



**Institución Formadora N° 29:**

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

## **EL TRABAJO EN MEDIACIÓN CON LOS DIFERENTES SISTEMAS CEREBRALES**

**Por Gerardo Salemi**

Para abordar positivamente cada uno de los tres cerebros durante una mediación, se pueden aplicar diversas técnicas que involucren tanto la comunicación verbal como no verbal. Aquí van algunas sugerencias:

1. **Cerebro reptiliano:** Este cerebro está relacionado con las emociones básicas de supervivencia, con las respuestas de lucha, huida e inhibición. Se asocia con el cerebro mamífero en emociones como el miedo, la ira y a estrategias como la defensa. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que generen seguridad y confianza, tales como:
  - Establecer un ambiente seguro y neutral para la mediación.
  - Ser claro y directo en la comunicación.
  - Utilizar un lenguaje sencillo y evitar tecnicismos o palabras que puedan generar confusión o amenaza.
  - Mostrar una actitud calmada y segura, para transmitir confianza a las partes.
  - Validar las emociones de las partes, reconociendo sus miedos y preocupaciones.
2. **Cerebro mamífero o paleomamífero o límbico:** Este cerebro está relacionado con las emociones tanto negativas como la ira como positivas, así por ej. Con las emociones sociales, como el amor, la empatía y la compasión. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que fomenten la conexión emocional entre las partes, tales como:
  - Escuchar activamente a las partes, demostrando interés y comprensión hacia sus perspectivas.





**Institución Formadora N° 29:**

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

- Mostrar empatía hacia las emociones y sentimientos de las partes.
  - Utilizar técnicas de reflejo/espejo para validar los sentimientos y emociones de las partes.
  - Buscar puntos de conexión entre las partes, para fomentar un entendimiento mutuo y crear una atmósfera más colaborativa.
3. Cerebro lógico-racional o neocortical: Este cerebro está relacionado con la lógica y la razón, y es donde se toman las decisiones conscientes. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que fomenten la toma de decisiones racionales y colaborativas, tales como:
- Ayudar a las partes a analizar los hechos y datos relevantes.
  - Utilizar técnicas de torbellino de ideas o de los seis sombreros para pensar de De Bono, para generar ideas y soluciones creativas.
  - Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo para encontrar soluciones mutuamente beneficiosas.
  - Utilizar técnicas de resumen y cierre para llegar a acuerdos claros y concisos.

En resumen, para abordar positivamente cada uno de los tres cerebros durante una mediación, es importante utilizar técnicas que involucren la comunicación efectiva, la empatía, la comprensión mutua, la lógica y la colaboración. De esta manera, se puede crear un ambiente propicio para la resolución de conflictos de manera efectiva y satisfactoria para todas las partes involucradas.





Institución Formadora N° 29:

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa Fe

## PROPUESTAS DE FORMAS DE TRABAJO

<b>Teoría de los tres cerebros</b>	<b>Formas de trabajar de los mediadores en un conflicto</b>
<b>Sistema reptiliano</b> está asociado con la supervivencia y se enfoca en las necesidades básicas como comida, refugio y protección. Sus impulsos básicos en una situación de conflicto, son ataque, huida o inhibición.	- Ayudar a las partes a sentirse seguras y cómodas. - Reconocer y validar las emociones de las partes involucradas. - Crear un ambiente en el que las partes puedan hablar abiertamente y sin temor a represalias.
<b>Sistema límbico</b> Este sistema está asociado con las emociones y los vínculos interpersonales. Se enfoca en las relaciones sociales y las conexiones emocionales. En una situación de conflicto, puede manifestarse como tristeza, frustración, ira o decepción. También es sede de las emociones lúdicas.	- Ayudar a las partes a entender y apreciar las perspectivas del otro. - Facilitar la comunicación efectiva y la escucha activa. - Ayudar a las partes a identificar sus necesidades emocionales y a trabajar juntos para satisfacerlas. Fomentar la creatividad
<b>Sistema racional. Neocortex</b> Este sistema está asociado con el pensamiento racional y el análisis. Se enfoca en la solución de problemas y la toma de decisiones lógicas. En una situación de conflicto, puede manifestarse como explorador de soluciones a los enigmas que presentan y armador de un acuerdo justo y equitativo.	Ayudar a las partes a identificar sus objetivos y prioridades-- Ayudar a las partes a entender las opciones disponibles y sus consecuencias. Fomentar la creatividad. Ayudar a las partes a llegar a un acuerdo justo y mutuamente beneficioso.

