

Data	Veículo	Página	Formato
29/01/2019	Jornal A Tarde	Opinião, p. 2	10 cm x 4 col.

Mediação: uma solução civilizada

Rafaela Lopes

Mediadora com certificações da Harvard Negotiation Institute – Harvard Law School (2018), professora e sócia fundadora da Associação de Mediadores Judiciais da Bahia – AMJBAHIA

Manuela há anos queria se separar de Rodrigo, mas sempre que pensava um pouco, desistia. Havia tentado conversar, mas sempre alguém aumentava o tom de voz, a discussão tomava conta e nada era resolvido. Ela conhecia sua alternativa: dar entrada em um processo de divórcio litigioso. Mas só de pensar em como isso seria desgastante, o quanto sofreria com sua vida exposta em palavras ditas por advogados, se constrangia. E nem podia imaginar em como seria para sua filha viver essa disputa.

A realidade de Manuela e Rodrigo é, em essência, nesse exato momento e em di-

ferentes contextos, a de muitas mulheres e homens. Mas é preciso que se diga em alto e bom tom: não precisa ser mais assim. Se não é possível resolver diretamente e amigavelmente, existe uma outra opção, prevista em nosso Direito, disponível para qualquer pessoa e conflito: a Mediação. Uma forma mais rápida, econômica e civilizada de resolver nossos problemas, que só depende da nossa vontade para acontecer.

A Mediação é um processo que se dá através de um Mediador, uma pessoa que

A Mediação é uma forma mais rápida, econômica e civilizada de resolver nossos problemas

nos ajuda a alcançar a solução para nossos problemas, quando não conseguimos isso fazer sozinhos. Através de técnicas de comunicação, somos auxiliados a superar os desafios das perspectivas e estimulados a compreender o ponto de vista do outro. Aprendemos a reconhecer e administrar nossas emoções, nos comunicando de maneira efetiva. Somos conduzidos a utilizar ferramentas de negociação, identificando nossos reais interesses e gerando opções para atendê-los, contemplando as necessidades e preocupações de todos os envolvidos.

E apenas se o resultado for de nossa vontade, produzimos um acordo que terá validade de um título extrajudicial e muito mais valioso para nós, porque foi produzido na medida que precisávamos. E vamos olhar para trás e ver que conseguimos tudo isso através de uma conversa que aprendermos a ter, de forma produtiva, desenvolvida em

alguns encontros e como resultado, superamos o problema e melhoramos nosso relacionamento. E mesmo se depois de todo processo, se não quisermos o acordo, nada do que foi dito ou feito pode nos prejudicar em um futuro processo judicial.

O desgaste de um processo jurídico pode causar sofrimento e danos nas relações que muitas vezes são irreversíveis. Através da mediação, que tem base no princípio básico da convivência humana – quando um fala, o outro escuta – e na empatia, ou seja, a capacidade de se colocar também no lugar do outro, isso pode ser evitado e as relações preservadas.

Assim, a mediação é um investimento com potencial extremamente vantajoso e de baixíssimo custo. A partir do momento em que é conhecido, pode ser considerado em qualquer momento da vida e recomendado a todas as Manuelas e Rodrigos por aí.