

LA MEDIACIÓN FAMILIAR: UNA APROXIMACIÓN

José Costela Aznar*

1. Introducción

La mediación, como método de obtener acuerdos entre personas e instituciones, es una técnica utilizada desde hace mucho tiempo. Se aplica a todos los campos de la actividad humana: laboral, educativo, comercial, político, familiar, etc. La mediación familiar, por el contrario, es de reciente utilización, sobre todo en España. Se está empleando desde hace poco más de una década, como veremos después¹. La mediación familiar ha irrumpido con fuerza en la sociedad española, en general, y en la granadina, en particular, y es hoy de gran actualidad.

Considero que el gran interés despertado es consecuencia de su efectividad para conseguir acuerdos en los procesos de separación/divorcio. Aparte de su efectividad, produce un menor coste emocional. El proceso se resuelve en menos tiempo que por otros medios y resulta más económico. La mediación familiar plantea la separación/divorcio de forma diferente a la judicial. En la mediación familiar se pretende que los dos miembros de la pareja consigan acuerdos mutuos utilizando el método de ganador-ganador, en beneficio de ambos y de los hijos. En la separación judicial, con frecuencia, la dinámica es diferente: la del ganador-perdedor.

Con la publicación de este artículo informativo pretendo difundir la mediación familiar entre aquellas personas que aún no la conocen, por si pudiera beneficiar a las parejas que se encuentran en situación de separación/divorcio, y así buscar la ayuda a su situación a través de este medio. Desearía, por otra parte, deshacer los prejuicios ideológicos que existen en algunos ambientes o personas sobre la mediación familiar. Hay una prevención, cuando no un rechazo, más o menos inconsciente, hacia la misma, por considerar que este medio favorece el divorcio².

* Colaborador del Centro de Orientación Familiar Ronda 110 (Granada) (ronda110@moebius.es).

¹ En Granada se ha iniciado su aplicación a los procesos de separación y divorcio hace escaso tiempo y de forma muy tímida aún. Existen pocos profesionales, en nuestra ciudad, que están utilizando este método. A partir de la experiencia positiva de los juzgados de familia de Barcelona, el juez de familia de Granada, D. Juan de Vicente, intentó poner en marcha la mediación familiar intrajudicial, a través del "Centro de Orientación Familiar Ronda 110". Con el cambio del juez se paralizó el proyecto.

² En su origen estas páginas constituyen el contenido de una ponencia que presenté en el *III Encuentro anual de los Centros de Orientación Familiar de Andalucía*, celebrado en Granada. La petición respondía al interés que habían mostrado por el tema algunos de los participantes y a la falta de conocimiento de otros.

No pretendo ser exhaustivo, dada la amplitud del tema. Daré sólo algunas pinceladas sobre la historia, los medios de resolver conflictos y la mediación familiar, la persona del mediador familiar, las consecuencias de la separación para las partes, la respuesta emocional de los hijos y las actitudes y conductas que pueden adoptar los padres para reducir los efectos negativos.

2. Breve historia de la mediación familiar

Comenzamos con unas breves referencias para conocer, a grandes rasgos, cómo nació y se implantó la mediación familiar para resolver los conflictos familiares.

Los primeros referentes históricos de la mediación familiar se encuentran en Estados Unidos en 1919, con la legislación sobre conciliación familiar. Sin embargo, el antecedente más próximo de la mediación familiar propiamente dicha se dio en el Tribunal de Familia de Milwaukee en 1960. Y no fue sino a mediados de la década de los años 70 cuando se empezó a utilizar de forma sistemática la mediación en los casos de separación, buscando una conciliación positiva entre los cónyuges. En los Estados Unidos, país donde más desarrollada está la mediación familiar, hoy cada Estado tiene su propia legislación. En unos casos es obligatoria para todo conflicto familiar o conyugal, mientras que en otros no se contempla la obligatoriedad. Difieren también de unos Estados a otros la formación y cualificación profesionales de los mediadores, las relaciones de la mediación familiar con los tribunales de justicia, etc.

En Japón fue también en 1919 cuando se inició la atención a los problemas familiares, aunque no se ha desarrollado posteriormente la mediación familiar.

En la República Popular China se estableció el derecho de familia en los años 50. Actualmente la mediación familiar es el recurso que más se utiliza en la resolución de los conflictos familiares.

Canadá es otro de los países que ha desarrollado más ampliamente la mediación familiar. Se inició esta práctica en los años 70, y desde 1986 existen diversas asociaciones (públicas y privadas) para la resolución de los conflictos a través de la mediación. Dichas asociaciones se preocupan incluso de difundir este medio. Pero la legislación sobre mediación familiar es diferente en cada provincia.

