

Poradnik: Mediacja Okołodowodowa – Co Warto Wiedzieć?

Rozwód to jeden z trudniejszych momentów w życiu – często pełen emocji, konfliktów i niepewności. Mediacja okołodowodowa to sposób, by przejść przez ten proces spokojniej, szybciej i taniej niż na drodze sądowej. W tym poradniku dowiesz się, czym jest mediacja, kiedy warto z niej skorzystać i jak wygląda krok po kroku.

Czym jest mediacja okołodowodowa?

Mediacja to dobrowolne, poufne i bezstronne spotkanie małżonków przy udziale neutralnego mediatora. Celem jest wypracowanie porozumienia w sprawach związanych z rozводом – takich jak:

- podział majątku,
- władza rodzicielska i kontakty z dziećmi,
- alimenty,
- miejsce zamieszkania dzieci,
- sposób komunikacji po rozwodzie.

Mediator nie narzuca rozwiązań – pomaga stronom dojść do wspólnego porozumienia, unikając zaogniania konfliktu.

Kto może być mediatorem?

Mediator to osoba z odpowiednim przygotowaniem – psycholog, prawnik lub osoba z certyfikatem mediatora. Może być wpisany na listę stałych mediatorów sądowych, choć nie jest to obowiązek. Wybór mediatora powinien uwzględniać jego doświadczenie w sprawach rodzinnych.

Kiedy warto skorzystać z mediacji?

Mediacja jest szczególnie pomocna, gdy:

- obie strony chcą się rozstać bez kłótni,
- zależy im na szybkim i niedrogim rozwiązaniu sprawy,
- są dzieci, a rodzice chcą dla nich jak najlepiej,
- strony chcą mieć wpływ na ustalenia, a nie zdawać się całkowicie na sąd.

Mediacja może być także wskazana przez sąd – wówczas strony otrzymują postanowienie kierujące ich do mediatora.

Zalety mediacji

- 1. Szybkość** – mediacja trwa zwykle kilka spotkań, podczas gdy sprawa rozwodowa może ciągnąć się miesiącami.
 - 2. Niższe koszty** – opłaty mediacyjne są znacznie niższe niż koszty postępowania sądowego i wynagrodzenia prawników.
 - 3. Mniejsze obciążenie emocjonalne** – strony mogą rozmawiać spokojniej, w neutralnym środowisku.
 - 4. Większa kontrola** – to strony ustalają warunki rozstania, nie sędzia.
 - 5. Dobro dzieci** – mediacja pomaga stworzyć rozwiązania dostosowane do potrzeb dziecka.
-

Jak wygląda proces mediacji krok po kroku?

Krok 1: Zgoda na mediację

Obie strony muszą wyrazić zgodę. Może to być z inicjatywy małżonków, z polecenia sądu lub zapisane w umowie przedmediacyjnej.

Krok 2: Wybór mediatora

Strony wybierają mediatora wspólnie lub korzystają z listy mediatorów przy sądzie.

Krok 3: Spotkanie wstępne

Mediator przedstawia zasady mediacji: dobrowolność, poufność, neutralność. Omawiane są kwestie sporne.

Krok 4: Spotkania mediacyjne

Trwają zwykle 1–2 godziny każde. Strony mogą spotykać się razem lub oddzielnie. Czas trwania całego procesu to zazwyczaj 1–3 miesiące.

Krok 5: Protokół z mediacji i ugoda

Jeśli strony osiągną porozumienie, mediator sporządza pisemną ugodę. Może ona zostać zatwierdzona przez sąd, zyskując moc prawną wyroku.

Czy mediacja zawsze kończy się porozumieniem?

Nie. Czasem mediacja nie przynosi skutku – wtedy sprawa trafia do sądu. Jednak nawet częściowe porozumienie (np. w sprawie dzieci) może znacząco skrócić postępowanie sądowe.

Mediacja a dzieci

W sprawach okołorozwodowych kluczową rolę odgrywa dobro dziecka. Mediacja pozwala:

- wspólnie ustalić opiekę nad dziećmi,
- zorganizować harmonogram kontaktów,
- uniknąć sytuacji, w której dziecko staje się „kartą przetargową”.

Dzięki mediacji rodzice mogą zachować partnerski kontakt i lepiej wspólnie pełnić obowiązki wychowawcze po rozwodzie.

Czy mediacja jest dla każdego?

Mediacja NIE jest wskazana, gdy:

- występuje przemoc domowa,
- jedna ze stron manipuluje drugą lub ją zastrasza,
- istnieje znaczna nierównowaga sił między stronami (np. finansowa lub emocjonalna).

W takich przypadkach warto rozważyć inne formy ochrony prawnej.

Podsumowanie – dlaczego warto rozważyć mediację?

Mediacja okołorozwodowa to szansa na spokojne zakończenie związku, z poszanowaniem emocji i potrzeb obu stron – zwłaszcza dzieci. Pozwala uniknąć wieloletnich sporów sądowych i zachować kontrolę nad własnym życiem. Choć nie jest rozwiązaniem dla każdego, dla wielu par okazuje się najlepszą drogą do nowego początku.

Mediator
Małgorzata Mikołajczyk

Artykuł przygotowany w ramach dotacji udzielonej przez Zarząd Powiatu Piotrkowskiego na realizację w roku 2025 zadań publicznych w zakresie powierzenia prowadzenia punktu nieodpłatnej pomocy prawnej, punktu świadczenia nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego oraz edukacji prawnej na terenie Powiatu Piotrkowskiego