

# Bienestar subjetivo percibido en adolescentes y mediación familiar

## Perceived subjective well-being in adolescents and family mediation

Francisco Gorjón Gómez

Universidad Autónoma de Nuevo León (México)  
fgorjon@hotmail.com - <https://orcid.org/0000-0001-5296-6454>

Lucía Verenice Todd Lozano

Universidad Autónoma de Nuevo León (México)  
luciatodd@me.com - <https://orcid.org/0000-0002-7411-345X>

Recibido: 08/09/2023

Aceptado: 16/11/2023

**Resumen:** El bienestar subjetivo percibido, surge de la psicología positiva, manteniendo un enfoque en las fortalezas, habilidades y herramientas de las personas, dejando de lado los conflictos, factores de riesgo y demás problemáticas que pudieran tener. En específico en adolescentes, esto resulta benéfico e incluso redituable. Por otro lado, la participación de adolescentes en la solución de conflictos familiares resulta benéfica para este grupo etario por propiciar el espacio de ser escuchado, participar, y poder tomar decisiones. Mediante una extensa revisión bibliográfica, consideramos que la participación de adolescentes en la solución de conflictos familiares a través de la mediación resulta óptima para su bienestar subjetivo percibido.

**Palabras clave:** Bienestar subjetivo, adolescentes, mediación familiar, participación.

**Abstract:** Well-being mainly arises from positive psychology which keeps a focus on people's strengths, abilities, and tools, leaving aside conflicts, risk factors and other problems that they may have. Specifically in teenagers, it is beneficial and even profitable. On the other hand, the participation of teenagers in family conflict solutions is beneficial for this age group by providing them the space to be heard, to participate and make decisions. Through an extensive bibliographic review, we consider that the participation of teenagers in family conflict resolution through mediation is optimal for their perceived subjective well-being.

**Key words:** Perceived subjective, teenagers, family mediation, participation.

### 1. ADOLESCENCIA COMO ETAPA DEL DESARROLLO

Para llevar a cabo este análisis, se empleó una metodología basada en un análisis documental, respaldado por una minuciosa revisión bibliográfica que facilitó la identificación de la participación de los adolescentes en la resolución de conflictos

familiares mediante la mediación, que resulta altamente benéfica para su bienestar subjetivo percibido. A continuación, se desarrolla de manera teórica cada uno de estos elementos.

En México de acuerdo con la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2020), viven 38.5 millones de niñas, niños y adoles-

centes, lo cual representa que el 30.8% de la población tiene entre 0 y 17 años. Otro dato importante, es el proporcionado por La Infancia Cuenta en México 2020 (Red por los Derechos de la Infancia en México, 2020), que establece que en México el porcentaje de niñas, niños y adolescentes se divide de la siguiente forma: 0 a 4 años, 27.3%; 5 a 9 años, 27.8%; 10 a 14 años, de 28%, y; 15 a 17, 16.8%. Estas cifras nos dan un panorama general de la importancia del estudio y atención de este grupo etario.

Respecto a las edades que abarca la adolescencia como etapa del desarrollo, existen diversos autores que han estudiado de manera profunda el tema. Para Erikson (1972), esta etapa se ubica entre los 12 y 20 años y se destaca por la búsqueda de la identidad y del yo, elaborando el adolescente preguntas como: ¿quiénes somos?, ¿cómo nos podemos adecuar a la sociedad? y ¿qué queremos hacer en la vida?

Existe un consenso importante entre diferentes autoras y autores, respecto a que la adolescencia abarca desde los once o doce años hasta los diecinueve o veinte (Silva, 2007). También se habla que dentro de la adolescencia ocurren tres etapas: la primera etapa siendo la pubertad que integra cambios físicos y temperamentales y que se sitúa entre los 11 y 12 años; la segunda etapa es entre los 13 y 15 años misma que incluye un tiempo de aislamiento y de íntima cercanía con su grupo de pares, y por último la tercera etapa que es entre los 16 y 18 años que se le denomina adolescencia tardía, parte final (Fernández, 2014).

En lo que respecta a la definición de adolescente desde el punto de vista legal, la Convención sobre los Derechos del Niño, sólo hace mención de que “se entiende por niño todo ser humano menor de dieciocho años” (Asamblea General de la ONU, 1948).

A pesar de la articulación de los derechos que presenta la Convención antes mencionada, no se especifica el modo ni los instrumentos para incorporar estos preceptos a la legislación de cada Estado ni su nivel de rango legal. Esto conduce a la diversidad de sistemas de protección de la infancia y la adolescencia en cada Estado (Pastor et al., 2018).

Sin embargo, para los fines de este trabajo, se utilizará el concepto de adolescencia, desde el punto de vista de la legislación nacional, basados en la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes que en su artículo 5 a la letra dice “Son niños los menores de doce años, y adolescentes las personas de entre doce años cumplidos y menos de dieciocho años” (Diario Oficial de la Federación, 2014, p.2).

La adolescencia es una etapa de transformación, donde se presentan cambios físicos, emocionales y mentales. A nivel físico, aparece el vello corporal, púbico y axilas. En las

mujeres la menstruación y en los hombres el desarrollo de los testículos. En el ámbito emocional, se presentan cambios hormonales, mayor necesidad de privacidad, y temperamento fuerte. Y en lo que respecta a lo mental, el avance en pensar, razonar y aprender es significativo (Departamento de Educación de los Estados Unidos, 2020).

Este periodo implica crecimiento, maduración y autodefinición, por lo que se considera una de las épocas con mayor transformación (Cebotarev, 2003). Otros de los cambios importantes es la independencia emocional y psicológica, lo relacionado con la sexualidad en cuanto a entenderla y vivirla, por lo que el proceso es gradual y puede generar sensación de decepción, desilusión, entre otras cosas (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2002). En esta etapa, se eligen los grupos entre pares, se vuelven importantes y la tendencia es que ya no dependen de las decisiones de los padres (Fernández, 2014).