Gran Bretaña tiene servicios de mediación familiar realizados por funcionarios de Justicia, aunque también se ocupan de ello diversas entidades pri-

vadas. En 1983 se creó el Consejo Nacional de Conciliación Familiar que establece el modelo de trabajo, funciones y formación específica para poder realizar la mediación, código deontológico de los mediadores familiares. Dicho organismo tiene, además, la función de promover la implantación de la mediación familiar en todo el país.

En Australia, la mediación familiar comenzó a funcionar más tarde: sólo desde 1991, y vinculada a los tribunales de justicia. Existen, además, organismos privados, que son considerados de interés público. Y es el único Estado, hasta ahora, que ha creado la carrera universitaria en mediación familiar con diversas especialidades.

Volviendo a Europa, en los Países Bajos se implantó la mediación familiar el año 1974 para resolver los problemas patrimoniales y parentales de las separaciones. Sin embargo, no ha tenido una continuación suficiente. En Francia apareció la mediación familiar en la década de los años 80 en las Escuelas de Padres, que tienen un gran desarrollo en este país. Recientemente se ha aprobado una ley que impone como obligatoria la mediación en los casos de separaciones y divorcios. En Noruega y en la mayoría de los países escandinavos existe, desde hace algunos años, una mediación familiar obligatoria y gratuita para todas las parejas que desean divorciarse si tienen hijos menores de 16 años. En estos países la mediación se centra sólo en la relación futura con los hijos.

Por lo que se refiere a España, el referente más antiguo se remonta a 1981 con la ley de divorcio y en la experiencia en la jurisdicción de menores con la nueva organización judicial de 1985. Sin embargo, la mediación familiar propiamente dicha es más reciente. No obstante, ha suscitado un interés creciente. Fueron los psicólogos que trabajaban en el campo familiar los que la introdujeron en España. La primera experiencia se dio en San Sebastián en 1988, pero todavía con las ideas no muy claras. Poco más tarde, a partir de 1990, se crearon entidades privadas promotoras de la mediación familiar en Madrid, Barcelona y País Vasco. En Madrid, en concreto, se creó el "Programa para la separación y el divorcio" (febrero de 1991). En la actualidad continúa el programa promovido por la "Asociación de atención y mediación a la familia en proceso de cambio", que presta atención y ayuda en este campo en diversas comunidades autónomas, sobre todo en la promoción de este medio.

Podríamos señalar dos fechas claves en el proceso de desarrollo de la mediación familiar en España: el Forum Mundial de la Mediación Familiar (Madrid, 1994) y el Congreso Internacional de Mediación Familiar (Barcelona, 1999). Desde los inicios de los años 90 se han multiplicado seminarios, conferencias de divulgación, artículos y ofertas de formación en mediación familiar. Se

han creado también "asociaciones territoriales para el desarrollo de la mediación familiar", iniciadas en Barcelona en 1992 y extendidas en la actualidad a otros territorios (Asturias, Valencia, Murcia, Baleares, País Vasco, Madrid, Andalucía...) conectadas a través de una federación incipiente.

Señalamos más en concreto cómo se han establecido estos servicios en las distintas comunidades. En *Barcelona* la mediación familiar se inició en instituciones privadas, pero recientemente los juzgados de familia de la Ciudad Condal han establecido la mediación familiar intrajudicial en los conflictos de separación y divorcio, con un gran éxito. En la *Comunidad Valenciana* existe, desde 1996, un servicio público y gratuito en cada una de las tres provincias, dependiente de la Dirección General de la Familia. En el *País Vasco* se creó de forma orgánica la mediación familiar mediante una Orden de la Consejería de Justicia, Trabajo y Seguridad Social (junio de 1996), y en octubre de 1996 se puso en funcionamiento el Servicio de Mediación Familiar, ubicado en Bilbao, con atención a todos los ciudadanos de la Comunidad: actúa como un servicio gratuito que presta ayuda psicológica y judicial desde el principio de que los mediadores deben quedar al margen del proceso judicial. En *Galicia* también funcionan los servicios de mediación familiar desde hace unos años, de forma orgánica.

En *Andalucía* se está en sus inicios, aunque en los últimos años se desarrolla con gran rapidez, sobre todo en gabinetes privados. Hace aproximadamente un año o poco más la Junta de Andalucía ha creado un servicio gratuito en cada provincia. Existe ya un proyecto de la Consejería de Justicia para regular la mediación familiar en la Comunidad. Está en estudio en el Parlamento andaluz. Por su parte, la Consejería de Asuntos Sociales muestra un gran interés por popularizar este servicio y tiene en proyecto realizar la formación de mediadores. Pretende, al parecer, montar sendos centros de formación en Sevilla y Granada.

