



Mediación en adolescentes y felicidad

Lucía Verenice Todd Lozano^a
Francisco Javier Gorjón Gómez^b

Como citar este artículo:

Todd-Lozano, L. V., & Gorjón-Gómez, F. J. Mediación en adolescentes y felicidad. Eirene Estudios De Paz Y Conflictos, 7(11). Recuperado a partir de <https://www.estudiosdepazyconflictos.com/index.php/eirene/article/view/225>

Recibido:

01 de marzo de 2023

Aprobado:

24 de abril de 2023

^aORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7411-345X>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Lucía Verenice Todd Lozano es Licenciada en Derecho por el ITESM con Maestría en Derecho Internacional por Georgetown University Law Center. Actualmente estudia el doctorado en Métodos Alternos de Solución de Conflictos en la UANL. Es experta en Cultura de Paz y Derechos de niñas, niños y adolescentes, temas que promueve en diferentes redes sociales. Es presidenta de la Asociación Todos por la Infancia y Adolescencia AC y fue presidenta del Sistema DIF Guadalupe y de la Red Mexicana de Ciudades Amigas de la Niñez. También ha sido litigante en despachos reconocidos

^bORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5296-6454>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Presidente de la Asociación Internacional de Doctores en MASC, A.C., Director del Doctorado en MASC de la UANL, Miembro del Sistema Nacional de Investigadores nivel 3, Miembro Honorario del Colegio de Mediadores de Nuevo León, A.C. Profesor Investigador de la Facultad de Derecho y Criminología de la UANL.

Mediación en adolescentes y felicidad

Resumen

La adolescencia es una etapa del desarrollo, considerada como etapa difícil, por todos los cambios físicos, en la personalidad y de carácter que suceden en ese período. También es común que se presenten conflictos en los diferentes ámbitos que rodean al adolescente, como familiar, escolar y comunitario. No obstante, desde la psicología positiva, se puede encontrar una visión más favorecedora, pues cambia esta visión tradicional al enfocar la atención en el adolescente en aspectos como habilidades y fortalezas para desarrollarlas y permitir aumentar la percepción de felicidad o un bienestar subjetivo percibido de ellos mismos. Se ha comprobado que la felicidad y bienestar subjetivo percibido, están directamente relacionados con el desarrollo pleno y sano de la personalidad. Por otro lado, encontramos a la mediación, método de solución de conflictos, con beneficios comprobados en las personas que lo practican y que recientemente se habla de su relación con la felicidad y el bienestar subjetivo percibido. En este artículo se pretende relacionar los beneficios de la mediación y como estos podrían influir en la generación de felicidad en adolescentes que participan en procesos de mediación.

Palabras clave: Mediación, Adolescentes y Felicidad.

Mediation in adolescents and happiness

Abstract

Adolescence is a stage of development, considered a difficult stage, due to all the physical, personality and character changes that occur in that period. It is also common for conflicts to arise in the different areas that surround the adolescent, such as family, school and community. However, from positive psychology, a more flattering vision can be found, since it changes this traditional vision by focusing attention in adolescents on aspects such as skills and strengths to develop them and allow increasing the perception of happiness or perceived subjective well-being, themselves. It has been proven that happiness and perceived subjective well-being are directly related to the full and healthy development of the personality. On the other hand, we find mediation, a method of conflict resolution, with proven benefits in people who practice it and recently there has been talk of its relationship with happiness and perceived subjective well-being. This article aims to relate the benefits of mediation and how these could influence the generation of happiness in adolescents who participate in mediation processes.

Keywords: Mediation, Adolescents and Happiness.

1. Introducción

La adolescencia es un período comprendido desde el inicio de la pubertad hasta el establecimiento de la independencia social. Es una etapa del desarrollo del ser humano, un proceso de transición multisistémico que implica la evolución que abarca desde la inmadurez y la dependencia de la niñez a la vida adulta, con el objetivo y la expectativa de satisfacción y potenciar el desarrollo personal y la responsabilidad (Greenfield, Keller, & Maynard, 2003). Diversos autores consideran esta etapa clave, pues es considerada por ellos una proyección a la vida adulta, se ha comprobado que de acuerdo con la forma en la que se viva, se podrían prevenirse problemas como ansiedad, drogadicción, desequilibrio mental entre otras cosas (Krabbendam & Braams, 2022), (Weiland & Yoshikawa, 2013).

La concepción del sano desarrollo del adolescente según Oliva, Antolín, Povedano, Suárez, del Moral, Rodríguez-Meirinhos, Capecci, y Musituse (2017) ha basado en medir la ausencia de conductas negativas y problemáticas. Es decir que, bajo este precepto, lo que se toma en cuenta para considerarlo sano es que no presenten indicios de adicciones, embarazo temprano, violencia entre pares por mencionar algunas problemáticas que surgen en esta etapa. Lo que resalta en esta postura es que no toman en cuenta indicadores de bienestar en los diferentes ámbitos del desarrollo del adolescente.

Sin embargo, existen corrientes opuestas, tal es el caso de la psicología positiva, que tiene como objetivo central entender las emociones positivas de las personas e incrementar las fortalezas y virtudes con las que cuentan (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkis, 2009). Así mismo, estudia los factores que intervienen en las personas para ser resilientes, como lo son: la percepción, sentimientos positivos, control personal y visión positiva, mismos que pueden ser aplicados en los adolescentes.