## 2. BIENESTAR SUBJETIVO PERCIBIDO

La mediación y los Métodos Alternativos de Solución de Conflictos han alcanzado el nivel necesario para ser considerados como políticas de bienestar y componentes indispensables de cualquier política pública de bienestar social, con un impacto claramente definido en el bienestar subjetivo en general, y en particular, con un efecto evidente en la percepción del bienestar subjetivo (Gorjón, 2020).

En este sentido, se destaca la creciente importancia de la mediación y los Métodos Alternativos de Solución de Conflictos (en adelante MSC) en el ámbito del bienestar social. En un mundo cada vez más complejo y diverso, la resolución de conflictos se ha convertido en un pilar fundamental para promover el bienestar tanto a nivel individual como colectivo.

El bienestar ha tomado gran interés por parte de la psicología, y los estudios que se centran en el bienestar hedónico, la felicidad y satisfacción de vida. Interviene la psicología positiva, con el objetivo de estudiar fortalezas, virtudes humanas, y los efectos en las vidas de las personas (Rodríguez et al., 2011).

Regularmente el concepto de bienestar subjetivo es denominado felicidad, y está relacionado con emociones agradables, estar comprometidos en actividades interesantes y estar satisfecho con la vida (Cuadra & Florenzano, 2003). El bienestar subjetivo o felicidad, es considerado una aptitud, que, de la mano con el optimismo y estado de ánimo general, repercute en la capacidad de disfrutar de sí mismo y de las personas que lo rodean, de divertirse, satisfacción por la vida, y experimentar sentimientos y emociones positivas (Bar-On R., 1997; Bar-On & Parker, 2000). El centro de la atención ya no está en los desórdenes o problemas psicológicos, sino que más bien resalta la

promoción y el fortalecimiento de las cosas saludables, positivas y de comportamiento (Fredrickson, 2000).

Kahneman y otros (Kahneman et al., 1999) han investigado sobre el bienestar y proponen 5 diferentes niveles:

1. Externo: ingreso, barrio y vivienda;
2. Bienestar subjetivo: auto reportes de satisfacción e insatisfacción;
3. Nivel de humor persistente: optimista y pesimista;
4. Inmediatos: placeres y dolores, estados emocionales transitorios: goce, rabia,
5. Bioquímicos: bases neuronales del comportamiento.

Para Aristóteles citado por (Valdés, 1991), los bienes se clasifican en tres tipos:

1. Externos;
2. Del cuerpo; y
3. Del alma o psíquicos.

Estos, contribuyen al bienestar de una persona, existiendo diferentes tipos de bienestar como exterior o material, corporal interior o ánimo. Sin embargo, el bienestar anímico es el más importante, pues es el bienestar del alma, el auténtico bienestar de los humanos.

La satisfacción de vida se refiere a una apreciación personal sobre diversos puntos como estados emocionales, psicológicos o necesidades básicas (Ossa et al., 2005). Una vida sana, de calidad, creativa, productiva y autorrealizadora, está asociada a un estilo de vida, a la satisfacción vital, al bienestar psicológico, las emociones positivas, la satisfacción vital y por supuesto la felicidad (García, 2014).

En virtud de lo expuesto anteriormente, el bienestar subjetivo percibido se refiere a la evaluación personal y subjetiva que una persona hace de su propia calidad de vida y satisfacción con ella. Incluye aspectos emocionales, cognitivos y evaluativos, y abarca la percepción de felicidad, satisfacción con la vida y una sensación general de bienestar. En esencia, el bienestar subjetivo percibido se basa en cómo una persona se siente en relación con su vida en términos de emociones positivas y negativas, así como en su percepción de la satisfacción con sus circunstancias y logros personales.

### 3. ADOLESCENCIA Y BIENESTAR SUBJETIVO PERCIBIDO

La adolescencia es una etapa crucial en la vida de cualquier individuo. Se trata de un período de transición entre

la infancia y la edad adulta, que se caracteriza por una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales. Aunque la adolescencia puede ser un momento difícil para algunos jóvenes, es una etapa fundamental en el desarrollo personal y social de las personas.

Uno de los aspectos más importantes de la adolescencia es el desarrollo físico. Durante esta etapa, el cuerpo experimenta cambios significativos, como el crecimiento en altura y la maduración sexual. Estos cambios pueden tener un gran impacto en la vida social de los adolescentes, ya que pueden influir en su autoimagen, autoestima y relaciones con los demás.

Además del desarrollo físico, la adolescencia también es un momento de cambios psicológicos. Los adolescentes suelen experimentar cambios en su manera de pensar y sentir, lo que puede llevar a nuevas formas de comprensión y percepción del mundo que les rodea.

Esta adolescencia también es considerada una etapa frágil, de riesgos y peligros. Provoca que las personas busquen apoyarse entre sí mismos y sus iguales, lo que facilita la creación de pandillas, principalmente en entornos de riesgo (Uribe, 2012). Sin embargo, también la adolescencia es considerada una etapa evolutiva con transformaciones biológicas, psicológicas y sociales que repercuten en el bienestar subjetivo percibido del adolescente (Fuentes et al., 2015).

Algunos autores mencionan que, en la adolescencia, además de surgir los factores de riesgo, también se desarrollan nuevas capacidades cognitivas, habilidades sociales y emocionales (Havighurst, 1972).

Theokas et al. (2005) abordan la importancia de generar enfoques de intervención en adolescentes desde el fortalecimiento de los aspectos positivos, sin enfocarnos sólo en sus problemáticas (Oliva et al. 2017).