A nivel legislativo sólo tienen una ley que regula la mediación familiar Cataluña, Comunidad Valenciana, Galicia y País Vasco. Y a nivel estatal existen en la actualidad varias comisiones que estudian la regulación legal.

La evolución de la mediación familiar en España en los últimos diez años nos permite ser optimistas. Desde el desconocimiento casi absoluto de este medio de resolver los conflictos conyugales y familiares al desarrollo de los últimos años hay un largo camino recorrido. Se va notando un cambio profundo de mentalidad en este aspecto.

Por último, interesa destacar la corriente europea en torno a la aceptación de la mediación familiar como signo de identidad de los nuevos tiempos de

la cultura del entendimiento. El Consejo de Europa ha publicado dos textos importantes sobre la materia: la *Recomendación 12/1986*, que tiende a implantar en los Estados miembros la búsqueda de situaciones de consenso a través de la conciliación, y la *Recomendación 1/1998*, sobre la mediación familiar, que es el texto fundamental en el ámbito europeo sobre este medio. Este último texto ha inspirado leyes sobre mediación familiar, entre ellas la catalana y valenciana.

3. Resolución de conflictos y mediación familiar

El conflicto es una realidad presente en todas las relaciones interpersonales e institucionales. De aquí el interés a todos los niveles de buscar habilidades y técnicas para resolverlos. Lo negativo de estas situaciones no es el conflicto en sí, sino que el conflicto se mantenga: porque eso sólo sirve para profundizarlo y agravarlo a medida que pasa el tiempo. En este artículo sólo vamos a referirnos a los conflictos interpersonales, y más concretamente a los conflictos conyugales y familiares, que son el objeto de la mediación familiar.

Los conflictos de pareja tienen causas muy diversas, basadas en situaciones biológicas, psicológicas, ambientales, etc. Pero en todos se pueden destacar, al menos, dos aspectos:

a) Como acabamos de decir, el conflicto tiene un carácter universal. Ahora bien, si en todas las relaciones humanas existe un gran potencial de conflicto, éste se ve incrementado en las relaciones de pareja y familiares por varias razones, entre las que cabe citar: por una parte, el que estas relaciones son más cercanas, íntimas y afectivas; por otra, el que las interacciones entre las personas son, en estos casos, más frecuentes.

b) La importancia de los conflictos de pareja no está en que sean más o menos frecuentes, sino en saber en qué consisten y cómo manejarlos o resolverlos.

Los medios para resolver los conflictos, en general, son de varios tipos. Los más fundamentales son el *judicial*, la *conciliación*, el *arbitraje* y la *mediación*. En todos interviene una tercera persona que modifica el proceso de negociación.

En nuestro país, el largo período que hemos vivido de autoritarismo en todas las relaciones sociales y personales ha tenido como consecuencia que todos los conflictos, tanto sociales como personales, sólo podían resolverse desde el poder preferentemente judicial. Lo curioso es que esta tradición sigue influyendo de forma negativa, a pesar del escaso aprecio social de la justicia. Concretamente, en el *proceso judicial* de separación/divorcio es el juez quien

decide sobre el conflicto. En este proceso generalmente las partes, o al menos uno de los miembros de la pareja, se consideran perjudicados por la sentencia, dándose siempre, como señalamos anteriormente, la situación de ganador-perdedor. En el *arbitraje* se produce una negociación entre las partes en presencia del árbitro que tiene el poder de decidir, si las negociaciones no llegan a un acuerdo. Este medio, que puede ser válido en conflictos de otro tipo, difícilmente es aceptado por las partes en la separación/divorcio. En la *conciliación* se hace una negociación en presencia del conciliador, pero el papel de éste, que reúne a las partes y les propone un acuerdo, es sólo de presencia, sin darles pistas ni intervenir en el proceso, con lo cual su ayuda es poco efectiva en los conflictos de pareja.

