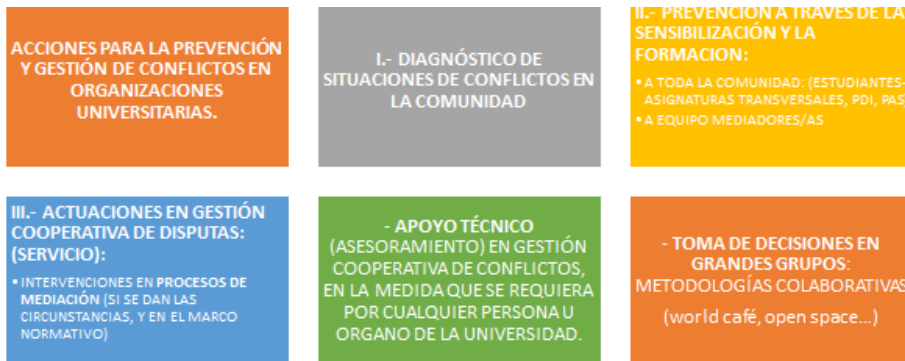


BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

La gente no elige lo que no conoce. Esto es muy importante entenderlo. Para que se pudieran demandar los servicios de mediación, lo primero que tuvimos que empezar a hacer fueron acciones de sensibilización y de difusión.



Fíjense, prevenimos los conflictos para poder entrar en ellos cuando están en las fases iniciales, pues cuanto más está el conflicto peor abordaje tiene, más complejo resulta. Por lo tanto, lo primero que hicimos en la Universidad fueron jornadas de difusión, de sensibilización; pero lo siguiente que hicimos fue que empezamos a desarrollar acciones formativas para altos cargos y mandos intermedios.

El rector actual de la Universidad Complutense, Joaquín Goyache, recibió esa formación cuando era Decano, precisamente, de Veterinaria. ¿Qué quiero decir? ¿Qué ocurre cuando uno empieza a recibir estas habilidades, esas técnicas? Que el conflicto, en vez de que escale, se aborda en la inmediatez. Posteriormente, lo que hicimos fueron cursos de entre veinticinco y cuarenta horas y fuimos permeando la pirámide. Los recibieron decanos, vicedecanos, directores de departamento, directores de biblioteca, gerentes, vicegerentes y así hasta conserjes. ¿Y los estudiantes? ¿Qué ocurre con los estudiantes? Pues que los estudiantes están cuatro o cinco años en algunas carreras y finalmente se van. Pero en ese tiempo, lo importante es que aprenden a gestionar esos conflictos. Luego, lo que hicimos fue diagnóstico, organizamos

jornadas de sensibilización, formación y a continuación capacitamos a un equipo de personas mediadoras dentro de la propia Universidad; los formamos en el Máster de Mediación.

¿Qué ocurrió con todo esto? Que empezamos a hacer mediaciones. Los primeros años empecé yo sola con las mediaciones y cuando formamos todo este equipo cada vez intervenían más. La primera mediación se la ofrecimos a dos profesores que habían tenido un conflicto importante. ¿Qué pensaron? ¿Qué piensan que dijeron que sí, que querían mediación? De hecho eran dos médicos y dijeron: no, no, mediación no, queremos sangre. Yo dije: debe ser porque son médicos. ¿Qué ocurre cuando alguien dice no quiero mediación? El problema es que en muchas ocasiones el conflicto está tan escalado que ya no ven al otro; lo que ocurre es que están confrontando y ya no quieren solucionar; lo que quieren precisamente es golpear y esquivar. Los procesos que hicimos de mediación con estudiantes resultaron muy eficaces.

Quiero contar, muy brevemente, una cuestión. Se trata de dos estudiantes, próximo el final de curso, que estaban en la biblioteca. Parece que de pronto, en la etapa final de curso, la biblioteca se llena. No sé si aquí pasará igual, pero en la Universidad Complutense enseguida se llena. Los estudiantes ocupan sus espacios y las normas de allí es que tú dejas tus libros y no te puedes ir dos horas, porque entonces ya están otros esperando para sentarse. Bueno, pues en un momento determinado llegó un joven, dejó sus libros, se fue y llegó otro dando vueltas. Como no encontraba sitio, entonces lo que hizo es que, finalmente, colocó los libros en el suelo. Habían transcurrido tres cuartos de hora y decidió sentarse. A la hora y cuarto llegó el otro compañero que había dejado los libros, pero otro joven que había pasado por allí, sin darse cuenta, le había dado una patada a los libros. El otro estaba estudiando, con los cuál no se fijó, y cuando llega el joven que había dejado los libros en esa mesa de lectura se encuentra que todos sus libros están regados por el pasillo. ¿Qué se creen que ocurre en ese momento? Pues que el joven se enfada, casi se echa encima del otro y le dice: ¿Por qué me has tirado los libros? ¿Por



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

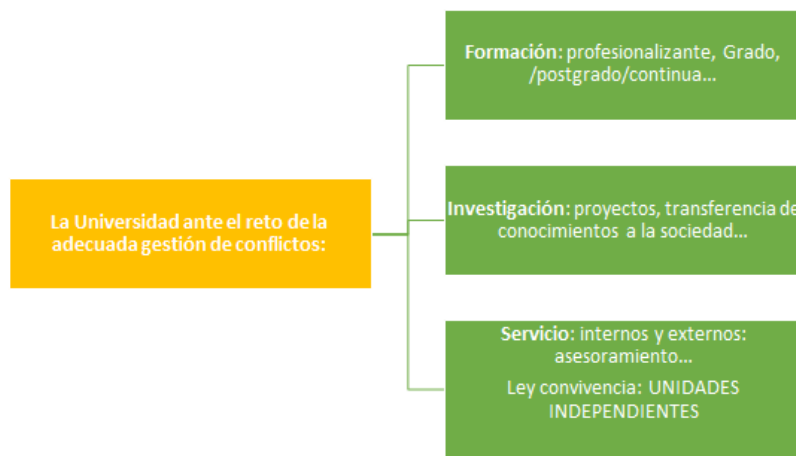
qué me los has esparcido por todo el pasillo? El otro se asusta, se levanta, le roza, se dan un empujón el uno al otro, se dan contra las cristaleras, rompe una vidriera de uno de los estantes, uno de ellos se corta y en ese momento se detienen. Claro, esto es una infracción. Ahora vamos a ver qué dice la nueva ley sobre eso.

¿Pero qué ocurría? Un estudiante era de primer curso y el otro era de tercero; todavía se iban a tener que ver por los pasillos. Se había causado un daño a la biblioteca, es decir a la facultad; se había causado un daño que todavía era más importante porque había habido agresión dentro de la Universidad; se habían causado daño entre ellos, porque uno tenía un corte. ¿Piensan que este es un caso de mediación? Sí, y nos costaría verlo a lo mejor. Seguramente, dirían que esto es una sanción, que se le suspenda la matrícula o podemos buscar muchas fórmulas. Lo que yo les digo, es que si estos estudiantes el conflicto no se resuelve entre ellos van a acabar, como dicen allí, a trompadas; si no es en esa facultad va a ser en el campus y si no fuera.

¿Pero, sobre todo, qué es lo que trae la mediación? Son procesos restaurativos; son procesos donde las personas tienen la oportunidad de recuperar la dignidad y, sobre todo, de reparar el daño. Y estos son los procesos de educación y son procesos que tenemos dentro de la Universidad. Por lo tanto, lo que hicimos fue hablar con la dirección de la biblioteca y nos pidió, ya que esta persona se había formado con nosotros en mediación, nos pidió un proceso de mediación para estos estudiantes. Ella fue la que representaba a la Universidad para poder trabajar con los estudiantes. Los dos chicos aceptaron el proceso de mediación y, primero, se trabajó la reparación entre ellos y el reconocimiento del daño. Se pudo generar un espacio donde el que se había sentado le explicó al otro: mira, no había nadie, pasó tiempo y, al final, me senté porque yo tenía que estudiar. Dejé los libros en el suelo y yo no estaba pendiente de que los libros nadie los tocara. Yo no te tiré los libros a propósito, no quise molestarte. Y el otro también pidió disculpas. La reparación entre ellos, la verdad, es que fue muy satisfactoria. Pero luego quedaba la

otra reparación, que era con la Universidad, que ellos querían reparar y fue muy bonito porque se hicieron cargo; se hicieron cargo del daño que también había producido a los propios valores de la Universidad y el daño económico, es decir, todo lo que había costado reparar ese cristal, pero también ese daño reputacional para la propia facultad, para la Universidad.

Y lo interesante de todo esto es que ellos se ofrecieron a hacer tareas de apoyo, de colaboración. Todo esto es lo que está recogiendo ahora mismo la Ley de Convivencia Universitaria. No se trata de hacer tareas que deberían hacer un empleado, pero sí de tareas que tengan que ver con voluntariado de apoyo a personas, por ejemplo, en este caso personas con discapacidad, que, a veces, en las bibliotecas tienen más problemas. Entonces, realmente ellos se ofrecieron y cuando pasó el tiempo hicimos supervisión y les preguntamos: ¿Cómo fue esa experiencia? Decían que de las cosas más interesantes que habían aprendido ese año era, primero, el haberse sentido dignos, y, segundo, haber tenido la oportunidad de reparar ese daño. Solamente un castigo no hubiera servido. ¿De qué sirve que de pronto te anulen una matrícula, te suspendan un examen o que te castiguen? No es solamente eso. Por eso esto son procesos restaurativos, de reparación de daño y educativos, porque estamos en una institución de educación superior y eso es muy importante.



Hablamos de formación, hablamos de servicio, pero también quiero decir una cosa: cuando trabajamos en mediación, si una de las personas quiere y la otra no quiere, hay que darle también apoyo porque no podemos dejar perder esa oportunidad. ¿Y qué se hace en estos casos? Ayudarle a entender el conflicto, a desarrollar herramientas; es lo que llamamos apoyo técnico en gestión de conflictos o asesoramiento. Sería una especie de “coaching” de parte, pero al menos nos importa mucho que el que quiera resolver su conflicto tenga mejores herramientas para poder hacerlo; no decir, bueno, como el otro no quiere mediación, entonces, ya no hay posibilidad de hacer nada. Hay que seguir avanzando con el que quiere trabajar. Por lo tanto, formación, investigación y servicio.

Muy brevemente un par de ideas más.

“Sembrando a cultura da paz”
Proyecto de ampliación de fronteras
en la gestión de conflictos a través de
la mediación en Porto Velho.
(Rondônia, Brasil).

XII CONVOCATORIA DE
AYUDAS PARA **PROYECTOS
DE COOPERACIÓN AL
DESARROLLO DE LA
UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE DE MADRID -
2015**



¿Cómo trabajamos transfiriendo conocimientos a la sociedad? Este proyecto que hicimos de cooperación para el desarrollo, lo hicimos con estudiantes del Máster de Mediación. ¿Y qué es lo que hicimos? Nos presentamos a esta convocatoria y ofrecimos la oportunidad de desarrollar mediación en un Estado de Brasil, en Rondonia, donde precisamente ahora, en el mes de mayo, viajo otra vez para un congreso. En este Estado de Brasil; que hay una violencia muy elevada porque, además, es zona donde todavía hay garimpeiros, donde el tema de la tala de árboles es muy conflictiva, y luego las calles, los colegios, etc.;

FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR

como digo, es muy complicado. Allí tienen algo muy interesante que se llama la "Justicia Itinerante". ¿Qué es la Justicia Itinerante?

Miren ese barco que está ahí anclado. Este barco está anclado en uno de los deltas del Amazonas, es el río Madeira, y durante dos veces al año un barco va recorriendo las ciudades, los pueblos ribereños o localidades ribereñas, y van impartiendo justicia, van reconociendo niños que han nacido, dirimiendo conflictos de lindes o cualquier otro tipo de problema. Y una vez al año suben en ese barco tanto los jueces como los conciliadores. Y lo que hicimos fue subir los mediadores.



Justicia rápida, oficina dentro del barco.

BIENESTAR Y PAZ
A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

Entonces, lo que quiero que vean es cómo la mediación también puede llegar a lugares de difícil acceso y cómo, junto con todas esas personas, se trabaja en la construcción de paz. No solamente hicimos ese trabajo con los estudiantes que estuvieron durante meses allí en el Amazonas; también trabajamos en las escuelas, a las que les decimos que la educación es el futuro.



La educación, les decía, es el presente, debe ser el futuro. Y sí educamos para la paz, a estos niños que ven ahí les formamos durante tres meses en resolución de conflictos. Cuando yo fui, que fue el último mes, lo que yo me di cuenta es que estos chavales habían incorporado el proyecto, hacían role playing para trabajar los conflictos que se producían en el aula con una dignidad tremenda.





Proyecto europeo 2019-22
aCT Cooperatively Transmediate
Ref. Project: 2019-1-IT02-KA203-062432

Erasmus + Key 2 STRATEGIC PARTNERSHIPS
IN THE FIELD
OF EDUCATION, TRAINING AND YOUTH
Duración: 24 meses
Asociación: IT, ES, PT

- Coordinador: Università degli Studi di Genova DISFor -Dipartimento di Scienze della Formazione
- Associazione San Marcellino Genova
- Universidad Complutense de Madrid
- Federación Red Artemisa Madrid
- Instituto Politécnico de Bragança
- Centro Ciência Viva de Bragança

Cooperatively TransMediate 8aCT]
Ref. Project: 2019-1-IT02-KA203-062432

El problema se produjo el día que fuimos a presentar el proyecto, ya que encontramos policías en la puerta. Habíamos llamado a la televisión de allí, de Rondonia, para grabar qué iba a pasar allí, pero policías armados con pistolas y metralletas les habían quitado todas las cámaras a los periodistas que venían a hacer los reportajes. Educar para la paz, en un centro que tiene que llevar rejas para poder trabajar dentro, es complejo; pero eso es también parte de lo que hacemos.

Bueno, voy a ir terminando.

Otro de los proyectos más importantes que acabamos de hacer, es un proyecto europeo donde hemos trabajado con mujeres gitanas. La población gitana, saben ustedes, que tanto sus leyes como su cultura son complejas.