Para Helliwell, Layard, Sachs, De Neve, Akinin, Wang, Paculor, (2022) la felicidad está relacionada con la psicología positiva, ha tomado un papel muy importante para medir el bienestar, pues es uno de los indicadores más utilizados para para medir calidad de vida, incluso existen encuestas a nivel mundial para medir la felicidad a nivel mundial. Ha tomado tal relevancia, que la Organización de Naciones Unidas estableció el día 20 de

marzo para reconocer a la felicidad como una de las aspiraciones universales de todos los seres humanos y resaltar la necesidad que se incluya en todas las políticas de gobierno de todos los países del mundo. A la letra establece:

Consciente que la búsqueda de la felicidad es un objetivo humano fundamental. Recomendando la pertinencia de la felicidad y del bienestar como objetivos y aspiraciones universales en la vida de los seres humanos de todo el mundo y la importancia de que se reconozcan en los objetivos de las políticas públicas, Reconociendo también la necesidad de que se aplique al crecimiento económico un enfoque más inclusivo, equitativo y equilibrado, que promueva el desarrollo sostenible, la erradicación de la pobreza, la felicidad y el bienestar en todos los pueblos. (ONU, 2012, pág. 1)

La felicidad está ligada a inteligencia emocional, en un estudio realizado en jóvenes, se resaltó que los estudiantes con mayores niveles de manejo de las emociones mostraron mayor felicidad y mejor percepción de calidad de vida. En el ámbito de la investigación, también se recomienda ampliamente la creación de programas que fomenten la felicidad (Millán-Franco, Orgambidez, Domínguez, & Martínez, 2020).

Por otro lado, la mediación es un método de solución de conflictos que se ha utilizado en diferentes contextos como el penal, familiar, empresarial, comunitario, por mencionar solo algunos. Incluso entre pares, se refiere a cuando este proceso de solución de conflictos es aplicado en el ámbito escolar, en cualquiera de los niveles de estudio, y sus participantes son capacitados para facilitar y colaborar en solucionar sus problemas de una manera colaborativa y respetuosa.

La mediación contribuye a solucionar los conflictos que pueden surgir entre grupos de iguales, por ejemplo, entre adolescentes, facilitando la comunicación entre ellos, propiciando felicidad.

Diversos autores hablan sobre los beneficios de la mediación y observamos que algunos de esos beneficios son enmarcados como causa de la felicidad. Por lo anterior nos planteamos

la pregunta de investigación: ¿Cuáles son los beneficios de la mediación que favorecen la felicidad en adolescentes?

Los beneficios de la mediación en adolescentes que favorecen su felicidad son:

1. Satisfacción plena
2. Emociones positivas
3. Armonía

El objetivo es “Analizar los beneficios de la mediación en adolescentes que favorecen a su felicidad”.

Los objetivos específicos son:

1. Conocer a nivel descriptivo el concepto de adolescencia.
2. Presentar un panorama general del adolescente desde la psicología positiva y la felicidad.
3. Analizar los beneficios de la mediación en adolescentes que favorecen a su felicidad.

La metodología se basa en el estudio del estado del arte a través de la investigación de revistas científicas, bases de datos científicas y buscadores. Se utilizaron palabras como adolescencia, adolescente, etapas del desarrollo, psicología positiva, felicidad, causas de la felicidad, mediación, mediación entre pares, beneficios de la mediación y algunas otras.

Dentro de los documentos encontrados se eligieron artículos científicos, libros, informes, entre otros. Los criterios de selección fueron: rigor metodológico, valor de información, revista o editorial.

Cada objetivo se realizó y analizó de manera detallada, explicándolo como un todo. Así mismo se realizaron conclusiones derivadas de los puntos más importantes.

2. Adolescentes

La etapa de la adolescencia es del interés de diferentes disciplinas como la psicología, pedagogía, derecho, sociología, medicina y muchas otras. Se considera un punto importante de intervención para la prevención de problemas psicosociales que se presentan en la edad adulta.

La adolescencia es considerada “...no es solo una etapa de transición hacia la juventud y vida adulta, si no un periodo de la vida con sentido propio y crucial para la vida posterior” (López F. , 2015, pág. 9). Se presenta en la segunda década de la vida de las personas, entre la infancia y la edad adulta, y cuenta con características propias.

En esta etapa se manifiestan los primeros signos de la pubertad. Ocurren cambios hormonales que generan el desarrollo de los caracteres sexuales, acentuación del dimorfismo sexual, crecimiento en longitud, cambios en la composición corporal y una transformación gradual en el desarrollo psicosocial (Iglesias, 2013).

“Es un proceso biológico en el que se produce el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, la maduración completa de las gónadas y glándulas suprarrenales, así como la adquisición del pico de masa ósea, grasa y muscular y se logra la talla adulta” (Güemes-Hidalgo, Ceñal, & Hidalgo, 2017, pág. 233). Los cambios físicos se manifiestan para dar inicio del desarrollo del cuerpo adulto.

También se presentan cambios en el comportamiento. Por ejemplo, es común que los adolescentes le den mayor importancia a la aceptación y opiniones de sus amistades o compañeros, y restar importancia a las opiniones de padres o adultos (CDNH, 2020). Es por eso que los padres tienen esta sensación de no ser escuchados o validados, pues como lo refiere la Comisión Nacional de Derechos Humanos, las opiniones que son tomadas en cuenta o tienen mayor valor son las de sus iguales. Es decir, sus compañeros de escuela, los miembros de su pandilla y amigos en general.

Dentro de las problemáticas más comunes dentro de esta etapa son las adicciones, embarazo adolescente y violencia. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) informó datos alarmantes dentro de las problemáticas de esta etapa, en las que destacan las siguientes:

- En el año 2020, fallecieron más de 1,5 millones de adolescentes y jóvenes adultos, lo que se estima casi 5000 al día.
- El grupo de adolescentes de 10 a 14, representa el menor riesgo de muerte.
- Las principales causas de defunción son lesiones y traumatismos, la violencia, las conductas autolesivas, enfermedades infecciosas y dolencias relacionadas a la

maternidad.

- El abuso de sustancias prevalece en jóvenes de manera desproporcionada, en comparación con las personas adultas.

Desde diferentes ámbitos e investigaciones se ha concebido a la adolescencia como un período lleno de problemas y dificultades. Se pueden enumerar diferentes tipos de factores de riesgo, comportamientos problemáticos y prevención. Incluso el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia menciona que:

La adolescencia tiene mala prensa. Socialmente esta etapa suele verse como un período complicado. Muchas veces nos vinculamos con los adolescentes desde el miedo, ubicándolos en el lugar de [problemáticos], sin darnos cuenta de que hemos rodeado esta etapa de prejuicios. (UNICEF Uruguay, 2020).