La adolescencia también es una época de importantes cambios sociales. Los adolescentes comienzan a relacionarse con personas fuera de su familia y pueden establecer relaciones significativas con sus amigos. Estas amistades pueden influir en la percepción que tienen los adolescentes de sí mismos y en su comportamiento. Además, la adolescencia es un período en el cual los jóvenes comienzan a desarrollar habilidades sociales y emocionales. Otro aspecto importante es el papel que desempeña en la educación. Es durante esta etapa que los jóvenes comienzan a tomar decisiones que pueden afectar su futuro académico y profesional. Por tanto, es importante que los adolescentes reciban una educación que les permita desarrollar sus habilidades y conocimientos y prepararlos para el futuro.

Considerar el bienestar en este grupo es una forma segura de invertir en un mejor futuro y más desarrollo humano

para nuestras sociedades (Castellá et al. 2012). Por tanto, "... la sociedad tiene la obligación de conducir a estos jóvenes a través de sus años adolescentes y de tratarlos con respeto y comprensión. Cuando la sociedad asume sus responsabilidades, los beneficios se multiplican de formas inimaginables (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2002, p. 12)

El bienestar subjetivo percibido por los adolescentes es un factor crítico que influye en su salud mental y su calidad de vida. El bienestar subjetivo se refiere a cómo los adolescentes perciben su vida en términos de satisfacción, felicidad y propósito. Es relevante subrayar que, como señala Castro (2009), el bienestar subjetivo es un constructo diferente al bienestar objetivo, que se refiere a las circunstancias externas de la vida, como la salud física, el nivel de ingresos o la educación, también se presentan algunos de los motivos por los cuales el bienestar subjetivo percibido por los adolescentes es importante:

**Prevención de trastornos de salud mental:** El bienestar subjetivo percibido por los adolescentes se relaciona directamente con su salud mental y, por lo tanto, su capacidad para hacer frente a los desafíos y estrés. La investigación ha demostrado que los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo son menos propensos a desarrollar trastornos de ansiedad y depresión.

**Mejora del rendimiento académico:** Los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo tienden a tener un mejor rendimiento académico. Esto se debe a que los adolescentes que se sienten felices y satisfechos con su vida están más motivados y tienen una mejor actitud hacia la educación y el aprendizaje.

**Desarrollo de relaciones saludables:** Los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo tienden a tener relaciones interpersonales más saludables. Se sienten más seguros de sí mismos y tienen una mejor capacidad para establecer relaciones y mantenerlas a largo plazo.

**Reducción de la conducta de riesgo:** Los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo son menos propensos a participar en conductas de riesgo, como el consumo de drogas, el alcoholismo y la actividad sexual temprana.

**Construcción de resiliencia:** Los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo son más resilientes y tienen una mejor capacidad para hacer frente a situaciones estresantes. La resiliencia es un factor importante para la capacidad de recuperación en situaciones difíciles.

**Fomento de un estilo de vida saludable:** Los adolescentes que tienen un mayor bienestar subjetivo tienden a llevar un estilo de vida más saludable. Estos adolescentes son más propensos a hacer ejercicio, seguir una dieta saludable y tener hábitos de sueño regulares.

A partir de lo expuesto anteriormente, se hace patente que la satisfacción con la vida, la autoestima, la calidad de las relaciones familiares y sociales, así como la habilidad para afrontar el estrés y los retos emocionales, se convierten en elementos fundamentales que influyen en el bienestar subjetivo percibido por los adolescentes. Comprender y respaldar estos aspectos resulta esencial para fomentar un desarrollo saludable durante la adolescencia y establecer los cimientos para un mayor bienestar en la vida adulta. En consonancia con esta perspectiva, el siguiente punto se enfocará en el tema de la mediación familiar.

#### 4. MEDIACIÓN FAMILIAR

La mediación puede ser vista como un proceso de desbloqueo de un conflicto a través de la intervención de un tercero, que se remite a la propia capacidad de las partes para hallar la solución de sus dificultades (Redorta, 2004). Varían autores sobre los elementos de mediación, sin embargo, siguiendo a González (1999) mencionaremos los siguientes:

1. Voluntariedad: Decisión de cada parte de participar y continuar en el proceso de manera libre.
2. Confidencialidad: Todos están obligados a no difundir la información proporcionada.
3. Imparcialidad: El mediador no toma partido por ninguna de las partes, independientemente de sus opiniones, él no las manifiesta.
4. Flexibilidad: Tiene que ver con la forma del procedimiento, cosas que pueden incluirse por ejemplo sesiones extras o más largas.

La mediación es un proceso orientado a prevenir y/o resolver conflictos, donde la intervención legal se aplica cuando es necesario elevar el acuerdo acordado por las partes a un veredicto o una sentencia ejecutoriada, con el objetivo de garantizar su cumplimiento. Actualmente, también se considera una política que promueve el bienestar humano (Gorjón, 2020).

La mediación ha emergido como una vía innovadora, dinámica y moderna para el sistema de justicia, permitiendo la resolución pacífica de numerosos conflictos en las sociedades contemporáneas y contribuyendo a forjar una concepción de justicia renovada, que se enfoca en la promoción de una cultura de la paz (Castillo et al. 2016).

El modelo de mediación se fundamenta en la voluntariedad y la libre elección de las partes, así como en la participación de un mediador, cuyo rol se orienta hacia una inter-

vención activa con el propósito de resolver la controversia a través de la colaboración de las propias partes (Pastor, 2013).