SIN MIEDO A LA
LIBERTAD...JORNADA ACT



Todavía hay que trabajar mucho empoderando a las mujeres, pero tienen formas de resolver conflictos, también de espacios compartidos y comunitarios. Hemos trabajado tres Universidades, la Universidad de Génova (Italia), la Universidad de Bragança (Portugal) y la Universidad Complutense de Madrid, y los resultados han sido magníficos a pesar, incluso, de la pandemia Covid-19.

Otro de los proyectos, por ejemplo, con estudiantes que hemos hecho muy interesante, es una App, que fue un trabajo de fin de máster, para incorporar la mediación y que la gente busque la información y solicite los servicios.



**CROWDFUNDING UCM
2022**
www.ucm.es/adrsoci

**La mediación en tu mano...TFM
2019/2020**

Ana I. Corchado Castillo, Susana Mesa Morales, Raquel Montero Picó, Sonia Pérez Méndez, Daniela Patricia Almirón y Noelia Alejandra Malarino Vega). Dir. Leticia García Villaluenga.

<https://eprints.ucm.es/62429/>



Lo hemos presentado el año pasado a un crowdfunding para poderlo financiar, porque el programa cuesta muy caro desarrollarlo, pero es muy

interesante este trabajo, que hemos hecho y estamos buscando financiación para impulsarlo. Es decir, es otra de las cosas buenas que hemos hecho con estudiantes.

Quiero finalizar, pero quiero cerrar mi intervención diciendo que el año pasado se aprobó la Ley de Convivencia Universitaria. Ley 3/2022 de 24 de febrero.

[Ley 3/2022, de 24 de febrero, de convivencia universitaria \(BOE 25 febrero 2022\).](#)
DEROGA EL REGLAMENTO DE DISCIPLINA ACADÉMICA de los Centros Oficiales de Enseñanza Superior y de Enseñanza Técnica dependientes del Ministerio de Educación Nacional, aprobado por Decreto de 8 de septiembre de 1954

• Preámbulo:

“La ley reformula el modelo de convivencia en el ámbito universitario, regulando a nivel nacional una cuestión que ya se ha abierto paso en algunas universidades en el ejercicio de su autonomía.

“Las **normas de convivencia pacífica consensuadas (DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO!)** en la comunidad universitaria son un elemento para la mejora del sistema universitario en su conjunto”...**garantía también del ejercicio de los derechos fundamentales.**

“El fomento de la convivencia en el seno de la comunidad universitaria **excede un régimen disciplinario** y no puede afrontarse, al menos exclusiva ni preferentemente, mediante el mismo.

“Las universidades pueden potenciar el uso de medios alternativos de resolución de conflictos, como la mediación (**UTILIZACIÓN PREFERENTE DE ADR**), que pueden resultar más eficaces para afrontar determinadas conductas y conflictos entre miembros de la comunidad universitaria pertenecientes al mismo o diferente sector. ..., **la ley establece unos mecanismos de sustitución de sanciones con los cuales se quiere reforzar el valor prioritario que se da a la educación** en el ámbito de la convivencia universitaria.

Esta Ley deroga un decreto que era pre-constitucional y que les afectaba a ustedes, a los estudiantes fundamentalmente. ¿Por qué? Porque en los plazos, por ejemplo, no había plazos de caducidad, había infracciones que tenían un contenido ético cuestionable, vinculado incluso a cuestiones más religiosas. Se deroga, por tanto, con esta ley ese Reglamento de Disciplina Académica que era del año 1954 como digo.

Las Normas de Convivencia deberán ajustarse a principios básicos como el respeto y protección a las personas afectadas, la protección de su dignidad, la imparcialidad y el trato justo a todas las partes, la confidencialidad, la diligencia y celeridad del procedimiento, entre otros. A su vez, deberán ajustarse a las normas sobre igualdad efectiva entre hombres y mujeres y de protección integral contra la violencia de género

“El Título I. Artículo 5. Medios alternativos de solución de los conflictos de convivencia.

“Sin perjuicio del desarrollo que en el ámbito de sus competencias pudieran llevar a cabo las Comunidades Autónomas, las universidades desarrollarán en sus Normas de Convivencia medios alternativos de solución de los conflictos de la convivencia basados en la mediación, para ser aplicados antes y durante el procedimiento disciplinario”.

Los principios sobre los que se configurarán estos medios alternativos son los de **voluntariedad, confidencialidad, equidad, imparcialidad, buena fe y respeto mutuo, flexibilidad, calidad y transparencia**. Para garantizar estos principios y concretarlos en el marco de los procedimientos, se podrán elaborar **manuales de actuación**.

Las universidades podrán fomentar la formación técnica de las personas mediadoras.

Se prevé la creación en el seno de las universidades de una Comisión de Convivencia, con representación paritaria de los distintos sectores.

Pero, quizá, lo más importante es que se apuesta por la convivencia. Es decir, esta ley, que es la Ley 3/2022 de 24 de febrero, que se llama de Convivencia Universitaria, lo que plantea es que los Métodos Alternos de Solución de Conflictos, los llamados MASC, o los llamados ADR, Alternative Dispute Resolution, van a ser métodos preferentes. Es decir, que cuando haya un conflicto en la Universidad, la primera vía no debería ser disciplina, debería ser buscar un espacio, como la mediación, para poder generar, digamos, ese conversatorio y reparar el daño causado en su caso. Fijaos, porque esto es muy importante. Esta ley lo que hace es que obliga, tanto a las Universidades públicas como privadas, a desarrollar estos métodos y los principios sobre los que se configurarán estos medios alternativos son los mismos que trabajamos en mediación, es decir, voluntariedad, confidencialidad, equidad, imparcialidad, buena fe y respeto humano, flexibilidad, calidad y transparencia.

Estoy es una Ley nacional y de obligado cumplimiento; por eso es tan importante. Plantea la elaboración de materiales de actuación y la formación técnica de personas mediadoras. Lo curioso es que se crea una comisión de convivencia que va a ser paritaria, donde va a haber estudiantes, donde va a haber personal de administración y servicios y donde va a haber docentes. Una comisión de convivencia que, como digo, es una comisión que no tiene las funciones de hacer ellos las mediaciones, aunque algunas Universidades lo están interpretando de otro modo, pero sí de generar esos procesos y derivar a mediación los propios casos que ocurran.

DINÁMICA CAFÉ CONVIVENCIA UNIVERSITARIA.

Metodología del World café.

- Guide to the world café method.
Source:
<http://www.theworldcafe.com/2008/06>
- García Villaluenga, L. (2022). "El consenso en grandes grupos: intervenciones participativas en contextos multipartes, en E. Vázquez de Castro, y L. García Villaluenga (Dir.)", *Habilidades y procedimientos en la mediación. De la teoría a la práctica de los MASC.* (pp.474 - 487), Madrid, Aranzadi.



La cultura de paz, a tenor de La **Ley 27/2005, de 30 de noviembre de Fomento de la Educación y la Cultura de la Paz** la forman “todos los valores, comportamientos, actitudes, prácticas, sentimientos, creencias, que acaban conformando la paz. **Esta cultura de paz se tiene que implantar a través de potenciar la educación para la paz**, la no-violencia y los derechos humanos, **a través de la promoción de la investigación para la paz**, a través de la eliminación de la intolerancia, a través de la promoción del diálogo y de la no-violencia **como práctica a generalizar en la gestión y transformación de los conflictos**

¿Por qué es tan importante? Porque va a haber, en caso de disciplina, posibilidad de adoptar medidas sustitutorias y reparadoras en lugar de la pura sanción, que es lo que yo les vengo contando y que nosotros empezamos a hacer en el año 2004.

Es decir, el caso ese que les he comentado de los dos estudiantes lo podríamos aplicar perfectamente ahora con esta Ley de Convivencia, porque nos da la oportunidad y, por lo tanto, se prevé también la posibilidad de suspender el proceso disciplinario para derivar a mediación, y en caso de que se llegue a acuerdo que ese acuerdo se pueda homologar y, por lo tanto, poder, incluso, rebajar o reducir la sanción o, como digo, sustituirla por otro tipo de medidas que son más de voluntariado, cooperativas, etc.

Lo último que hemos estado haciendo, es trabajar con los estudiantes y con los equipos directivos para intentar identificar qué tipos de conflictos hay dentro de las Universidades.

No se trata de hacer encuestas, sino que a través de estas metodologías participativas los estudiantes las puedan aprender y al mismo tiempo puedan, digamos, desarrollarlas. Esta es la que hemos hecho en la Universidad Complutense de Madrid, donde estaban las asociaciones más importantes de estudiantes; con vicerrectora, con inspectora jefe de la Universidad, con la delegada del rector por la igualdad, es decir, en todas estas metodologías han salido los conflictos que tenemos en la Universidad en el día a día en los tres sectores: estudiantes, perso-

nas de administración y servicios (PAS) y personal docente e investigador (PDI).

**LEY
ORGÁNICA
2/2006, DE
3 DE MAYO,
DE
EDUCACIÓN**

“Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, estableció que **nuestro sistema educativo tiene entre sus fines:**

“conseguir una educación residenciada en el ejercicio de la **tolerancia y de la libertad dentro de los principios democráticos de convivencia, así como en la prevención de conflictos, la mediación y la resolución pacífica de los mismos”.**

Y este mismo proyecto lo hemos desarrollado en Alicante, con la profesora Verónica López Yagües, que nos ha permitido poder implementar y los casos de conflicto que salen son los que se viven en el día a día. Por lo tanto, no se trata de pasar encuestas, pero sí de que las personas puedan hablar de lo que les preocupa en cada momento. Al final, lo que estamos hablando es que la Universidad tiene que ser un modelo; nosotros no podemos vender a la sociedad humo, porque, al final, lo que estamos predicando también es con el ejemplo.

Hablamos de coherencia, de buenas prácticas, sostenibilidad, reputación, dignidad, derechos fundamentales, educación, etc. De todo esto es de lo que nosotros hablamos y este debería ser nuestro compromiso.

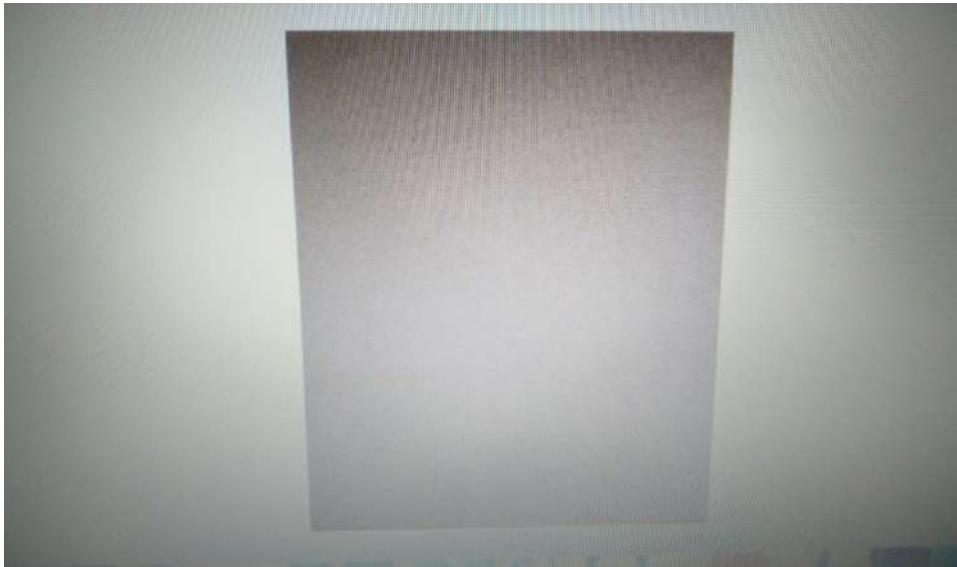


Leticia García Villaluenga lgvillaluenga@ucm.es

FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR

Para terminar, quería mostrarles unas imágenes y, si hay tiempo, al final me pongo a disposición para alguna pregunta que surja por parte de todos ustedes. Justo el año antes de la pandemia, he tenido varias posibilidades de estancias de investigación en las Universidades de Berkeley y en Stanford.

En la Universidad de Stanford tienen un museo de arte impresionante, el Cantor Arts Center, con la estatua “El Pensador” de Auguste Rodin. Y en una visita rápida que hice un sábado o un domingo, el conserje que estaba allí me llamó la atención y me mostró esto.



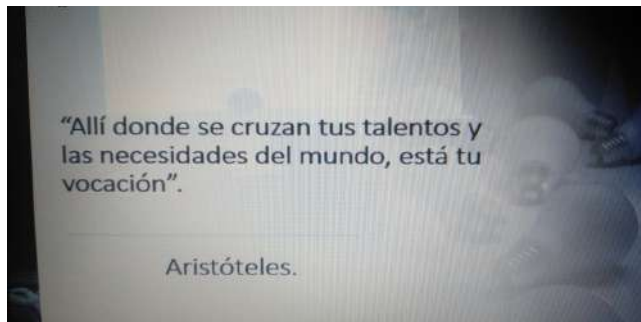
Yo lo observé en la distancia y dije: pues muy bien, pero este arte a mí no me dice nada. Y me volvió a llamar otra vez y me dijo que me acercara. Me fui acercando y yo seguía sin ver mucho. Me insistió por tercera vez: venga, acérquese. Y entonces vi lo que quería mostrarme.

Y lo que me di cuenta es que en cada celdita de estas había una fotografía. Es decir, lo que para mí significó es que, a veces, vemos muros y siempre, siempre, están detrás las personas.