En la *mediación* sí que interviene una tercera persona: el mediador. Sus funciones las señalaremos en otro apartado. Por ahora basta decir que en la actualidad este medio goza de un valor superior a los antes citados, los cuales, con la excepción del judicial, no se utilizan en los procesos de separación/divorcio. De forma progresiva, la mediación familiar va ganando terreno al proceso judicial a medida que se conoce y se experimentan los efectos positivos para los que se separan y, sobre todo, para los hijos. Ello es posible porque se cambia la dinámica de negociación para que sea personal y de mutuo acuerdo entre los implicados, buscando lo mejor para ambos y para los hijos en esta situación siempre dolorosa para los afectados. Es una nueva forma de abordar los problemas de separación y divorcio. Ayuda a las partes a separarse de forma civilizada y más humana, y ayuda también a que cada uno siga manteniendo su responsabilidad parental mediante una relación adecuada con sus hijos. Porque los padres que se separan dejan de ser pareja, pero siguen siendo padres de los mismos hijos.

La mediación familiar facilita a las parejas evitar "la escalada simétrica", por la cual las partes van incrementando progresivamente la crispación del conflicto al percibir al otro como causante de todas las situaciones de tensión, culpabilidad, etc. En definitiva, intenta evitar que la ruptura sea lo menos traumática, posibilitando que tanto adultos como menores asuman adecuadamente el proceso. Se evitan así, en gran parte, trastornos psicopatológicos, frecuentes e intensos, que son propios de la nueva situación: ansiedad, inseguridad personal, miedo, agresividad, fracaso escolar, síndromes depresivos...

A través de la mediación se consigue, además, *un acuerdo-vivo y, por tanto, revisable cuando cambian las circunstancias de todo tipo* (cf. J. M. Haynes).

La mediación no puede ignorar la realidad dolorosa de la ruptura que afecta a todos los miembros de la familia, especialmente a los hijos, pero tampono

co puede encerrarse en ella considerando que los efectos de la separación sólo pueden ser concebidos como perniciosos. Mediante el proceso de la mediación, se promueven tareas de adaptación en padres e hijos que permitan "llorar las pérdidas ocasionadas", pero al mismo tiempo enfrentarse a los cambios fundamentales a través de una gran capacidad para negociar y organizarse en la nueva situación y así poder favorecer el desarrollo de todos.

Por otra parte, la mediación ayuda a los implicados en el proceso a ver la necesidad de realizar un gran esfuerzo para garantizar dos cosas: en primer lugar, que se cumplan las funciones parentales, evitando que los hijos queden mediatizados por las desavenencias de sus padres; pero también, en segundo lugar, que esas desavenencias se resuelvan.

¿Qué *temas* han de abordarse en el proceso mediador? Muchos y variados. He aquí una enumeración de los más sobresalientes: coparentalidad (parentalidad compartida), guarda y custodia de los hijos³, patria potestad compartida, régimen de visitas (flexible), aspectos económicos y situación patrimonial.

En realidad, el término más adecuado para designar la mediación familiar sería el de "mediación para la separación y el divorcio" o "mediación para la ruptura de la pareja". En este sentido serían *objetivos de la mediación* los siguientes:

- 1) Suministrar información a las partes acerca del proceso y de los temas que hay que abordar y resolver.
- 2) Facilitar todos los datos, sobre los que las partes estén interesadas, tanto del proceso como de los contenidos.
- 3) Favorecer que las partes tomen decisiones útiles, mutuas (consenso) y responsables en su separación.
- 4) Facilitar la adaptación a los cambios que se sucederán en la vida futura de todos, con especial atención a los menores.
- 5) Ayudar para que los padres sigan cumpliendo sus funciones parentales de forma responsable.
- 6) Posibilitar que adultos y menores asuman adecuadamente el proceso de ruptura y sus consecuencias.
- 7) Disminuir los procesos contenciosos que se producen en todo divorcio y separación judicial.
- 8) Fomentar la coparentalidad, al haber participado ambos en el proceso mediador.

³ Esta denominación me parece poco afortunada, pero así aparece en la ley. Preferiría decir: "Cuidado de los hijos en el futuro", atendiendo tanto la complejidad emocional de la separación como los aspectos prácticos y materiales.

Por último es conveniente señalar las *fases que debe tener todo proceso mediador* (cf. T. Bernal):

a) *Primera fase: recepción o inicio del proceso.* Esta fase debe ser individual, con objeto de poder ver los planteamientos de cada uno. Sus metas son: crear un entorno agradable, recoger información de las partes, dar la información general por el mediador.

b) *Segunda fase: información mutua.* A partir de esta segunda fase siempre se debe actuar en pareja. En este momento se trata de dar información psicológica y jurídica de la ruptura y de recibir información concreta sobre cómo perciben ellos la situación, cuáles son los desacuerdos planteados y cuáles son los recursos personales, económicos, sociales...

c) *Tercera fase: información a los hijos.* En esta fase se pretende modificar las posibles distorsiones que puede causar en los hijos el conocimiento de la separación, pero también hacer posible que éstos puedan apoyar a los padres en la toma de decisiones. Algunos consideran esta fase como optativa, pero a mí me parece necesaria.