Es importante subrayar que los mediadores y mediadoras pueden aplicar diferentes estrategias, técnicas y herramientas, en función de características de cada caso.





Institución Formadora N° 29:

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

## Teoría de los tres cerebros y mindfulness en la Mediación

**Teoría de los tres cerebros:** La teoría de los tres cerebros propone que el cerebro humano está dividido en tres partes: reptiliana, el mamífera y el racional. Cada parte está asociada con diferentes funciones.

**Mindfulness:** El mindfulness es una práctica de atención plena que se centra en estar consciente del presente, sin juzgar situaciones ni emociones o pensamientos que surgen.

**Aplicación en la mediación:** El mediador puede aplicar la teoría de los tres cerebros y el mindfulness en la mediación de la siguiente manera:

\* Etapa 1: Establecer una relación de confianza y crear un ambiente seguro y respetuoso.

**Cerebro reptiliano y mamífero:** En esta etapa, el mediador puede ayudar a las partes a sentirse seguras al proporcionar un espacio tranquilo y cómodo para la mediación.

**Mindfulness:** El mediador puede guiar a las partes para que presten atención plena a lo que dice la otra parte y a lo que dice a la otra parte. En el caucus puede orientar a las partes para prestar atención a su cuerpo y su respiración para reducir la ansiedad y la tensión.

\* Etapa 2: Fomentar la comunicación efectiva entre las partes.

**Cerebro límbico:** En esta etapa, el mediador puede ayudar a las partes a entender cómo sus emociones y pensamientos están influyendo en su percepción del conflicto.

**Mindfulness:** El mediador puede guiar a las partes para que presten atención plena a sus emociones y pensamientos, y para que no los juzguen, lo que les permitirá comunicarse con mayor claridad.

\* Etapa 3: Fomentar la construcción de acuerdos mutuos entre las partes.

**Neocórtex:** En esta etapa, el mediador puede ayudar a las partes a considerar diversas opciones y a entender las consecuencias de cada una de ellas.

**Mindfulness:** El mediador puede guiar a las partes para que presten atención plena a las opciones disponibles y para que tomen decisiones informadas sin ser





**Institución Formadora N° 29:**

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

### **Teoría de los tres cerebros y mindfulness en la Mediación**

influenciados por emociones negativas.

\* Etapa 4: Implementación de soluciones acordadas y construcción de una relación duradera y positiva entre las partes.

**Cerebro reptiliano, límbico y neocórtex:** En esta etapa, el mediador puede ayudar a las partes a mantener una comunicación abierta, emocionalmente madura y efectiva en el futuro y a construir una relación más positiva y constructiva.

**Mindfulness:** El mediador puede guiar a las partes para que presten atención plena a su interacción y comunicación futura, para que puedan mantener una relación constructiva y duradera.

<b>Postulados de las neurociencias sobre el cerebro</b>	<b>Aplicación del mediador en un conflicto</b>
El cerebro es plástico y adaptable.	El mediador puede fomentar la flexibilidad y la adaptabilidad de las partes para que puedan encontrar soluciones.
El cerebro se desarrolla a lo largo de toda la vida, y puede aprender habilidades nuevas.	El mediador puede ayudar a las partes a desarrollar nuevas habilidades y recursos para resolver conflictos.
El cerebro está compuesto por diferentes sistemas interconectados.	El mediador puede ayudar a las partes a identificar sus emociones, pensamientos y comportamientos interconectados y cómo pueden influir en su capacidad para resolver conflictos.