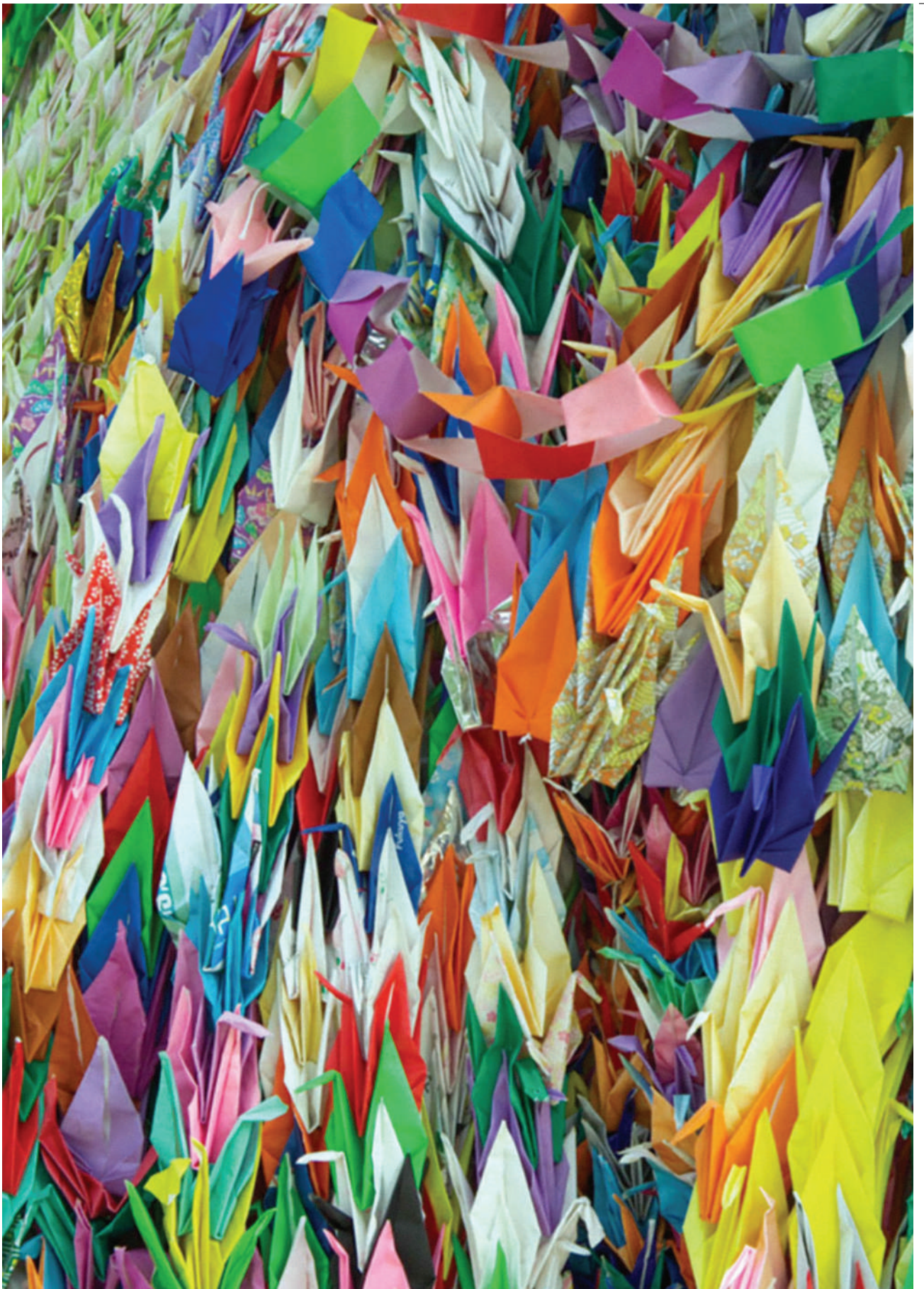
BIENESTAR Y PAZ
A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN



Por eso quería terminar con esta idea. Y es que dicen que Aristóteles, en algún momento, planteó:



"Allí donde se cruzan tus talentos y las necesidades del mundo, está tu vocación".





EL PODER DE LA MEDIACIÓN Y SU EFECTO TRANSFORMADOR EN LA EDUCACIÓN PARA LA PAZ

FRANCISCO J. GORGÓN GÓMEZ



FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR



FRANCISCO J. GORJÓN GÓMEZ

Director de Posgrado de
Derecho y Criminología
Universidad Autónoma de
Nuevo León
México

Creo que no nos costó mucho trabajo ponernos de acuerdo Manuel y yo en la denominación de este VIII Congreso *Córdoba: Ciudad de Encuentro y Diálogo*, porque él decía: yo quiero trabajar sobre el tema de la paz. Y yo le decía: pues yo quiero trabajar sobre el tema del bienestar; entendiendo a la mediación y a los métodos de solución de conflictos como una vía del bienestar y la felicidad. Hicimos una mediación y se quedó paz y bienestar, simplemente conjuntamos estas dos visiones de vida, que hoy se las traemos aquí y se las exponemos a ustedes.

Como bien decía la profesora García Villaluenga, la paz ya es un eje transversal en las diferentes profesiones. Pero también debemos de entender mi tema, que habla de *El poder de la mediación y su efecto transformador en la educación para la paz*. La mediación es una fuente de poder. Sí. Y de eso es de lo que yo quiero hablar, de cómo conjuntamos la idea de la paz con la



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

de la gestión y transformación de los conflictos, puesto que la paz hasta este momento es un ideal, es una meta. ¿Pero cómo la logramos aterrizar en nuestra vida diaria? Y la mejor manera de poder operar la paz, de poder hacer nosotros paz, es a través de la mediación. Y la mediación tiene un poder, un poder transformador que, principalmente, lo que hace es empoderar a las personas una vez que resuelven su conflicto y, por supuesto, le otorga un poder al mediador. Sí, como una nueva profesión, como una profesión multidimensional; no solamente que se enfoque a trabajar específicamente en un tipo de conflictos; porque como ustedes saben, todas las profesiones se crean o se justifican en el sentido de resolver conflictos; la medicina, la ingeniería, la química, la biología, todas, tienden a resolver sus conflictos, pero están muy enfocadas a un tipo de conflictos. Sin embargo, nosotros los mediadores no enfocamos sólo a un tipo específico de conflicto, nosotros somos multidimensionales y que nos permite ahondar, gestionar y transformar los conflictos según la perspectiva particular de las personas. Eso es algo que resulta bastante interesante y es lo que le otorga ese poder a la mediación.

Hoy por hoy, la mediación podemos entenderla, o por lo menos quienes estamos inmersos en ella, como un estilo de vida y un estilo de vida en el cuál al momento de nosotros operarla, bueno, pues ayudamos a que otros puedan resolver sus conflictos. Y, entonces, nos damos cuenta de que la mediación cuenta ya con un sustento, con un sustento debido de profesión. La mediación, como mencionaba anteriormente Leticia, pues está en constante evolución y eso depende de todo momento creativo y de innovación de muchas mujeres, de muchos hombres, que a lo largo de algunas décadas se han venido generando; partiendo de España, estando en Latinoamérica y en otras partes del mundo; en donde la mediación se empieza a integrar de manera práctica y de manera técnica a todas las profesiones.

Claro, de repente, se encuentra ubicada o vinculada al derecho. Por antonomasia, nosotros los abogados, las abogadas, somos los responsables, pero derivado de todo un entorno de políticas normativistas. Sin

embargo, la mediación se encuentra limitada a pesar de que haya alcanzado ya su madurez como procedimiento, como proceso, pero que se encuentra limitada a un sector. Entonces, foros como en el que estamos hoy, nos va a permitir poder llevar a la mediación a otras lides, a otras dimensiones y, sobre todo, vincularla con el tema de la paz. Esto se debe, de una u otra manera, a lo que ahora, actualmente, se denomina pomposamente como ecosistemas sociales. Y la mediación está inmersa o se entiende como la base de un nuevo ecosistema social de convivencia basado en ese bienestar, colgado a ese bienestar de la felicidad que genera la solución de un conflicto. Porque han de saber todos ustedes que la mediación genera felicidad. Una vez que nosotros nos ponemos de acuerdo o resolvemos un conflicto, pues volvemos a esa etapa; la mediación produce esa felicidad derivada de la solución del conflicto, produce júbilo, nos sentimos tranquilos y volvemos a recuperar nuestro status quo que perdimos por motivo del conflicto. Entonces, esta mediación, este sistema de solución de conflictos, este método de solución de conflictos, pues es una fuente de poder.

¿Y por qué? Porque, como ya hemos mencionado, lo primero que hace es generar un empoderamiento a las partes; recuperan su status quo del que se vieron alejadas o que lo perdieron. Entonces, reconstituye la mediación a las personas y hace de nosotros los mediadores, como profesionales de la solución del conflicto, pues jugar un rol preponderante en la evolución social. La mediación produce sinergias; la sinergia de lograr ese diálogo, esa concertación. Pero, sobre todo, hace que nosotros, los mediadores, nos constituyamos en agentes de paz. ¿Cómo podemos hacer paz? Normalmente nos ubicamos en el concepto de paz negativa, que es “el no hacer”, el no violentar, el no pelearnos; pero tenemos que contextualizarnos en el concepto de paz positiva que es “el hacer”. ¿Y cómo hacemos? Pues a través de la mediación, gestionando los conflictos. Y más aún, porque hoy la paz la debemos entender bajo un concepto muchísimo más amplio, que es el de la paz estructural, derivado de la violencia estructural, que es la que nos condiciona actualmente el cómo nos organizarnos o cómo actuamos en



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

sociedad. Y de la violencia estructural pues todos somos parte, todos formamos parte de esa violencia estructural. Para que comprendan qué es una violencia estructural, les pongo un simple ejemplo.

Hubo un tiempo con el tema del Covid-19, que aquella persona que no usaba el tapabocas estaba siendo violento; violento porque afectaba a los intereses de las demás personas y muchos nos negamos o se negaron a ponerse ese tapabocas. Eso es violencia estructural, cuando afecta a los intereses de los demás. ¿Por qué? Por una creencia, por una tradición, por una costumbre o porque simple y llanamente así lo hacemos en casa. Entonces, debemos, de una u otra manera, a través de esa concertación que es el efecto primordial o es la parte del poder de la mediación, el cómo nosotros podemos respetar a las demás personas y cómo a través de esa gestión del conflicto podemos generar paz. Estamos hablando, que cuando resolvemos un conflicto podemos hablar de que nos sintonizamos, vivimos relaciones concéntricas, y para poder estar debidamente integrados en esas relaciones concéntricas debemos de vibrar en la misma sintonía, debemos de poder de una u otra manera al que se encuentra a nuestro lado, poder respetarlo o en caso de que surja algún conflicto resolverlo.

Entonces, resulta que la mediación es un elemento consustancial del poder. Siempre, cuando hablamos del poder, lo vemos desde un punto de vista negativo: sometimiento, control, etc. No es así. El poder tiene otras facetas que ahora, en este momento, lo voy a comentar. Pero, bueno, tenemos el reto de que el poder pues constituye o tiene un sinnúmero de facetas, y esas facetas son las que nos van a permitir hacer posible o materializar el poder.

Pero nos encontramos ante otro reto. ¿Cómo hacemos para que la paz y la mediación generen ese esquema de poder? Bueno, pues la paz, como ya lo mencionaba, se ha convertido en un eje transversal en los esquemas de educación, en las instituciones de educación superior. Por los menos en México, en este momento, tenemos un movimiento desde hace aproximadamente un lustro en el que estamos trabajando el cómo

formar agentes de paz, cómo hacer paz desde nuestra propia impronta. Y eso pues hace de la paz un valor intangible, como mencionó Leticia cuando se refirió a esa parte de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Organización de Naciones Unidas, pero que no deja de ser una declaración. Entonces: ¿Cómo materializamos esa declaración? ¿Cómo hacemos posible la paz? La paz se encuentra dentro de las políticas de bienestar, y, entonces, nosotros cuando entendemos esas políticas de bienestar, pues es una obligación del Estado el que nos tenga que dar o proporcionar la paz.

Entonces, de repente, se nos hace muy fácil decir: merecemos paz, merecemos seguridad, merecemos educación, merecemos salud. Eso es el esquema de bienestar. Pero entonces resulta que la prueba a la cual nos sometió el Covid-19, encontramos que se pusieron en crisis todos los sistemas de bienestar; simple y llanamente colapsaron. Entonces: ¿Qué hicimos o qué vamos a hacer nosotros cuando el sistema de bienestar ideado en esta edad moderna se colapsa por una situación de este tipo? Tenemos que ser nosotros capaces de poder generar bienestar, no solamente el Estado, y la mediación es una vía para que nosotros podamos generar bienestar. ¿Cómo? Resolviendo nuestros conflictos. Entonces, el reto que tenemos frente a todo esto es integrar la paz a las habilidades y competencias de todas las profesiones. ¿Cómo un médico hace paz? ¿Cómo un ingeniero hace paz? ¿Cómo un contador hace paz? ¿Cómo los abogados hacemos paz, cuando lo que, a veces, en la profesión del abogado lo que nos enseñan es a la controversia? ¿Cómo hacerlo? ¿Cómo esa profesión puede hacer paz? Entonces, es aquí en donde surge la mediación, es en donde aparece en este escenario la mediación cuando se habla de conflictos; porque un médico puede resolver conflictos, un ingeniero puede resolver conflictos, pero es el mediador el que gestiona y transforma ese conflicto. ¿Por qué? Porque es el especialista en el motivo del conflicto.

Entonces, hacer de la paz una cotidianidad; así como la mediación se vuelve un estilo de vida para muchos de nosotros, también lo debe de ser

la paz; hacer de la paz un eje en la construcción de las investigaciones. Así como en un momento dado, no puede haber investigación y ciencia nueva sin la ética, necesariamente debemos de pensar que también esa ciencia, esa ciencia nueva, no puede estar si no tiene un ingrediente importante de la paz. Hacer de la mediación una herramienta de la paz o viceversa. De repente, nos empezamos a cuestionar si la paz es un valor intangible de la mediación o si la mediación es una herramienta de la paz o si lo intercambiamos. Pero entonces, a fin de cuentas, lo que va a decantar la paz es nuestro bienestar subjetivo percibido. Y el bienestar subjetivo percibido se traduce en nuestra felicidad. Y, entonces, la felicidad es un valor intangible de la mediación. En consecuencia, si nosotros nos ubicamos o nos situamos en que nuestra calidad de vida va a depender de nuestra felicidad, pues yo creo que lo tenemos resuelto, porque resuelvo mi conflicto y recupero mi felicidad o soy más feliz. Y todo esto lo vamos a deber a la paz y a la mediación.