d) *Cuarta fase: adiestramiento.* El mediador ha de iniciarlos en habilidades de negociación, técnicas breves de comunicación, orientaciones para manejar el estrés y técnicas breves de solución de problemas.

e) *Quinta fase: negociación.* Ahora se trata ya de definir los problemas y buscar soluciones, procurando siempre que sean factibles.

f) *Sexta fase: resolución.* Es el momento de llegar al acuerdo, de redactarlo y de firmar el Convenio regulador.

g) *Séptima fase: seguimiento posterior.* Se trata de la evaluación posterior para revisar cómo les va.

4. El mediador familiar

Es una figura clave en el proceso de mediación. Debe ser una persona competente y responsable; debe tener una visión de la realidad (abierto, ecuánime, equilibrada, dinámica y realista); debe ser flexible en ideas pero no voluble, con capacidad de escucha y habilidad para no tomar partido, con capacidad para resistir a la manipulación y con facilidad para obtener una idea clara del problema global; debe tener creatividad para imaginar estrategias de actuación y ser capaz de generar confianza en las partes. El mediador familiar debe ser

aceptado por las partes, pero de forma que vean en él una ayuda para que ellos mismos sean los que alcancen, con libertad, su propio acuerdo.

En el papel del mediador familiar hay que tener en cuenta los aspectos siguientes:

a) El mediador controla el proceso de mediación, pero no decide. Su función es la de orientar a las partes para la cooperación mutua, haciendo disminuir la dinámica de enfrentamiento. Ha de tener en cuenta los intereses y necesidades de las partes, obviando las diferentes posiciones. Para ello ha de diseñar un proyecto de diálogo entre ellos, enseñar las habilidades para llegar al acuerdo, pero dejar siempre a las personas que están en la mediación que tomen sus propias decisiones.

b) Sólo puede ayudar a resolver las cuestiones planteadas, pero no arreglar las conductas, ya que esto corresponde al terapeuta u orientador familiar.

c) Debe ayudar a conseguir el acuerdo. Para ello debe tener en cuenta que los acuerdos van a mantener una relación permanente entre ellos (hijos comunes), y además que son revisables cuando cambien las circunstancias. En todo caso, debe tener claro que el resultado del acuerdo es responsabilidad de las partes.

d) El mediador debe buscar en cada persona "su sabiduría interior", que es lo que hay de Dios en cada uno de nosotros, según la feliz expresión de un mediador.

e) Debe adaptarse a cada situación. No existen recetas comunes aplicables a todos los casos.

Algunos autores se interrogan: ¿qué es la mediación familiar: una profesión, una ocupación, una vocación o una función? Pregunta difícil de contestar. Considero que tiene algo de todo. Porque, aparte de ciertas cualidades personales, el mediador familiar necesita tener una capacitación adecuada, como todo profesional, para poder realizar con efectividad sus funciones. En general, la capacitación se encuadra en la formación de orientación y/o terapia familiar como una especialidad.

La formación y capacitación del mediador familiar es un tema complejo. No puede concebirse sólo como una especialización en técnicas y conocimientos. También es importante tener en cuenta su historia personal, sus ideas y sentimientos, además de sus aptitudes en la línea antes indicada (persona equilibra-

da, con disposición al cambio, ética, integradora, con madurez personal...). Pero además necesita formarse en el adiestramiento, en el arte de negociar, en el conocimiento de la teoría científica del conflicto (cómo se genera y cómo se resuelve); y precisa algunos conocimientos formales y materiales sobre la mediación familiar, así como conocimientos jurídicos sobre el matrimonio y la familia.

¿Qué formación previa se exige? Tampoco aquí hay una opinión unánime: unos piensan que todo postgraduado puede realizar los estudios complementarios de mediación familiar, mientras que otros sólo aceptarían para esta formación de postgrado aquellos que poseen una titulación universitaria en psicología, derecho o trabajo social. Hoy existe una comisión nacional que está estudiando una posible regulación de esta especialidad en el ámbito nacional. Nosotros nos inclinamos por la primera de las dos opciones señaladas por el óptimo resultado que están dando los orientadores familiares con independencia de la titulación previa con la que iniciaron su formación específica. Mientras tanto, los contenidos básicos y específicos de los programas de formación existentes para mediadores son bastante variados⁴.

Para concluir hay que afirmar que la identidad del mediador familiar no es innata, sino adquirida. No es una identidad que se dé de una vez por todas. Se consigue en la práctica de la mediación.