Sin embargo, la adolescencia no es la única ni la fase más problemática del ciclo de la vida. Para la mayoría de los adolescentes no representa un período dominado por emociones, sino que incluso tienden a proporcionar una imagen positiva de sí mismos (Scaffidi & Miceli, 2022). Es decir, las personas al transitar por esta etapa no la perciben como complicada.

Esta etapa es de suma importancia porque en ellos se representa un agente de cambio individual y social que representa un desafío dependiendo de cómo se desarrolle (Fernandes, Andrade, Martins, & Millions, 2020). Existen numerosas investigaciones que se centran en los factores pueden influir en un mayor bienestar (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkis, 2009).

3. La Adolescencia Desde La Psicología Positiva

Seligman (2003) resaltó la importancia de enfocar la atención de la psicología en el talento, las virtudes, fortalezas y felicidad de las personas. Define la psicología positiva como una ciencia que estudia la comprensión y construcción de las cualidades más positivas de las personas y estudio como uno de los temas principales las causas de la felicidad

(Mesurado, 2017). Cuando las personas experimentan sus fortalezas tienden a fluir mejor hacia la vida.

Bajo esta teoría, se concibe al adolescente desde su aspecto positivo y el enfoque se centra en desarrollar sus habilidades, fortalezas y oportunidades. Es entonces, un cambio de enfoque donde surge la oportunidad de poder consolidar un estilo de vida saludable. Es decir, tener una buena condición física y mental, imagen positiva de uno mismo, autoeficacia y autodeterminación (Lima & Morais, 2016).

Existen estudios como los citados en el Manual de Ejercicios de Psicología aplicada (Cataluña, 2017) que han demostrado que aplicar la psicología positiva en ciertos contextos tiene resultados alentadores para las personas. En la siguiente tabla se mencionan ciertos autores que han encontrado que las intervenciones basadas en la psicología positiva generan personas más comprometidas, con mejor desempeño, satisfechas, felices y que consiguen sus objetivos. Tal como se describe en la siguiente tabla:

Tabla 1. Estudios que Relacionan Felicidad y Bienestar.

Estudios que relacionan felicidad y bienestar	
Autor	Beneficios
Hater, Schmidt y Hayes, 2002.	Más comprometidos
Smedley, 2007. Stephanyszyn, 2007.	Mejor desempeño
Woolston y Linley, 2008	
Govindji y Linley 2007	Más felicidades y satisfechas
Linley, 2008	Consiguen sus objetivos de forma más efectiva.

Elaboración propia con información citada por Cataluña (2017).

Si bien estas investigaciones se han basado en personas adultas, nos da la base para considerar que estos mismos beneficios aplican en adolescentes. Con lo anterior, se justifica el impulso de estudios, investigaciones, políticas públicas y programas basadas en la

psicología positiva, el fortalecimiento de las cualidades, destrezas y aspectos positivos de las y los adolescentes.

4. Felicidad

La felicidad es un estado de alegría causado por tener algo que deseamos (Csikszentmihalyi, 1997). Es decir “un estado de satisfacción, más o menos duradero que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado”. La felicidad en la adolescencia está ligada a su desarrollo pleno en la familia, la escuela y la comunidad, por lo tanto, se considera un medio para promover que este desarrollo sano (Nava-Preciado & Ureña-Pajarito, 2017).

“La felicidad es una sensación general de satisfacción que impregna y permanece durante períodos de tiempo más largos” (Gil & Muñoz, 2017). Conceptos como Calidad de vida, satisfacción con la vida, bienestar subjetivo percibido, alegría y estar bien se emplean como sinónimo de felicidad (Domínguez & Ibarra, 2017) y (Oishi, 2012)

Diferentes autores afirman que la felicidad es subjetiva, los buenos o malos sentimientos son subjetivos en el sentido de que es sentido por una persona subjetivamente, sin embargo, tienen una base objetiva, por ejemplo: nos sentimos mal cuando estamos enfermos; nadie deriva sentimientos positivos de la enfermedad. Podemos estar bastante seguros de que la enfermedad nos hace sentir mal. El significado de felicidad es claro y preciso y sus malentendidos son mínimos (Yew-kwang, 2022).

En una encuesta a personas adultas realizada en el año 2021 a nivel mundial (IPSOS, 2022) resultó que más del 50% de las personas refirieron que la fuente de su felicidad está basada en la salud física y/o mental y el bienestar. Así mismo, esa encuesta enmarca que las 5 principales fuentes de la felicidad a nivel mundial son:

- Salud física y bienestar.
- Salud mental y bienestar
- Relación de pareja.
- Sentir que la vida tiene sentido.
- Hijos.

Otra encuesta a españoles (López, Nevado, Alfaro, Huete, & Castellanos, 2022) se presenta resultados en torno a las principales causas de la felicidad, midiéndolo en dos niveles: social y personal. Se encontró que en el primero resaltan cosas como sostenibilidad social y servicios públicos y en el segundo hace énfasis en condiciones físicas, psicológicas y espirituales.

Tabla 2. Modelo de felicidad para los españoles.

MODELO DE FELICIDAD PARA LOS ESPAÑOLES

SOCIAL	PERSONAL
Satisfacción vital, confianza, sostenibilidad.	Condiciones físicas y psíquicas.
Movilidad, deporte y cultura	Desarrollo personal
Integración y sostenibilidad social	Espiritualidad
Servicios Públicos	Forma de vida
Otros factores externos.	

Elaboración propia con información de López, Nevado, Alfaro, Huete y Castellanos (2022).

Rojas-Solis, Méndez-Rizo, y Oyarzábal-Jiménez (2022) realizaron un estudio a profundidad sobre 17 investigaciones científicas en torno a la felicidad, en el que destacan los principales hallazgos, factores protectores y de riesgo. Los autores coinciden más como factor protector los afectos positivos y optimismo, y en el caso de factores de riesgo, emociones negativas y estrés.

Tabla 3. Investigaciones en torno a la felicidad. Factores protectores y de riesgo.