Institución Formadora N° 29:

**SURGIR "Educar para la No Violencia**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

<b>Postulados de las neurociencias sobre el cerebro</b>	<b>Aplicación del mediador en un conflicto</b>
El cerebro humano está diseñado para la cooperación y la conexión social.	El mediador puede fomentar la colaboración y el trabajo en equipo entre los clientes para lograr una solución mutuamente beneficiosa.
El cerebro puede estar influenciado por factores externos, como el estrés y la ansiedad.	El mediador puede ayudar a los clientes a identificar y manejar las emociones negativas que pueden estar afectando su capacidad para resolver conflictos.
El cerebro puede ser entrenado y mejorado mediante la práctica y la repetición.	El mediador puede ayudar a las partes a practicar habilidades de resolución de conflictos.
El cerebro funciona mejor cuando está relajado y enfocado.	El mediador puede enseñar y/o favorecer formas de relajación y concentración para que las partes puedan mantener una mente clara y enfocada durante la resolución del conflicto.

Para abordar positivamente cada uno de los tres cerebros durante una mediación, se pueden aplicar diversas técnicas que involucren tanto la comunicación verbal como no verbal. Aquí van algunas sugerencias:

**Cerebro reptiliano:** Este cerebro está relacionado con las emociones básicas de supervivencia, con las respuestas de lucha, huida e inhibición. Se asocia con el cerebro mamífero en emociones como el miedo, la ira y a estrategias como la defensa. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que generen seguridad y confianza, tales como:



**Institución Formadora N° 29:**

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

- Establecer un ambiente seguro y neutral para la mediación.
- Ser claro y directo en la comunicación.
- Utilizar un lenguaje sencillo y evitar tecnicismos o palabras que puedan generar confusión o amenaza.
- Mostrar una actitud calmada y segura, para transmitir confianza a las partes.
- Validar las emociones de las partes, reconociendo sus miedos y preocupaciones.
- Buscar puntos de conexión entre las partes, para fomentar un entendimiento mutuo y crear una atmósfera más colaborativa.

**Cerebro mamífero o paleomamífero o límbico:** Este cerebro está relacionado con las emociones tanto negativas como la ira como positivas, así por ej. Con las emociones sociales, como el amor, la empatía y la compasión. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que fomenten la conexión emocional entre las partes, tales como:

- Escuchar activamente a las partes, demostrando interés y comprensión hacia sus perspectivas.
- Mostrar empatía hacia las emociones y sentimientos de las partes.
- Utilizar técnicas de reflejo/espejo para validar los sentimientos y emociones de las partes.

**Cerebro lógico-racional o neocortical:** Este cerebro está relacionado con la lógica y la razón, y es donde se toman las decisiones conscientes. Para abordarlo positivamente, se pueden utilizar técnicas que fomenten la toma de decisiones racionales y colaborativas, tales como: Ayudar a las partes a analizar los hechos y datos relevantes.





**Institución Formadora N° 29:**

**SURGIR "Educar para la No Violencia"**

Res. N° 003/21- MGJDH de la Provincia de Santa fe

- Utilizar técnicas de torbellino de ideas o de los seis sombreros para pensar de De Bono, para generar ideas y soluciones creativas.
- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo para encontrar soluciones mutuamente beneficiosas.
- Utilizar técnicas de resumen y cierre para llegar a acuerdos claros y concisos.
- Utilizar técnicas de torbellino de ideas o de los seis sombreros para pensar de De Bono, para generar ideas y soluciones creativas.
- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo para encontrar soluciones mutuamente beneficiosas.
- Utilizar técnicas de resumen y cierre para llegar a acuerdos claros y concisos

**En resumen, para abordar positivamente cada uno de los tres cerebros durante una mediación, es importante utilizar técnicas que involucren la comunicación efectiva, la empatía, la comprensión mutua, la lógica y la colaboración. De esta manera, se puede crear un ambiente propicio para la resolución de conflictos de manera efectiva y satisfactoria para todas las partes del caso.**