5. Consecuencias de la separación y el divorcio para las partes

Para valorar mejor lo que significa la mediación familiar es preciso detenerse en lo que la separación y el divorcio suponen en la vida de muchas personas. M. Mead decía:

"Toda persona tiene derecho a mudarse si no le gusta su casa, a cambiar de colegio, de amigos, de partido político y de religión. Junto a la libertad de elegir, está implícito el derecho a cambiar de pareja. Si podemos rectificar las cosas del pasado en casi todos los campos de las relaciones humanas, ¿por qué tiene el matrimonio que ser una excepción?".

Hoy la realidad de la separación y el divorcio es un hecho incuestionable. Por otra parte, parece que nadie podría negar ese derecho y esa libertad. Sin

⁴ La Facultad de Teología de Granada, con experiencia en la formación de orientadores familiares (cinco promociones de tres cursos cada una), ha organizado su primer ciclo de mediadores familiares (tres cursos académicos y memoria final) para postgraduados, otorgando el título de "Master en mediación familiar" a los licenciados universitarios y "Experto en mediación familiar" a los sólo diplomados.

embargo, son tales las consecuencias que se siguen que resulta conveniente dejar la ruptura como última opción: es decir, cuando ya la convivencia sea absolutamente imposible. Mientras tanto, hay que buscar ayudas para recomponer la relación. Y, con frecuencia, se consigue. Porque no puede negarse que toda separación es consecuencia de un error o de un fracaso en el amor; y el fracaso en el amor produce un profundo grado de infelicidad. Es lo que me muestra mi experiencia de muchos años de orientador familiar.

Ahora bien, por una u otra causa, la realidad es que se dan situaciones de rupturas conyugales irreversibles y que, en esos casos, la separación "es el mal menor". La mediación familiar acepta el hecho de la ruptura. No es su función recomponerla: eso corresponde a la terapia. Lo que debe procurar es reducir los efectos negativos del conflicto que produce la misma.

Con frecuencia el conflicto de pareja va unido al hecho de que una de las partes pretende el cambio mientras la otra se resiste al mismo. Esa diferencia se agrava cuando uno de ellos decide llegar a la ruptura. El proceso es largo y doloroso. La decisión de romper suele proceder de uno de los dos, y generalmente no aceptada por el otro. Quien lo decide interpreta el cambio como positivo o como absolutamente necesario; el otro reacciona con situaciones emocionales o cognitivas que incrementan el conflicto (inseguridad, miedo, incapacidad, confusión...). Lo que se resalta del pasado es todo lo negativo de la relación. Se buscan apoyos para justificarse de algún modo.

La ruptura de pareja es una de las experiencias más dolorosas que el ser humano puede sufrir. Después de la muerte de un ser querido, es el acontecimiento más dramático en la vida de una persona...

En las investigaciones realizadas sobre la muerte del cónyuge y el proceso de ruptura, F. Kaslow concluye que este último produce una mayor intensidad emocional. Para ello hace un análisis en tres aspectos: personal, económico y social:

a) *Aspecto personal.* En la *muerte del cónyuge*, el duelo suele durar un año aproximadamente, se acepta la pérdida como algo natural y como definitiva, hasta llegarse a una aceptación positiva. En el *divorcio o separación*, por el contrario, el duelo se prolonga entre dos a cuatro años. Las partes siguen en contacto y se reaviva el sentimiento de dolor. Incluso llegan a odiarse. Hasta puede producirse en uno de los dos fantasías de volver a estar juntos. También son frecuentes sentimientos de culpa en uno o en los dos, o sentimientos de abandono en el que no deseaba la ruptura, con las consecuencias que estas situaciones conlleva.

b) *Aspecto económico*. En la *muerte del otro* el patrimonio aumenta, se duplica. En la *separación*, disminuye y, a veces, con consecuencias muy negativas por falta de medios para uno o los dos. Este es un aspecto que produce muchos problemas, no sólo en el momento de la separación, sino incluso muchos años después cuando cambian las condiciones.

c) *Aspecto social*. En la *muerte* no se modifica el status social; en la *separación/divorcio* hay una pérdida de status, hecho que genera problemas de todo tipo y, sobre todo, de tipo emocional. Por otra parte, amigos y familiares apoyan al viudo/a. En cambio, en la separación se produce un conflicto de lealtades entre los familiares y amigos, que llevan, con frecuencia, a situaciones de aislamiento y soledad.