Por su parte Munné y Mac-Gragh (Munné, 2006) han establecido 10 principios que enmarcan la filosofía de la mediación sin importar su ámbito, los cuales son:

1. La humildad de admitir que muchas veces se necesita ayuda externa para poder solucionar las propias dificultades.
2. La responsabilidad de los propios actos y sus consecuencias.
3. La búsqueda de los propios deseos, necesidades y valores. El respeto por uno mismo.
4. El respeto por los demás. La comprensión de los deseos, necesidades y valores del otro.
5. La necesidad de privacidad en los momentos difíciles.
6. El reconocimiento de los momentos de crisis y de los conflictos como algo inherente a la persona.
7. La comprensión del sufrimiento que producen los conflictos.
8. La creencia en las propias posibilidades y en las del otro.
9. La potenciación de la creatividad sobre una base de realidad.
10. La capacidad para aprender de los momentos críticos. La apuesta por un avance que no siempre puede ser a través de un camino llano.

Salazar y Vinet (2011) establece que el procedimiento de mediación inicia con una sesión conjunta en la cual el mediador realiza un discurso de apertura mismo que contiene los objetivos y características del proceso y se presentan las partes y el mediador. Posteriormente las partes realizan un relato de los antecedentes y el mediador identifica las posiciones. Después está la parte de generación de opciones. En esta etapa el mediador observa las posiciones, intereses, necesidades, emociones, sentimientos y valores de cada uno de los involucrados. Continúa con la búsqueda de la solución en la cual se fomenta un diálogo directo entre las partes generando una actitud cooperativa en la solución. Y, por último, la solución definitiva del problema, en la cual se identifican los puntos en común, necesidades y la forma de satisfacerlas para finalmente redactar el acuerdo.

La comunicación es un elemento base en los conflictos, cuando es de calidad es una herramienta muy útil para encontrar soluciones satisfactorias, cuando es mala, puede ser la causa misma del conflicto (Suárez, 1996). Para Pastor e Iglesias (2011) "La mediación familiar, es un recurso que

complementa al proceso judicial...con el fin de permitir a las partes el desarrollo y gestión de su conflicto de manera que puedan ser atendidos sus derechos..." (p. 80). La Asociación de Servicios Familiares de América define a una familia como personas que se brindan apoyo emocional y económico, se protegen mutuamente y tienen la intención de continuar haciéndolo de forma permanente (Lemmon, 2008, p. 14).

Dentro del proceso de mediación, el mediador debe considerar las necesidades emocionales y financieras de todos los miembros de la familia durante el proceso. Particularmente cuando hay niños involucrados, ser sensible a los temores y la ira y considerar las interrelaciones entre los aspectos legales, psicológicos y financieros de cualquier acuerdo (Lemmon, 2008).

Por lo tanto, los métodos alternativos de resolución de conflictos son más que simples herramientas especializadas para abordar controversias (Gorjón, 2020). En ese sentido, y con el interés de aterrizar el concepto en la mediación familiar, se evidencia que es una herramienta muy útil para resolver conflictos en situaciones que involucran a los miembros de una familia. La mediación es un proceso en el que un tercero imparcial, el mediador, ayuda a las partes a encontrar una solución a un conflicto en particular.

La mediación es un proceso voluntario y las partes pueden retirarse en cualquier momento. En este ensayo, discutiré los beneficios de la mediación familiar y su importancia en la resolución de conflictos.

La mediación familiar puede ser útil en una amplia gama de situaciones. Es especialmente útil en situaciones en las que los miembros de la familia tienen dificultades para comunicarse y resolver conflictos de manera efectiva. La mediación también puede ser útil en situaciones en las que hay una gran cantidad de emociones involucradas, como en el caso de un divorcio o separación.

Uno de los principales beneficios de la mediación familiar es que es un proceso voluntario. Las partes tienen la libertad de retirarse del proceso en cualquier momento si sienten que no se están logrando los resultados deseados. Esto es especialmente importante en situaciones en las que la comunicación entre las partes es difícil y puede haber resentimiento o desconfianza.

Otro beneficio importante de la mediación familiar es que el proceso es confidencial. Esto significa que lo que se discute en la mediación no puede ser utilizado en un tribunal si las partes no llegan a un acuerdo. La confidencialidad es importante porque permite a las partes ser abiertas y honestas sobre sus sentimientos y preocupaciones, lo que puede llevar a una solución más efectiva.

Además, la mediación familiar es un proceso más rápido y menos costoso que los procesos judiciales. En un proceso judicial, puede pasar mucho tiempo antes de que se llegue a una resolución, lo que puede ser costoso y estresante para las partes. La mediación puede ser un proceso mucho más rápido, lo que significa que las partes pueden llegar a una solución de manera más eficiente y con menos costos.

Otro beneficio importante de la mediación familiar es que es un proceso en el que las partes tienen un mayor control sobre el resultado final. En un proceso judicial, el juez o la jueza toma la decisión final, lo que puede no ser lo que las partes desean. En la mediación, las partes trabajan juntas para llegar a una solución que sea aceptable para ambas partes.

Es importante destacar que la mediación no es adecuada para todas las situaciones. En algunos casos, puede ser necesario un proceso judicial para resolver un conflicto. Sin embargo, en muchos casos, la mediación puede ser una herramienta efectiva para resolver conflictos en situaciones familiares.

Se puntualiza, que la mediación familiar es un proceso colaborativo de resolución de conflictos que involucra a un mediador neutral que facilita la comunicación y la toma de decisiones entre las partes en conflicto, generalmente en el contexto de las relaciones familiares. Su objetivo principal es llegar a acuerdos mutuamente aceptables y duraderos, evitando la confrontación y los procedimientos legales costosos. Es una herramienta valiosa que contribuye al bienestar subjetivo percibido de las personas al ofrecer una vía constructiva para abordar disputas y tensiones en el seno de la familia. A continuación, se explora el tema de la participación de adolescentes en la mediación de conflictos familiares.