Autoría	Principales hallazgos	Factores protectores	Factores de riesgo
Alarcón, 2000	La variable “satisfacción con la vida” correlacionó significativamente con la “Frecuencia de afectos positivos”	Frecuencia de afectos positivos	Individualismo, emociones intensas

Mustaca et al., 2010	Optimismo correlacionó positivamente con felicidad general Felicidad a su vez, con optimismo y satisfacción en la vida, y negativamente, con depresión y ansiedad rasgo	Optimismo, experiencias positivas	Depresión, ansiedad, pesimismo, experiencias negativas
Sánchez Aragón & Méndez Canales, 2011	Mayor entendimiento y expresión emocional en mujeres, mayor ejercicio de estrategias de control emocional en hombres. Los elementos de la felicidad en las mujeres se relacionaron mejor con el autoconcepto y su relación de pareja; en los hombres, los amigos	Ejercicio, tabaquismo, consumo de frutas y verduras	Altos niveles de estrés, obesidad, tranquilizantes
Ramírez & Fuentes, 2013	A mayor grado de felicidad, mayor es el grado de predicción sobre el rendimiento académico	N/E	N/E
Romo-González el al., 2013	El riesgo de consumo de drogas disminuye cuatro meses después de la Intervención Psicoeducativa (IPE), mejorando así la felicidad y bienestar de los estudiantes. El sufrimiento disminuye tras la implementación de IPE.	Educación positiva	N/E
Mendes-da-Silva el al., 2013	Existen indicios de ilusión de enfoque en la percepción de la felicidad causada por expectativas provenientes del sentimiento de inseguridad personal en una metrópolis	Seguridad, prospectos de trabajo, situación financiera, oportunidades académicas y vida social	N/E

Marrero Quevedo et al., 2014	El género parecía guardar cierta relación con algunos indicadores de bienestar, mujeres presentan mayor satisfacción con los estudios, con la vida y con la felicidad. El optimismo parece tener mayor peso en la felicidad.	Afectos positivos, optimismo	Emociones negativas, bajo optimismo
Alarcón & Caycho, 2015	Personas que tienen agrado y satisfacción por corresponder a la persona de quien han recibido un favor tienen más probabilidades de experimentar felicidad. Puntuaciones de gratitud y felicidad no difieren significativamente por sexo.	Gratitud, reciprocidad, obligación moral, sentido positivo de la vida, realización personal.	N/E
Schnettler et al., 2015	Altos niveles de satisfacción con la vida y la felicidad asociados con mayor satisfacción con la alimentación. Otros dominios: Familia, Amigos, Universidad y Sí mismo. Quienes reportan satisfacción en más dominios de MSLSS tienden a tener mayores niveles de felicidad	Familia, amigos, estatus socioeconómico	Restricciones de presupuesto
Castilla et al., 2016	Mujeres son más propensas a experimentar cierto grado de felicidad; personas del grupo de mayor edad tienen más altas puntuaciones en felicidad que las del grupo de menor edad	Expresión de conductas positivas, optimismo, características biológicas específicas del sexo, mayores niveles de cortisol y menores hemoglobina	Desigualdad de género

Montenegro Castillo el al., 2017	Los participantes consideran que han podido resolver satisfactoriamente sus necesidades, alcanzando metas personales de manera casi ideal	Consecución de metas	De Ansiedad
López Vázquez el al., 2017	No se halló relación significativa entre felicidad y consumo de tabaco. El consumo de alcohol está asociado negativamente la felicidad.	Menor consumo de alcohol	Mayor consumo de alcohol
Gamero Tafur el al., 2017	El sexo es indiferente en el nivel de felicidad, los más jóvenes son los más satisfechos	Tener pareja estable, religión contratos laborales permanentes, independencia, años de educación.	Contratos laborales eventuales
Hernández & Carranza Esteban, 2017	Relación significativa entre felicidad y optimismo sobre la autorrealización en estudiantes universitarios adultos; mayores niveles de felicidad presentarán mayores niveles de optimismo, lo que permite que se sientan realizados. Las participantes mujeres obtuvieron puntajes más altos en felicidad	Optimismo	N/E

Tabla elaborada por Rojas-Solis (2022).

5. Felicidad En Adolescentes

En un estudio realizado en adolescentes se concluyó que los hace felices el estar sano, ser alegres, tener familia y amigos, es decir, la felicidad está relacionada con la vida afectiva. El estudio revela que, para ellos, la felicidad está ligada a lo cotidiano, es decir a las

condiciones materiales, de escuela, recreación, es decir con el desarrollo de su personalidad (Nava-Preciado & Ureña-Pajarito, 2017).

La persona feliz goza de mayor salud mental pues por lo general se caracteriza por ser positiva, confiada, afectuosa, decidida y se relaciona mejor con otras personas, esto sin importar su edad (Javaloy, 2007). Lyness (D'Arcy, S.F) concluye que las personas felices son más exitosas, capaces de lograr sus metas, tienen mejor salud, viven más años, se relacionan mejor con otras personas y aprenden mejor.

“La felicidad brinda mejores condiciones de salud, mejor calidad en las relaciones sociales, y un ambiente más positivo en general. A mi parecer la felicidad es un fin común a todos, permitiendo vivir a la persona en todo su potencial.” (Mercado, 2014, pág. 76).

La familia y relaciones sanas son una oportunidad para desarrollar adolescentes felices y con salud mental (Fernandes, Andrade, Martins, & Millions, 2020).

La felicidad se considera de origen psicobiológica, es decir, para predecir la felicidad, existen dos puntos que son determinantes:

1. La genética (que refleja la personalidad).
2. Las actividades intencionales actuales (conductuales, cognitivas y motivacionales).

La felicidad aumenta nuestro sentido de pertenencia, lo que nos permite ver la cosas desde la perspectiva de los demás y esto hace para una persona feliz sea más probable marcar una diferencia positiva en la vida de otras personas al aumentar la capacidad de construir relaciones y amistades (Fredrikson, 2011).

6. Mediación

Para Cabello la mediación es “ un método alternativo para la transformación pacífica de los conflictos fundamentada en un proceso comunicacional en el que interviene una tercera persona denominada mediador que guía, mismo que orienta y ayuda a las partes inmersas en el conflicto a que colaboren entre sí a través de técnicas que potencian la participación y el empoderamiento de las mismas, logrando que sean ellas las que elaboren una solución

positiva que ponga fin a su conflicto, fortaleciendo el tejido y la cohesión social, y a la instauración de una cultura de paz.” (Cabello, 2012).

