

La Mediazione

lavoro svolto da Marta Gaini, Giorgia Giglioli,
Lavinia Ciampi, Noemi Frosini, De la Cruz Ariana
e Mancini Federico

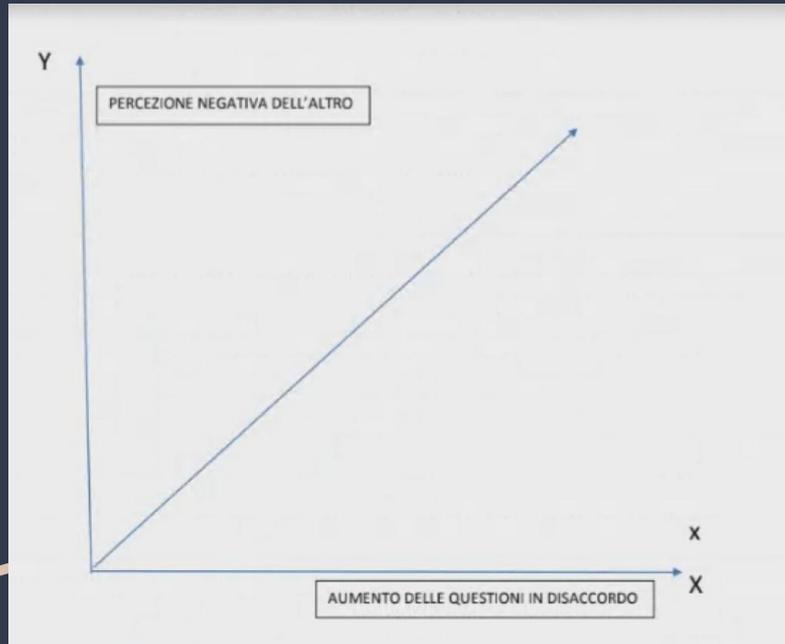
Primo incontro

Nel primo incontro avvenuto il 21/01/2022, le mediatrici ci hanno parlato del conflitto, l'escalation del conflitto e in fine ci hanno fatto vedere un pezzo di film con protagonisti due personaggi famosi della televisione Italiana cioè Ficarra e Picone.

In questo film i due protagonisti nei panni di due fratelli, litigano per la proprietà di un albergo. Il video proposto si chiama la "matassa" cioè una quantità di filo avvolto, i fili possono essere avvolti ordinatamente oppure ingarbugliati.

Una figura molto importante è stata la presenza di Don Gino, il quale racconta la storia dall'esterno, infatti cerca nel film di ricomporre il conflitto tra le due famiglie, interviene, spiega e cerca di migliorare i rapporti.

Escalation del conflitto



Le professioniste inoltre ci hanno spiegato in modo semplice l'Escalation del Conflitto. Non è altro che un grafico dove possiamo riconoscere tre linee.

La linea verticale chiamata asse y (aumento percezione negativa) e la linea orizzontale chiamata asse x (aumento di discussioni).

La terza linea attraversa tutto il grafico e da qui possiamo riconoscere 3 STEP;

- 1) Livello base: moderata intensità
- 2) Momento intermedio : si perde fiducia
- 3) Livello alto: scontro, guerra e infine annientamento.