Entonces lo importante es esto: cómo vincular la paz en la mediación como una fuerza principal o como la fuerza principal de ese bienestar. Entonces, aquí el tema; cuando nos enfrentamos a conceptos tan potentes o tan fuertes como el poder, como la mediación, como la felicidad, como el bienestar; pues es poderlos conjuntar o cómo integrarlos, pues ese es el verdadero reto al que nosotros; quienes en este momento trabajamos o determinamos todos los esquemas de producción de ciencia, de conocimiento o de la gestión de los procesos de educación; es el verdadero reto al que nos enfrentamos sin duda alguna. Por eso surge la CUEMYC, la Conferencia para el Estudio del Conflicto, así como surge esta cátedra, así como surgen otras redes en donde nos preguntamos o nos cuestionamos qué podemos hacer para mejorar. Entonces, es aquí donde hace presencia la paz y la mediación. Es decir, debemos de entender que tenemos diferentes formas de ver el poder o de ver la paz y la mediación.

Así, tendremos que ver sus diferentes facetas, pues éstas surgen del resultado de la intervención del mediador en las decisiones en relación a

su entorno cuando se resuelve un conflicto, y hablamos de la influencia que puedan tener estas decisiones en la vida propia de los mediados o en el impacto que tiene el mediador como resultado de la buena gestión de un conflicto. Hablamos, de una u otra manera, de generar lazos para forjar esa correlación que existe de manera permanente en la influencia que nosotros tenemos sobre los demás; porque resulta que el que hagamos algo o dejemos de hacer algo impacta en la persona que está con nosotros, en todos los que nos rodean; con sus compañeros, con sus compañeras, con sus padres, con sus hijos, con sus empleados, con su patrón. Siempre, el que nosotros hagamos o dejemos de hacer algo, va a generar una influencia en esa correlación de la vida diaria. Y si lo hacemos negativamente, pues es cuando surge el conflicto. Entonces, debemos ver cómo tenemos que gestionar todos esos elementos fácticos que, de una u otra manera, o debilitan o nos hacen más fuertes en una relación.

La capacidad del poder tiene una influencia relevante en todos nosotros. ¿Por qué? Por su multidimensionalidad. Tiene que ver en que nos condiciona o que nos puede condicionar nuestra libertad; nuestra libertad de hacer, nuestra libertad de pensar. Pero también tenemos que pensar que ese poder genera orden y cohesión social. El tema es cómo debemos de ejercer el poder, pero tenemos que ejercerlo de una manera positiva, total y completamente.

Existen tres fuentes del poder. Para que haya poder se requieren de tres elementos: la personalidad, la propiedad y la organización. Me costó, digamos, para alguien que nada más estaba ubicado en una posición como abogado, entender el poder; la norma es poder y gestionamos o solucionamos el conflicto desde la perspectiva de la norma. Es una manera de hacer poder. Pero resulta que la norma no está diseñada para atender de una manera específica el bienestar subjetivo de las personas. La norma es general, la norma es inflexible. ¿Eso es bueno? Pues sí, sí es bueno porque es lo que nos hace tenernos cohesionados como sociedad, si no viviríamos una anarquía. Sin embargo, la norma

no está ubicada en hacernos felices o en generar específicamente una paz positiva. La noma es negativa, es no hacer; la norma es un no hacer, siempre nos marca límites. ¿Pero realmente esos límites nos convienen? ¿Realmente esos límites nos hacen felices? Pues no necesariamente. Pensemos cuando se resuelve un conflicto de un divorcio, pues ustedes han de saber que el mayor número de desacatos que existe es en materia familiar, que representan el 40 % de la carga de trabajo del sistema de procuración e impartición de justicia y es la vía con mayor número de desacatos que hay. Y eso que está resuelto el conflicto desde la perspectiva de la norma; pero cuando se trata el conflicto desde la perspectiva de la norma, es que se está resolviendo como incumplimiento de la norma; no está atendiendo a mis necesidades, no está atendiendo a mi bienestar o a mi calidad de vida. ¿Cómo podemos confluir con esto? Bueno, pues es parte de ese poder que tiene la mediación.

Como hemos dicho, para que haya poder se requieren tres elementos: personalidad, propiedad y organización. Cuando hablamos de personalidades es el reconocimiento que hacemos nosotros de alguien o de algo, y en el caso del mediador pues es el reconocimiento que se le da ya a la mediación por la ley y por la sociedad. La mediación ya está reconocida, entonces gozamos del primer elemento: de la personalidad.

Posteriormente es la propiedad. ¿Qué es la propiedad? Bueno, la propiedad tiene que ver con lo que tengo, con mi posición social. Y, en cambio, cuando hablamos de esto o que ubicamos como una ciencia a la profesión, pues entonces es lo que de una u otra manera nos da propiedad. ¿Qué poseemos? Poseemos técnicas, poseemos conocimientos o poseemos la manera de gestionar y transformar el conflicto; todos esos elementos, todas las herramientas del mediador.

Entonces, tenemos personalidad y tenemos propiedad, pero principalmente estos dos elementos no serían posibles si no contáramos con la organización. Es decir, estamos debidamente organizados, tenemos la capacidad de organizar los pensamientos, los sentimientos; tenemos la

capacidad de organizar esa visión que tienen las personas de su propia vida, de su propia cotidianidad.

Nos encontramos con que la mediación tiene esos tres elementos de poder: la personalidad, la propiedad y la organización. Así, derivado de esta idea, pues de repente nos encontramos que hay más de cuarenta facetas del poder, del por qué la mediación es una fuente de poder. Yo solamente quiero hacer, rápidamente, mención de tres de ellas:

- 1.- El poder de la alteralidad de la mediación.
- 2.- El poder de la libertad de la mediación.
- 3.- El poder de la osadía de la mediación.

Tenemos otras muchas. Sin embargo, estas tres en lo particular me gustan mucho. ¿Por qué? Porque cuando hablamos del poder de la alteralidad de la mediación, es porque alteralidad implica cambio, implica influencia, implica aceptación de los que están con nosotros, implica voluntad de entendimiento, fomenta el diálogo y propicia las relaciones pacíficas. La alteralidad que yo pueda tener con Manuel o la alteralidad que estoy teniendo yo con ustedes es quererles transmitir un esquema o una forma de vida. Es una especie de mentoraje que hacemos cuando hablamos de la mediación. Observo a la persona y digo: yo quiero ser como ella o quiero hacer lo que ella hace. Eso es alteralidad; es cuando se entrelazan las relaciones sociales como un acto de reconocer las particularidades del otro. Y resulta que cuando nosotros hacemos mediación, y todos lo que están aquí presentes han hecho muchas mediaciones, ejercemos el poder de la alteralidad de la mediación. Una persona que resuelve su conflicto a través de la mediación no vuelve a acudir a otra vía, buscará siempre el mediar. ¿Por qué? Porque le transforma la vida, le transforma su hacer, le transforma su pensar. Y ese es el poder de la alteralidad de la mediación.

Ahora bien, la mediación tiene otro poder que es el poder de la libertad; el poder de la libertad que uno se supone que es una prerrogativa consus-



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

tancial a la libertad, pero que un conflicto la coacciona, la limita, la inhibe. Entonces, la base de la libertad, que es lo interesante de esto, es nuestra voluntad, al igual que la base de la mediación es también la voluntad; es la capacidad de decidir sobre quiénes somos, sobre qué queremos y cómo lo queremos. Ese es el sentido de cuando gestionamos o transformamos un conflicto: quiénes somos, qué queremos y cómo lo queremos. La norma nos va a marcar un parámetro, pero el cómo es lo importante; la libertad de ejercer nuestra razón de vida según nuestra propia visión de vida. Simple y llanamente, tú cruzas el umbral de tu casa y es tu vida, no es la vida de los demás. Cuando algo afecta ese cruce de ese umbral, nos está afectando a nuestra vida. O peor aún, ese conflicto está dentro de nuestro hogar y cuando sale a ese umbral social, pues nosotros estamos afectando a los demás, pero es la libertad de cómo nosotros podemos o decidimos vivir. La libertad implica cómo operacionalizar nuestro libre albedrío. Es decir, la base de la libertad es nuestro libre albedrío, es lo que creemos o lo que queremos hacer de nosotros, qué es lo que queremos hacer con los que nos rodean.

Entonces, la base de un acuerdo de mediación, se sustenta en el libre albedrío. La libertad es basada en nuestra voluntad, en el principio de autonomía de la voluntad de las partes; el pacto es la razón de ser, del éxito de la mediación. Entonces, cuando confluyen o confluye el tema de la libertad, el tema de la voluntad, el tema del libre albedrío, pues se traduce en ese acuerdo, en ese acuerdo de mediación. Y es en ese punto en donde surge ese poder, en donde aparecen esos tres elementos, porque tengo el poder de decidir sobre lo que yo quiero, en razón de mi libertad, de mi libre albedrío, de mi voluntad. Y eso está reconocido por la ley. Por lo tanto, el acuerdo de mediación o esa libertad pues se traduce en una verdad jurídica. Y si la razón de ser de esa verdad jurídica es nuestro bienestar, es nuestra calidad de vida, y si bienestar es un sinónimo de felicidad, pues a mí conveniencia puedo decir que la felicidad es una verdad jurídica sustentada en nuestra libertad, y eso se logra en razón del poder de la mediación. Esa solución está basada en mi felicidad y mi felicidad implica libertad. Entonces, es el poder de la libertad de la mediación.

Y eso nos lleva a pensar hasta dónde queremos llevar esto, qué tan osados podemos ser. Y aquí surge el poder de la osadía de la mediación. Y puedo afirmar al día de hoy, que los mediadores y las mediadoras somos seres osados, somos seres con valor por atrevernos a hacer lo que otros no quieren o, más bien, no pueden; porque de repente dicen: no puedo resolver el conflicto o me voy con un abogado y el conflicto no solamente no lo resuelven, sino que lo alargan, lo hacen más complejo de lo que era. Poder ver a otros en donde ellos otros no oyen, no entienden, no ven o no sienten.

Entonces, aquí es donde surge la idea de que el mediador es un ser osado porque es un ser temerario por ser un representante de la realidad. Los mediadores somos representantes de la realidad, ayudamos a las personas a que vean lo que quieren ver, porque de repente lo primero que hace un conflicto, o lo que es un conflicto, es nublar la vista. Dejo de ver lo que quiero ver, dejo de oír lo que debo oír. Entonces, qué mayor osadía puede hacer o tener un mediador que ser ese representante de la realidad, poniendo en riesgo nuestra propia profesión. Porque ustedes han de saber que si una mediación es exitosa es gracias a las partes, pero si una mediación fracasa, es culpa del mediador. Qué mayor osadía puedo tener de que estoy trabajando y que mi éxito, mi éxito como profesionalista, no es que yo lo haya hecho bien, es el acuerdo de las partes. Entonces, eso nos hace ver que un ser osado es alguien que conoce de la realidad y la administra, que es nuestra impronta. Un ser osado es encontrarse permanente con la verdad, encontrarse y afrontar las verdades del mundo en que vivimos. Y estamos hablando que son las verdades de los mediados, que le dan, en un momento dado, sentido a su propio mundo.

El mediador tiene la osadía de abrir su mente y sus sentidos a las partes y llevarlos a escenarios que para ellos no eran posibles o que no creían que eran posibles; a enfrentar sus miedos, pero principalmente les ofrece nuevos horizontes. Eso verdaderamente es una osadía; es la osadía del mediador, de estar presente, de ayudar a las partes a que resuelvan su



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

conflicto; porque, a fin de cuentas, el mediador, como gestor, transforma el conflicto. Pero la solución es de las partes, porque se basa en su bienestar subjetivo percibido en la propia visión de cada quien.

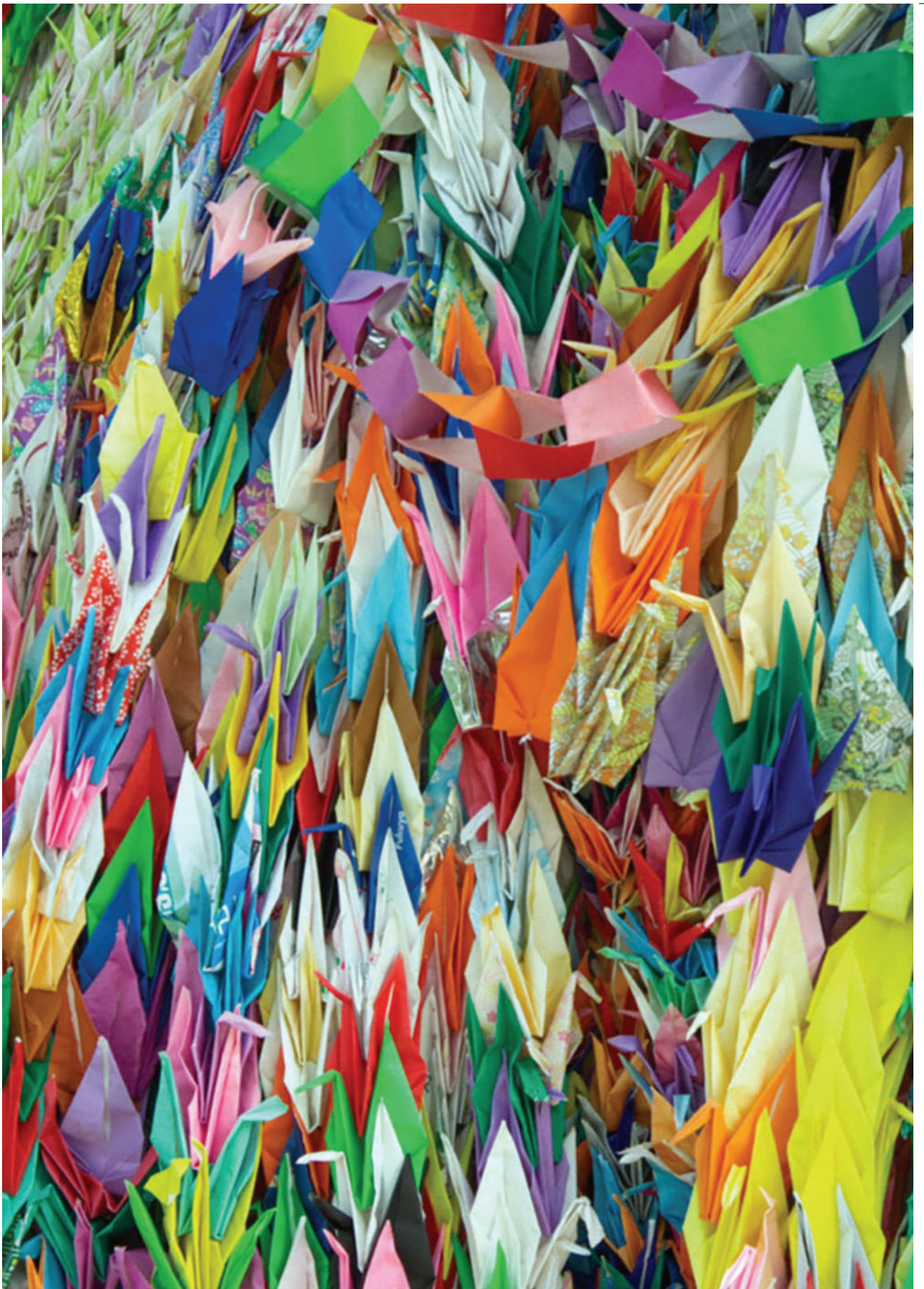
Voy a leer esto para que nos quede un poco más claro:

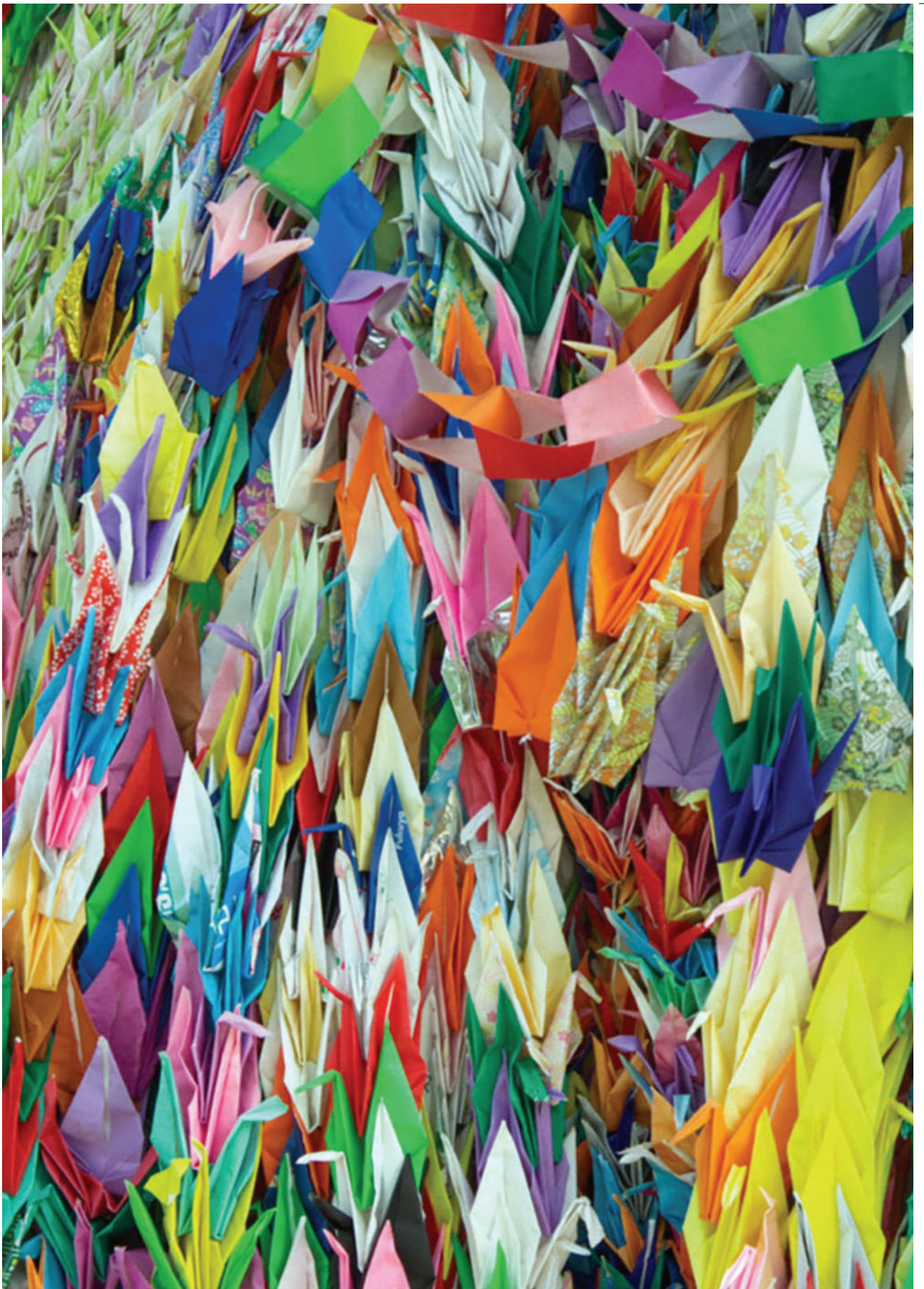
1. El mediador es osado porque constituye acuerdo derivado del bienestar subjetivo percibido que se cumplen con la rigidez de las políticas normativistas.
2. Tiene la osadía de hacer coincidir la flexibilidad con la rigidez de la norma.
3. Tiene la osadía de hacer simple lo complejo, de hacer coincidir el interés personal con el interés público.
4. Tiene la osadía de hacer felices a las personas con visiones de vida diferentes que se sienten infelices o tristes.
5. Tiene la osadía de armonizar los sentimientos contrarios de dos personas que están unidas y les va a permitir seguir unidas.
6. Tiene la osadía de sincronizar a toda la sociedad con intereses divergentes, porque podemos tener intereses diferentes. Manuel y yo tenemos intereses diferentes, pero, aun así, estamos integrados bajo una misma visión.
7. Tiene la osadía de ser la solución a la violencia estructural, en donde todos somos parte.
8. Tiene, la mediación, la osadía de encontrar la solución en donde nadie la ha visto antes, por lo menos las personas en conflicto.
9. Tiene la osadía de solucionar la ceguera del taller de la vida diaria, tanto profesional como social.
10. Tiene la osadía de ser un agente de paz que cambia conciencias y perspectivas de vida. La base de la generación o de la transformación del entorno para lograr la paz es a través de un agente de paz.

FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR

11. El mediador, tiene la osadía de ser ese agente de paz con la única fuerza que su intuición y su autenticidad le va a dar.
12. Por último, podemos decir que en este tema de la osadía, en eso, radica el poder de la mediación.

Entonces, yo los invito a todos ustedes a que sean hombres y mujeres osados; buscando su propia felicidad, buscando su bienestar subjetivo percibido; que puedan, de una u otra manera, vivir en un altísimo nivel de calidad de vida respetando al que está a nuestro lado, respetando o influyendo de manera positiva con los que convivimos día a día. Y eso es la base de la paz. Y si eso lo asumimos dentro de nuestras habilidades y competencias, cuando nos formamos o cuando ejercemos nuestra profesión, pues simple y llanamente vamos a poder hacer paz. Y eso es lo que está trabajándose desde esta Cátedra UNESCO de Resolución de Conflictos de la Universidad de Córdoba desde hace ya tres lustros como mínimo, y que, de una u otra manera, es lo que nos reúne a todos los que estamos aquí presentes. Porque tenemos esa osadía de hacer o de buscar el cambio, y eso lo podemos hacer desde el poder de la mediación, desde el poder de la paz, desde el poder de nuestra propia impronta y desde el poder de su propia felicidad.







LA GESTIÓN DEL AFECTO EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA PAZ

KARLA A. SÁENZ LÓPEZ

FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR



KARLA A. SÁENZ LÓPEZ

Facultad de Contaduría
Pública y Administración
Subdirectora de Posgrado
Universidad Autónoma de
Nuevo León
México

Lo primero que les quiero decir es que todos sabemos que nos relacionamos afectivamente con otros. Tenemos una relación con cualquier persona o con cualquier grupo, pero, a veces, no nos damos cuenta que hay cosas que subyacen a ese vínculo y si podemos entender cómo se gestiona, cómo funciona ese vínculo que nos une a las demás personas, entonces podemos gestionarnos mejor cuando nos enfrentemos a un conflicto, puesto que la vida está llena de conflictos.

No se trata de que los eliminemos, se trata de que los podamos gestionar. Y para eso hay que entendernos, comprendernos y saber cómo funcionamos, cómo funciona lo que sentimos. Entonces, cuando nosotros creamos lazos afectivos, utilizamos muchas cosas que iré explicando más adelante, como gestos, palabras que van formando este lazo, etc.



Vínculo afectivo

Las relaciones humanas se construyen de vínculos afectivos que son acumulativos mediante diversas expresiones como son los gestos, palabras acciones e intenciones, sin embargo, el afecto se ve deteriorado por el conflicto, debido a la crisis que crea en la relación.

Empiezo un poco a desmenuzar qué es el afecto.

Definición de afecto

Es la inclinación que tenemos hacia una persona.



Podemos encontrar muchas definiciones de afecto. Todos los que hemos hecho investigación sabemos que vamos a encontrar muchas teorías, muchas ideas sobre cualquier concepto, pero les doy la más simple, sencilla y neutra que podemos encontrar: "el afecto es la inclinación que tenemos hacia una persona". Hay una persona distinta a mí y yo siento algo que me mueve hacia esa persona. Más adelante veremos los niveles, pero eso es el afecto, no nos perdamos en eso: "Es la inclinación que tengo hacia alguien".

¿Dónde empiezan los problemas? Cuando creemos que el afecto es otra cosa. Lo primero que, a veces, confundimos con el afecto es la emoción. La emoción es una reacción biológica a un estímulo externo. Si yo veo algo que me asusta, entonces me asusto.

Afecto *versus* emociones



- Es muy común que confundamos el afecto con una emoción
- También decimos que damos afecto o recibimos afecto, pero en realidad no es algo que se dé, más bien, es algo que se experimenta.

Si yo veo algo atemorizante, entonces siento miedo. Entonces, es algo que sentimos y entra nuestra biología y salen neurotransmisores y todo un proceso biológico con una emoción. Una emoción es corta, se siente muy fuerte, pero es muy corta en tiempo. Dura poco. Por ejemplo, pensemos una emoción asco; puedo sentir que el asco combina dos emociones, pero puedo sentir asco rápido y se va, no voy a permanecer meses con asco, es una cosa rápida. Entonces, afecto no es emoción. La emoción es, repito, rápida, intensa. Y eso no es la inclinación hacia alguien.

Y algo que tiene que ver también con el afecto, es que muchas veces dicen: doy afecto o me dan afecto. En realidad, creo que la forma más correcta de expresarlo es experimento el afecto, porque el afecto lo



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

vamos a sentir básicamente. No es te doy dos unidades de afecto, te doy tres. No, sino más bien cuánto estoy sintiendo.

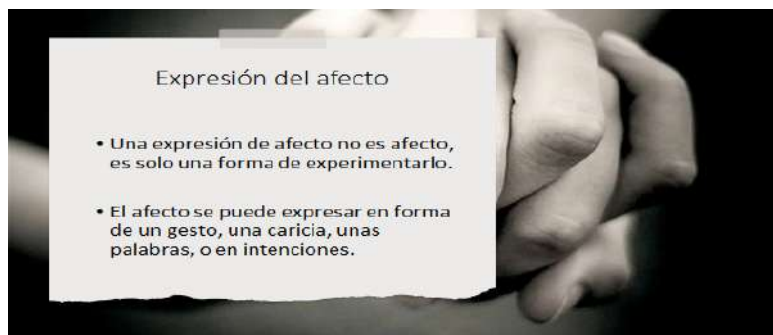
Otro punto interesante que tiene que ver con el afecto es que somos capaces de crear un banco de afecto. Podemos también confundir el afecto con un sentimiento; un sentimiento también lo sentimos, pero lo sentimos en un plazo más largo; se siente menos fuerte que la emoción y es un poco más largo.

Las emociones no pueden acumularse, solo pueden sentirse, y son más intensas y cortas que los sentimientos.

Sin embargo, el afecto, sí puede acumularse, puede crearnos un banco de afecto que esté disponible para esa relación o para ser usado con otras.



No dura para siempre, sólo por un tiempo; tengo que volverlo a motivar para volverlo a sentir. Afecto no es emoción, afecto no es sentimiento. Y la cualidad de la cual les hablo en esta diapositiva es que puede ser acumulable; es lo único que las personas, en el ámbito de los que sentimos, es lo único que sí podemos acumular. Por ejemplo, si tengo una emoción la siento y se fue; si tengo un sentimiento lo siento y se va; lo único que permanece en nosotros es el afecto y lo podemos ir juntando, juntando, juntando, para crear un banco. Un poco más adelante les digo cómo podemos usar eso que vamos acumulando.



Repito varias veces para que vayamos armando esto. Si el afecto es la inclinación hacia una persona, una cosa distinta es la expresión o la manifestación del afecto.

No es lo mismo, afecto es la inclinación y luego cómo lo muestro eso que tengo. Y la forma en la que lo voy a mostrar son muchas: puede ser un gesto, una sonrisa, puede ser dar los buenos días a la persona, puede ser tocar, puede ser una acción, etc. Es decir, conforme vamos avanzando en lo que les estoy diciendo, la manifestación de afecto es más fuerte. No es lo mismo que sólo te salude con la mano a que yo haga algo por ti. Si hice algo por ti, entonces, es una manifestación más avanzada. O sea, hay niveles de manifestación del afecto y eso es percibido por la otra persona. Como decía, cuando nosotros damos afecto, cuando yo tengo un gesto afectivo hacia alguien, como mi acto es externo a la otra persona, la otra persona va a reaccionar con una emoción.