## 5. PARTICIPACIÓN DE ADOLESCENTES EN MEDIACIÓN DE CONFLICTOS FAMILIARES

La Teoría de la Protección Integral de Niñas, Niños y Adolescentes, parte de tres bases fundamentales: el adolescente como sujeto de derechos, el derecho a la protección especial y el derecho a condiciones de vida que permitan su desarrollo integral. Como elemento esencial se incluye la unidad de familia, y la corresponsabilidad entre los 3 entes socializadores que son la familia, comunidad y Estado (Unicef, 2006).

La Convención sobre los Derechos del Niño reconoce su derecho a participar al establecer que el niño tiene el derecho a expresar su opinión libremente en todos los asuntos que le afecten y los Estados parte tienen la obligación de garantizar las condiciones para que el niño pueda formarse un juicio propio (Unicef, 2006).

La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, en su artículo 6 fracción VII establece la participación como principio rector. Así mismo, en su artículo 13 fracción XV lo enuncia como parte de sus derechos. De igual manera establece en su capítulo décimo que tienen derecho a ser escuchados y tomados en cuenta en todos los asuntos de su interés, de acuerdo con su desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez, especificando que en los procesos judiciales que los afecten tienen derecho a participar, ser escuchados y tomados en cuenta (Diario Oficial de la Federación, 2014).

Respecto a la participación de adolescentes en procesos de mediación, en la parte doctrinal Cañuta (2015) menciona que los acuerdos llevados a cabo en una mediación familiar afectan de manera directa y muchas veces permanente a sus hijos. Por lo tanto, es esencial su participación en estos procesos. La opinión de ellos puede cambiar significativamente el rumbo de las decisiones.

En este sentido, la participación de los adolescentes en la mediación familiar puede ser una herramienta útil para ayudar a las familias a abordar los conflictos y mejorar la comunicación entre los miembros de la familia. Los adolescentes pueden aportar una perspectiva única y una comprensión de los problemas desde una perspectiva diferente a la de los adultos.

Encontramos que Pérez y Rodríguez (2014) realizaron un estudio exploratorio cuantitativo, aplicado a mediadores y abogados, sobre la viabilidad de la inclusión de adolescentes en la mediación. De los resultados obtenidos, se desprende que, si es conveniente, siempre y cuando su desarrollo evolutivo y cognitivo lo permita, o adecuarse el espacio y forma para que sea óptimo.

En la solución de conflictos familiares, la mediación toma un lugar importante por constituir un mecanismo eficiente en controversias jurídicas, que se derivan por la ruptura del matrimonio, afectando a los miembros, con principal atención niñas, niños y adolescentes. Incluir a niñas, niños y adolescentes en los procesos de solución de conflictos a través de la mediación reduce el conflicto y beneficia las relaciones de hijos con sus progenitores; también propicia individuos autónomos que se hacen cargo de sus decisiones al aportar soluciones rápidas, consensuadas y disminuyen las consecuencias de carácter negativo. También se manifiesta la falta de conocimiento por parte de los mediadores al tratar este grupo etéreo, lo que podría provocar interpretaciones erróneas en las narrativas o formas de expresión. Esto se traduce en que es necesario especializarse profesionalmente y contar con conocimientos adecuados para interactuar con ellos.



En este contexto, se enfatiza la relación entre la participación de adolescentes en procesos de mediación familiar y su bienestar subjetivo percibido.

## 6. BIENESTAR SUBJETIVO PERCIBIDO Y LA PARTICIPACIÓN DE ADOLESCENTES EN PROCESOS DE MEDIACIÓN FAMILIAR

En la guía de padres se establece que la comunicación entre padres y adolescentes es complicada, pero se puede lograr una interacción positiva sobre todo si la comunicación inicia desde la infancia. En la misma se enumeran ciertas estrategias como: escuchar, buscar la ocasión adecuada, hablar sobre las diferencias, no exagerar, interesarse por sus preocupaciones e intereses y comunicarse con respeto (Departamento de Educación de los Estados Unidos, 2020). Cuando se trata de conflictos interpersonales y las personas tienen la apertura para dialogar y tener un entendimiento mutuo, podemos decir que inicia la transformación. Es decir, dar un paso de la oscuridad a la luz (Montoya & Puerta, 2012).

Consideramos que el vínculo entre el bienestar subjetivo percibido y los métodos de solución de conflictos, en este caso haciendo referencia a la mediación familiar, es la gestión del conflicto pues mejora su calidad de vida y bienestar. Su participación permite a las partes, relacionarse de manera positiva gestionando el problema (Gorjón, 2020).

Pasar por un proceso de mediación, con características como comunicación, voluntad pacífica, dialogada y asistida, provoca que en otros temas que tienen en común las partes puedan tener más disposición para acordar con el otro. Es decir, capacita a los involucrados para gestionar conflictos futuros (Pastor & Iglesias, 2011). Eso en lo que respecta a las partes, también por parte del mediador, se convierte en un estudio constante de las herramientas de la mediación y surge un interés constante en seguir obteniendo herramientas para mejorar y ayudar en la resolución de conflictos entre dos o más personas.

Una característica de las personas es su educabilidad para aprender, basados en la teoría del déficit, es la falta de habilidades, conocimientos, entre otros, para encontrar soluciones pacíficas lo que provoca violencia y evita el uso de la comunicación asertiva (Alemán, et al. 2018). Es decir, si los adolescentes contarán con el conocimiento adecuado y las herramientas para solucionar sus conflictos, les permitiría poder decidir su uso. Sin embargo, hoy, por hoy, la mayoría no cuenta con este conocimiento ni herramientas.

