

## PROPUESTA DE CURSO “*MEDIACIÓN EN LA TERCERA EDAD*” PARA UNED SENIOR

### PRESENTACIÓN

Mónica Ahrendt es Licenciada en Psicología, Máster en Metodología de las Ciencias del Comportamiento y de la Salud, Especialista en Psicología Legal y Forense y está finalizando los estudios del Máster en Psicología General Sanitaria.

Actualmente es Directora y supervisora del Servicio de Psicología Aplicada de la UNED en Guadalajara, tutora de Psicopatología en el Centro Asociado de Madrid (CAMA), colaboradora profesional del practicum del Grado de Psicología y tutora online para la Asociación Proyecto Hombre. Ha impartido numerosas ponencias para cursos y talleres de la UNED y de otras entidades como el Colegio de Abogados o el Colegio de Arquitectos técnicos de Guadalajara.

### INTRODUCCIÓN

La mediación es un proceso para la resolución de conflictos que ha demostrado su eficacia en numerosos contextos, potenciando con ello la calidad de las soluciones planteadas y la implicación de las personas en la aplicación de las mismas.

Comprender el proceso de mediación y la utilidad que puede tener a la hora de resolver problemáticas de diversa índole es, sin duda, de gran utilidad de cara a mejorar nuestro bienestar psicológico y social. Es por ello, que se propone la puesta en marcha de un curso dirigido a personas mayores de 55 años, con el fin de que comprendan, por un lado, los diferentes problemas a los que pueden hacer frente a estas edades (cuidado de los padres o de los nietos, dificultades de relación al afrontar la jubilación, etc.), y, por otro, la influencia que tienen los distintos problemas de comunicación y las estrategias de afrontamiento que ponemos en marcha y que, en ocasiones, no son las más adecuadas para resolver las circunstancias que se presentan en nuestra vida.

Con este motivo, se oferta un programa que hará un repaso por los diferentes aspectos planteados y que tiene como objeto mejorar el conocimiento de los/as participantes sobre la temática de la comunicación, del conflicto, y sobre la resolución del mismo desde la perspectiva de la mediación.

## **PROGRAMA**

A continuación se expone el programa desglosado del curso y de los aspectos que lo componen:

1. Comunicación
  - a. Aspectos implicados. Los canales de comunicación
  - b. Los errores de comunicación y sus consecuencias
2. Conflicto
  - a. Conflicto. Definición y causas
  - b. El papel del conflicto en nuestras relaciones
  - c. Aspectos objetivos y subjetivos del conflicto
    - i. Temáticas centrales del conflicto
    - ii. Influencia del conflicto en nuestra percepción
  - d. Estrategias de afrontamiento y resolución del conflicto
3. La Mediación
  - a. Definición
  - b. Objetivos que persigue
  - c. Consecuencias del proceso de mediación
  - d. Características y habilidades del mediador
  - e. Etapas y procesos de la mediación
4. Integración y conclusiones

## **BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA**

Pendiente de concretar