

Del cerebro hostil al cerebro inteligente (2a. ed.)

Autora: Mari Luz Sánchez García-Arista

Editorial Reus /2023

www.librotecnia.cl

ÍNDICE

PRÓLOGO	9
INTRODUCCIÓN Y PRESENTACIÓN	11
PRIMERA PARTE	
ENFOQUE Y AUTORES PARA UNA BUENA FORMACIÓN EN GESTIÓN DE CONFLICTOS Y MEDIACIÓN	15
CAPÍTULO I - NEUROCIENCIA, CONFLICTO Y MEDIACIÓN...	17
1. ¿Qué pasa en nuestro cerebro cuando nos enfadamos? Cerebro secuestrado. Cerebro hostil	17
2. Gestión de conflictos e intervención mediadora.....	20
3. Cerebro en modo inteligente	24
CAPÍTULO II - PASEO INTRODUCTORIO DE LA MANO DE AUTORES QUE ME APORTARON APRENDIZAJE	27
1. Aportaciones de la neurociencia a la gestión de conflictos y la media- ción	27
2. Síntesis de autores que considero imprescindibles	33
SEGUNDA PARTE	
CONOCIMIENTOS IMPRESCINDIBLES PARA GESTIONAR CONFLICTOS Y MEDIARLOS	35
CAPÍTULO III - COMPRENDEMOS LAS EMOCIONES INHERENTES AL CONFLICTO Y EN CONTINUA RETROALIMENTACIÓN CON ÉL	37
1. Las emociones y su evolución	37
2. Emociones y sentimientos.....	44
3. Componentes de las emociones	45

www.librotecnia.cl

3.1. Componentes cognitivos	46
3.2. Componentes fisiológicos.....	47
3.3. Componentes comportamentales	49
4. Principales emociones	50
5. Desarrollo emocional humano	53
6. Inteligencia emocional	54
7. Plasticidad neuronal	56
8. Emociones y conflicto.....	57
9. Principales emociones relacionadas con los conflictos	58
9.1. El miedo	59
9.2. La ira.....	61
10. Plasticidad cerebral y gestión emocional.....	65
11. Emoción y pensamiento	68
12. Inundación emocional	70
13. Emociones y mediación	71
CAPÍTULO IV - COMPRENDEMOS LOS CONFLICTOS PARA GESTIONARLOS MEJOR.....	75
1. El conflicto. Elementos y connotación	75
2. Nueva mirada sobre los conflictos	78
3. Análisis y estructura del conflicto.....	81
4. Evolución y dinámicas del conflicto. Escalada y desescalada	87
5. Conflicto y problema. Causa y tipos	92
6. Funciones y disfunciones del conflicto.....	96
7. Ciclo y fases del conflicto.....	98
8. Estilos de afrontamiento del conflicto	101
9. Gestión positiva o inteligente de conflictos.....	103
CAPÍTULO V - LA COMUNICACIÓN	105
1. El lenguaje nos hace humanos	105
2. La comunicación humana	107
3. Axiomas de la comunicación humana	110
4. Funciones de la comunicación	112
5. Proceso comunicativo.....	114
6. ¿Transmitir información o comunicar para entendernos? La comuni- cación eficaz.....	116
7. Condicionantes de la comunicación.....	119
7.1. Ideas previas y creencias	119
7.2. Esquemas cognitivos	120
7.3. La percepción.....	121
7.4. Estilo comunicativo.....	122
7.5. Relación.....	124
7.6. Contexto	124

8. Comunicación verbal y no verbal	125
9. Sintonía vs. asintonía	127
CAPÍTULO VI - LAS NARRATIVAS	129
1. Conflicto y posicionamiento	129
2. Posicionamiento y narrativa	130
3. Conflicto, emoción, pensamiento y narrativa	132
4. Narrativas dominantes	136
TERCERA PARTE	
GESTIÓN DE CONFLICTOS Y MEDIACIÓN A LA LUZ DE ESTOS APRENDIZAJES—DE LO PERSONAL A LO PROFESIONAL—	139
CAPÍTULO VII - GESTIÓN INTELIGENTE DE CONFLICTOS PERSONALES	141
1. Los conflictos y su gestión	141
1.1. <i>Habilidades personales</i>	141
1.1.1. Las emociones y su gestión positiva: Inteligencia Emocional	144
1.1.2. Afrontamiento constructivo de los conflictos, gestionando en positivo sus dinámicas internas	145
1.1.3. Manejo eficaz de la comunicación como herramienta de entendimiento con los otros	147
1.2. <i>Resolución de conflictos mediante los tribunales</i>	148
1.3. <i>Sistemas alternativos de resolución de conflictos (ADRS)</i>	149
2. Gestión de conflictos y convivencia	151
CAPÍTULO VIII - LA MEDIACIÓN	159
1. La mediación, su evolución, principios y características	159
2. El espacio de mediación como sistema	167
2.1. <i>Los elementos humanos</i>	168
2.1.1. Las personas mediadas.....	168
2.1.2. Las personas mediadoras	170
2.2. <i>Normas de funcionamiento y clima del espacio de mediación</i>	171
2.3. <i>Roles y funciones definidos</i>	173
2.4. <i>Liderazgo en el espacio de mediación</i>	173
2.5. <i>Interacciones</i>	175
2.6. <i>“Cultura” del espacio de Mediación</i>	177
2.7. <i>Historia</i>	180
CAPÍTULO IX - INTERVENCIÓN MEDIADORA	181
1. La persona mediadora y su función	181

1.1. Rol del mediador.....	185
1.2. Formación del profesional de la mediación y gestión de conflictos.....	190
2. El proceso de mediación: de la hostilidad a la inteligencia	191
2.1. Objetivo del proceso	191
2.2. Fases del proceso	192
2.2.1. Fase inicial.....	196
2.2.2. Intervención mediadora con cada una de las partes	199
2.2.3. Intervención mediadora en sesiones conjuntas	211
2.2.4. Creación y consenso de acuerdos	215
A MODO DE EPÍLOGO:	
GESTIÓN INTELIGENTE DE CONFLICTOS: DE LA HOSTILIDAD A LA INTELIGENCIA, UN GRAN AVANCE DE LA CULTURA Y LA CIVILIZACIÓN	219
DESPEDIDA Y CONTINUACIÓN	223
BIBLIOGRAFÍA.....	225

www.librotecnia.cl