Il Conflitto

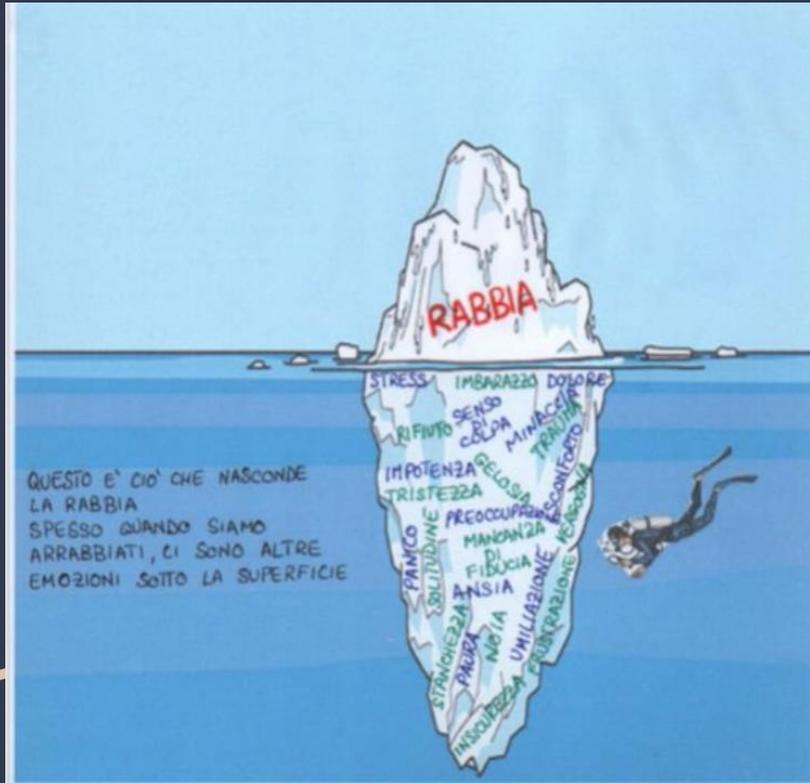


Il conflitto è un confronto di opinioni, è uno scontro verbale, un modo per chiarirsi, ottenere una posizione di vantaggio o arrivare successivamente a una guerra (forma più estesa).

Il conflitto può essere distruittivo, le persone adottano un atteggiamento di chiusura e rimangono sulle proprie posizioni.

Il conflitto però può essere anche costruttivo, ed è quello alla crescita del gruppo con un atteggiamento di apertura e di conforto in un clima di collaborazione.

Le emozioni



Le emozioni hanno un ruolo fondamentale nel conflitto. Molto spesso in un conflitto l'emozione più prevalente è la rabbia. La rabbia è una naturale emozione umana, in situazioni di pericolo ma può essere anche energia vitale ed attiva dentro di noi. E' fondamentale percepire, capire e saper gestire le emozioni, in modo da poterle adattare ad ogni situazione.

Se riusciamo a gestire le emozioni, a comunicare, ad ascoltare attivamente l'altra parte, si individua una **GESTIONE POSITIVA DEL CONFLITTO**.

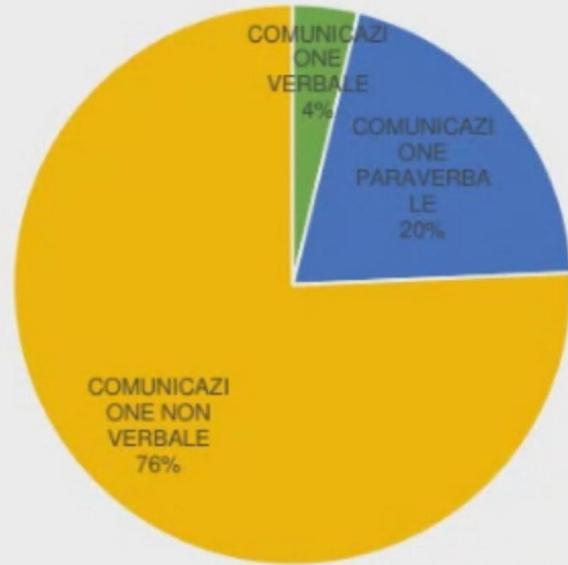
Secondo incontro

Il secondo incontro con le Mediatrici è avvenuto il 25/01/2022.

La prima cosa che abbiamo visto è stato un video intitolato TI ODIO...TI LASCIO...TI. La coppia stava litigando su ciò che era accaduto dopo la cena con alcuni famigliari, fino poi degenerare andando a litigare su argomenti avvenuti in passato. Ad un certo punto della conversazione i protagonisti SI DIMENTICANO ANCHE IL VERO MOTIVO CHE HA SCATENATO LA DISCUSSIONE perchè sono troppo concentrati sul far valere le proprie ragioni.

Ognuno stava pensando a se stesso, ma come prima cosa in conflitto dobbiamo imparare a immedesimarci negli altri. quando ci sembra di comunicare in modo chiaro ciò che pensiamo, non è detto che l'altro ci stia comprendendo, perché non è detto che stia associando alle parole il nostro stesso significato,

Comunicazione



In un conflitto la comunicazione è molto importante. Possiamo comunicare in tanti modo:

- con il contatto visivo
- con i movimenti del corpo
- con la voce
- con il linguaggio

Il 76% delle volte utilizziamo la comunicazione non verbale (cioè una comunicazione del corpo) il 4% utilizziamo una comunicazione verbale e il 20% utilizziamo una comunicazione paraverbale (cioè come lo diciamo).

La storia dell'arancia



Successivamente le Mediatrici ci hanno raccontato una storia molto interessante riguardante due bambine che si litigavano un' arancia. Entrambe le bambine volevano utilizzare l'arancia ma per due scopi differenti.

- 1) una bambina la voleva utilizzare per fare una spremuta
- 2) la seconda bambina voleva usare solo la scorsa della buccia per fare una torta.