Se puede decir que la mediación es “un conjunto de técnicas para la resolución de los conflictos, en diversos ámbitos de la vida del ser humano y sus relaciones con la sociedad.” (Escobar, 2022, pág. 1738). Es una opción para gestionar de una manera diferente los conflictos en los que generalmente las personas están inmersas, con la finalidad de obtener del conflicto cambio de los involucrados y su entorno (Sánchez, 2022). Desde el enfoque transformativo de Bush y Folger el conflicto se vuelve una oportunidad de crecimiento, este se presenta en el proceso a través del fortalecimiento del yo y de la forma en la que aprendemos a relacionarnos con otros (Bush & Folger., 1996).

El proceso de mediación se caracteriza (Suárez, 2017) por ser flexible, participativo, reconciliador e integral debido a lo siguiente:

Flexible: porque es modificable de acuerdo con la conveniencia del caso.

Participativo: los involucrados intervienen activamente.

Reconciliador: Trata de reducir la tensión en las partes involucradas.

Integral: porque tiene en todo lo que se ve involucrado en el proceso, como sentimientos, necesidades, intereses.

Existen diferentes ventajas de la mediación, para Nnaemeka (2019) las principales son: ayuda a aclarar los problemas reales del conflicto; permite llegar a un acuerdo sobre la mayoría o todos los puntos de desacuerdo; permite la resolución de algunos o todos los problemas; identifica y asegura que se satisfagan las necesidades y los intereses de todas las partes; brinda respeto y ofrece la oportunidad para que las partes en disputa conserven y continúen en su relación. Para otros autores los beneficios son: fomenta el diálogo entre las personas, deja de lado la imposición de acuerdos por un tercero, fomenta la cultura de paz, beneficia a la armonía, genera sentimientos positivos (Islas & Cornelio, 2014).

Para Galtung y Montiel (2017) existen cinco estrategias que se implementan en la mediación, que se pueden visualizar como objetivos a cumplir dentro del proceso y son los siguientes:

- Equilibrio del poder: a través de la palabra, el mediador tiene la misión de moderar los excesos de poder de una de las partes e incluir los de la parte más débil logrando equilibrar el proceso.
- Transparencia: En muchas ocasiones los hechos u opiniones son ocultos entre las partes por miedo o frustración. El mediador con su intervención procura que las personas tengan acceso a toda la información necesaria que les permita tener una visión de la realidad.
- Reflexión: Cuando el mediador ha conseguido manejar la tensión entre las partes, es importante propiciar momentos para observar las causas y consecuencias del conflicto, así como sus posibles salidas.

Así mismo, el diálogo en los procesos de mediación es de suma importancia pues genera empatía, solidaridad, cooperación, colaboración, entendimiento, escucha activa, y juntos benefician a la solución de los conflictos (Cabello, 2012).

Se presume (Briz, 2015) que las personas que participan en procesos de mediación tienen:

- Disposición y actitud colaborativa en el proceso,
- Respeto mutuo.
- Honestidad.
- Confidencialidad respecto a la información dentro del proceso.
- Actitud colaborativa en la búsqueda de soluciones.
- Apertura y flexibilidad para valorar las alternativas que pueden nacer dentro del proceso.
- Búsqueda de la solución que beneficia a los involucrados en el proceso.

7. Mediación en adolescentes

La mediación entre pares ha sido enfocada al ámbito escolar, refiriéndose a la resolución de los conflictos entre estudiantes, sin importar el nivel de estudios, a través de la mediación (ACRNET, 2007). Es una herramienta en la que a través del mediador se genera diálogo.

Este mismo concepto puede aplicarse a todos los ámbitos de convivencia de adolescentes, por ejemplo, en la comunidad, en los deportes, en la familia entre hermanos, sin excluir el ámbito escolar. Para que la mediación entre pares se realiza, Freire citado (Ugalde, 2017) establece que debe estar fundamentada en el diálogo entre iguales, es decir sujetos en igualdad de dignidad, condiciones equilibradas y posibilidades de transformación.

Este tipo de mediación es un ensayo y una práctica por parte de los participantes sobre las enseñanzas aprendidas en la forma de resolver conflictos, por lo tanto, contribuye a lograr sociedades más justas. (Lezcano, 2020).

Si bien la mediación entre pares o escolar no es vinculatoria. En definitiva, hay ciertas situaciones que no se recomienda su aplicación, por ser enunciativo más no limitativos podemos hablar de casos donde exista: violencia, maltrato, abuso sexual, acoso escolar, desequilibrio de poderes entre las partes o algún trámite con implicaciones legales.

La mediación aplicada en ámbito escolar fortalece la vinculación de los alumnos y la institución, establece vías de comunicación, interés en las relaciones interpersonales, gestiona la diversidad y facilita la gestión de reglas (Ibarrola-García & Inarte, 2013). Si bien los autores enfocan estos beneficios a la mediación escolar, consideramos que se pueden aplicar a todos los ámbitos de mediación que puede participar un adolescente como lo son: familiar, institucional, comunitario, entre otros.

Existen diferentes ventajas de la mediación escolar (Barruel, 2011), (Beneyto & Serrano, 2018), (Kovacic & Lepicnik, 2019) que pueden ser enfocadas a mediación entre adolescentes:

Tabla 4. Beneficios de la Participación de Adolescentes en Procesos de Mediación.

BENEFICIOS DE LA PARTICIPACIÓN DE ADOLESCENTES EN PROCESOS DE MEDIACIÓN

Barruel	Beneyto y Serrano	Kovacic y Lepicnik
Aprenden que el conflicto puede ser manejado positivamente y de lo cual se puede aprender.	Desarrollo de habilidades metacognitivas	Aprender a ser asertivo

Desarrollo de habilidades en el manejo de conflictos.	Previene violencia escolar.	Solución para las dos partes
Mayor autoestima	Aumento de autoestima y habilidad para la toma de decisiones.	Responsabilidad sobre el conflicto.
Desarrollo de habilidades del pensamiento como escuchar, negociar, resolver problemas y criticar.	Potencia habilidades de comunicación y pensamiento creativo.	Formar y fortalecer relaciones.
Felices y productivos en clase.		Alivio emocional

liderazgo de servicio, aprenden a apreciar las diferencias y valorar la diversidad.

