

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
FACULTAD DE DERECHO



TESIS DOCTORAL

La Mediación Familiar Restauradora: un modelo de mediación

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTOR

PRESENTADA POR

Ignacio Tornel García

DIRECTOR

Rafael Palomino Lozano

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
FACULTAD DE DERECHO



TESIS DOCTORAL

La Mediación Familiar Restauradora: un modelo de mediación

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTOR

PRESENTADA POR

Ignacio Tornel García

DIRECTOR

Rafael Palomino Lozano

ÍNDICE

RESUMEN	9
INTRODUCCIÓN	13
I. NORMATIVA SOBRE MEDIACION FAMILIAR EN EL ÁMBITO NACIONAL E INTERNACIONAL	23
1. Normativa Europea	23
1.1. Recomendación del Consejo de Europa sobre mediación familiar en 1998.....	23
1.2. Directiva europea de mediación civil.	26
1.3. Propuesta de Resolución del Parlamento Europeo en 2011	29
1.4. Estudio del Parlamento Europeo 2014	31
1.4.1. Medidas legislativas dirigidas a la promoción de la mediación	35
1.4.2. Medidas no legislativas para la promoción de la mediación	37
1.4.3. Formación en mediación en las facultades de derecho	38
1.5. Informe del Parlamento Europeo 2017	42
1.6. Código de Conducta de la Comisión Europea	45
2. Legislación estatal.....	46
2.1. La Constitución española.....	46
2.2. La protección jurídica de la estabilidad familiar: un proyecto pendiente	49
2.3. Código civil	56
2.3.1. Promoción de la estabilidad matrimonial en otros ordenamientos	57
2.3.2. La ruptura matrimonial y su régimen jurídico	60

- La separación de hecho.....	61
- La separación legal.....	63
- El divorcio	65
- La mediación familiar en la Ley de Divorcio de 2005.....	68
2.4. La Ley 5/2012 de mediación en asuntos civiles y mercantiles.....	74
2.5. Reglamento de mediación	85
2.6. Anteproyecto de ley de impulso a la mediación de 2019	86
2.7. Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia.....	91
3. Leyes autonómicas	95
3.1. Ley 1/2007, de mediación familiar en la Comunidad de Madrid	96
4. La mediación en el ámbito internacional	106
4.1. Italia	106
4.2. Reino Unido	109
4.3. Alemania.....	113
4.4. Austria.....	114
4.5. Estados Unidos.....	116
4.6. Australia.....	123
4.7. La mediación canónica. El SAMIC. Una nueva práctica.....	126
II. FUNDAMENTACIÓN ANTROPOLÓGICA Y PSICOLÓGICA. MARCO TEÓRICO.....	135
1. Dimensión relacional de la persona	135
1.1. La filosofía moderna y contemporánea.....	136
1.2. El siglo XX y la postmodernidad	139
1.3. La antropología trascendental	144
1.3.1. Coexistencia	145

1.3.2. Libertad.....	147
1.3.3. El conocer personal.....	153
1.3.4. El amar personal.....	155
1.4.Espiritualidad conyugal y antropología en Juan Pablo II.....	156
2. Contexto individualista de la sociedad	159
2.1. Libertad individual y dignidad personal	159
2.2. Hogares solitarios: Individualismo que configura la sociedad.....	164
2.3. Soledad y salud	170
2.4. The BBC Loneliness Experiment	172
2.5. The Harvard Study of Adult Development.....	176
3. El conflicto y la gestión de las emociones.....	178
3.1. Etapas y crisis en la vida de una pareja.....	180
3.1.1. Luna de miel	180
3.1.2. Expectativas	181
3.1.3. Lucha por el poder	181
3.1.4. Independencia	181
3.1.5. Reconciliación.....	182
3.1.6. Aceptación.....	182
3.2. La gestión de las emociones en el conflicto.....	182
3.3. La Terapia de Pareja Centrada en las Emociones (TCE)	190
3.3.1. Aspectos neurobiológicos del apego en la TCE	191
3.3.2. Descripción de la TCE	193
3.4. La autogestión de las emociones	197
3.4.1. La relajación progresiva.....	198
3.4.2. La respiración	198

3.4.3. La meditación	200
III. LA ESTABILIDAD FAMILIAR Y EL BIENESTAR PERSONAL Y SOCIAL	201
1. Estabilidad familiar: apunte general	201
1.1. Estabilidad familiar en los Estados Unidos	202
1.2. Estabilidad familiar en el Reino Unido	210
1.3. La estabilidad familiar en España	212
2. Estabilidad familiar y salud.....	216
2.1. Los efectos del divorcio en la salud de los niños	218
2.1.1. Efectos psicobiológicos de la separación parental en los hijos .	219
2.1.2. Los efectos biológicos de la separación parental en los hijos ...	222
2.1.3. El impacto de la ruptura en los hijos en los Estados Unidos	224
2.2. Los efectos del divorcio en la salud de los adultos	230
3. La estabilidad familiar y su impacto socioeconómico y laboral	243
3.1. Divorcio y empleo	243
3.2. Divorcio y rendimiento laboral.....	246
3.3. Divorcio y nivel de renta.....	259
4. Estabilidad familiar y patrones de conducta en los hijos	271
4.1. Relaciones padres-hijos.....	272
4.2. Comportamiento violento	275
4.3. Rendimiento escolar	280
5. Estabilidad familiar y conductas de riesgo en los hijos	295
5.1. Consumo de alcohol	295
5.2. Consumo de drogas.....	299
5.3. Sexualidad	303
5.4. Matrimonio y relaciones amorosas	312

6. Estabilidad familiar y patrones de conducta en adultos	314
6.1. Maltrato infantil	314
6.2. Suicidios	318
6.3. Consumo de contenidos pornográficos.....	321
6.4. Uso de métodos contraceptivos.....	330
IV. LOS MODELOS DE MEDIACIÓN.....	335
1. De los ADR a los MASC	335
2. La negociación	338
3. La conciliación.....	342
3. El arbitraje	345
4. La mediación y sus distintas modalidades	348
4.1. El modelo Harvard (Fisher y Ury).....	348
4.1.1. El “win-win” que salva la relación entre las partes	348
4.1.2. Separar a las personas de los problemas	349
4.1.3. Focalizar en los intereses, no en las posiciones.....	353
4.1.4. Generar opciones que beneficien a ambos	354
4.1.5. Utilizar criterios objetivos	355
4.2. El modelo transformativo	356
4.2.1. La teoría del conflicto.....	356
4.2.2. Los recursos del mediador transformativo	359
4.3. El modelo narrativo	362
4.3.1. Contenido y premisas	362
4.3.2. Técnicas del modelo narrativo	364
La escucha activa	364
Las preguntas circulares	365

Preguntas presuposicionales	366
V. PROPUESTA Y DESARROLLO DEL MODELO DE INTERVENCIÓN MFR®	369
1. Áreas de evaluación e intervención	373
1.1. La comunicación	374
1.2. El perdón que devuelve el respeto y la admiración	378
1.3. Compromiso: cuestión de prioridad	382
1.4. Afectividad	390
1.5. Los “círculos concéntricos”	397
1.5.1. Parentalidad	397
1.5.2. Familia extensa.....	400
1.5.3. El trabajo dentro y fuera de casa.....	411
2. Fases y técnicas del modelo MFR®	415
2.1. Fase cero.....	415
2.1.1. La exposición del mediador	416
2.1.2 La derivación y referencia.....	416
2.1.3. Primer contacto: Correo, llamada, abordaje.....	418
2.2. Fase uno: acogida	420
2.2.1. Joining	420
2.2.2. La presentación del mediador.....	421
2.2.3. La narrativa inicial.....	424
2.2.4. El cierre de la primera sesión	425
2.2.5. Técnicas	426
Manejar emociones.....	426
Validar emociones.....	428

<i>Normalizar emociones</i>	428
<i>Identificar intereses</i>	429
<i>El silencio</i>	429
<i>Preguntas hipotéticas. Esperanza de futuro</i>	430
2.3. Fase dos: las sesiones individuales.....	431
2.3.1. Preguntas circulares	433
2.3.2. Desempantanando	434
2.3.3. Externalización	435
2.3.4. El reencuadre	436
2.3.5. La confrontación	437
2.3.6. Su Batna.....	439
2.4. Fase tres: hoja de ruta inicial	440
2.4.1. La reformulación	443
2.4.2. La connotación positiva	444
2.4.3. El reflejo.....	445
2.4.4. El resumen	447
2.4.5. Ante el bloqueo, generar opciones. Brainstorming	447
2.4.6. La legitimación.....	448
2.4.7. El filtro de la objetividad.....	450
2.4.8. Normalización.....	450
2.4.9. Ejercicio de escucha activa	451
2.4.10. Las metáforas	452
2.5. Fase cuatro: las sesiones ordinarias. Caucus	453
2.5.1. El caucus	454
2.5.2. El radar positivo	456

2.5.3. La lista de cuidados	456
2.5.4. Sesión de fotos	457
2.5.5. La sorpresa.....	457
2.5.6. La cita	458
2.5.7. Caminar a ciegas.....	459
2.5.8. Transformar quejas y reproches en deseos	459
2.5.9. Agravios y desagravios.....	460
2.5.10. La separación terapéutica	461
2.5.11. Time out.....	461
2.6. Fase cinco: en modo ITV y el alta.....	461
2.7 El estatuto del mediador y su código deontológico	463
VI. PROPUESTA DE MODIFICACIÓN LEGISLATIVA.....	467
CONCLUSIONES.....	475
BIBLIOGRAFÍA	491

RESUMEN

El legislador trató de potenciar la mediación en el Derecho de familia mediante la aprobación de la Ley de Mediación 15/2012 pero dicho propósito se ha incumplido o bien que se ha cumplido de forma deficiente, bien porque se emplea solo una mediación dirigida a un final no traumático en casos contados, o bien porque no se ha atendido a la mediación como instrumento alternativo para la preservación y mejora de la relación jurídica matrimonial y, por ende, de la familia y de la sociedad.