El afecto compensa la carga en la relación

- Las acciones que hacemos para otros para manifestar nuestro afecto tienen diversas cualidades, como que, aunque conllevan la idea de que se requiere un esfuerzo, éste no se siente porque el efecto suaviza la sensación de cansancio.
- El afecto es recibido como un flujo de entrada y salida, es decir, una persona A recibe el afecto de B, y después A muestra afecto a B en reciprocidad, creando un flujo de lazos afectivos que sostienen la relación.

Si yo saludo, la otra persona se puede sentir contenta ¿verdad? Esa emoción produce más inclinación de la otra persona hacia mí. Si van viendo, los dos afectos y luego la manifestación que es lo que está jugando en medio. La pelota, digamos, son las manifestaciones de afecto. Cuando nosotros pensamos en que voy a estar manifestándole afecto a una persona, podemos pensar que eso es cansado y en realidad no lo es; en realidad cuando tenemos un afecto hacia una persona es muy fácil manifestarlo; es simple, es natural.




BIENESTAR Y PAZ

A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

Y cuando yo les digo aquí que es compensatorio, por ejemplo, imaginemos un caso de una esposa que ha estado cuidando a los hijos y lleva todo el día trabajando. El esposo, igualmente, lleva trabajando todo el día en el trabajo, está cansado, llega muy cansado a casa, pero al llegar ve a la esposa que necesita algo, necesita que carguen algo porque hay que subirlo a casa, y, entonces, simplemente camina, lo carga y lo sube. Eso fue una expresión de afecto. Pero aunque viene cansado, no siente el cansancio, porque al ser expresión de afecto no hay una sensación de cansancio. Ahora, si te cansa dar afecto, es que hay un problema en el afecto que tienes por la persona. Si te cuesta manifestar el afecto es que hay un problema por debajo, qué tanta inclinación verdaderamente tienes a esa persona. Así se crea un flujo. Si yo manifiesto afecto a la persona, la otra persona lo regresa y empezamos a tener un flujo afectivo.

Una vez que ya existe el flujo, es decir, yo manifiesto afecto y la otra persona me regresa afecto, entonces vamos a empezar a establecer lo que llamamos un lazo afectivo. O sea, ya tenemos un vínculo, ya hay ida y vuelta.

Lazo afectivo



- Una vez establecido el lazo afectivo, y con la confianza de la solidez del lazo, la persona puede tener la capacidad de irradiar el afecto a los demás.
- Cuando las emociones que crean el lazo son de valencia positiva, se le conoce como afecto positivo, pero cuando es de valencia negativa se le denomina afecto negativo.

Cuando tenemos un lazo afectivo positivo, me detengo aquí, es porque existe el afecto en valencia negativa y en valencia positiva. Yo puedo tener una relación, imaginemos con un jefe que me molesta, me cae mal, me hacer sentir mal, estoy enojada. Bueno, eso también es tener una inclinación hacia una persona con la cuál estoy manifestando y manifestando afecto, pero en valencia negativa, no todo es positivo.



Yo puedo tener una relación afectiva positiva o negativa. Me regreso a la positiva. Si tenemos una relación sana, saludable, afectiva con alguien, eso nos da una calma y una estabilidad muy importante que nos permite irradiar hacia los demás nuevos lazos afectivos positivos. O sea, si yo tengo uno, dos o tres lazos afectivos, puedo luego establecer otros dos o tres lazos afectivos positivos. Si yo tengo lazos negativos, entonces, seguramente estaré irradiando problemas con las demás personas.

Sigo avanzando en la transferencia del afecto. Se acuerdan que les decía que tenemos un banco de afecto, literal, como si tuviéramos una caja de ahorros y estamos llenándola de afecto; ese afecto es transferible.



Les voy a poner un ejemplo de la transferencia. Vuelvo al caso de una mamá, una mamá que tiene niños pequeños, que les tiene que dar mucho afecto porque los niños regresan poco; solicitan mucho afecto, hay que darles mucho, pero devuelven poco. Una sonrisita, cuando hay que hacer docientas cosas por ellos. Entonces ahí, es como que la mamá tiene una deuda afectiva, ha dado tanto que está en números rojos en su afecto. ¿Qué necesita una mamá que tiene niños pequeños? Necesita, por ejemplo, que la pareja, en el caso al que nos estamos refiriendo, le dé mucho afecto, mucho más afecto del básico. Sí, mucho, porque esa mamá necesita mucho afecto para poderlo transferir a los hijos.

Ahora, voy a poner otro ejemplo. Si ustedes tienen una relación negativa laboral, volvamos al caso del jefe. Tenemos un jefe con quien tengo problemas, con quien no me estoy relacionando bien, pero en mi casa



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

estoy bien y en mi casa me quieren, me aceptan, me tratan con mucho afecto. Entonces, puedo transferir el afecto familiar, y mi banco de afecto familiar lo puedo transferir a esa relación para no salir corriendo de ahí y poderme quedar en ese trabajo. El afecto tiene esta cualidad compensatoria en donde puedo, repito, transferir lo que uno me da a otro. Pero si no lo sé, no sé qué es lo que estoy haciendo, parece que estoy bien con una persona porque estoy compensando, pero en realidad deberíamos un poco de saber cómo está nuestro banco, cómo están nuestras fianzas afectivas digamos.

Bueno, ahorita voy a ver cuándo se nos acaba el banco y qué va a pasar. También, el afecto, no sólo es de persona a persona, también puede ser en grupos y en comunidad.



El afecto en la relación con la comunidad

El bienestar colectivo requiere de una participación de todos en lo que une a la comunidad.

Y puede ser expresada en pequeña escala y tener el mismo impacto que si lo hacemos a gran escala.

¿Cómo puedo yo manifestar afecto en comunidad? Pues participando, participando en comunidad, participando en las cosas que nos presentan. Así como ustedes están hoy aquí, en la escuela, están haciendo un acto de participación, de colaboración con su Universidad, participando en un evento académico. Y como eso hay miles de formas en las que lo pueden hacer.

Y es importante comprender que el afecto, en lo colectivo, la escala se multiplica; es como un fractal. Yo puedo hacer algo muy pequeño, pero tiene el mismo peso afectivo que si hago algo muy grande. Explico esto. Yo puedo ayudarle a alguien que está teniendo una dificultad porque le



duele la rodilla y le ayudo a subir las escaleras; eso tiene el mismo valor afectivo colectivo que si voy a Greenpeace y me pongo a defender a las ballenas.

El afecto colaborativo

De forma indirecta, cuando se resuelve un conflicto comunitario con personas con quién existe un lazo, como es el caso de vecinos, la resolución pacífica restaura el lazo de vecinos y la comunicación y con ello el resto de la comunidad se beneficia en diferentes niveles.



O sea, no porque parezca que hago algo más grande es más grande mi acción, simplemente se suma a la colectividad. Y cuando logramos, a través de un método de solución de conflictos, resolver un conflicto que tiene un impacto colectivo, esto es exponencial. No sólo resuelvo este problema para una persona, sino que se va expandiendo a los demás miembros de la comunidad y creando un beneficio colectivo. Tú resuelves el problema a una persona y tienes un impacto mayor.

Tenemos también otra circunstancia cuando hablamos del apego; nos empezamos a crear con este lazo afectivo apegos, y una de las cosas que más nos puede angustiar como seres humanos es la permanencia del afecto. Si yo ya establecí un lazo afectivo, pensar que voy a perder ese lazo afectivo me puede causar un caos posterior.



Manifestaciones de afecto

- Las personas necesitamos afecto para tener relaciones sanas y cordiales, pero también necesitamos saber que el afecto seguirá siendo abundante en el futuro.
- Esto puede ser corregido si se activa la reciprocidad en el flujo del afecto. Estableciendo un patrón de confianza.



Cuando les hablo de un lazo afectivo positivo, natural y saludable, es cuando la otra persona me da la certeza y la seguridad de que seguiré recibiendo esas manifestaciones de afecto. Porque si temo que se vaya, si temo que me deje, temo que me abandone, temo no volverlo a ver o no volverla a ver, ya empiezo a tener pensamientos catastróficos de futuro y eso, saben ustedes, sólo nos lleva a la ansiedad. Y, bueno, cuando lo tengo saludable entonces establezco un flujo saludable de afecto. Y si esto sucede, el beneficio es la confianza, porque entonces confío en que el otro va a estar ahí. Me puedo enojar con la persona y no va a pasar nada, me va a seguir dando manifestaciones de amor. Puedo reclamar algo, si no estoy de acuerdo, sabiendo que la otra persona va a continuar ahí, va a seguir dándome afecto; puede sostenerse el lazo afectivo sin que se dañe.

Tenemos otro elemento aquí que es el miedo. Si tuviéramos una regla de medición y en un lado tuviéramos el amor, el miedo es el que está del otro lado. A veces, pensamos que es el desamor, pero no, es el miedo. Entonces, cuando yo siento miedo, por ejemplo, de perder o no tener algo que ya estoy recibiendo, entonces el miedo es un motivador de conductas y sentimientos negativos; va a exacerbar la valencia negativa del afecto y empieza a crearnos una serie de conflictos en el lazo afectivo.



Afecto y miedo

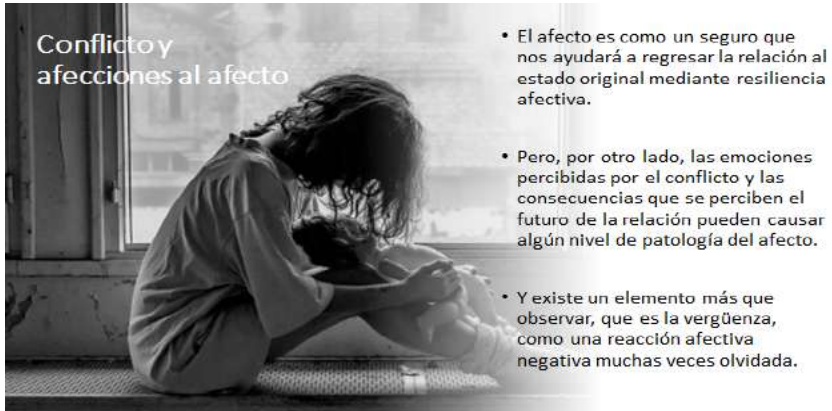
El miedo es un motivador de conductas, emociones y sentimientos negativos que crean una sensación de exacerbación de conflicto.

- Sin embargo, cuando el miedo es reducido, aumenta la calma mental para percibir con mayor objetividad y entonces se abre la puerta a la reconstrucción del lazo afectivo.

Cuando dos personas que tienen un lazo afectivo empiezan a tener un conflicto; sabiendo que los conflictos se manifiestan muchas veces, hasta



en un día puedes tener varios problemas con alguien; la cosa es cómo resolverlos. Pero hay veces que no podemos resolverlo, nos atoramos en un conflicto y entonces ya no tengo resiliencia, ya no puedo regresar el afecto al estado original.



Esto ocurre cuando ya hemos establecido un lazo afectivo y no me atiende. Esto es muy común ahora con la tecnología: es que le mandé un mensaje y no me contesta. Típico. Entonces eso te crea una ansiedad; no me quiere contestar; que estará pensando; entonces ya no me quiere, y empiezas tú a darle una serie de emociones y pensamientos que te estás imaginando de cosas negativas sobre ese conflicto y ya empezamos a tener problemas, ya te enojaste, ya le vas a hablar mal, ya le vas a reclamar. Entonces, cuando no podemos resolver, no podemos gestionar y nos atoramos en un conflicto, entonces vamos a empezar a tener los problemas.

Si tuviéramos la capacidad de decir de acuerdo; ya establecí un lazo afectivo, pero no me está respondiendo bien; corto el lazo afectivo, ya no quiero estar con esta persona; la cosa sería muy fácil, no tendríamos todos los problemas que nos inventamos. Corto y punto. Pero no podemos cortar porque creamos apegos negativos, entonces nos emproblemos y creamos muchos problemas en esta relación. Y aquí quiero agregar un punto que es la vergüenza. Es muy importante;

obsérvense si de repente sentimos una emoción que es la vergüenza. La vergüenza en sí no es nada, la vergüenza es una máscara. Cuando alguien siente vergüenza, hay que ver que está detrás, verdaderamente qué está sintiendo. Entonces, si ustedes sienten algo o algún amigo o amiga de ustedes siente vergüenza, hablen un poco más con la persona, porque hay algo más que no está diciendo. Aquí no quiero entrar mucho, pero se los pongo aquí para que lo observen.

Cuando no podemos resolver el conflicto y nos atoramos en este problema del afecto, empiezan problemas verdaderos.

Conflicto y afecciones al afecto

Entre las que se encuentran, la **hipertimia**, que es una alegría no adecuada a la realidad; la **hipotimia**, que es cuando la persona está sin interés, apagada, pesimista; la ansiedad patológica, con tensión, alarma, angustia con sentimientos atemorizantes; **disforia**, que es un malestar general difuso; **Anhedonia**, como una capacidad disminuida de sentir; **paratimia**, que es que es la inadecuada reacción acorde a la realidad; **ambitimia**, en donde hay sentimientos negativos y positivos al mismo tiempo; **inversión de afectos**, donde odia a quien debería amar; que son cambios bruscos en el estado de ánimo; la **incontinencia afectiva** que es la falta de control afectivo; la **rigidez afectiva**, que es la pérdida de modulación afectiva; el **embotamiento afectivo**, que es la pérdida de la capacidad de presentar respuestas afectivas y la **alexitimia** que es la falta de palabras para expresar afectos.

Aquí les pongo enfermedades psicológicas que están establecidas, conocidas, con tratamientos específicos y entre las que se encuentran:

1. Hipertimia, que es una alegría no adecuada a la realidad.
2. Hipotimia, que es cuando la persona está sin interés, apagada, pesimista; la ansiedad patológica, con tensión, alarma, angustia con sentimientos atemorizantes,
3. Disforia, que es un malestar general difuso. Estoy molesto y no sé por qué.
4. Anhedonia, que es como una capacidad disminuida de sentir; no siento tanto las emociones.
5. Paratimia, que es la inadecuada reacción acorde a la realidad.