All'interno della storia appaiono altre due figure. La prima è la mamma che senza chiedere niente alle bambine decide di tagliare l'arancia in due parti uguali. La seconda figura è la nonna che ascoltando le bambine e continuando a fargli domande decide di togliere la polpa per ricavarne una spremuta e di grattare la buccia per fare una torta. In questo modo la nonna ha soddisfatto entrambe le bambine.

Tipi di Domande

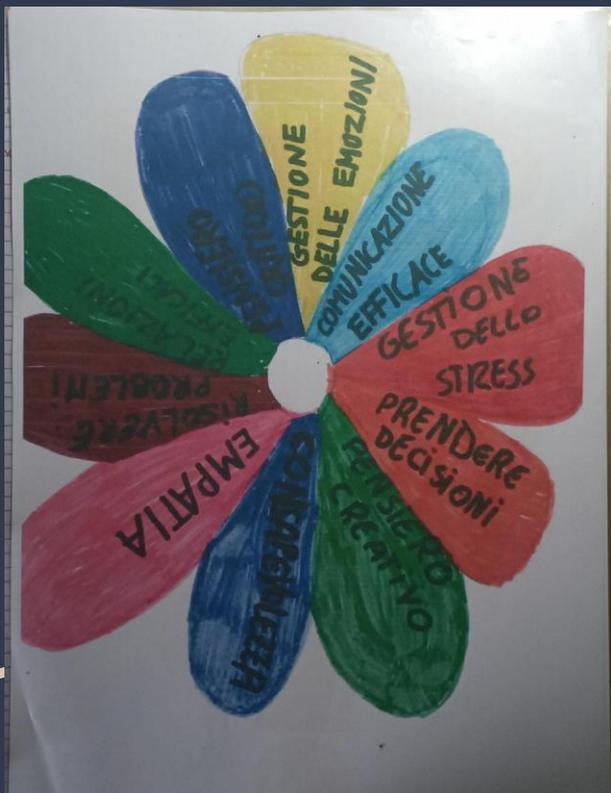
Per individuare gli interessi si possono fare dei tipi di domande:

- 1) DOMANDE CHIUSE: (informazioni precise, domande dirette) es. Chi sei? Dove vai?
- 2) DOMANDE APERTE: (di allargamento) es. Perché pensi tutto ciò ?
- 3) DOMANDE CON RIFORMULAZIONE: (rielaborazione di una frase) es. Tizio mi ha deluso con la proposta che mi ha fatto alla fine della riunione – allora tu non sei soddisfatto del risultato della tua riunione?
- 4) DOMANDE CIRCOLARI: (di reciproca identificazione) es. “Secondo te per quale motivo l’altro fa questo”?
- 5) DOMANDE IPOTETICHE: (di sondaggio, ipotetiche) es. io mi chiedo, ma se l’altro facesse questo, lei cosa ne penserebbe?

Simulazione di conflitto (la festa)

Inoltre abbiamo interpretato una simulazione del conflitto con l'aiuto di un mediatore. Ci siamo messi in gioco, e secondo noi la scena più complicata è stata interpretare il mediatore, che doveva essere neutro e non doveva prendere la parti di nessuno. Il mediatore veniva rappresentato da una nostra compagna, per noi è stata davvero molto brava perchè è riuscita ad entrare bene nel personaggio, e in oltre riusciva a formulare delle domande che secondo noi facevano molto riflettere.

Il fiore



Noi ci riconosciamo davvero molto bene in uno di questi etali.

Marta: si riconosce molto sull'empatia, perchè riesce a rivolgersi alle persone capendo i loro problemi e riesce a dire le cose giuste nel momento giusto.

Noemi: si riconosce molto sull'empatia, perchè riesce ad immedesimarsi nell'altra persone e cerca di aiutarla e di sostenerla.

Giorgia: si riconosce molto nel gestire le emozioni, perchè quando è arrabbiata non riesce a mantenere la calma anche verso persone che non c'entrano niente.

Il fiore

Federico: si riconosce nel prendere delle decisioni, perchè riesce molto spesso ha essere deciso su quello che vuole fare.

Lavinia: gestione delle emozioni, perché non è mai riuscita a gestirle e anche adesso non ci riesce, ma vuole cercare di essere meno emotiva di come lo è ora

Ariana: si riconosce molto sull'empatia, perchè è una capacità molto importante, ed è soprattutto importante mettersi nei panni degli altri.

Commento finale

Per noi queste lezioni sono state molto apprezzate anche perché abbiamo affrontato tanti argomenti molto interessanti. Ci siamo anche messi in gioco facendo l'esperimento della mediazione ed è stato davvero molto complicato. Ci siamo trovati anche davvero molto bene con le Mediatrici che ci sapevano ascoltare davvero molto bene, e ci è piaciuto svolgere questo lavoro.