Esta tesis pretende ofertar el texto de una posible modificación legislativa en orden a introducir la Mediación Familiar Restauradora (MFR[®]), que pone el acento en la preservación de las relaciones entre las dos personas protagonistas del conflicto, en el esquema normativo español, como modelo válido para la superación de las crisis matrimoniales.

La tesis se compone de cinco capítulos diferenciados y una propuesta final.

En el primer capítulo, dedicado al marco jurídico, se estudiará la regulación legislativa de la mediación familiar en distintos ámbitos territoriales.

El segundo capítulo aporta una reflexión antropológica y psicológica acerca de la persona que fundamente el sentido y validez de la mediación. La mediación presupone la existencia de un conflicto o de un disenso entre personas. De ahí que su necesidad se apoye también en elementos cuya investigación pertenece a la antropología y a la psicología.

El tercer capítulo de la tesis está dedicado al marco sociológico, estudiando el impacto que tiene la estabilidad sobre los miembros de la familia, como un bien intangible y metajurídico, tan conectado con la superación del conflicto y la atención de las emociones y los vínculos de apego, y que, desde nuestra perspectiva, merece una particular tutela jurídica. Este capítulo analiza precisamente las consecuencias nocivas para la sociedad que se derivan de la inestabilidad familiar.

En el cuarto capítulo, comentaremos las principales fórmulas alternativas de resolución de conflicto, entre las que destacaremos fundamentalmente a la mediación.

En el quinto y último capítulo y partiendo de las tres escuelas principales de mediación, presentamos un modelo específico de intervención: La Mediación Familiar Restauradora, MFR[®] que tiene en cuenta la regulación jurídica de la mediación familiar, incorpora su fundamento antropológico y psicológico y valora especialmente el impacto en las personas y en la sociedad de la inestabilidad familiar.

Por último, la tesis presenta una propuesta de modificación legislativa de la Ley de Mediación, de forma que incorpore una dimensión verdaderamente restauradora al servicio de las familias, que se concretaría fundamentalmente en un enfoque preventivo de la mediación, en una clara vocación de sanar y restaurar las relaciones subyacentes y por último en una obligatoriedad mitigada que llevaría a requerir al menos el intento de la mediación como modo de acercamiento y entendimiento entre las personas que se ven en conflicto.

ABSTRACT

The legislator sought to promote mediation in Family Law through the approval of the Mediation Law 15/2012, but this objective has either been unmet or poorly fulfilled, either because mediation is only used in a limited number of cases aimed at avoiding traumatic outcomes, or because mediation has not been considered as an alternative tool for the preservation and improvement of the marital legal relationship and, therefore, of the family and society.

This thesis aims to offer the text of a possible legislative modification to introduce Restorative Family Mediation (MFR[®]), which focuses on preserving the relationships between the two main parties in conflict, into the Spanish legal framework as a valid model for overcoming marital crises.

The thesis is composed of five distinct chapters and a final proposal.

The first chapter, dedicated to the legal framework, will examine the legislative regulation of family mediation in various territorial areas.

The second chapter provides an anthropological and psychological reflection on the person, which underpins the meaning and validity of mediation. Mediation presupposes the existence of a conflict or disagreement between individuals. Hence, its necessity is also supported by elements whose research belongs to anthropology and psychology.

The third chapter of the thesis is dedicated to the sociological framework, studying the impact that stability has on family members as an intangible and meta-legal good, closely connected with overcoming conflict and addressing emotions and attachment bonds, which, from our perspective, deserves particular legal protection. This chapter specifically analyzes the harmful consequences for society arising from family instability.

In the fourth chapter, we will discuss the main alternative conflict resolution formulas, among which we will particularly highlight mediation.

In the fifth and final chapter, starting from the three main schools of mediation, we present a specific intervention model: Restorative Family Mediation (MFR©), which takes into account the legal regulation of family mediation, incorporates its anthropological and psychological foundations, and particularly values the impact of family instability on individuals and society.

Finally, the thesis presents a proposal for legislative modification of the Mediation Law, in order to incorporate a truly restorative dimension to the service of families, which would mainly focus on a preventive approach to mediation, a clear intent to heal and restore underlying relationships, and, lastly, a mitigated obligation requiring at least an attempt at mediation as a means of approach and understanding between conflicting parties.

INTRODUCCIÓN

La Ley 15/2005, de 8 de julio, modificó el Código Civil para dar cabida a lo que se vino a conocer comúnmente como «el divorcio exprés»¹, acortando plazos y eliminando las causas para poder obtener un divorcio más ágil.

La Exposición de Motivos de esa ley establecía: «Con el fin de reducir las consecuencias derivadas de una separación y divorcio para todos los miembros de la familia, mantener la comunicación y el diálogo, y en especial garantizar la protección del interés superior del menor, se establece la mediación como un recurso voluntario alternativo de solución de los litigios familiares por vía de mutuo acuerdo con la intervención de un mediador, imparcial y neutral.»

Gracias a la mediación, se indicaba en la misma Exposición, «las partes pueden pedir en cualquier momento al Juez la suspensión de las actuaciones judiciales para acudir a la mediación familiar y tratar de alcanzar una solución consensuada en los temas objeto de litigio».

Esta ley de divorcio de 2005 fue aprobada sin que, lamentablemente, la creación de espacios públicos de mediación familiar dirigidos a esa reflexión viera la luz más que en contadas ocasiones.

Esta es la primera referencia a la mediación que aparece en nuestra legislación nacional y esto ocurre en el contexto de la regulación del divorcio. Esta es, en cierto modo, la razón por la que en muchas ocasiones se circunscribe la mediación familiar al proceso de divorcio.

Sin embargo, la mediación familiar puede ir mucho más allá.

¹ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, vol. BOE-A-2005-11864, 2005, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2005/07/08/15>.

Esta tesis doctoral atiende a un propósito inicial del legislador consistente en potenciar la mediación en el Derecho de familia, pero constata que dicho propósito se ha incumplido o bien que se ha cumplido de forma deficiente, bien porque se emplea solo una mediación dirigida a un final no traumático en casos contados, o bien porque no se ha atendido a la mediación como instrumento alternativo para la preservación y mejora de la relación jurídica matrimonial y, por ende, de la familia y de la sociedad.

A la vista de esta situación, en consecuencia, la tesis pretende:

- Instrumentalmente, analizar la normativa en materia de mediación en el ámbito autonómico, estatal, europeo, comparado e internacional;
- Atender al sentido de la mediación en un contexto antropológico;
- Valorar la estabilidad matrimonial como interés jurídico y social atendiendo a diversos estudios y perspectivas de las CC Sociales;
- Analizar la mediación como técnica de resolución de conflictos;
- Y exponer de forma práctica una experiencia profesional de mediación familiar restauradora.

Como consecuencia de lo anterior, la tesis pretende ofertar el texto de una posible modificación legislativa en orden a introducir la mediación familiar restauradora en el esquema normativo español de las crisis matrimoniales, como modelo válido para la superación de estas crisis. Siendo este el objetivo principal de esta tesis, abordaremos también algunos objetivos específicos, que se irán desarrollando a lo largo de los capítulos, entre los que podemos mencionar: demostrar la importancia de la estabilidad familiar para el desarrollo de las personas; determinar las principales causas de inestabilidad familiar, demostrar la relación causa – consecuencia entre ellas y el divorcio o la ruptura familiar y poner en evidencia la falta de regulación adecuada para la mediación familiar.

Para la consecución de estos objetivos, la metodología jurídica utilizada será, de un lado, una metodología jurídico- descriptiva que identifica un problema y lo analiza (normativa de mediación familiar que no se adapta a las necesidades de las familias identificadas) y, de otro lado, una metodología jurídico- propositiva;

ya que buscamos presentar nuevas soluciones para los problemas identificados (el modelo denominado MFR).

Mediar en un divorcio es una posibilidad de intervención profesional en mediación familiar, pero también lo es la mediación ante los conflictos y diferencias propios de la convivencia en el hogar, en una partición de herencia, en una disputa entre los padres y un hijo adolescente, entre un grupo de hermanos que participan en una empresa familiar, o en la toma de decisiones relativas al cuidado de un miembro de la familia dependiente, por citar algunos supuestos en los que cabe la intervención de la mediación familiar.

Mediar supone intervenir en un conflicto con la idea de dirimirlo, superarlo y también tratar de salvar las relaciones entre las partes protagonistas de ese conflicto.

La Mediación Familiar Restauradora (MFR®)² pone el acento en este último aspecto de la preservación de las relaciones entre las dos personas protagonistas del conflicto.

Esta doble finalidad de la mediación (resolver el conflicto y preservar la relación de sus protagonistas) se entiende muy bien si utilizamos el ejemplo de la mediación internacional.

La mediación internacional es un proceso de resolución de un conflicto entre dos o más países a través de la figura de una persona o institución que, desde una posición de neutralidad, auxilia a las partes en conflicto para que puedan encontrar una solución que ponga fin a su confrontación.

