

TRIBUNA

# REVOLUCIÓN PENDIENTE

**Connie Capdevila**  
**Mònica Albertí**

COL·LEGI  
OFICIAL DE  
PSICOLOGIA  
DE CATALUNYA



**E**l 21 de enero se celebró el Día Europeo de la Mediación. Un momento adecuado para promocionar la reflexión, el cambio y las ventajas que conlleva un nuevo modelo: la gestión no violenta de los conflictos. Es necesario un cambio cultural de cómo se gestionan los conflictos en nuestra sociedad: culpabilizando, criticando y no escuchando al otro. Este nuevo paradigma se fundamenta en el diálogo respetuoso, la escucha activa, la identificación de las necesidades que hay detrás de las emociones como la ira, el dolor, o la tristeza. Buscar soluciones consensuadas con todas

las personas implicadas para poder dar respuesta a las necesidades identificadas y no solo a los hechos ocurridos.

Pasar por un proceso de mediación puede ayudar también a dejar atrás modelos clásicos de nuestra sociedad fundamentados en la autoridad de un tercero y el castigo. Ya no hay que hablar de ganar o perder, sino de implicarse, empatizar, tener en cuenta los propios objetivos y los de los demás. Ser protagonista de los cambios, buscando que todo el mundo gane y generando entornos amables y pacíficos.

Nada como una metáfora clásica de la negociación para ejemplificar los beneficios: piensen en dos hijos que se pelean por una naranja. Uno ganará y otro perderá, o ambos deberán contentarse con la mitad, a no ser que la madre decida que ambos se quedaran sin. ¿Pero y si se les preguntara para qué quieren la naranja? Quizás uno quiera comérsela y el otro solo necesite la



A tres bandas. Sesión de mediación.

## El nuevo paradigma pasa por una gestión no violenta de los conflictos

piel para un experimento de clase. De un hipotético conflicto se pasa a la solución una vez se conocen y sopesan intereses o necesidades. Si realmente escuchamos a la otra parte implicada, se puede encontrar la solución conjunta. Y ese es el papel del mediador, fomentar una nueva cultura.

Por eso planteamos la necesidad de asumir el reto: apostar por la

prevención de conflictos y cambiar el legado que dejaremos a futuras generaciones para poner el acento en la cooperación y no en la competición. Así pues, os animamos a informarnos sobre las posibilidades que este modelo ofrece. En el COPC de Barcelona, Girona y Tarragona hay un punto de información sobre la mediación que ofrece asesoramiento de manera gratuita. ★



## Servei d'Informació Mediatora del COPC

Gestionant conflictes des de les persones i per a les persones

### En què et pot ajudar la mediació?

- ✓ En cas de conflicte el **psicòleg mediador** et pot ajudar a trobar solucions, una alternativa a la via judicial.
- ✓ En conflictes laborals, veïnals, familiars, interculturals...
- ✓ En qualsevol àmbit: familiar, educatiu, sanitari, comunitari, de les organitzacions...
- ✓ El **psicòleg mediador** podrà ajudar-te a trobar solucions, millorar relacions i resoldre conflictes de manera més responsable.

Informació Barcelona: Tel. 932 478 650 ext. 127

Tarragona: Tel. 977 21 41 02

Girona: Tel. 972 222 710

