowo daje stronom uwolnienie, taką ulgę. Jakby zrzucali z siebie jakiś ciężar.

To jedno, wielkie słowo przepraszam.

Z bezpłatnej mediacji można skorzystać w punktach nieodpłatnej pomocy prawnej i świadczenia nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego.

Nieodpłatna pomoc mediatora jest skierowana do osób, których nie stać na płatną pomoc, mogą z niej skorzystać również przedsiębiorcy niezatrudniający innych osób w ciągu ostatniego roku.

Nieodpłatna mediacja nie obejmuje spraw, w których:

- 1) sąd lub inny organ wydały postanowienie o skierowaniu sprawy do mediacji lub postępowania mediacyjnego;
- 2) zachodzi uzasadnione podejrzenie, że w relacji stron występuje przemoc.

Masz pytania dotyczące mediacji? Borykasz się z problemami natury prawnej, a nie jesteś w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej?

Możesz skorzystać z darmowej porady w punktach nieodpłatnych pomocy prawnej i świadczenia poradnictwa obywatelskiego m.in. przy ul. Wawrzyniaka 4 lub w budynku Urzędu Miasta przy ul. Teatralnej 26, pok.102 w Gorzowie Wielkopolskim.

Punkty są czynne od poniedziałku do piątku.

Obowiązują wcześniejsze zapisy na poradę pod nr tel.: 95 73 55 909 lub rejestracja on-line <https://np.ms.gov.pl>

Artykuł powstał w ramach realizowanego przez Stowarzyszenie CIVIS SUM zadania publicznego pt.: Prowadzenie punktu nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w godz.: 7:30 - 11:30 oraz realizacja zadań z zakresu edukacji prawnej na terenie Miasta Gorzowa Wielkopolskiego w 2025 r. finansowanego ze środków pochodzących z budżetu Państwa, przekazanych przez Miasto Gorzów Wielkopolski. Artykuł jest wkładem własnym osobowym do ww. zadania.