Esta práctica, relativamente frecuente, ha recibido un importante apoyo con la aprobación de la Convención Internacional de Naciones Unidas sobre

² La Oficina Española de Patentes y Marcas del Ministerio de Industria Comercio y Turismo recoge dentro de la Clase 45 (Servicios Jurídicos) y con la Marca Nº 4.167.878 la Mediación Familiar Restauradora, registrando como titular de esta marca a Ignacio Tornel García el 16 de diciembre de 2022. Con el fin de preservar y garantizar las características originales y la metodología específica de esta forma de mediación, el autor de la tesis procedió a registrar este nombre.

Mediación, denominada «United Nations Singapur Convention»³ que regula la intervención de la mediación en la resolución de los conflictos, en este caso comerciales, entre dos países.

Efectivamente, ante una mediación internacional entre dos países, pongamos por caso, por un conflicto territorial fronterizo que los ha llevado al borde de la confrontación, nadie entendería que esa mediación haya sido un éxito si consiguen solventar la disputa territorial, pero los países rompen relaciones diplomáticas, comerciales y de todo tipo para siempre.

Es evidente que el buen resultado del proceso de mediación debe incluir una salvaguarda de la relación entre esos dos países, que así seguirán viviendo en buena vecindad, manteniendo unas saludables relaciones comerciales, turísticas, culturales, etc. Como las que tenían antes del conflicto o incluso mejores.

Valga el símil para el concepto de mediación que aquí trabajamos, MFR®, y que busca proteger las relaciones de los mediados, de modo que, abordado y dirimido el conflicto, también se restaure la relación de las partes a su estado original o incluso mejorado.

Dos personas que se encuentran en un estado de confrontación, lo más probable es que lleven ya un tiempo recorriendo la senda del distanciamiento, la incomunicación, la desafección y muchas veces del trato inapropiado...Por eso al restaurar su relación se buscará devolverla, no al estado en el que se encontraba antes del conflicto, sino a un nuevo estado que necesariamente será mejor.

Algo así sostiene la metodología japonesa Kintsugi que consiste en restaurar piezas de alfarería rotas en pedazos, uniendo esos pedazos con una pasta muy resistente, formada por una mezcla de resina y polvo de oro, que une perfectamente los trozos dejando visible la sustancia de unión que es de color dorado y embellece, aún más, con esas «cicatrices» la pieza de cerámica, como

³ «UNITED NATIONS SINGAPUR CONVENTION», 2019, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg_no=XXII-4&chapter=22&clang=_en.

podemos ver en la fotografía. Por eso también podemos hablar de una Mediación Familiar Kintsugi.



El arte Kintsugi ha inspirado numerosos enfoques de resolución de conflictos en los que se busca la sanación de las fracturas entre los dos, de una manera constructiva y que enriquezcan el tejido en el que se han producido esas confrontaciones, aunque queden seguramente algunas cicatrices cubiertas por esa mezcla de resina y oro, que representan el alto valor del esfuerzo y dedicación para solventar la crisis.

Resulta interesante, en este mismo sentido, la experiencia desarrollada en Colombia para lograr el asentamiento de la paz y la eliminación de los resentimientos en el contexto de las confrontaciones de Medellín.⁴ De nuevo, entendiendo que no sólo es necesario alcanzar un acuerdo sino atender al estado en el que quedan las partes de ese acuerdo y su relación.

Estamos tratando de presentar el enfoque diferenciador y ambicioso de la MFR® que implica que la intervención en mediación contemple la posibilidad de que quienes están sufriendo una confrontación personal, tengan a un profesional al

⁴ M. E. PINTO-GARCIA; R. SERNA-HOSIE; A. CASAS; N. MÉNDEZ, «Art for Reconstruction: A creative and art-based intervention for peacebuilding and reconciliation to reduce intergroup hostility and stigma after a protracted armed conflict», *Journal of International Development*, vol. 34, 8, 2022, pp. 1527-1546.

lado que les ayude a reflexionar y a valorar las distintas opciones que tienen delante, con especial acento en la recomposición de la relación, superando enfrentamientos y conflictos, promoviendo el consenso y facilitando el acercamiento de las dos partes.

Desde mi propia práctica profesional de la mediación familiar, a lo largo de estos diecinueve años, tanto en mi despacho privado como en el Centro de Atención a la Familia de la Comunidad de Madrid (CAF Majadahonda), he tenido el privilegio de atender a cientos de familias. En la mayoría de los casos, parejas que vienen buscando un modo de superar sus conflictos y sus diferencias para llegar a puntos de acuerdo, a una visión más consensuada y a una relación interpersonal más cercana y conectada, que les permita tomar las mejores decisiones sobre su vida en común.

En base a estos años de experiencia, la pretensión de este modelo de mediación es ofrecer un instrumento, con expresión y dimensión jurídica, al servicio de esas personas que libremente deciden trabajar juntos en aras de su estabilidad familiar. Estabilidad que es relevante, no sólo para responder al deseo personal de continuar viviendo con plenitud en familia, sino porque de la salud y la estabilidad de esa familia dependen muchas cosas.

Sabemos que la falta de estabilidad familiar acarrea verdaderos perjuicios personales, familiares y sociales por lo que también proponemos que se reconozca la estabilidad familiar como un bien jurídico merecedor de la tutela de nuestro ordenamiento precisamente por sus demostradas funciones sociales que tanto aportan al individuo y a la sociedad en su conjunto. Sobre este punto nos detendremos con más detalle en varios apartados de esta tesis.

El trabajo del mediador familiar, de un modo siempre neutral e imparcial, sin sentenciar ni condenar a nadie, sin poner en evidencia ningún comportamiento de alguno de los dos que pudiera ser más inapropiado, les va acompañando y ayudando a que vayan creciendo cada vez más, en un entendimiento mutuo.

Esa mayor cercanía y mejor entendimiento será clave para poder abordar desde una óptica mejorada los conflictos que les han llevado a la mediación.

Este trabajo de investigación pretende la fundamentación de un modelo de mediación familiar restauradora y la propuesta de una modificación legislativa que articule y dote de medios a una intervención decidida que de verdad responda a la crisis de inestabilidad familiar que vivimos en España.

Para lo cual, la tesis se compone de cinco capítulos diferenciados y una propuesta final.

En el primer capítulo, dedicado al marco jurídico, se estudiará la regulación legislativa de la mediación familiar en distintos ámbitos territoriales. En primer lugar, analizaré la normativa comunitaria, que para el ordenamiento jurídico español ha sido el referente a la hora de desarrollar la normativa interna. Analizaremos diversos informes del Parlamento Europeo y del Consejo de Europa fundamentalmente, así como también la normativa emanada desde la Comisión Europea. A continuación, estudiaré la legislación nacional sobre mediación y también me detendré en la regulación legal de la ruptura y crisis conyugal. La mediación familiar ha sido también objeto de desarrollo legislativo en las distintas comunidades autónomas, por lo que prestaremos también atención a esta legislación. Vista la normativa nacional, analizaremos el derecho comparado como elemento de contraste con el derecho interno. En ese sentido presentamos la regulación jurídica de la mediación en siete países, algunos de nuestro entorno más cercano y otros del mundo anglosajón donde tradicionalmente la mediación familiar ha sido mucho más desarrollada y aplicada. Resultará también relevante e interesante atender al desarrollo reciente que se ha producido en el Derecho Matrimonial Canónico sobre el tema. Por último, nos ocuparemos del estatuto del mediador familiar, haciendo referencia a los textos normativos que recogen los elementos fundamentales de su código deontológico.

En el segundo capítulo abordo una reflexión antropológica y psicológica acerca de la persona que fundamente el sentido y validez de la mediación. Esta mirada antropológica hacia la persona nos llevará a fijarnos sobre todo en su dimensión relacional. La persona vive en un contexto social que hoy viene marcado por un

profundo individualismo como veremos en nuestro estudio, y esto, entre otras razones, está en la base de una creciente conflictividad entre las personas, que está suponiendo una grave dificultad para el mantenimiento de las relaciones estables, en particular la relación matrimonial que fundamenta la pervivencia de las familias.

El tercer capítulo de la tesis está dedicado al marco sociológico, estudiando el impacto que tiene la estabilidad sobre los miembros de la familia y, por lo tanto, sobre la sociedad en su conjunto. Nos interesará mucho atender al efecto de la inestabilidad conyugal y la ruptura familiar en el estado de salud, tanto físico como psíquico, de los cónyuges que ponen fin a su relación, así como de los hijos que sufren estas rupturas familiares. Veremos también como se puede identificar la repercusión de la inestabilidad familiar en el rendimiento académico de los hijos y en el rendimiento laboral de los padres. Esto último tiene un impacto directo, que será aquí objeto de estudio, en el nivel socio económico de esas personas y sus familias. Me detendré también en interesantes estudios acerca de los cambios en los hábitos de comportamiento como fruto de la ruptura familiar. También aquí distinguiré entre el impacto entre los adultos y el impacto entre los niños. Se prestará especial atención en este contexto a las conductas de riesgo en las que pueden caer tanto adultos como niños como fruto de esta desestabilización familiar.

En el cuarto capítulo, vista la presencia e impacto del conflicto interpersonal, es menester indagar en los modos de resolución de conflictos que conocemos. En ese sentido, comentaremos las principales fórmulas alternativas de resolución de conflicto, entre las que destacaremos fundamentalmente a la mediación. En este apartado recorreremos los principales postulados de las tres escuelas de mediación de mayor peso y tradición en las últimas décadas. Cuando hagamos la propuesta de nuestro modelo de intervención en mediación veremos cómo dicho modelo bebe de las fuentes de estas tres escuelas.