Los acuerdos de mediación exitosos asumen que la crianza de los hijos es un proceso. Las necesidades futuras tanto

de los padres como de los hijos indicarán que se deben hacer cambios en los arreglos hechos en el momento del divorcio. Es probable que los padres no estén pensando en escuelas privadas cuando se divorcian. Uno o ambos padres pueden jurar que nunca volverán a casarse, por lo que el hecho de que el mediador afirme que el 75% de las mujeres y el 80% de los hombres se vuelven a casar dentro de los seis años posteriores al divorcio, la mitad de ellos dentro de los tres años puede provocar comentarios incrédulos (Alemán, et al. 2018, p.30).

Es importante mencionar que el padre y la madre son fundamentales en brindar soporte y dirección a los adolescentes. Está comprobado que, al formar lazos coherentes y relaciones cercanas entre ellos, éstos pueden sentirse seguros y obtener las habilidades que les permiten confrontar y resolver problemas, además de que tienen mayor iniciativa, menos tendencia al suicidio y a la depresión (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2002).

Las crisis familiares que viven los seres humanos y grupos distintos sociales son parte del proceso conflictivo evolutivo, sin embargo, de él pueden surgir experiencias positivas y redireccionarse a la plenitud y la paz (Ponce, 2017). El derecho a ser escuchados posibilita comprender mejor a niñas, niños y adolescentes, respondiendo de mejor manera a sus preocupaciones, vivencias y aspectos relevantes en relación con el bienestar (Bilbao & Torres, 2020).

Consideramos que la participación de adolescentes tiene un impacto importante en su bienestar subjetivo percibido al propiciar emociones y convivencia positivas, así como la personalización en las decisiones de vida y herramientas para experimentar su bienestar. En este proceso de aprendizaje y de obtención de herramientas de mediación, los adolescentes aprenden a conocerse mejor a sí mismos, lo que conlleva a conocer sus fortalezas y así poder utilizarlas en esa búsqueda de su propio bienestar. Dentro de un proceso de mediación familiar, los padres toman decisiones en relación con la vida de sus hijos que determinan su situación y que esas decisiones muchas veces pueden ser de carácter permanente (Cañuta, 2015). En los conflictos familiares, en los cuales se ve interrumpida la comunicación y sana convivencia, la mediación presenta una oportunidad en el que se brinda un espacio para el diálogo entre los miembros de la familia (Pérez & Rodríguez, 2014). El bienestar subjetivo contribuye a mantener una salud mental y permite vivir positivamente los desafíos de la vida y disfrutar de ella (Keyes, 2002).

En este sentido, la mediación desempeña un papel fundamental en la promoción del bienestar de los adolescentes al facilitar la inclusión de sus perspectivas y preocupaciones

en el contexto de la unidad familiar. Más allá de su valiosa contribución en procesos de separación y divorcio, donde su participación puede ser beneficiosa, la mediación también se erige como una herramienta esencial para fortalecer el bienestar general de los adolescentes.

Al proporcionar un espacio seguro y neutral para el diálogo, la mediación permite que los adolescentes expresen sus emociones, expectativas y necesidades, promoviendo una comunicación efectiva entre ellos y sus padres o cuidadores. Esta inclusión activa de los adolescentes en la toma de decisiones familiares no solo les otorga un sentido de empoderamiento y pertenencia, sino que también contribuye a la construcción de relaciones familiares más saludables y resilientes, en última instancia, favoreciendo su bienestar emocional y psicológico.

## 7. CONCLUSIONES

1. La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo personal y social de los jóvenes. Durante esta etapa, los adolescentes experimentan cambios significativos en su cuerpo, su mente y su entorno social. Es importante que se preste atención a los adolescentes y se les brinden las herramientas necesarias para desarrollar su identidad, habilidades sociales y emocionales, y prepararlos para su futuro académico y profesional. Al hacerlo, se puede ayudar a los adolescentes a desarrollar su potencial y convertirse en adultos saludables y exitosos.
2. El concepto de bienestar subjetivo es denominado felicidad, y está relacionado con emociones agradables, estar comprometidos en actividades interesantes y estar satisfecho con la vida, esto implica una apreciación personal sobre diversos puntos como estados emocionales, psicológicos o necesidades básicas satisfechas.
3. Es sumamente inminente cambiar el enfoque que se tiene desde los diferentes sectores sobre los adolescentes. Es más redituable invertir en sus fortalezas y dotarlos de habilidades y herramientas que permitan encaminar su proceso de crecimiento y autoconocimiento.
4. La mediación puede ser vista como un proceso para la solución de un conflicto a través de la intervención de un tercero, que se remite a la propia capacidad de las partes para hallar la solución de sus dificultades. En este sentido la mediación familiar se convierte en una herramienta para resolver conflictos que se presenten en el seno familiar.
5. La mediación familiar es una herramienta muy útil para resolver conflictos en situaciones que involucran a los miembros de una familia. La mediación es un proceso voluntario,

confidencial, más rápido y menos costoso que los procesos judiciales. Además, la mediación es un proceso en el que las partes tienen un mayor control sobre el resultado final. En resumen, la mediación familiar es una opción que las partes involucradas en un conflicto deberían considerar como una alternativa a los procesos judiciales.