6. Ambitimia, que es cuando hay sentimientos negativos y positivos al mismo tiempo. Soy contento, pero estoy triste.
7. Inversión de afectos, donde odia a quien debería amar o amas a quien te está tratando mal; son cambios bruscos en el estado de ánimo.
8. La incontinencia afectiva, que es la falta de control afectivo.
9. La rigidez afectiva, que es la pérdida de modulación afectiva.
10. El embotamiento afectivo, que es la pérdida de la capacidad de presentar respuestas afectivas porque te atorras completamente.
11. La alexitimia, que es la falta de palabras para expresar afectos. Es decir: quiero estar contigo, pero no sé cómo decírtelo.

Entonces esto sucede cuando nos atoramos en el conflicto y esto son enfermedades del afecto. No sé si lo sabían, pero tenemos enfermedades del afecto, de esta inclinación hacía una persona.

Paso rápidamente a decir algunas cualidades del afecto.

Cualidades del afecto

- Unidireccional, bidireccional y multidireccional
- Desigual
- Natural
- Múltiple
- Especial
- Grupal
- Amorfo
- Cambiante
- Voluntario
- Intimo
- Reversible

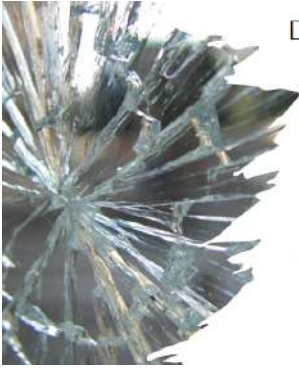
- Relacional
- Con polaridad
- Atemporal
- Electivo
- Rutinario
- Requiere nutrición
- Condicional
- Límites implícitos y explícitos
- Evolutivo
- Elástico
- Diplomático

- Puede ser unidireccional, bidireccional y multidireccional, puede ser hacia una persona o varias.
- Es desigual, no necesariamente vamos a tener la misma emoción hacia alguien. A lo mejor yo quiero a alguien ochenta y el otro me quiere veinte. No pasa nada.

- Es natural, porque es parte del ser humano; no tenemos que hacer nada extraños, parte de nosotros mismos.
- Es múltiple, porque yo puedo querer a la persona y a la familia.
- Es especial, porque nos hace sentir que ese vínculo es diferente al que tengo con los demás.
- Es grupal, como les decía, porque puedo querer a un grupo en sí, no a una persona y al grupo, sino al grupo en sí.
- Es amorfo, porque en realidad si buscamos el límite es muy difícil de encontrar el límite, porque eso lo sentimos, no es físico, está dentro, sucede dentro de nosotros.
- Es cambiante, porque quizá por la mañana, en esa relación, siento que quiero doscientos a la persona pero por la tarde ya me enojé y la quiero menos tres.
- Es voluntario, porque estamos ahí en la relación porque queremos, aun para sufrir. Me puedo quedar mal con la persona, pero es porque quiero. En realidad nadie nos obliga a estar con nadie.
- Es íntimo, porque cuando yo recibo un afecto se siente muy dentro. No es algo así como que me dio aire y se movió el cabello. No, lo sentimos dentro.
- Es reversible, porque yo puedo crear una relación muy positiva, pero luego me equivoco y se me cae lo que construí; puede ser reversible.
- Es con polaridad, puedo pasar del extremo del amor al miedo en todos sus niveles.
- Es atemporal, porque yo puedo sentir inclinación por una persona y esa inclinación sí permanece. Les dije que emoción y sentimiento no, pero el afecto sí. Es más, puede alguien haber fallecido y yo sigo sintiendo afecto e inclinación por esa persona toda mi vida.

- Es electivo o no tiene que ver con la voluntariedad de querer estar en la relación.
- Es rutinario, porque yo puedo dar afecto todos los días a la misma persona. Eso pasaría, por ejemplo, en una relación de amistad, en una relación laboral, en una relación matrimonial o de pareja; podemos todos los días estar dando afecto.
- ¿Requiere nutrición? Sí. Es decir, si tú das, das y das pero no recibes, vas a entrar en un problema y ya te puedes enfermar del afecto.
- Es condicional, claro, porque el amor incondicional es maravilloso, pero no es real. A veces, decimos que quien nos ama incondicionalmente puede ser un perro; porque, a ver, tienes una pareja, quieres mucho a esa pareja, estás muy enamorado de tu pareja. Pero pregunto: ¿Tú vas a seguir queriendo a esa pareja si esa pareja te engaña? No. Entonces, hay condiciones.
- Es limitado a veces; al afecto también le ponemos algunos límites, implícitos y explícitos. Hay algunos que los digo, yo esto no lo tolero, y hay otros que se entiende que en mi mundo y en mi cultura no lo tolero. Por eso hay algunos que son implícitos y explícitos.
- Es evolutivo, va cambiando. Yo puedo tener un afecto pequeño y con los años termina siendo un lazo bastante fuerte.
- Es elástico, es decir, a lo mejor no puedo ver a la persona un tiempo y sigo sintiendo afecto. A veces, lo puedo ser muy seguido. Se puede mover.
- Es diplomático, porque tenemos que tener algunos elementos para relacionarnos. Tenemos que ser corteses, tenemos que ser amigables, tenemos que ser pacientes.

Cuando el conflicto ya se nos presentó, empieza lo que le llamamos el deterioro afectivo.



Deterioro del afecto

- El deterioro afectivo se origina cuando dos personas o grupos discuten dañando su relación creando emociones negativas y fracturando la relación.
- Las dos personas ahora van a manifestar el afecto con palabras, acciones, actitudes y gestos negativos impidiendo cualquier avance positivo en la relación.

Y, entonces, empiezo a sentir un montón de emociones negativas que no nos van a ayudar. Cuando empiezo a sentir eso y no lo resuelvo se producen las enfermedades de las que les hablé, pero ahora les quiero decir que creamos memorias y si yo cada vez que pienso en esa persona siento dolor o siento sufrimiento, entonces estoy creando un trauma. Y si yo creo un trauma, eso va directo a nuestro cerebro y nos crea neurotransmisores asociados al dolor. Entonces pienso en la persona: ya me sentí mal, ya quiero llorar, ya se me bajan las defensas.

Memorias de trauma

El deterioro puede llegar a afectar mentalmente a la persona y sus recuerdos haciendo que todo lo que se relacione con esa persona te cause emociones negativas generando malestar, por lo que en este punto algo que empezó como una discusión se convirtió en el rechazo total hacia la persona.



¿Saben por qué? Porque no resolví un trauma. Entonces es importante que sepamos que el trauma no sólo viene de que estuve en un choque o estuve en la guerra, también puede ser por las relaciones humanas. Y es verdad, es físico, y si esto sucede, o alguien de ustedes sintiera que cada vez que siento algo o pienso en una persona siento dolor, requieren ayuda. No lo están resolviendo solos; necesitan ir con una persona que sepa de esto, que puedo ser un psicólogo o psicóloga para que les ayude a salir de este bloqueo. Los estímulos negativos, de los cuáles les estaba

hablando, se experimentan muy fuertes, el trauma emocional es muy fuerte y sucede de manera inconsciente. Es decir, tú dices: yo no me quiero sentir así, pero no puedo hacer nada. Claro que no, porque está por debajo de tu conciencia, está subyacente en el inconsciente, por eso requieres que te ayuden, siempre quieres un tercero.

Hay otras emociones que no nos van a ayudar mucho, que puede ser el peligro.

Peligro y culpa

Las emociones que se encuentran dentro del deterioro afectivo más frecuentes son: Sensación desagradable provocada por la percepción de peligro, real o imaginario miedo, ira, desagrado, disgusto asco, sensación de decaimiento o infelicidad, desánimo.

También se encuentran las emociones secundarias como: culpa, soledad, pérdida total de la esperanza, desesperación, indiferencia y apatía.



Acuérdense que si yo veo que algo negativo puede pasar en el futuro, eso es un pensamiento catastrófico del futuro, me lleva a la ansiedad y también nos puede llevar a la culpa. Cuando yo creo que hice algo en la relación y lo hice mal, entonces me creo una culpa o me la crean. Si alguien me dice: es que tú eres el culpable; te asignaron o tú la eliges la culpa. Y la culpa, igual que los celos, no sirve absolutamente para nada, son emociones inertes, lo único que crean es dolor y desilusión. Si alguien siente culpa o celos de verdad, busquen apoyo, busquen solucionar porque no hay salida, es per-

Métodos de solución del conflicto

- Para la gestión del conflicto existe una variedad de opciones de métodos, como la mediación, la negociación, la justicia restaurativa entre otras.
- Se necesita generar un espacio adecuado para que se expresen, con confianza y encontrar comprensión a sus relatos, para motivar y reconocer su dolor.
- Sin embargo, el mediador o persona neutral que ayuda, requiere saber conceptos relacionados al afecto



BIENESTAR Y PAZ A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

manente, van a sentir culpa veinte años y no hay nada que lo detenga. Es como un coche que va en movimiento y no se quita, no se quita, a menos que lo intentes solucionar.

Cuando nosotros encontramos una forma de solucionar, puede ser a través de ayuda psicológica o puede ser con métodos de solución de conflictos, de los que ahora les diré algo, como la mediación, negociación, conciliación y arbitraje. Estos pueden ser algunos elementos que te pueden ayudar a solucionar conflictos que te lleven de la valencia negativa a la valencia positiva en tus afectos. Pero es importante que lo gestionen y no se atoren ahí.



Transformar el afecto de valencia negativa a valencia positiva

- La transformación de la valencia negativa a valencia positiva se lleva a cabo a través de la comunicación clara y sin interpretaciones, cuando ambas personas o grupos logran entender lo que quiere la otra persona y se logra comunicar lo que se necesita de manera efectiva las soluciones y los acuerdos llegarán solos de manera positiva, con ayuda de un tercero siendo este una persona neutral.

Cuando nos damos cuenta de que no lo estoy gestionando, podríamos buscar un poquito más de información; podemos buscar herramientas que nos ayuden o terceros neutrales que nos ayuden. Les había dicho, cuando ya no puedo y necesito a este tercero neutral, que estamos generando espacios adecuados para expresar, nos van a guiar, etc.

Por ejemplo, en una mediación están las partes y está un mediador que es experto en solucionar esto; sabe todas las técnicas, sabe cómo ayudarles y los va guiando para que puedan escuchar, pueda reconstruirse la comunicación y puedan reconstruirse los vínculos. O, en caso de que no se vayan a reconstruir, que sean saludables. Por ejemplo, pensemos en una pareja que se va a divorciar y están muy enojados, muy emprobleados. A lo mejor no quieren reconstruir el vínculo, pero



pueden tener una relación saludable a futuro por terceros involucrados; siempre esta tercera persona neutral es de gran ayuda.

Y ya para cerrar, creo que después de todo lo que les he comentado hoy, podemos entender que el afecto realmente es un motivador y un precursor de paz. Porque si yo tengo relaciones saludables y pacíficas, las personas a mí alrededor van a estar bien porque yo no estoy creando conflictos. Y si los que están a mí alrededor están bien, los que siguen en el siguiente ciclo, los siguientes y los siguientes estarán bien.

Afecto y paz

Restaurar el afecto crea un espacio pacífico y saludable en las relaciones.

Relaciones pacíficas crean ambientes agradables.

Ambientes agradables y pacíficos crean comunidades con cultura de paz.

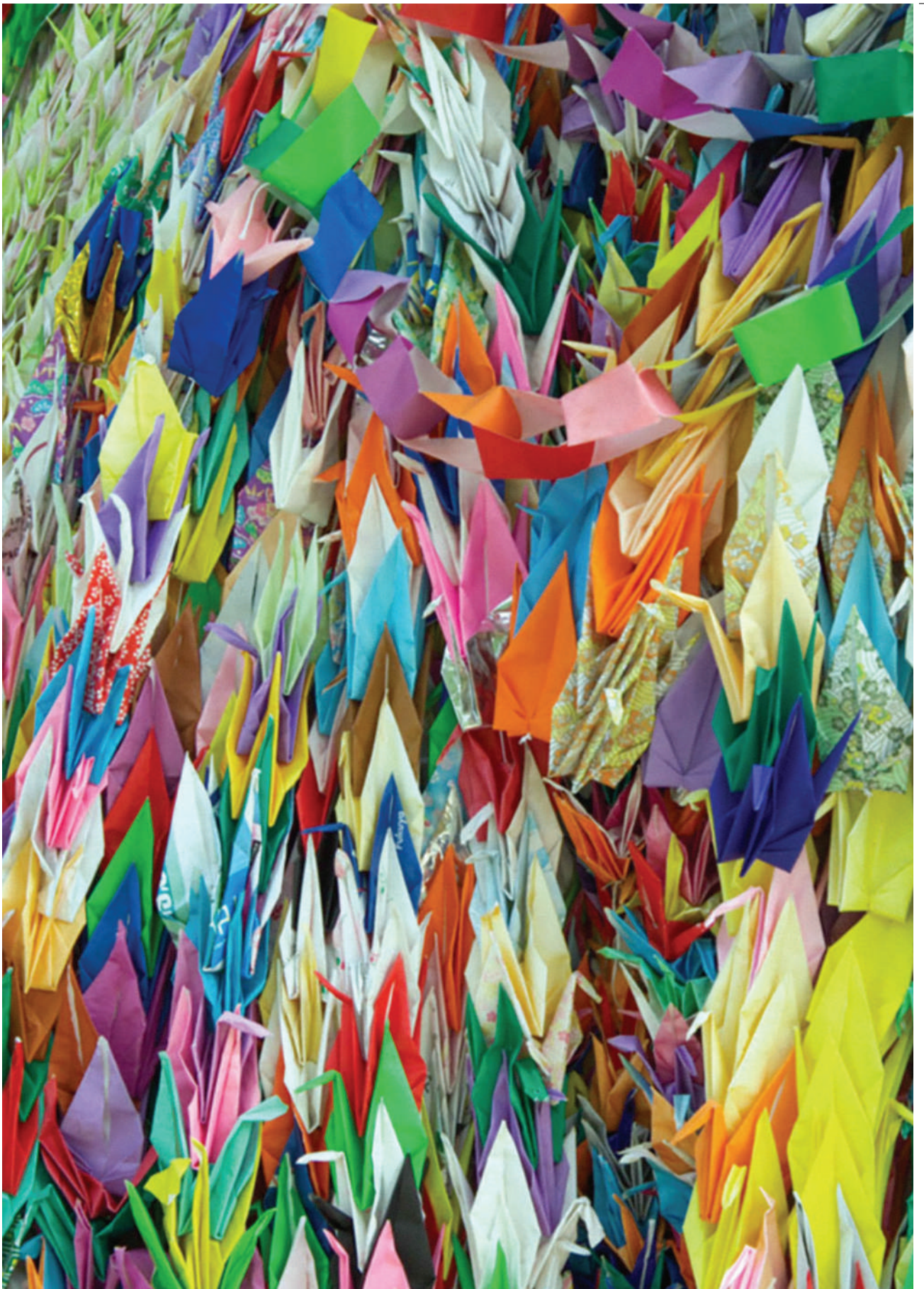
El afecto positivo es detonador exponencial de paz