En el quinto y último capítulo presentaré un modelo específico de intervención que he denominado Mediación Familiar Restauradora, MFR®. Comenzaré definiendo de una forma descriptiva y en detalle cuáles son esas áreas de intervención de este modelo de mediación. Identificando los posibles ámbitos en

los que las relaciones de pareja en particular y las relaciones familiares en general pueden presentar deficiencias que hagan que sea oportuna y beneficiosa la intervención del mediador. Después iré recorriendo una a una las fases de esta intervención, identificando para cada fase las técnicas más eficaces que se pueden utilizar referenciándolas a distintas escuelas y autores.

En fin, la tesis doctoral culmina con una propuesta concreta de modificación legislativa basada en las evidencias, tanto antropológicas como sociológicas, que he aportado, dentro del marco normativo vigente en España.

I. NORMATIVA SOBRE MEDIACION FAMILIAR EN EL ÁMBITO NACIONAL E INTERNACIONAL

1. Normativa Europea

Corresponde a este apartado efectuar un recorrido de casi 20 años señalando los principales hitos normativos sobre la mediación familiar en el ámbito de las instituciones europeas.

Comenzaré en el año 1998 con la recomendación del Consejo de Europa y culminaremos con el último informe del Parlamento Europeo del año 2017, deteniéndome brevemente en los distintos informes que ha ido emitiendo el Parlamento a ritmo casi trianual para valorar el estado de las cosas en lo que se refiere a la mediación.

1.1. Recomendación⁵ del Consejo de Europa sobre mediación familiar en 1998.⁶

El Comité de Ministros recomendó a los Estados miembros del Consejo de Europa la institución de la mediación, particularmente a aquellos países que todavía no la habían incorporado, así como la promoción de este medio alternativo de resolución de conflictos.

El Consejo hace esta recomendación en los siguientes términos:

11.- Recomendamos a los gobiernos de los Estados miembros:

⁵ CONSEJO DE EUROPA, «Recomendación R98 a los Estados Miembros sobre la Mediación Familiar», 1998, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-40822/recomendacioneuropea.pdf>.

⁶ R. LÓPEZ GONZÁLEZ; J. J. MARÍN LÓPEZ, *Legislación sobre mediación familiar*, Tecnos, Madrid, 2003.

I.- instituir o promover la mediación familiar o, en su caso, reforzar la mediación familiar existente;

II.- adoptar o reforzar todas las medidas que se juzguen necesarias para asegurar la puesta en marcha de los principios siguientes para la promoción y la utilización de la mediación familiar como medio apropiado de resolución de los conflictos familiares.

Para llegar a esta recomendación, los ministros manifiestan en el capítulo introductorio de considerandos que es un hecho la fuerte presencia de los conflictos familiares y las altas tasas de separaciones y divorcios. En el texto no dudan en afirmar las consecuencias negativas que tienen estos conflictos para todos los miembros de la familia, en especial los menores sobre los cuales afirma el aceptado principio del interés superior del menor.

2.- Reconociendo el número creciente de conflictos familiares, particularmente los que resultan de una separación o divorcio, y haciendo notar las consecuencias perjudiciales de los conflictos para las familias y el coste social y económico expuesto por los estados;

3.- Considerando la necesidad de asegurar la protección del interés superior del menor y de su bienestar, consagrado en los tratados internacionales, teniendo en cuenta notablemente, los problemas que entraña, en materia de guarda y derecho de visitas, una separación o un divorcio;

Como podemos leer, este informe no titubea a la hora de emplear un lenguaje netamente negativo al hablar de las consecuencias del divorcio, en términos de coste social y económico y relacionándolo también con la conflictividad desgraciadamente presente en la toma de decisiones relacionada con la atención de los hijos.

El considerando número cinco hace referencia a los protagonistas del conflicto en el seno familiar, personas cuyas relaciones son tan valiosas o más como el objeto del conflicto, de ahí que sea una finalidad primordial en el proceso de resolución salvaguardar el buen estado de esas relaciones interpersonales. Parece que este es un marco perfecto para hablar de la mediación familiar

restauradora que se preocupa no solo de dirimir el conflicto sino también de preservar la relación entre los dos. En ese contexto, no es algo inesperado que los protagonistas del conflicto vean mejorada su relación, y cuando estemos hablando de dos personas que tenía en su cabeza la idea del divorcio, puedan reconsiderar su posición precisamente porque en el proceso de mediación han conseguido acercar posiciones.

5.-Reconociendo las características específicas de los conflictos familiares, a saber:

- El hecho de que los conflictos familiares implican a personas que, tienen relaciones interdependientes que continuarán en el tiempo*
- El hecho de que los conflictos familiares surgen en un contexto emocional difícil que los agrava;*
- El hecho de que la separación y el divorcio tienen impacto sobre todos los miembros de la familia, especialmente sobre los niños;*

El texto continúa avanzando ya hacia la parte dispositiva definiendo la mediación familiar, en términos amplios y generales como hemos visto en todos los textos legales y documentos oficiales que se refieren a la mediación.

a.- La mediación familiar trata de los conflictos que pueden surgir entre los miembros de una misma familia, que estén unidos por lazos de sangre o matrimonio, y entre personas que tienen o han tenido relaciones familiares, semejantes a las determinadas por la legislación nacional.

El apartado tercero está dedicado al procedimiento de la mediación familiar y a sus componentes fundamentales, entre los cuales se citan la necesaria imparcialidad y neutralidad del mediador, la estricta confidencialidad en la que se debe desarrollar todo el proceso y la atención al interés supremo del menor que debe siempre ser garantizado por el mediador.

1.2. Directiva europea de mediación civil.⁷

El Parlamento Europeo y el Consejo Europeo publican en mayo de 2008 esta directiva que regula ciertos aspectos de la mediación civil y mercantil en el contexto de los países miembros de la Unión Europea, dirigida a regular específicamente la mediación en litigios transfronterizos. Se trataba con ella de establecer unos criterios que aseguren el reconocimiento de los acuerdos logrados en mediación en un país distinto del propio.

Esta importante norma del derecho comunitario ha sido objeto de numerosos estudios.⁸⁹ En particular, Bonorino e Iglesias en el suyo nos presentan el impacto de la Directiva en los distintos Estados miembros, así como las ventajas de este modo alternativo de resolución de conflictos.¹⁰

Aunque la Directiva establece criterios para la mediación transfronteriza, dispone que no hay inconveniente en que los Estados miembros apliquen los principios recogidos en esta directiva a la regulación de la mediación en su ámbito nacional.

Las disposiciones de la presente Directiva solo se refieren a los procedimientos de mediación en litigios transfronterizos, pero nada debe impedir que los Estados miembros apliquen dichas disposiciones también a procedimientos de mediación de carácter nacional. (9)

La directiva tiene una extensa sección de considerandos y una breve sección de articulado. En la sección de considerandos la directiva enmarca su regulación de la mediación en un contexto de libre circulación de las personas en el territorio

⁷ COMISIÓN EUROPEA, «BOE.es - DOUE-L-2008-80899 Directiva 2008/52/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2008, sobre ciertos aspectos de la mediación en asuntos civiles y mercantiles.», fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-2008-80899>.

⁸ S. BARONA VILAR, *Mediación en asuntos civiles y mercantiles en España: tras la aprobación de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2013.

⁹ J. Á. TORRES LANA; F. F. GARAU SOBRINO; F. LÓPEZ SIMÓ; ESPAÑA., *Mediación en materia civil y mercantil: análisis de la normativa de la UE y española (Directiva 2008/52/CE, Ley 5/2012 y RD 980/2013)*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2014.

¹⁰ P. BONORINO RAMÍREZ; I. C. IGLESIAS CANLE; CONGRESO INTERNACIONAL «MEDIACIÓN: APROXIMACIÓN PSICOLÓGICA Y JURÍDICA», *Mediación, justicia y Unión Europea*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2014.

de la Unión Europea, así como en el propósito de facilitar la cooperación judicial entre los distintos países.

El considerando 20 de la directiva resulta de especial relevancia porque se refiere al reconocimiento de los títulos ejecutivos de la mediación entre unos y otros países miembros de la Unión Europea.

(20) El contenido de los acuerdos resultantes de la mediación que hayan adquirido carácter ejecutivo en un Estado miembro debe ser reconocido y declarado ejecutivo en los demás Estados miembros (...)

Dentro de este extenso apartado de considerandos, el número 25 propone a los Estados miembros facilitar a los ciudadanos el acceso a los servicios de mediación y alienta a los propios profesionales del derecho para que den a conocer las opciones que ofrece el proceso de mediación para resolver los conflictos.

Dentro del articulado de la directiva, comenzamos por señalar la definición que hace el artículo dos de los litigios transfronterizos que son objeto de mediación y por tanto regulados por la presente directiva.

Encontramos dos posibilidades de litigio transfronterizo:

1. A efectos de la presente Directiva, se entenderá por litigio transfronterizo aquel en que al menos una de las partes está domiciliada o reside habitualmente en un Estado miembro distinto del Estado miembro de cualquiera de las otras partes (...)

2. No obstante lo dispuesto en el apartado 1, a efectos de los artículos 7 y 8 de la presente Directiva, también se entenderá por litigio transfronterizo aquel en el que se inicie un procedimiento judicial o un arbitraje tras la mediación entre las partes en un Estado miembro distinto de aquel en que las partes estén domiciliadas o residan habitualmente (...)

Es decir, estaremos ante un litigio transfronterizo cuando uno y otro de los protagonistas de ese litigio vivan en países distintos, pero también cuando el

litigio surja en un país distinto del que tienen su residencia los protagonistas, después de que haya finalizado un proceso de mediación.