6. Considerando que los acuerdos llevados a cabo en una mediación familiar afectan de manera directa y algunas veces permanente a sus hijos, es esencial que los adolescentes sean partícipes durante el proceso de la mediación familiar, esto beneficia la producción de acuerdos entre los padres y el cumplimiento de estos.
7. Cuando un adolescente participa en los procesos de mediación de los conflictos de sus padres, se genera el espacio para que pueda opinar, ser escuchado, negociar, expresar sus sentimientos y pensamientos, manifestar sus preocupaciones y ejercer su derecho a participar en decisiones que tienen un impacto directo en su bienestar subjetivo percibido.
8. El bienestar subjetivo percibido por los adolescentes es una medida importante para evaluar su calidad de vida y su salud mental. Es crucial que los adolescentes tengan una perspectiva positiva de su vida, ya que esto se relaciona con su capacidad para hacer frente a los desafíos, establecer relaciones saludables y evitar la conducta de riesgo. Los padres, educadores y profesionales de la salud deben prestar atención al bienestar subjetivo de los adolescentes y ayudarles a desarrollar un sentido de felicidad y propósito en su vida.
9. El vínculo entre el bienestar subjetivo percibido y los métodos de solución de conflictos, en este caso haciendo referencia a la mediación familiar, es la gestión del conflicto pues mejora su calidad de vida y bienestar. Su participación permite a las partes, relacionarse de manera positiva gestionando una solución asertiva a sus conflictos.

## 8. REFERENCIAS

- Asamblea General de la ONU. (1948). "Declaración Universal de los Derechos Humanos" (217 [III] A). Paris. Recuperado de <http://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/>
- Alemán, J. A., Bruno, F., Sánchez, R. I. G., & Saucedo, M. D. L. L. (Eds.). (2018). La problemática de los grupos vulnerables: Visiones de la realidad. Universidad Autónoma de Coahuila, Facultad de Trabajo Social, Cuerpo Académico de Estudios sobre Grupos Vulnerables, 10-33. Recuperado de <http://www.investigacionyposgrado.uadec.mx/libros/2016/6.-%202016GruposVulnerables9.pdf>



- Bar-On, R. (1997). BarOn emotional quotient inventory (Vol. 40). Multi-health systems. Recuperado de <https://www.eitrainingcompany.com/wp-content/uploads/2009/04/eqi-133-resource.pdf>
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 363–388). Jossey-Bass/Wiley. Recuperado de <https://psycnet.apa.org/record/2001-00355-018>
- Bilbao, M., Torres, J., & Juarros, J. (2020). Bienestar subjetivo en niños, niñas y adolescentes del Sistema de Protección de Infancia y Justicia Juvenil en Chile. *Inclusão Social*, 13(2). Recuperado de <https://revista.ibict.br/inclusao/article/view/5523>
- Cañuta, M. A. (2015). Conveniencia de la participación de los niños en el proceso de mediación. *Ars boni et aequi*, 11(2), 11-47. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5853816>
- Castillo, G. D. H., & Tijerina, P. A. C. (2016). Estudio sobre la tipología de los beneficios de la mediación. *AZARBE, Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, (5), 97-103.
- Castro Solano, A., (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23 (3), 43-72. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>
- Castellá Sarriera, J., Saforcada, E., Tonon, G., Rodríguez de La Vega, L., Mozobancyk, S., & Bedin, L. M. (2012). Bienestar Subjetivo de los Adolescentes: Un Estudio Comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention*, 21(3), 273-280. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179824562004.pdf>
- Cebotarev, N., (2003). Familia, socialización y nueva paternidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 1(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77310202>
- Cuadra, H. y., & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII(1), 83-96. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>
- Departamento de Educación de los Estados Unidos. (2020). *Cómo ayudar a su hijo durante los primeros años de adolescencia*. Washington: Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Inteligencia. Recuperado de <https://www.turismo.cdmx.gob.mx/storage/app/uploads/public/615/ca9/339/615ca9339ea3e718704774.pdf>
- Diario Oficial de la Federación. (2014). *Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes*. (LGDNNYA). *Publicada el*, 4. Recuperado de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA.pdf>
- Erikson, E. (1972). *Sociedad y Adolescencia*. Buenos Aires: Paidós. Recuperado de <https://books.google.co.cr/books?id=laC-RSC0o5AC&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>
- Fernández, A. (2014). Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas. *Educar*, 50(2), 445-466. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.659>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2002). *La adolescencia es una etapa fundamental*. Nueva York: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. [https://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/portal\\_social/index/assoc/unicef00/02.dir/unicef0002.pdf](https://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/portal_social/index/assoc/unicef00/02.dir/unicef0002.pdf)
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to Optimize Health and Well-Being. *Prevention and Treatment* 3.(1), 1a. <http://media.rickhanson.net/home/files/papers/CultPosEmot.pdf>
- Fuentes, M., García, E., García, F. y., & Alarcón, A. (2015). Los estilos parentales de socialización y el ajuste psicológico. Un estudio con adolescentes españoles. *Revista Psicodidáctica*, 20(1), 117-138. DOI:10.1387/RevPsicodidact.10876
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-Claves del pensamiento*, VIII(16), 13-29. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1411/141132947001.pdf>
- González, C. (1999). *Manual de mediación*. Barcelona: Atelier. Recuperado de <http://elfisco.com/app/uploads/2017/01/19.pdf>
- Gorjón, F. J. (2020). La mediación como vía al bienestar y la felicidad. Tirant lo Blanch. Recuperado de <https://editorial.tirant.com/mex/libro/la-mediacion-como-via-al-bienestar-y-la-felicidad-francisco-javier-gorjon-gomez-9788413554143>
- Gorjón, F. (2020). La mediación como política de bienestar. *Política, Globalidad y Ciudadanía*, 6 (12), 67. <https://doi.org/10.29105/pgc6.12-4>
- Gorjón, F., & Valdés, E. (2020). Análisis de la creatividad de la Mediación. *Revista Ciencia Jurídica y Política*, 6(12), 14-27. Recuperado de <https://portalderevistas.upoli.edu.ni/index.php/5-revcienciasjuridicasypoliticas/article/view/641>
- Havighurst, R. (1972). *Developmental task and education*. Nueva York: David McKAy Comany, Inc. Recuperado de [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=537633](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=537633)