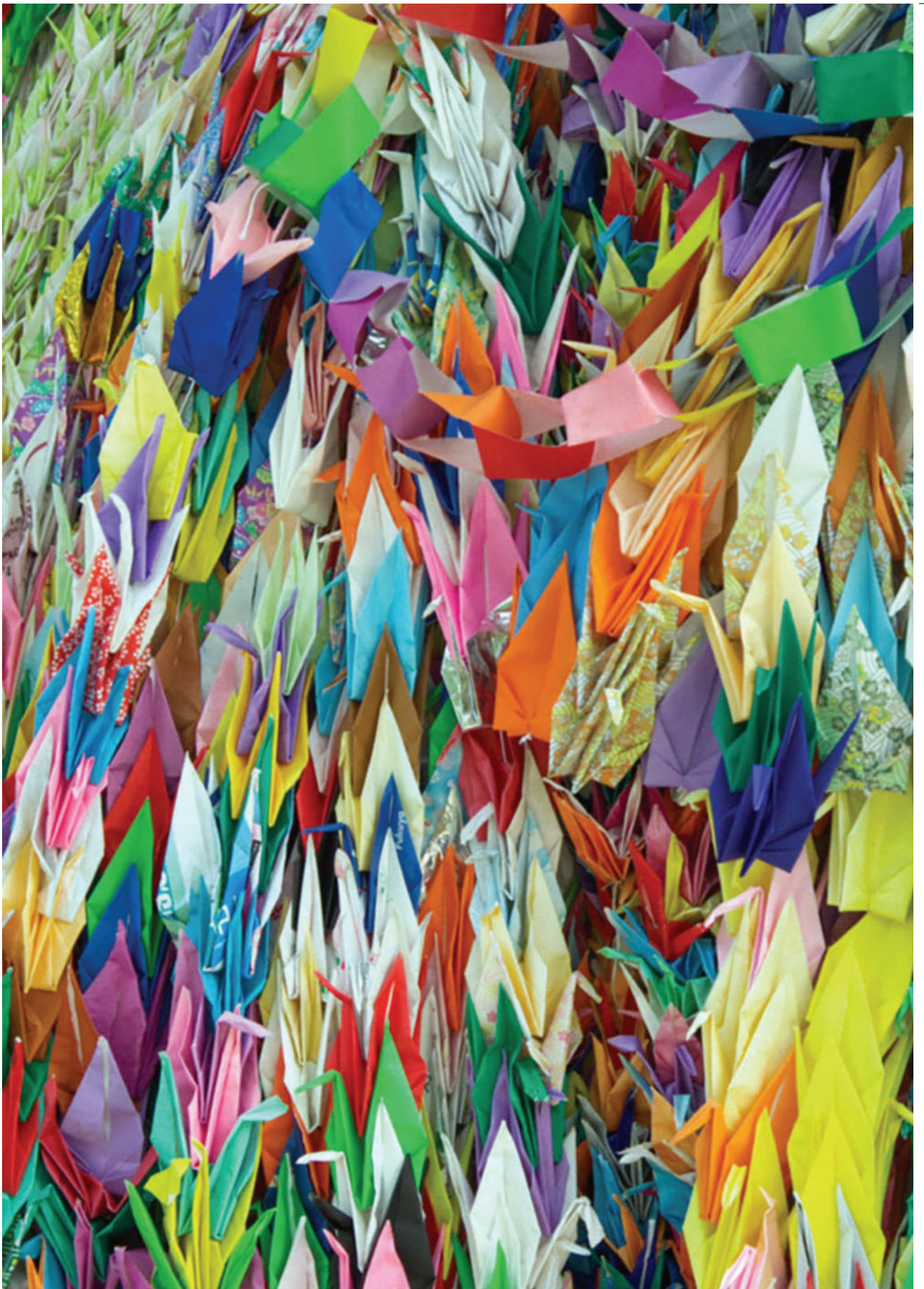


Entonces manejar bien el afecto y tener relaciones afectivas crean ambientes agradables, pacíficos, de convivencia. ¿Y qué crea? Si yo vivo en una sociedad que es muy buena para gestionar emociones y para gestionar sus conflictos, estamos hablando de una sociedad con cultura de paz, con herramientas para trabajar en paz.

Y para finalizar, pues les puse aquí que “el afecto positivo es detonador exponencial de paz”.

Como conclusión final, decir que el afecto es un aspecto de suma importancia para la comprensión de la conducta humana, porque nos motiva y nos impulsa a la convivencia con otros, y es el motor que nos lleva a relacionarnos positiva o negativamente, porque determina el tipo de emociones y sentimientos que experimentaremos en la relación, y también define la percepción previa que tenemos de lo que será la relación.







DERECHO, HUMANISMO Y DIGNIDAD

JOSÉ GUILLERMO GARCÍA MURILLO



FRANCISCO GORJÓN GÓMEZ
MANUEL TORRES AGUILAR



JOSÉ GUILLERMO GARCÍA MURILLO

Instituto de Altos Estudios
Jurídicos de Jalisco
Director General
Centro Universitario
de Ciencias Sociales y
Humanidades
Investigador Principal
Universidad de Guadalajara
México

Bueno, voy a iniciar diciéndoles a todos que el *Derecho*, *Humanismo* y *Dignidad* es la parte fundamental de por qué nosotros nos centramos en el estudio del derecho.

Octavio Paz, Premio Nobel de Literatura, algún día dijo: “Hay que defender la democracia y la libertad. Si perdemos la libertad, perdemos la democracia. Y si perdemos la democracia, perdemos el país”.

El estudio del derecho ha significado, desde siempre, comprender el comportamiento del ser humano en sociedad para armonizar sus relaciones con los demás. Es una función de regular sus conductas. Para ello, emplea el lenguaje normativo que es la expresión con la que el derecho se va a expresar. En el lenguaje normativo, nosotros encontramos obligaciones, prohibiciones y facultades en el juego donde éste se desenvuelve. El juego es el movimiento que se genera en la interrelación, en las reglas del juego

de los seres humanos, donde se exponen, como ha dicho la doctora Karla, sentimientos, aspiraciones, pretensiones y necesidades.



“DERECHO, HUMANISMO Y DIGNIDAD”

Dr. José Guillermo García Murillo

“Hay que defender la democracia y la libertad. Si perdemos la libertad, perdemos la democracia. Y si perdemos la democracia, perdemos el país”.

Octavio Paz.

El estudio del derecho ha significado desde siempre comprender el comportamiento del ser humano en sociedad para armonizar sus relaciones con los demás, en función de regular sus conductas para ello emplea el lenguaje normativo tendiente a establecer las facultades, las obligaciones y las prohibiciones en el juego donde éste se desenvuelve, el juego es el movimiento que se genera en la interrelación, en las reglas del juego los seres humanos exponen sus sentimientos, aspiraciones, pretensiones y necesidades



El carácter inter subjetivo con que se mueven en el ámbito de la sociedad por naturaleza genera fricciones, lástima, ofende sin que exista por tal motivo alguna intencionalidad, en consecuencia, el derecho armoniza y genera la concordia a partir del principio de que todo es válido en tanto no vulneren el derecho ajeno, la paz se logra con el respeto al orden y por lo tanto la libertad y la seguridad jurídica son consideraciones axiológicas que se han consolidado a través de la historia de la humanidad.

El carácter intersubjetivo con que se mueven todos los seres humanos en el ámbito de la sociedad, por la propia naturaleza, en ese movimiento, generan fricciones, lástima, ofende sin que exista por tal motivo alguna intencionalidad. En consecuencia, el derecho armoniza y genera la concordia a partir del principio de que todo es válido en tanto no vulnere el derecho ajeno. La paz se logra con el respeto al orden y, por lo tanto, la libertad y la seguridad jurídica son consideraciones axiológicas que se han consolidado a través de la historia de la humanidad.

Fíjense ustedes que cuando yo participé en esta construcción, en la definición del derecho, leí a un filósofo español, a Fernando Savater. No sé cuántos de ustedes han leído a Fernando Savater. ¿Alguien de ustedes me puede levantar la mano? Ética para Amador; Ética de urgencia; Política para Amador. Bueno, pues son libros, la mayoría bestseller, que los mexicanos en la licenciatura en Derecho, en el primer semestre, es una lectura obligatoria leer al español Fernando Savater para comprender que hay que vivir la buena vida. Y esa buena vida está en función de respetar a los demás. Y eso tiene que ver con un principio desde la propia óptica de la historia de mi país. El respeto al derecho ajeno es la paz y es la manera en cómo nosotros, también en el contexto internacional, hemos vivido. Y vaya que ha costado, principalmente este principio juarista de vivir en ese sentido.



El derecho consta originariamente de normas generales que se aplican a casos particulares. Éste es el dramatismo del derecho: lo genérico aplicado inflexiblemente a lo individual. Cada negocio es distinto, no sólo en el nombre de los contendientes y fechas en que actúan judicialmente, sino también, en los hechos constitutivos de una acción o de una excepción. Sin embargo, cada negocio tiene notas comunes con los otros, aun cuando tengan notas irreductibles a los demás. Esta situación bien puede ser un caso de integración y no de simple interpretación de las normas legales existentes.



BIENESTAR Y PAZ

A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y LA INVESTIGACIÓN

El derecho consta originariamente de normas generales que se aplican a casos particulares. Este es el dramatismo del derecho. Fíjense, una norma general aplicada a un caso particular. Y ahí empieza el dramatismo. Lo genérico, aplicado inflexiblemente a lo individual. Cada negocio es distinto, no sólo por el nombre de los contendientes y sus fechas en que se actúa judicialmente, sino también en los hechos constitutivos de una acción, de una excepción. Sin embargo, cada negocio tiene notas comunes con los otros, aun cuando tengan notas irreductibles a los demás. Esta situación bien puede ser un caso de integración y no de simple interpretación de las normas legales existentes. Y es que el derecho; compañeras, compañeros, estudiantes de la Universidad de Córdoba; no es un asunto mecanicista, no es un asunto, por ejemplo, como Hans Kelsen lo hubiera determinado: “dura lex, sed lex”; la ley es dura, pero es la ley. Y si es válido debe aplicarse.

Aquí, entonces, es cuánto tiempo en la idea del positivismo debe de aplicarse, sin entender también que debe de haber una cuestión principialista y de ponderación para entender que no se debe de aplicar únicamente la ley tal y como se establece de manera literal si no comprendemos, como hubiera dicho otro español, el filósofo Ortega y Gasset, que “el hombre es uno y sus circunstancias”. Por eso, no solamente se interpreta la norma, también hay que interpretar los hechos. Y esa es una cuestión que, como abogados, ustedes irán entendiendo, porque también lo decía el argentino José Ingenieros: “Recuerda, que antes de ser generoso debes ser justo, pero antes de ser justo, recuerda que es humano”. Y es que los abogados trabajamos concretamente en el conflicto y en los problemas de los demás.

Por eso, cuando ven al abogado dicen que hay un problema; cuando vean al abogado, como dijo la doctora Karla, hay que reconocer que es también un ser humano que va a trabajar con los sentimientos. Y lo decía Ludwig Wittgenstein: “El derecho tiene fuertes cargas emocionales, hay emociones”. En el entorno, de siempre, comprender que lo que tenemos frente a nosotros es una manera de resolver una tensión y un conflicto de acuerdo a la norma.



La integración es en el fondo una cuestión valorativa en que se reconoce por el juzgador la singularidad del caso a debate, el cual deberá centrarse en el tema a discusión presentando razones sólidas: Relevantes, Suficientes y Aceptables; de tal suerte, que no haya lugar a que puedan ser refutados a pesar de la injusticia de resolverlo conforme al rasero común establecido en la regla abstracta y colectiva.

El derecho tiene una vocación humanista y multifacética, su estudio es abordado desde la perspectiva: filosófica, Histórica y política.

La integración, en el fondo, debe ser también una cuestión valorativa en que se reconoce por el juzgador la singularidad del caso a debate, el cual deberá centrarse en el tema a discusión presentando razones sólidas. En el argumento, en el debate, debe de haber razones sólidas, relevantes, suficientes, aceptables; de tal suerte que no haya lugar a que puedan ser refutados a pesar de la injusticia de resolverlo conforme al rasero común establecido en la regla abstracta y colectiva.

“El derecho tiene una vocación humanista y multifacética” como lo hubiera establecido el filósofo del derecho Ronald Dworkin. En el imperio de la justicia, el derecho no solamente tiene una característica tridimensional, como lo hubiera dicho el brasileño Miguel Reale. Miguel Reale dice: “Hay una tridimensionalidad del derecho donde debemos de comprenderla a través de la cuestión luspositivista, a través del realismo jurídico y también del positivismo jurídico”.

Eso lo voy a explicar de esta otra manera. En el derecho, hay tres visiones; la positivista, que nos dice que en el mundo de la deontología jurídica todo está en función del aspecto normativo del deber ser. Y hay otro, que es el realismo jurídico, donde está Gustav Radbruch, porque fue maestro de muchos mexicanos; con lo cual en la Universidad Nacional Autónoma de México nos formamos bajo la perspectiva de Luis Recaséns Siches en la sociología jurídica. De tal manera, que el estudio del derecho está