Es oportuno en este momento citar a una mediadora, cuando dice: "La ruptura, en general, produce aislamiento y soledad, mientras que el matrimonio o vida en pareja proporciona apoyo emocional y compañía, incluso en parejas con un nivel conflictivo considerable". En efecto, una pareja que se quiere, aunque no se entienda plenamente y no sepa resolver sus conflictos, tiene una gran posibilidad de llegar a ser feliz, si se le presta una ayuda. Yo respiro profundamente cuando llega una pareja al despacho y percibo que todavía se quieren: presiento que hay arreglo. Con frecuencia la causa de su no entendimiento suele provenir de su falta de habilidades para conocer y resolver los conflictos y los problemas que surgen en toda relación. Normalmente le faltan, además, habilidades de comunicación en tres planos: verbal, no verbal y sexual.

Pero esto no implica cerrar los ojos a la realidad de parejas cuya convivencia es imposible. En esos casos lo válido es la separación. Lo que queremos afirmar es que la pareja estable, con conflictos incluidos, es más feliz que la que se separa. Todo matrimonio cuya relación está deteriorada y que no quiere la ruptura, debiera intentar una ayuda para resolver su situación.

6. *Respuesta emocional de los hijos ante la separación de sus padres*

Las primeras investigaciones sobre la influencia del divorcio en los hijos fueron realizadas en 1988 por Camera y Resnich. El estudio fue centrado en la comparación entre familias divorciadas y parejas estables. Los datos encontrados indican que los hijos de los separados, sobre todo los varones, presentan más problemas de ajuste, se hacen más antisociales, tienen mayores dificultades escolares, presentan mayor agresividad y un mayor grado de impulsividad, que los hijos de las parejas estables. Otras investigaciones no encuentran esa diferencia en el sexo de los hijos, aunque sí que los problemas son mayores en general. De cualquier forma la realidad es, según todas las investigaciones, que la separación

tiene una incidencia negativa en los hijos.

Paralelamente a estos estudios se realizaron otros sobre "el conflicto interparental", para analizar la importancia que tiene la conflictividad entre los padres no separados y su influencia negativa en los hijos. Influye más en los hijos la intensidad del conflicto parental que la ruptura en sí (Jacobson y otros).

Otras investigaciones (Gianella) han estudiado la influencia de la separación en los hijos según la edad y otras variables que guardan relación con las reacciones emocionales, que suelen ser idénticas en todos a igual edad. Veamos algunas reacciones según la edad:

Niños de 0 a 2 años. El bebé en estos dos primeros años asume sin dificultad la realidad de la separación de sus padres e incorpora a cada progenitor por separado en su vida. Esto sucede porque en esta edad lo fundamental es mantener el contacto permanente con el primer cuidador, generalmente la madre. Sin embargo, sí suelen ser negativas para el bebé las preocupaciones, la inquietud y el nerviosismo del cuidador por el hecho de la separación, ya que estos sentimientos se los transmite. Si esto sucede, genera un bebé irritable, caprichoso, triste...

Edad preescolar (3 a 5 años). Este es un período bastante crítico. Las respuestas emocionales ante la separación suelen ser: alteraciones del sueño y la alimentación; regresiones o interrupciones de hábitos adquiridos (chupete, enuresis, etc.); conductas agresivas con todos los que están a su alrededor; aumento de la dependencia del padre con el que convive, que se manifiesta por un comportamiento excesivamente bueno; sentimiento de culpa por la ruptura de sus padres...

Edad escolar (6 a 8 años). Esta es la edad más tranquila de la niñez: en esta época el niño centra todo su esfuerzo en el aprendizaje, establece una relación con sus iguales (pandilla), no se rebela contra sus padres y suele ser razonable, inicia la formación de su identidad y concepto de sí mismo. El núcleo principal de sus vidas son sus padres. La ruptura suele producir en ellos estas consecuencias: no pueden concentrarse en la escuela, agreden a sus compañeros o se aíslan; prevalecen en ellos las sensaciones de pérdida, rechazo y culpa; les preocupa mucho perder al padre no convivente y que sea reemplazado; aprovechan la competencia de los padres por su afecto y lealtad e instrumentan conductas manipuladoras.

Edad escolar (9 a 12 años). En este periodo los niños dependen de los padres para su estabilidad personal. Les importa mucho la imagen social de su

familia y, sobre todo, de sus padres. En la ruptura suelen adoptar un comportamiento que se manifiesta por hechos como estos: suelen enfrentarse con sus padres y, con frecuencia, se alían con uno de ellos para atacar al otro; en otros casos, en cambio, se empeñan en ayudarles y les brindan cariño, compañía y cuidados.