Elaboración propia con información de Burrell (2011), Beneyto y Kovacic (2018) y Lepicnik, (2019).

Los factores protectores del desarrollo son esas características, situaciones, fortalezas que benefician al adolescente a tener una vida saludable, de bienestar y felicidad. Diferentes investigaciones establecen que los factores en el desarrollo adolescente (Jessor, 1977), (Youth Gov, 2023) (Claussen, Exner-Cortens, & Extern-Cortens, 2022) (U.S. Department of Justice, 2018) algunos de estos factores coinciden con la tabla anterior, evidenciando que la mediación en adolescentes puede ser una herramienta muy positiva para ayudarles a desarrollar habilidades sociales y emocionales que les permitirán tener relaciones saludables y constructivas a lo largo de sus vidas, todo esto conllevará al aumento de la felicidad. A continuación, se describen algunos de los beneficios clave de la mediación para los adolescentes:

- Relaciones positivas entre pares: La mediación puede ayudar a los adolescentes a resolver conflictos de manera efectiva y a comunicarse de manera más clara y

respetuosa. Esto puede mejorar la calidad de sus relaciones con sus compañeros, reducir la cantidad de conflictos que tienen y aumentar su satisfacción con las relaciones en general.

- **Autoestima, regulación emocional y emociones positivas:** Los procesos de mediación puede ayudar a los adolescentes a desarrollar un mayor sentido de autoestima y autoconfianza al brindarles la oportunidad de resolver problemas por sí mismos y sentir que tienen cierto control sobre su entorno. Además, al aprender a regular sus emociones y trabajar con sus sentimientos de manera efectiva, los adolescentes pueden experimentar emociones positivas como la felicidad, la gratitud y la compasión.
- **Empatía:** También, ayuda al desarrollo de una mayor empatía y comprensión hacia los demás, ya que les brinda la oportunidad de escuchar y entender las perspectivas de los demás. Al aprender a ponerse en los zapatos de los demás, los adolescentes pueden mejorar sus relaciones con los demás y desarrollar una mayor sensibilidad hacia las necesidades y sentimientos de los demás.
- **Habilidades de resolución de conflictos:** La mediación puede enseñar a los adolescentes habilidades efectivas de resolución de conflictos, como la escucha activa, la clarificación de problemas y la identificación de soluciones mutuamente beneficiosas. Estas habilidades pueden ayudar a los adolescentes a resolver conflictos en situaciones futuras y evitar conflictos innecesarios.
- **Habilidades de comunicación:** También son un beneficio clave de la mediación en adolescentes. Al participar en la mediación, los adolescentes pueden mejorar su capacidad para comunicarse de manera clara y efectiva con los demás, tanto verbalmente como no verbalmente. Por ejemplo, pueden aprender a expresar sus pensamientos y sentimientos de manera clara y directa, sin ofender a los demás. También pueden aprender a escuchar activamente a los demás, prestando atención a sus puntos de vista y tratando de entender sus perspectivas. Además, la mediación puede enseñar a los adolescentes a leer las señales no verbales de los demás, como el lenguaje corporal y las expresiones faciales, para comprender mejor lo que están sintiendo y pensando. Estas habilidades de comunicación pueden ayudar a los

adolescentes a tener relaciones más saludables y significativas con los demás, lo que puede ser especialmente importante durante la adolescencia, cuando las relaciones sociales son cruciales para el desarrollo personal y emocional.

Por todo lo anterior, se evidencia que, la mediación puede proporcionar a los adolescentes una serie de beneficios importantes, como relaciones positivas entre pares, autoestima, regulación emocional, empatía, habilidades de resolución de conflictos y habilidades de comunicación. Estas habilidades pueden ayudar a los adolescentes a tener relaciones más saludables y satisfactorias con los demás, así como a desarrollar una mayor capacidad para enfrentar los desafíos y conflictos que pueden surgir en la vida.

Los rasgos distintivos del bienestar como vía a la felicidad que se generan a través del proceso de mediación al lograr un acuerdo o resolverse el conflicto son: felicidad, armonía, emociones positivas, libre albedrío, personaliza decisiones de vida basada en nuestros intereses, satisfacción plena, perdón y sinergia (Gorjón, 2020).

8. Conclusiones

La adolescencia es una etapa del desarrollo que se ha considerado difícil y complicada por los cambios que detona. La familia, escuela y comunidad tienen una tendencia de predisposición y defensa ante este grupo etario. Es importante cuestionarse, qué tanto influye esa presuposición en los conflictos que se presentan con ellos.

Es importante generar una cultura de cambio sobre la concepción de esta etapa, pues como se comentó anteriormente, no representa más retos que otras etapas del desarrollo pues todas tienen sus propios retos y adaptaciones.

Para generar este cambio en la cultura la psicología positiva se presenta como una opción, pues resalta las fortalezas y habilidades de las personas, resaltando así los aspectos positivos del adolescente.

La felicidad es sumamente importante en la adolescencia, pues está relacionada con integración a la sociedad, relaciones exitosas, y comportamientos positivos. La falta de percepción de la felicidad está relacionada con depresión, ansiedad y comportamientos no positivos.

Es por ello que resulta de suma importancia, generar estrategias de intervención que permitan poner en el foco de los programas de educación, así como en las políticas de prevención y atención de conductas de riesgo en adolescentes.

La mediación con todos sus beneficios ya comprobados se presenta como una opción que beneficia a la felicidad pues entre muchas otras cosas que generan felicidad, brindan en las personas la percepción de Satisfacción plena, emociones positivas y armonía

Este trabajo presenta conclusiones preliminares, sin embargo, es necesario continuar con una investigación en la que se puedan medir los efectos de la felicidad en adolescentes cuando participan en un proceso de mediación.