En el artículo 3 encontramos las definiciones de la actividad de la mediación y de la figura del mediador. Son definiciones muy básicas y lo suficientemente generales como para que puedan abarcar las figuras del mediador y la mediación en cada uno de los Estados miembros de la Unión Europea:

Artículo 3 Definiciones

A efectos de la presente Directiva, se entenderá por:

a) «mediación»: un procedimiento estructurado, sea cual sea su nombre o denominación, en el que dos o más partes en un litigio intentan voluntariamente alcanzar por sí mismas un acuerdo sobre la resolución de su litigio con la ayuda de un mediador. (...)

b) «mediador»: todo tercero a quien se pida que lleve a cabo una mediación de forma eficaz, imparcial y competente, (...)

El artículo 6 se refiere a la conversión de los acuerdos de mediación en títulos ejecutivos. La directiva señala los modos habituales para que se produzca esta oficialización de los acuerdos de mediación, que son fundamentalmente la elevación a documento público o el reconocimiento en una sentencia judicial.

Resulta de especial interés el artículo 7 de la directiva pues recoge de una forma muy precisa la característica de la confidencialidad que abarca todo el proceso y que establece un espacio seguro para las personas que participan en este modo alternativo de resolución de conflictos.

Destacamos a continuación por su interés las excepciones que prevé la directiva a esta obligación de confidencialidad:

a) cuando sea necesario por razones imperiosas de orden público en el Estado miembro de que se trate, en particular cuando así lo requiera la protección del interés superior del menor o la prevención de daños a la integridad física o psicológica de una persona, o

b) cuando el conocimiento del contenido del acuerdo resultante de la mediación sea necesario para aplicar o ejecutar dicho acuerdo.

Por último, el artículo 11 de la directiva introduce un mecanismo de seguimiento y de revisión de la aplicación de sus contenidos, y muestra el interés de las instituciones europeas por conocer la presencia real de la mediación en cada uno de los países miembros de la Unión Europea. En ese sentido, encarga la elaboración de un informe que analice la presencia de la mediación en los países miembros antes de 2016. Este informe será también objeto de nuestro estudio a lo largo de este trabajo.

Artículo 11 Revisión

A más tardar el 21 de mayo de 2016, la Comisión presentará al Parlamento Europeo, al Consejo y al Comité Económico y Social Europeo un informe sobre la aplicación de la presente Directiva.

El informe examinará el desarrollo de la mediación en la Unión Europea y el impacto de la presente Directiva en los Estados miembros. Si es necesario, el informe irá acompañado de propuestas de adaptación de la presente Directiva.

1.3. Propuesta de Resolución del Parlamento Europeo en 2011¹¹

El Parlamento Europeo en una Resolución de 2011 realizó un informe y un análisis sobre la aplicación de la directiva sobre mediación que acabamos de reseñar.

Como resultado de ese análisis, y después de la serie de considerandos previos que sirven de preámbulo al texto principal, la Comisión del Parlamento Europeo

¹¹ PARLAMENTO EUROPEO, *PROPUESTA DE RESOLUCIÓN DEL PARLAMENTO EUROPEO 2011/2026(INI) sobre la aplicación de la Directiva sobre la mediación en los Estados miembros, su impacto en la mediación y su aceptación por los Tribunales*, 2011, fecha de consulta en <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52017IP0321>.

encargada de la elaboración de la resolución (sometida a voto y aprobada por unanimidad en julio de 2011) extrajo las siguientes conclusiones:

En su primer inciso, hace una referencia a la confidencialidad indicando el distinto nivel de protección que tiene en los distintos países miembros de la Unión Europea y haciendo una llamada a homogeneizar este fundamental requisito.

En el segundo inciso, la Resolución indica que en la mayoría de los países los acuerdos de mediación tienen una validez equiparable a la de las resoluciones judiciales.

2. Observa que, de conformidad con el artículo 6 de la Directiva, la mayoría de los Estados miembros disponen de un procedimiento por el que se confiere al acuerdo por el que se establece una mediación la misma autoridad que a una decisión judicial; señala que ello se logra bien mediante la presentación del acuerdo ante un órgano jurisdiccional, bien ante notario, (...)

Este un aspecto fundamental, no solo porque facilita la circulación libre de personas en territorio europeo, sino porque reconoce un alto rango de validez a los acuerdos de mediación y constata que este es el caso en la mayoría de los países miembros.

El cuarto inciso de la resolución se refiere a la acogida tan calurosa que la institución de la mediación ha tenido en algunos países que han decidido ofrecer incentivos financieros a las personas que acudan a la mediación, en algunos casos, y en otros países la mediación es considerada como un paso previo obligatorio.

4. Señala que algunos Estados miembros han optado por ir más allá de los requisitos básicos de la Directiva en dos ámbitos, a saber, los incentivos financieros para la participación en la mediación y los requisitos obligatorios para la mediación; señala que estas iniciativas estatales contribuyen a solucionar de manera más eficiente las disputas y reducir la carga de trabajo de los juzgados;

En los incisos sucesivos va recogiendo la casuística de distintos estados en el modo que cada uno de ellos tiene para aplicar esa incentivación económica, así como las situaciones en las que la mediación se convierte en un requisito previo obligatorio.

En los tres últimos incisos, la resolución insiste en la necesidad de promocionar la mediación, sensibilizar a la población en general sobre su eficacia, y en particular animar especialmente a los profesionales del derecho a adentrarse en el mundo de la mediación.

También propone a los Estados miembros que trabajen de manera coordinada para establecer programas de formación que cualifiquen y habiliten a los profesionales para convertirse en mediadores, de modo que la profesión del mediador tenga un reconocimiento paralelo y homogéneo entre los distintos Estados.

1.4. Estudio del Parlamento Europeo 2014 ¹²

Presentamos ahora un nuevo estudio del Parlamento Europeo, realizado desde su Dirección General de políticas interiores de la Unión, que casi seis años después de la publicación de la Directiva sobre mediación en la Unión Europea se detiene en una investigación, análisis y valoración de la aplicación de dicha Directiva y de la presencia de la mediación en los países de la Unión Europea.

Copiamos en su integridad a continuación el resumen inicial de este extenso informe que iremos estudiando en sus principales aspectos a continuación.

Abstract

Five and a half years since its adoption, the Mediation Directive (2008/52/EC) has not yet solved the 'EU Mediation Paradox'. Despite its proven and multiple benefits, mediation in civil and commercial matters is

¹² EUROPEAN PARLIAMENT. DIRECTORATE GENERAL FOR INTERNAL POLICIES OF THE UNION., «Rebooting» the Mediation Directive :assessing the limited impact of its implementation and proposing measures to increase the number of mediations in the EU., Publications Office, LU, 2014, fecha de consulta 7 septiembre 2024, en <https://data.europa.eu/doi/10.2861/48823>.

still used in less than 1% of the cases in the EU. This study, which solicited the views of up to 816 experts from all over Europe, clearly shows that this disappointing performance results from weak promediation policies, whether legislative or promotional, in almost all of the 28 Member States. The experts strongly supported a number of proposed nonlegislative measures that could promote mediation development. But more fundamentally, the majority view of these experts suggests that introducing a ‘mitigated’ form of mandatory mediation may be the only way to make mediation eventually happen in the EU. The study therefore proposes two ways to “reboot” the Mediation Directive: amend it, or based on the current wording of its Article 1, request that each Member State commit to, and reach, a simple “balanced relationship target number” between civil litigation and mediation.

El informe comienza hablando de la «*Paradoja de la mediación en la Unión Europea*», para referirse al hecho de que a pesar de las enormes ventajas que presenta la mediación, esta herramienta se está utilizando en menos del 1% de los casos tanto en el ámbito civil como en el ámbito comercial. Esto es lo que han podido observar los autores de este estudio, en el que han participado 816 expertos de los 28 Estados miembros de la Unión Europea.

En su introducción, este informe no duda ya en señalar lo decepcionante de estos datos que demuestran que, en los países miembros, las políticas de promoción de la mediación, o bien no existen, o bien se demuestran muy ineficaces e insuficientes.

Los expertos recomiendan una serie de medidas no legislativas para promover el uso de la mediación, pero fundamentalmente recomiendan a los Estados miembros que establezcan un modelo de mediación obligatoria bajo ciertos matices.

El título del informe propone relanzar la mediación, para lo cual los expertos proponen modificar la directiva de 2008 sobre mediación, o en su defecto alcanzar un compromiso real de los Estados miembros para de verdad relanzar y promocionar el recurso a la mediación.

Presencia de la mediación en los Estados miembros de la Unión Europea.¹³**Figure B: Estimated Number of Mediations per Year**

Number of mediations	Countries	Nr. of countries	% of countries
<i>More than 10 000</i>	Germany, Italy, Netherlands, UK	4	14%
<i>Between 5 000 and 10 000</i>	Hungary, Poland	2	7%
<i>Between 2 000 and 5 000</i>	Belgium, France, Slovenia	3	11%
<i>Between 500 and 2 000</i>	Austria, Denmark, Ireland, Romania Slovakia, Spain	6	21%
<i>Less than 500</i>	Bulgaria, Croatia, Cyprus, Czech Rep., Estonia, Finland, Greece, Latvia, Lithuania, Luxembourg, Malta, Portugal Sweden	13	46%

La directiva sobre mediación de 2008 contribuyó, sin duda alguna, a generar un cierto movimiento en favor de los modos alternativos de resolución de conflictos, algo que ha venido a denominarse “*ADR Movement*” y que se ha traducido en la aparición de numerosos centros de mediación, la referencia a la mediación cada vez con más frecuencia en los discursos y conferencias e intervenciones académicas y políticas, y por supuesto la elaboración de leyes y reglamentos que establecen y desarrollan la mediación en cada uno de los países.