Edad adolescente (13 a 18 años). Con frecuencia los adultos consideran que la separación tiene escasa influencia en los adolescentes, porque al ser mayores comprenden mejor. Pero la disolución del hogar es negativa para ellos, ya que necesitan una estructura familiar que les ayude a contener sus impulsos agresivos y sexuales. Por eso ante la situación de ruptura: se enfadan con sus padres y se sienten abandonados; manifiestan un gran desconcierto ante la ruptura; tienen sentimientos ambivalentes de suficiencia y dependencia; buscan la opinión del grupo para tranquilizarse; con frecuencia se produce un bloqueo de su autonomía...

7. Actitudes y conductas de los padres con sus hijos (antes, durante y después del divorcio)

Los efectos negativos del divorcio en los hijos se pueden reducir si los padres adoptan actitudes y conductas adecuadas. Enumeramos algunas pautas recomendables:

a) Preparar a los hijos cuando la separación está cercana: para ello deben cuidar mucho lo que dicen y hacen y, además, aumentar las muestras de afecto.

b) Decirles juntos (padre y madre) y, al mismo tiempo, a todos los hijos, la decisión que han tomado de vivir separados y subrayar que, cuando uno de los dos se vaya de casa, ambos seguirán ocupándose conjuntamente de ellos.

c) Reiterarles, si ha sido así, que es una decisión conjunta (papá y mamá), y aclararles que ellos no son responsables de la decisión tomada y, por tanto, carecen de toda culpa.

d) Explicarles las razones de la separación, pero cuidando no entrar en demasiados detalles; especialmente a los mayores no es necesario explicarles todos los pasos a seguir para el divorcio.

e) Comunicarles, con claridad, los cambios que necesariamente se van a producir en la vida de todos, insistiendo en que ambos intentarán que les afecten lo menos posible.

f) Decirles que todos, los padres y los hijos, deben esforzarse para mantener la necesaria relación entre ellos.

g) Comunicarles, además, cómo estarán con papá y mamá, dónde estará su otra casa, su habitación, etc.

Una vez que ya la separación se ha consumado, los padres deben pro-

curar: prestarles apoyo ambos en las tareas escolares; controlar su conducta de forma conjunta; mantener ante los hijos una imagen positiva el uno del otro, evitando la dinámica de culpabilizar al otro y hablando bien del otro como padre o madre; prestarles el apoyo emocional conjunto que necesitan; ayudarles a mantener hábitos de vida regular; mantener un sistema de comunicación frecuente con el padre no custodio, evitando las normas y sin problemas de competencia; establecer un sistema educativo compartido y de refuerzos conjuntos; crear un ambiente propicio y adecuado para poder expresar los propios sentimientos; asegurarles y manifestarles el afecto de ambos; y marcarles reglas de actuación conjuntas.

8. *A modo de conclusión*

Para terminar quiero señalar las dos tareas fundamentales que deben afrontar las partes tras la separación: por una parte, reconstruir su vida como adultos; por otra, ayudar a los hijos a superar el trauma de la separación y asumir el divorcio.

A los hijos también les corresponde asumir otras dos tareas: aceptar la realidad de divorcio de sus padres y aceptarlo para seguir creciendo como persona y como familia; asumir la idea positiva de que ellos pueden amar y ser amados a pesar del fracaso de sus padres en el amor.

Bibliografía

- T. BERNAL SAMPER, *La mediación: una solución a los conflictos de ruptura de pareja*, Colex, Madrid 1998.
- J. I. BOLAÑOS, *Conflicto familiar y ruptura matrimonial. Aspectos psicosociales*, Fundación Universidad-Empresa - UNED, Madrid 1998.
- J. CANTÓN DUARTE ET AL., *Conflictos matrimoniales, divorcio y desarrollo de los hijos*, Pirámide, Madrid 2002.
- C. GIANELLA, *Conferencia dictada en la Facultad de Psicología*, Universidad del Aconcagua, Mendoza 1998.
- J. M. HAYNES, *Fundamentos de la mediación familiar*, Gaia Ediciones, Madrid 1995.
- F. MORALES GARCÍA, *Materiales para el Curso de Mediadores Familiares de la Facultad de Teología de Granada*, Granada 2002.
- P. ORTUÑO MUÑOZ, "La mediación familiar en España", en: *Familia* 24 (2001) 63-79.
- J. PÉREZ MONTIEL, *Materiales para el Curso de Mediadores Familiares de la Facultad de Teología de Granada*, Granada 2002.
- M. SUÁREZ, *Mediación. Conducción de disputas, comunicación y técnicas*. Paidós, Barcelona 1996.