9. Trabajos citados

- ACRNET. (2007). *recommended Standars for School-based peer Mediation Programs 2007*. Washington. Obtenido de <https://acnet.org/>
- Barruel, C. (2011). *Cool Schools Peer Mediation Programme*. Foundation for Peace Studies Aotearoa. Obtenido de <https://www.peacefoundation.org.nz/wp-content/uploads/2021/04/Cool-Schools-Peer-Mediation-Primary-Manual.pdf>
- Beneyto, M., & Serrano, A. (2018). La mediación en entornos escolares. En M. A. Jurado, *La mediación en el sistema jurídico español: análisis y nuevas propuestas*. Valencia: Tirant lo Blanch. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/348710453_LA_MEDIACION_EN_ENTORNOS_ESCOLARES
- Briz, M. (2015). El principio de buena fe en el proceso de mediación. *Revista de Derecho*, 13-25. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6119791>
- Bush, & Folger. (1996). *La promesa de la mediación. Cómo afrontar el conflicto mediante la revalorización y el reconocimiento*.
- Cabello, P. (2012). Elementos del proceso de mediación que favorecen su implementación como política social. *Comunitania*, 85-112. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/282348665_Elementos_del_proceso_de_mediacion_que_favorecen_a_su_implementation_como_politica_social
- Cataluña, D. (2017). *Manual de Ejercicios de Psicología Positiva Aplicada*. Madrid: Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

- CDNH. (2020). *El enfoque de ciclo de vida en la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes*. México: CNDH. Obtenido de https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2022-02/F_Enfoque_NNA.pdf
- Claussen, C., Exner-Cortens, E., & Extern-Cortens, D. (2022). Exploring risk and protective factors for adolescent dating violence across the Social- ecological model: A systematic scoping review of reviews. *Frontiers in Psychiatry*, 01-21. Obtenido de <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2022.933433/full>
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- D'Arcy, L. (S.F). *Kids Health*. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/happy-life.html>: <https://kidshealth.org/es/teens/happy-life.html>
- Domínguez, R. E., & Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, 660-679. Obtenido de <https://revistarazonypalabra.org/index.php/ryp/article/view/865>
- Escobar, S. E. (2022). La Mediación y Conciliación: Límites y Alcances en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. *Ecos Sociales*.
- Fernandes, H., Andrade, L. M., Martins, M. M., & Millions, R. F. (2020). Happiness as strength in the promotion of adolescent and adult young health. *Rev Bras Enferm*, 1-7. Obtenido de <https://www.scielo.br/j/reben/a/MtWGPCG4CpnHM4WgzP7VFPP/?format=pdf&lang=en>
- Fredrikson, B. (2011). Open Hearts Build Lives: Positive Emotions, Induced Through Loving-Kindness Meditation, Build Consequential Personal Resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1045-1062. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3156028/>
- Galtung, J., & Montiel, F. (2017). *Manual de Mediación, Método Transcend*. México: RECRECOM SC. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/333118395_Hacer_paz_Dialogo_-_Mediacion_-_Creatividad_Manual_de_Mediacion
- GIL, J. M., & Muñoz, J. (2017). La felicidad: Conceptos, teorías, formas de medición y discusiones. Happiness: Concepts, theories, measurement and discussions. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/315744708_La_felicidad_Conceptos_teorias_formas_de_medicion_y_discusiones_Happiness_Concepts_theories_measurement_and_discussions
- Gorjón, F. J. (2020). *La mediación como vía al bienestar y la felicidad*. México : Tirant lo blanch.

- Greenfield, P., Keller, H. F., & Maynard, A. (2003). Cultural pathways through universal development. *Annual Review of Psychology*, 54, 461-490.
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal, M. J., & Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatr Integral* 2017, 233-244. Obtenido de https://cdn.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/xxi04/01/n4-233-244_InesHidalgo.pdf
- Helliwell, J., Layard, R., D. Sachs, J., De Neve, J., Aknin, L., Wang, S., & Paculor, S. (2022). *World Happiness Report 2022*. Colombia University the Centre for Economic Performance al LSE, the Vancouver School of Economics at UBC, the Wellbeing Research Centre at Oxford, and Simon Fraser University.
- Helliwell, J., Layard, R., D. Sachs, J., De Neve, J., Aknin, L., Wang, S., & Paculor, S. (2022). *World Happiness Report 2022*. Colombia University the Centre for Economic Performance al LSE, the Vancouver School of Economics at UBC, the Wellbeing Research Centre at Oxford, and Simon Fraser University.
- Ibarrola-García, S., & Inarte, C. (2013). La influencia positiva de la mediación escolar en la mejora de la calidad docente e institucional: Percepciones del profesor mediador. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 17(1), 367-384. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/567/56726350022.pdf>
- Iglesias, J. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatr Integral*, XVII(2), 88-93. Obtenido de <https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf>
- IPSOS. (2022). Global Happiness Study. 1-21. Obtenido de <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2022-05/Global%20Happiness%202022%20Report%20ES.pdf>
- Islas, C., & Cornelio, E. (2014). Mecanismos Alternativos de Solución de Controversias en México. En C. Islas, & E. Cornelio, *Mediación y derechos humanos*. Porrúa. Obtenido de <https://iaptabasco.org.mx/wp-content/uploads/2021/11/MEDIACION-METODO-PARA-LA-SOLUCION-DE-CONFLICTOS-GENARO-VASQUEZ-REV-INNOVACION-Y-GESTION-PUBLICA-IAP-TABASCO.pdf>
- Javaloy, F. (2007). *Bienestar y felicidad de la juventud española*. Madrid: Instituto de la Juventud. Obtenido de <http://www.injuve.es/sites/default/files/estudio-bienestarfelicidadjuventudespa%C3%B1ola-completo.pdf>
- Jessor, R. (1977). *Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth*. New York : Academic Press.
- Kovacic, M., & Lepicnik, J. (2019). The role of mediation in school. Obtenido de <https://www.researchgate>.