No obstante, como podemos ver en el cuadro que aparece más arriba, tan solo cuatro países miembros de la Unión Europea registraron anualmente un número de mediaciones que superan los 10.000. A la cabeza de este grupo se encuentra Italia, país en el que se realizan al año más de 200.000 mediaciones, le siguen Alemania, Reino Unido y Holanda.

¹³ *Ibid.*

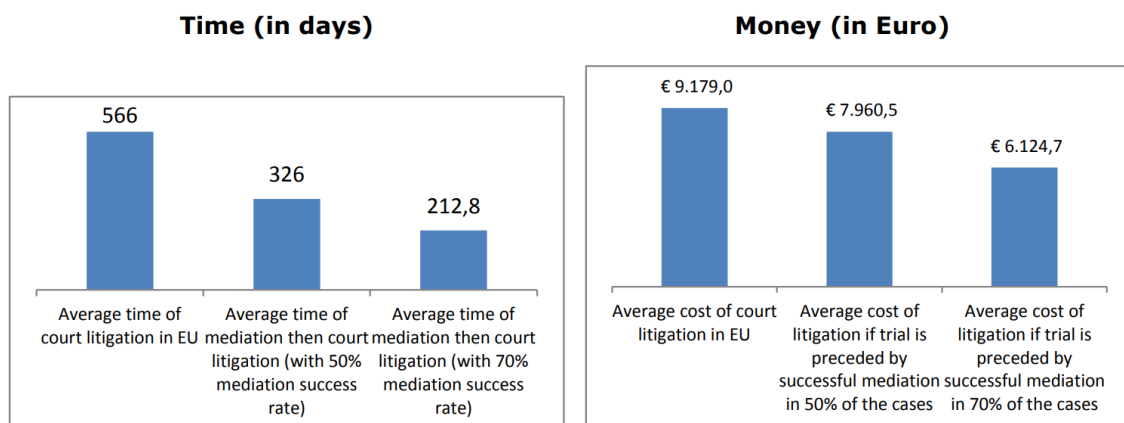
Resulta preocupante que en casi la mitad de los países miembros anualmente se celebran menos de 500 mediaciones al año, lo que podemos considerar una presencia solo testimonial de la institución de la mediación en esos países.

España aparece en el grupo de países del penúltimo nivel, aquellos que han registrado entre 500 y 2000 mediaciones anuales.

Estos datos numéricos que presenta el informe desde su resumen ejecutivo en sus primeras páginas justifican perfectamente que a la hora de valorar la implementación de la directiva de 2008 podamos decir sin paliativos que los resultados son decepcionantes y que el compromiso demostrado por los gobiernos de los países miembros a la hora de promocionar la mediación ha sido en la práctica totalidad de los casos muy débil.

Ventajas de la mediación¹⁴

Figure C: Comparing the Average Time and Money Savings of Litigation Only versus Mediation then Litigation (at different mediation success rates)



Cuando hablamos de las ventajas de la mediación, más aún de la mediación familiar restauradora que es objeto de este trabajo, vamos mucho más allá de lo que supone en términos de ahorro de tiempo y de dinero. Pero como estos dos datos son los más tangibles, vamos a fijarnos en los cuadros que nos presenta este estudio y que nos hablan del inmenso ahorro, tanto en tiempo como en

¹⁴ *Ibid.*

dinero, cuando interviene la mediación en los casos que se presentan ante los tribunales de los Estados miembros de la Unión.

En términos de tiempo, como podemos ver, se reduce casi a un tercio el tiempo medio ante los tribunales en aquellos casos en los que se realiza una mediación antes de, o en vez del litigio en aquellos supuestos en los que la mediación tiene un índice de éxito del 70%.

En cuanto a los costes podemos ver una reducción aproximada del 30% en las mismas condiciones de éxito de la mediación.

En ausencia de motivaciones más ambiciosas, estos datos por sí mismos serían motivo más que suficiente para avanzar en la promoción de la mediación. Esta constatación anima aún más el trabajo del mediador familiar restaurador, cuyas aspiraciones son el acercamiento de las posiciones, la serenidad, el entendimiento y la paz familiar entre las personas que participan en la mediación y que en muchos casos será antesala de la reconsideración del momento de confrontación en el que se encuentran, evitando así un posible desmembramiento y ruptura familiar con todas sus negativas consecuencias.

Estas ventajas en lo personal, en lo familiar, en lo afectivo y en definitiva en términos de felicidad y satisfacción personal tienen una trascendencia y una importancia mucho mayor que el ahorro de unos días o de unos euros. Lo que ocurre es que no es tan fácil de evaluar estos parámetros, tienen un componente más subjetivo y en todo caso el informe del Parlamento Europeo que estamos estudiando no los recoge como tales, de ahí que hayamos querido rematar este apartado referido a las ventajas de la mediación familiar hablando también de aquellas que como decíamos son quizás menos tangibles, pero mucho más importantes.

1.4.1. Medidas legislativas dirigidas a la promoción de la mediación

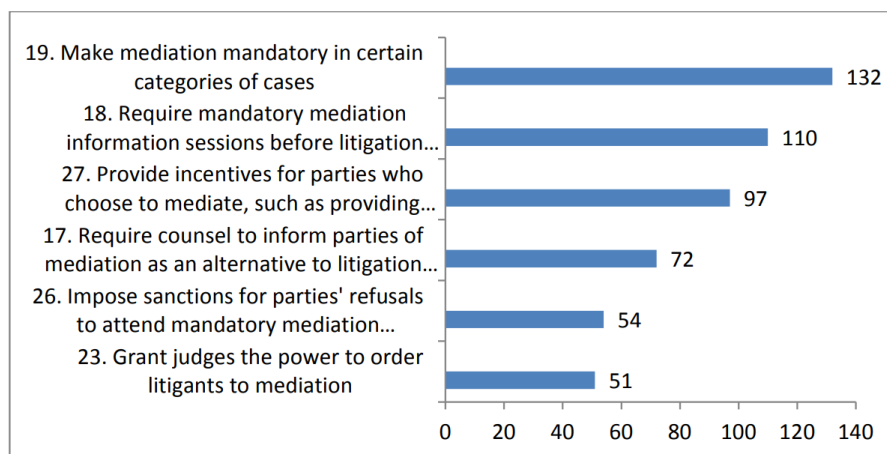
La directiva de la Unión Europea sobre mediación no impone ni prohíbe la obligatoriedad de la mediación en los Estados miembros. Incluso en alguno de

los estudios revisados se ha llegado a sugerir lo poco recomendable que es convertir la mediación en un paso obligatorio.

Realmente la obligatoriedad como tal no estaría dentro del espíritu de una herramienta como la mediación, que cuenta fundamentalmente con la libre voluntad de las personas para buscar una ayuda que les lleve a solucionar el conflicto que están viviendo.

Dicho esto, como puede comprobarse a continuación en el cuadro D, la medida más eficaz para que de hecho se aplique la mediación es precisamente que la legislación nacional prevea la obligatoriedad de la mediación en ciertos casos.

Figure D: Top-Ranked, Most Effective Legislative Measure to Increase Mediation Use (by number of preferences expressed)



Entre los 816 expertos consultados, 132 manifestaron su preferencia por la obligatoriedad en ciertos casos como medida número uno para promover la mediación.

En otra categoría de respuestas nos encontramos con 110 a favor de que al menos sea obligatoria la sesión informativa sobre una posible mediación antes de comenzar el pleito.

Estas serían por lo tanto las dos medidas legislativas preferidas por los expertos: o bien que la mediación sea obligatoria en algunos supuestos o que al menos las partes se vean obligadas a asistir a una sesión informativa en la que se les

proponga la posibilidad de trabajar los acuerdos en mediación antes de acudir a sede judicial.

Es evidente que los resultados de esta investigación abren un debate —si es que no estaba ya iniciado— acerca de la conveniencia de convertir el recurso a la mediación en algo obligatorio en ciertas circunstancias.

Entendemos que la obligatoriedad de la mediación es compatible con la libre y voluntaria actuación de las personas en la resolución de los conflictos ya que en ningún caso se va a vulnerar del principio de libre disposición de la voluntad y de autonomía personal. Por el contrario, lo que pretenden estas medidas es que las personas que acuden en situación de confrontación deban, por así decirlo, intentar al menos llegar a un acuerdo a través de la mediación. Pero ni están obligados a llegar a un acuerdo, ni mucho menos se les impondría en ningún caso nada relacionado con el contenido de ese posible acuerdo.

Por todo esto, podemos concluir que no estaría afectada la libertad personal en aquellos casos en los que la ley establece una mediación obligatoria.

1.4.2. Medidas no legislativas para la promoción de la mediación

Pasamos a ver por último aquellas medidas consideradas de mayor eficacia y que no suponen la introducción de una ley o reglamento.

Antes de ver alguna de ellas en detalle, conviene señalar que los expertos consultados han afirmado que se ha podido comprobar que las medidas más eficaces para la promoción de la mediación son las que tienen un carácter regulador de la actividad, normas por tanto, y que son las que hemos revisado en el capítulo anterior.