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (28 de 04 de 2020). *INEGI*. Recuperado de [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP\\_Nino.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP_Nino.pdf).
- Kahneman, D., Diener, D., & Schwarz, N. (1999). *Bienestar: Los fundamentos de la psicología hedónica*. Fundación Russell Sage. Recuperado de <https://psycnet.apa.org/record/1999-02842-000>
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12096700/>
- Lemmon, J. A. (2008). Family mediation practice. Simon and Schuster. Recuperado de <https://www.simonandschuster.com/books/Family-Mediation-Practice/John-Allen-Lemmon/9780684863924>
- Montoya, M. y., & Puerta, I. (2012). La mediación familiar. El encuentro de las partes como apertura a la transformación. *Opinión Jurídica*, 11(22), 97-114. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-25302012000200007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-25302012000200007&script=sci_arttext)
- Munné Tomàs, M., & Mac-Cragh Prujà, P. (2006). *Los 10 principios de la cultura de la mediación*. Barcelona, Grao, 2006. Recuperado de <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/61210>
- Oliva, A., Antolín-Suárez, L., Povedano, A., Suárez, C., del Moral, G., Rodríguez-Meirinhos, A. y., & Musitu, G. (2017). *Bienestar y desarrollo positivo adolescente desde una perspectiva de género: un estudio cualitativo*. DOI: 10.5281/zenodo.3648632
- Ossa, J. F., González, E., & Estela, L. y. (2005). Los conceptos de bienestar y satisfacción. Una revisión del tema. *Revista científica Guillermo de Ockham*, 3(1), 27- 59. Recuperado de <https://revistas.usb.edu.co/index.php/GuillermoOckham/article/view/472>
- Pastor Seller, E., Prado Conde, S., & Moraña Boullosa, A. (2018). Impacto de la Convención sobre los Derechos del Niño en los estados de Argentina, Brasil, Chile, España y Uruguay. *Revista Prisma Social*, (23), 66–100. Recuperado a partir de <https://revistaprismasocial.es/article/view/2755>
- Pastor Seller, E., (2013). La mediación como intervención interdisciplinar: una aproximación a los ámbitos y modelos de mediación en España. *Publicatio UEPG: Ciencias Sociais Aplicadas*, 21(1), 9-16. Doi: 10.5212/PublicatioCi.Soc.v.21i1.0001
- Pastor Seller, E., & Iglesias Ortuño, E. (2011). La mediación intrajudicial como método de resolución de conflictos en el seno familiar. *Entramado*, 7(1), 72-87. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2654/265420116005.pdf>
- Pérez, V. y., & Rodríguez, H. (2014). Mediación Familiar y Adolescencia. *Psicología y Mundo Moderno*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2654/265420116005.pdf>
- Ponce Alburquerque, J. (2017). Familia, conflictos familiares y mediación. *Familia, conflictos familiares y mediación*, 1-256. DOI: 10.30462/9788429019810
- Red por los Derechos de la Infancia en México. (2020). *La infancia cuenta en México, versión amigable realizada por y para niñas, niños y adolescentes*. Recuperada de [https://derechosinfancia.org.mx/v1/wp-content/uploads/2021/02/REDIM\\_InfanciaCuenta\\_VF.pdf](https://derechosinfancia.org.mx/v1/wp-content/uploads/2021/02/REDIM_InfanciaCuenta_VF.pdf)
- Redorta, J. (2004). Cómo analizar los conflictos. *La tipología de conflictos como herramienta de mediación*. Editores Barcelona: Paidós Ibérica.
- Rodríguez-Fernández, A. y., & Goñi, A. (2011). La estructura tridimensional del bienestar subjetivo. *Anales de psicología*, 27(2), 327-332. <https://doi.org/10.6018/analesps>
- Salazar Villarroel, Deyanira, & Vinet Reichhardt, Eugenia. (2011). Mediación familiar y violencia de pareja. *Revista de derecho (Valdivia)*, 24(1), 9-30. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-09502011000100001>
- Silva, I. (2007). *La adolescencia y su interacción con el entorno*. Madrid: Instituto de la Juventud. Recuperado de [https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la\\_adolescencia\\_y\\_su\\_interrelacion\\_con\\_el\\_entorno.pdf](https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la_adolescencia_y_su_interrelacion_con_el_entorno.pdf)
- Suares, M. (1996). Mediación: conducción de disputas, comunicaciones técnicas. In *Mediación: conducción de disputas, comunicaciones técnicas* (pp. 309-309). Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1197927>
- Theokas, C., Almerigi, J., Lerner, R. M., Dowling, E. M., & Benson, P. L. (2005). Conceptualizing and modeling and ecological asset components of thriving in early adolescence. *Journal of early*, 25, 113-143. <https://doi.org/10.1177/0272431604272460>
- Unicef. (2006). Convención sobre los Derechos del Niño. Recuperado de <http://repositorio.mides.gub.uy:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1858/CONVEN-CI%C3%93N%20SOBRE%20LOS%20DERECHOS%20DEL%20NI%C3%91O.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Uribe, A. (2012). *Pandillas Juveniles en el Municipio de San Luis Potosí*. San Luis Potosí: Ayuntamiento de San Luis Potosí. Recuperado de [https://www.educiac.org.mx/pdf/Biblioteca/Juventud\\_e\\_Identidad/018PandillasJuveniles\\_en\\_SanLuisPotosi\\_Estudio.pdf](https://www.educiac.org.mx/pdf/Biblioteca/Juventud_e_Identidad/018PandillasJuveniles_en_SanLuisPotosi_Estudio.pdf)
- Valdés, M. (1991). *Dos aspectos en el concepto del bienestar*. Universidad de Alicante. Recuperado de [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/10780/1/doxa9\\_03.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/10780/1/doxa9_03.pdf)