- net/publication/346021508_The_role_of_mediation_in_school
- Krabbendam, L., & Braams, B. (2022). Adolescent Development. *Current opinion in Psychology*, 258-263.
- Lezcano, A. (2020). *Manual de mediación escolar; guía para formadores*. Paraguay: MEC, OEI Y AECID. Obtenido de <https://oei.int/downloads/disk/eyJfcmFpbHMiOmsibWVzc2FnZSI6IkJBa-DdDRG9JYTJWNVNTSWhibVo2YXpWallXUm1iRFo0TW5WcGNtZHdhVEJsY21Sck9Ea31-jQVvk2QmtWVU9oQmthWE53YjNOcGRHbHZia2tpQVpOcGJteHBibVU3SUdacGJHVnVZ-VzFsUFNKdmNtbG5JQzBnZDJWaUIDMHpMU0JOWldScFlXTnBieVV6Um00Z1pY>
- Lima, R., & Morais, N. A. (2016). Caracterizacáo Qualitativa do Bem-Estar Subjetivo de Crianças e Adolescentes em Situacáo de Rua. *Trends in Psychology*, 1-15. Obtenido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v24n1/v24n1a01.pdf>
- López, F. (2015). Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. *ADOLESCERE*, III(2). Obtenido de https://www.adolescenciasema.org/wp-content/uploads/2015/06/adolescere-2015-vol3-n2_9-17_Adolescencia.pdf
- López, V., Nevado, D., Alfaro, J., Huete, N., & Castellanos, S. (2022). *Informe3. Semestre II. Felicidad y Calidad de Vida de los Españoles*. Observatorio de intangibles y Calidad de Vida. Obtenido de <https://blog.uclm.es/victorlopez/wp-content/uploads/sites/16/2022/11/informe-felicidad-2022-27-10-2022-2.pdf>
- Mercado, M. (2014). Concepto de Felicidad en Jóvenes. *Ajayu*, 64-78. Obtenido de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v12n1/v12n1a04.pdf>
- Mesurado, B. (2017). *Psicología positiva. En diccionario Interdisciplinar Austral*. Obtenido de https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/42942/CONICET_Digital_Nro.c14969a0-e42e-4364-bcd3-cad0f04b631a_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Millán-Franco, M., Orgambídez, A., Domínguez, L., & Martínez, S. (2020). Inteligencia Emocional y Felicidad Subjetiva en Estudiantes de Trabajo Social. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*(27), 117-132. Obtenido de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/108212/6/Alternativas_27_06.pdf
- Nava-Preciado, J., & Ureña-Pajarito, J. (2017). Dominios y valoraciones sobre la felicidad en adolescentes de Guadalajara-México. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 443-454. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/773/77349627029.pdf>

- Nnaemeka, O. (2019). Introduction to Peace Conflict: A comprehensive and Multi-perspective Exploration. En C. Okonkwo, & A. Nwokoyw, *Mediation and Methods of Conflict Resolution*. Enugu: Chukwuemeka, Odumegwu Ujukwu Univerity. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/352577756_Mediation_and_Methods_of_Conflict_Resolution
- Oishi, S. (2012). *The Psychological Wealth of Nations: Do Happy People Make a Happy Society?* Wiley-Blackwell. Obtenido de <https://www.wiley.com/en-us/The+Psychological+Wealth+of+Nations%3A+Do+Happy+People+Make+a+Happy+Society%3F-p-9781405192118>
- Oliva, A., Antolín, L., Povedano, A., Suárez, C., del Moral, G., Rodríguez-Meirinhos, A., . . . Musitu, G. (2017). *Bienestar y desarrollo positivo adolescente desde una perspectiva de género: Un estudio cualitativo*. Centro Reina Sofía. Obtenido de <https://www.adolescenciayjuventud.org/publicacion/desarrollo-positivo-adolescente-cuantitativo/>
- OMS. (2022). *Salud del adolescente y el joven adulto*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- ONU. (2012). A/RES/66/281. *Asamblea General de Naciones Unidas*. Obtenido de <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N11/475/71/PDF/N1147571.pdf?OpenElement>
- ONU. (2012). Resolución por la Asamblea 66/281. Día Internacional de la Felicidad. Obtenido de <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N11/475/71/PDF/N1147571.pdf?OpenElement>
- Rojas-Solis, J., & Méndez-Rizo, J. y.-J. (2022). Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática. *Psicumex*, 1-2. Obtenido de <https://www.academica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/89.pdf>
- Sánchez, J. (2022). Mediación comunitaria: Herramienta Gubernamental apra la gestión de conflictos sociales en México. *Innovación y Gestión Pública*. Obtenido de <https://iaptabasco.org.mx/innovacion-y-gestion-publica-no-03-ene-abr-2022/>
- Scaffidi, C., & Miceli, S. (2022). Psychological Well-Being among Adolescents and Youth. *Healthcare*, 1-3. Obtenido de <https://doi.org/10.3390/healthcare10102059>
- Seligman, M. (2003). Positive Psychology: Fundamental assumptions. *American Psychologist*, 126-127.
- Seligman, M., Ernst, R., Gillham, J., Reivich, K., & Linkis, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom onterventions. *Oxfor. Rev. Educ*, 293-311. Obtenido de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03054980902934563>

- Suárez, C. (2017). Modelo negociador-narrativo: modelos conjuntos de mediación. *IPSE-ds*, 35-44. Obtenido de https://ipseds.ulpgc.es/IPSE-ds-Vol_10_2017/IPSE-ds-10-3.pdf
- U.S. Department of Justice. (2018). *Protective Factors for Youth Involved in Systems of Care*. Office for Victims of Crime, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice.
- Ugalde, R. (2017). Mediación entre pares. Una herramienta para la convivencia escolar. *Congreso Nacional de Investigación Educativa*. Obtenido de <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1935.pdf>
- UNICEF Uruguay. (2020). *Unicef Uruguay*. Obtenido de <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>: <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>
- Weiland, C., & Yoshikawa, H. (2013). Impacts of prekindergarten program on children's mathematics, language, literacy, executive function, and emotional skills. *Child Development*, 2112-2130. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23534487/>
- Yew-kwang, N. (2022). *Happiness concept, measurement and promotion*. Springer.
- Youth Gov. (4 de abril de 2023). *Youth Gov*. Obtenido de <https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/risk-and-protective-factors-youth>