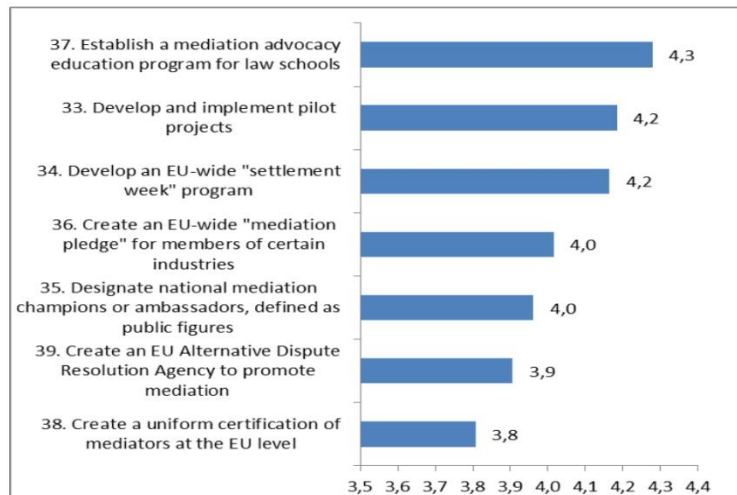
La medida más eficaz en este bloque no normativo sería la introducción de un programa de fomento de la mediación en el currículo de formación de las facultades de derecho.

Sin duda, sería muy eficaz que los futuros abogados conocieran ya en su preparación académica, los contenidos, la filosofía subyacente y las ventajas de

la mediación como modo alternativo de resolución de conflictos que tanto beneficia al estado y al individuo.

Así lo plasma este cuadro E del informe del Parlamento Europeo que estamos estudiando.

Figure E: Average Responses for the Non-Legislative Proposal with Potential for Most Impact



1.4.3. Formación en mediación en las facultades de derecho

Queremos destacar esta medida, que es la más exitosa, dentro de aquellas medidas no legislativas para promocionar la mediación.

Esta posibilidad de que las facultades de derecho incorporen dentro de su currículum una asignatura sobre la mediación que suponga la promoción del uso de esta metodología por los abogados, es algo que ya nos encontramos a nivel internacional.

En India, el Colegio Nacional de Abogados¹⁵ estableció en el año 2020 que las facultades de derecho en este país incluirán necesariamente una asignatura para la promoción del uso de la mediación.

¹⁵ R. M. BIJU, «Mediation with Conciliation to be a compulsory subject in Law Colleges from academic year 2020-2021: BCI», *Bar and Bench - Indian Legal news*, 2020, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en

En los Estados Unidos de América, las facultades de derecho han incorporado programas de mediación para la formación de sus estudiantes.

La IVY League reúne a las más prestigiosas universidades de los Estados Unidos. Dentro de este selecto grupo también tenemos rankings¹⁶. Pues bien, si atendemos a la clasificación de las mejores facultades de derecho (*Law Schools*) en la IVY League y nos centramos en las cinco mejores, nos encontramos con que esas cinco universidades tienen un programa de formación en mediación. Veámoslo a continuación con más detalle.

La Universidad de Yale, cuya Facultad de Derecho es la primera en el ranking, cuenta con un focalizado programa de formación en mediación que ofrece el Centro Interdisciplinario para la Bioética¹⁷. En estas sesiones, dirigidas a personas de distinto perfil como médicos, enfermeras, abogados, etc. lo que se busca es impartir una formación sobre las técnicas de mediación y sus ventajas para atender situaciones críticas o de posible tensión.

En la prestigiosa Universidad de Harvard, su Facultad de Derecho, número dos en el ranking, imparte un Programa de Formación en Mediación¹⁸ para sus abogados de modo que éstos tengan una clara noción de lo que es la mediación y de sus ventajas, y así será más probable que empleen esta metodología en su trabajo diario. También en la Facultad de Derecho de la Universidad de Harvard, ha surgido una iniciativa, en este caso por parte de los estudiantes de derecho, que han creado una institución bajo el nombre de *Harvard Mediation Program*¹⁹

<https://www.barandbench.com/news/lawschools/bci-mediation-with-conciliation-compulsory-subject-law-colleges-academic-year-2020-2021>.

¹⁶ C. GAZETTE, «Here Are the Ivy League Law Schools, Ranked», *colleg Gazette.com*.

¹⁷ «MEDIATION & FACILITATION PROGRAM | YALE INTERDISCIPLINARY CENTER FOR BIOETHICS», fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://bioethics.yale.edu/programs/mediation-facilitation-program>.

¹⁸ HARVARD UNIVERSITY, «Program on Negotiation», *PON - Program on Negotiation at Harvard Law School*, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.pon.harvard.edu/courses-and-training/mediation-programs/>.

¹⁹ «HARVARD MEDIATION PROGRAM», fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://clinics.law.harvard.edu/hmp/>.

desde la que sus integrantes ofrecen por un lado formación en mediación para aquellos que estén interesados en ello, pero también ofrecen un servicio directo de mediación en su comunidad para poder atender las solicitudes de mediación que reciban.

En tercer lugar, nos encontramos con la Facultad de Derecho de la Universidad Columbia en Nueva York que ofrece un *Clinic*²⁰ de formación sobre las técnicas de mediación y sus ventajas en distintos ámbitos: tanto en la intervención judicial, en procesos ya en curso que podrían ser facilitados por el mediador, como en la gestión y prevención de los conflictos con referencia especial a los barrios con mayor índice de conflictividad en la ciudad de Nueva York.

En el cuarto puesto tenemos a la Universidad de Pensilvania en cuya Facultad de Derecho se ha desarrollado desde 1984 un pionero programa de formación en mediación que es referencia a nivel nacional como modelo de curso de mediación. El *Mediation Clinic*²¹ un curso muy práctico cuya finalidad es adentrar al alumno en el mundo de la resolución pacífica de conflictos buscando un consenso, ayudando así al abogado a obtener los recursos necesarios para poder triunfar en la gestión consensuada de los litigios a los que se pueda enfrentar en su profesión.

En el quinto puesto de esta selección de las mejores facultades de derecho entre las mejores universidades norteamericanas aparece la Universidad Cornell. Con su Campus Mediation Practicum²² esta Universidad del estado de Nueva York ofrece un ambicioso programa de formación desarrollado en dos cursos distintos que se imparten en dos semestres consecutivos. Es una clara apuesta de la

²⁰ «MEDIATION CLINIC», fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.law.columbia.edu/academics/experiential/clinics/mediation-clinic>.

²¹ «MEDIATION CLINIC», fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.law.upenn.edu/clinic/mediation/>.

²² «CAMPUS MEDIATION PRACTICUM», *Cornell Law School*, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.lawschool.cornell.edu/academics/experiential-learning/clinical-program/campus-mediation-practicum/>.

Facultad de Derecho de Cornell por la mediación como un modo mucho más ventajoso que el contencioso para llegar a acuerdos que satisfagan las expectativas de los clientes de los abogados que se forman en esa universidad.

En España es todavía muy incipiente la entrada de la materia de la mediación en los currículos de las facultades de derecho.

La Universidad Complutense de Madrid resulta pionera en ese sentido, porque ha introducido en el cuarto año del grado de derecho una asignatura optativa que es la mediación y resolución de conflictos.²³ La Universidad de Granada también ha incorporado en el cuarto año del grado de criminología en la Facultad de Derecho, una asignatura optativa bajo el nombre de Mediación y Conciliación.²⁴

En el capítulo de másteres universitarios y diplomas de especialización, sí que son numerosas las universidades españolas que ofrecen formación en el ámbito de la mediación, mostrando el creciente interés que el mundo universitario está mostrando por esta innovadora manera de abordar el conflicto. En la actualidad las universidades que cuentan con un programa de postgrado en materia de mediación son las siguientes: Universidad de Málaga, Universidad de Alicante, Universidad de Salamanca, Universidad Complutense de Madrid, Universidad Carlos III, Universidad de Barcelona, Universidad de Granada, Universidad de Murcia, Universidad de Valencia, Universidad Internacional de La Rioja, Universidad Internacional de Valencia y Universidad Europea.

Entre las medidas de mayor alcance en la promoción de la mediación, aparecen los proyectos piloto de mediación que se han aplicado y se aplican en distintos países y que normalmente consisten en establecer un sistema obligatorio, o no,

²³ «CURSO 2022-2023 | FACULTAD DE DERECHO», fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://derecho.ucm.es/curso-2022-2023-397>.

²⁴ «GUÍA DOCENTE DE MEDIACIÓN Y CONCILIACIÓN (24511A9)», *Facultad de Derecho*, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://derecho.ugr.es/docencia/grados/graduadoa-criminologia/mediacion-y-conciliacion/11/guia-docente>.

de recurso a la mediación para poder evaluar su impacto en la facilitación del logro de acuerdos.

En la misma línea nos encontramos la implantación de una “Semana del Acuerdo” como programa nacional en cada uno de los países que diera a conocer y sensibilizara a la población acerca de las ventajas del consenso y del acercamiento de posiciones a la hora de tomar decisiones y evitar así los conflictos confrontacionales.

Continúa el listado de medidas propuestas con referencia a la creación de una agencia nacional de mediación como institución que aglutine las buenas prácticas y la regulación de la actividad a nivel nacional.

También se recoge una referencia a la figura de un embajador o embajadores de la mediación que serían personas de cierta relevancia social que trabajarían generando un interés y atracción hacia la actividad de la mediación.

Por último, y no por ello de menor importancia, aparece en esta relación de medidas no legislativas la propuesta de una certificación del profesional de la mediación que estuviera homologado y que fuera homogéneo entre los distintos estados de la Unión Europea. De este modo se elevaría el perfil profesional del mediador y crecería su notoriedad y reputación en la sociedad en general y entre los profesionales del derecho, de la psicología, del coaching y de todas aquellas intervenciones profesionales en el ámbito de la resolución de conflictos entre las personas.

