

*Ing. Helena Múdra, mediátorka registrovaná Ministerstvom spravodlivosti SR pod. č. 792*

**Motto: „Nikomú nemôžeš rozkázať, aby Ťa mal rád, ale môžeš zostať dobrým rodičom!“**



**Vzdelanie:**

Mám ukončené vysokoškolské vzdelanie II. Stupňa na Vysokej škole ekonomickej so sídlom v Bratislave (teraz Ekonomická univerzita), Národohospodárska fakulta, špecializácia Financie.

**Práca:**

Svoju pracovnú kariéru som začala po skončení vysokej školy v cestovnej kancelárii. Mojm snom bolo mať zaujímavú prácu a cestovať po „kapitalistickej cudzine“. Po roku som však odišla pracovať na Ministerstvo financií. Začiatkom 90.tych rokov som spolupracovala pri zakladaní úverovej poisťovne v Prahe a po vzniku SR v Bratislave, ktorú som niekoľko rokov viedla. Potom som pracovala pre súkromné medzinárodné spoločnosti. Stretávala som mnoho ľudí, odlišných profesne, kultúrne aj rečovo. Komunikácia s kolegami, podriadenými aj nadriadenými, ich dôvera a úprimnosť prerástli často pracovnú rovinu a rozprávali sme aj o súkromných problémoch. Často som dobre poradila.

**Mediácia:**

Počas aktívnej pracovnej kariéry som bola konfrontovaná s tým, že na Slovensku sa súdne spory vlečú oveľa dlhšie ako v tradičných európskych ekonomikách. Viaceré podnikateľské spory sa riešili mimosúdne. Stretla som sa s prípadom vyriešenia obchodného sporu troch obchodných firiem (švédskej, portugalskej a slovenskej) pod vedením rakúskeho mediátora za niekoľko mesiacov. Aj to ma možno motivovalo k mediácii.

Od júla 2013 som registrovaná mediátorka na Ministerstve spravodlivosti (reg. č. 792).

Ako začínajúci mediátor som veľa čítala, navštevovala kurzy vzdelávania, konferencie. Praktizovala som na prípadoch, tak ako prichádzali. Mediátorkou som bola v konfliktoch podnikateľských, susedských, ale aj rodinných. Vo svojej praxi som sa dostala aj k sporu na ochranu osobnosti.

**Rodinná mediácia, medzigeneračné spory a mediácia v meste:**

V r. 2014 som absolvovala kurz rodinnej mediácie a postupne som sa viac venovala rodinným sporom. Komunikácia s mnohými ľuďmi v rôznych situáciách a psychickom rozpoložení ma občas ťahala k poskytovaniu „pomoci v núdzi“ a rozdávaniu „dobrých“ rád. Vďaka literatúre, vzdelávaniu a dobrej komunikácii s kolegynami - mediátorkami som sa od tejto praxe odpútala a sústredila sa na

pochopenie konfliktu, komunikáciu rozhádaných aktérov a usmernenie komunikácie. Viac som sa sústredila na počúvanie a nechala som rozprávať účastníkov mediácie.

V škále medziľudských vzťahov ma priťahuje aj medzigeneračná úroveň a konflikty, ktoré vyplynuli z iného uhla pohľadu na tú istú udalosť. Keď v kancelárii alebo v byte, či dome žije viac generácií, často sa tam veľmi iskrí. Keď zostarne a ochorie mama alebo otec a nie sú schopní aktívne sa o seba postarať sami, kulminuje zbytočne v mnohých rodinách napätie, ktoré sa dá odbúrať pomocou dobre riadenej komunikácie za účasti mediátora. Na Slovensku oblasť konfliktov „staršej“ generácie - ľudí, ktorí pre svoj vek a choroby sú dezorientovaní, nepochopení a potrebujú ochranu a pomoc, je stále v úzadí. Práve mediácia „starších“ („agemediation“) je praktizovaná niekoľko desaťročí v USA, Kanade a mnohých vyspelých štátoch Európy.

Mesto Bratislava si otvorilo Bratislavskú mediačnú kanceláriu v Primaciálnom paláci. Každý štvrtok poobede majú občania mesta možnosť prísť sa poradiť, či je ich spor vhodný na mediáciu, či sa ich problémy (od susedských po rodinné a aj s úradmi), dajú vyriešiť mimosúdnym zmiernom. Pri tom často hľadajú radu čo majú robiť v zložitých životných situáciách. Rozprávajú o svojich obavách, tajomstvách rodinného života, vyhrotených vzťahoch a „starých hriechoch“ v rodine. Spoločným menovateľom ich konfliktov je najčastejšie „zámok na ústach“. Komunikácia medzi rodinnými príslušníkmi niekde zamrzla. Najmä starší ľudia sa schovávajú v ulite svojich problémov, o ktorých s nikým v rodine „radšej“ nehovoria, „aby to nebolo ešte horšie.“

Z mojej doterajšej mediačnej praxe vnímam, že najviac krívd, bolesti a problémov sa odohráva v rodinách pri rozpade manželského/partnerského vzťahu. Rodinná idylka sa vie rýchle zmeniť. Keď otec s mamou po sebe kričia, je to zlé, ale keď sa prestanú rozprávať, je to to najhoršie pre nich a hlavne pre ich deti. Ak sa rodičia rozhodnú ukončiť spolužitie, mali by tak urobiť s prihliadnutím na najzraniteľnejší článok rodiny – deti. Často nevedia ako problém riešiť, z ktorej strany ho uchopiť a pritom iba eskalujú napätie. Pokiaľ vyhľadajú odbornú pomoc je všetko jednoduchšie, ak prídu k mediátorovi, majú šancu začať komunikovať, rozprávať sa o svojej budúcnosti, a najmä o budúcnosti svojich detí. Rodinná mediácia je o citoch, bolesti, nevy povedaných krívdach, ale aj o pomste rodičov a o neoprávnenom, drsnom utrpení a postavení detí, ktoré sú na vedľajšej koľaji. Mediácia pod vedením rodinného mediátora by mala vyústiť do spoločnej dohody o budúcom živote detí a rodičov. Rodinný mediátor, ak má pomôcť komunikovať rodičom o budúcej starostlivosti a výchove detí potrebuje cit pre danú situáciu, komunikačnú zručnosť, vedomosti z rodinného práva, musí sám na sebe pracovať, rozširovať si vedomosti a skvalitňovať nadobudnuté zručnosti.

### **Ako ďalej:**

Rozpadávajúce sa manželské, či partnerské vzťahy sú tak zložitú, a deti v takom veľkom ohrození, že pri hľadaní „win-win“ riešenia je potrebná spolupráca aj iných odborníkov – psychológov, sociálnych poradcov, kurátorov, advokátov, sudcov... Zosieťovanie pomáhajúcich profesií je veľká výzva pre mňa osobne, ako aj pre mnohých rodinných mediátorov.

Ďalšou mojou víziou je mediácia starších („agemediation“, či „elder mediation“), ktorá na Slovensku veľmi chýba.

### **Moje pôsobisko:**

Pracujem v Bratislave, v Mediačnej kancelárii na Wolkrovej ul. č. 4, a jedno štvrtkové poobedie v Bratislavskej mediačnej kancelárii, so sídlom na Primaciálnom nám. 1, v historickej budove Primaciálneho paláca.

Kontakty: e-mail: [helamud@gmail.com](mailto:helamud@gmail.com), mobil: +421 915 744 138.