1.5. Informe del Parlamento Europeo 2017

Desde la publicación y adopción de la directiva sobre mediación en el año 2008, se han emitido informes trianuales desde las instituciones europeas, en los años 2011, 2014, que ya hemos estudiado, y el presente informe del año 2017.²⁵

El Parlamento Europeo recoge en este breve documento tres apartados. El primero de ellos, denominado de los considerandos, hace un breve recorrido

²⁵ PARLAMENTO EUROPEO, *Resolución del Parlamento Europeo, de 12 de septiembre de 2017, sobre la aplicación de la Directiva 2008/52/CE del Parlamento Europeo y del Consejo*, 2017, fecha de consulta en [HTTPS://WWW.EUROPARL.EUROPA.EU/DOCEO/DOCUMENT/TA-8-2017-0321_ES.PDF](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-8-2017-0321_ES.PDF).

sobre la normativa y documentación que ha sido tenida en cuenta para elaborar este informe.

En ese sentido nos gustaría destacar el considerando F que expone lo siguiente:

Considerando que es obvio que los objetivos establecidos en el artículo 1 de la Directiva sobre la mediación, a saber: promover el uso de la mediación y, en particular, lograr «una relación equilibrada entre la mediación y el proceso judicial», no han sido alcanzados, ya que, en la mayoría de los Estados miembros, la mediación se utiliza en menos del 1 % de los casos llevados ante los tribunales.

El dato no deja margen a la interpretación. En algunos países la presencia de la mediación es casi insignificante.

El informe del Parlamento no se queda en una pesimista constatación del escaso eco que se le ha dado en la mayoría de los países a la introducción de los procesos de mediación, sino que avanza a su segundo apartado, el de las conclusiones, para incluir una serie de valoraciones sobre la presencia en los estados miembros de la Unión Europea de ciertos aspectos relevantes de la institución de la mediación en distintos campos del derecho. En ese sentido cabe destacar la conclusión séptima del informe:

7. Acoge con satisfacción la especial importancia de la mediación en el ámbito del Derecho de familia (en particular, en lo relativo a las modalidades de custodia de los hijos, el derecho de visita y la sustracción parental de menores), pues la mediación puede crear un clima constructivo para las negociaciones y garantizar un trato justo entre los padres; constata, asimismo, que es probable que las soluciones amistosas sean duraderas y en interés de los menores ya que pueden abordar, además de la residencia principal del menor, también las modalidades de visita o los acuerdos relativos a la pensión alimenticia del menor; hace hincapié en este contexto en el importante papel de la Red

Judicial Europea en materia civil y mercantil en lo relativo a la elaboración de recomendaciones encaminadas a aumentar la tasa de utilización de la mediación familiar en contextos transfronterizos, en particular en caso de sustracción de menores;

Los redactores de este informe se felicitan, por tanto, de la introducción de la mediación en el ámbito de familia, por considerar que facilita el entendimiento entre las partes, la sostenibilidad de los acuerdos, así como el mantenimiento de unas relaciones más amistosas.

Una vez más la referencia a la mediación en el ámbito de la familia se circunscribe a los procesos judiciales de ruptura matrimonial fundamentalmente. Esto es debido al hecho de que solamente se puede contar con información estadística para este tipo de situaciones sobre las que tenemos datos procesales. Además, otra razón por la que solo hay esta referencia al ámbito de la ruptura es precisamente esa tendencia de concebir la mediación como un instrumento para intervenir exclusivamente en los procesos de ruptura. Lo cual supone dejar de lado toda esa dimensión preventiva que lleve a intervenir antes de que los conflictos se radicalicen y terminen en una confrontación judicial, y olvidar también esa otra dimensión restauradora que estamos fundamentando a lo largo del trabajo de esta tesis y que busca poder intervenir también en los momentos en los que se plantee la ruptura para tratar de encontrar acuerdos que ayuden a recuperar la conexión en esa familia, en ese matrimonio, y continuar con el proyecto familiar intacto.

En el capítulo final del informe, el de las recomendaciones, encontramos una serie de indicaciones dirigidas a los gobiernos de los Estados miembros para que puedan avanzar en la implantación de la directiva sobre mediación.

De este capítulo proponemos la lectura de la recomendación número 11:

Pide a los Estados miembros que intensifiquen sus esfuerzos para fomentar el recurso a la mediación en litigios civiles y mercantiles, también mediante campañas de información adecuadas, ofreciendo a los ciudadanos y a las personas jurídicas información adecuada y completa en relación con el objeto del procedimiento y sus ventajas en términos de

ahorro de tiempo y dinero así como para mejorar la cooperación entre los profesionales de la justicia con este fin; subraya, en este contexto, la necesidad de intercambiar las mejores prácticas en las diferentes jurisdicciones nacionales, con el apoyo de medidas adecuadas a escala de la Unión, para favorecer la concienciación en relación con la utilidad de la mediación;

Es evidente que, dada la escasa penetración de la mediación, es necesario el compromiso firme de los Estados miembros para adoptar políticas de promoción y de divulgación de las ventajas que suponen para todos, el empleo de las herramientas de la mediación. Si eso no ocurre, no será posible cambiar el estado actual de las cosas que refleja este informe.

1.6. Código de Conducta de la Comisión Europea

Desde la Comisión Europea se ha elaborado un Código de Conducta que recoge una serie de principios y normas de actuación a los que los mediadores de los países miembros de la Unión Europea pueden adherirse de forma individual y voluntaria²⁶.

Los contenidos de este código se establecen “sin perjuicio de la legislación nacional ni de las normas profesionales específicas.”

En cuanto a la competencia del mediador, se dice que el mediador deberá conocer el procedimiento de mediación y deberá encontrarse en posesión de la formación apropiada que deberá, así mismo, actualizar de manera constante, tanto en sus competencias teóricas como prácticas de acuerdo con las normas de acreditación.

La independencia e imparcialidad del mediador es también señalada como requisito fundamental para poder ir adelante con un proceso de mediación. Se entiende que el mediador puede perder su independencia si tiene una relación

²⁶ COMISIÓN EUROPEA, «Portal Europeo de e-Justicia -Código de conducta europeo sobre mediación», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://e-justice.europa.eu/63/ES/eu_rules_on_mediation.

personal o profesional, presente o pasada, con alguna de las partes, así como cualquier interés financiero.

El código hace referencia a la confidencialidad: “salvo disposición legal en contrario, ninguna información revelada confidencialmente a los mediadores por una de las partes podrá revelarse a otras partes sin su autorización.”

2. Legislación estatal

Pasamos ahora al estudio de la normativa en España. Comenzaremos por desgranar los contenidos fundamentales que recoge nuestra Constitución respecto a la institución familiar. A continuación, revisaremos las principales normas dictadas por el legislador español que atañen al ámbito que nos ocupa.

2.1. La Constitución española

Art. 39. Los poderes públicos aseguran la protección social, económica y jurídica de la familia.

Comenzamos con el enunciado de nuestra Constitución que proclama el compromiso de los poderes públicos hacia la familia, haciendo referencia expresa a su protección en el terreno social, económico y jurídico.

La cuestión es cómo interpretar y cómo concretar el valor jurídico y la obligatoriedad que asumiría el Estado español frente a la citada protección de la familia en los distintos planos.

El estudio del artículo 39 de Espín Cánovas²⁷ señala que este artículo es el que abre el capítulo cuarto acerca de los principios rectores de la política social y económica, lo que podríamos interpretar como una preeminencia. Los artículos siguientes pasan a hablar del empleo, salud, cultura, medio ambiente, patrimonio... sin que en ninguno de esos puntos vuelva a hacer referencia a la familia. Por esta razón el autor señala cierta “desconexión” de este artículo con el resto del título.

²⁷ Ó. ALZAGA VILLAAMIL; L. SÁNCHEZ AGESTA, *Constitución española de 1978. Tomo 8, Artículos 97 a 112*, EDESA, Madrid, 1985.

Pero también se puede interpretar —señala Espín Cánovas— que se pone la familia en primer lugar para lograr una cierta acción vertebradora e impulsora de todas las demás acciones sociales. Como si la familia fuera intermediaria entre el individuo y el Estado.

Continúa el análisis comentando que la Constitución no precisa el concepto de familia, por lo que debemos interpretar que la familia es lo que la legislación define como tal, vinculada al parentesco, y que responde también a lo que las personas en la sociedad española tienen en su mente.

Este enfoque vendría también confirmado por la preocupación de la Constitución por la maternidad y por la filiación como nexos generadores de la institución familiar.

En ese ámbito la Constitución quiere afirmar, de acuerdo con el principio de igualdad, una total equiparación entre lo que antiguamente se consideraba familia legítima y familia ilegítima, esta última compuesta por aquellos hijos que no habían nacido dentro del matrimonio.

También alude Espín Cánovas a la falta de concreción de la Constitución por protección familiar, ya sea en el ámbito social económico o jurídico.

En todo caso este principio ha dado lugar al desarrollo de una normativa que afecta directamente a la familia y que iremos viendo progresivamente en este capítulo.

Para seguir analizando el alcance del art. 39, nos acercamos ahora al estudio de Martínez López-Muñiz²⁸. Comienza el autor llamando la atención sobre el hecho de que, siendo la familia una institución jurídica privada, sea al mismo tiempo objeto de una esmerada atención por parte de la Constitución española.

²⁸ J. L. MARTÍNEZ LÓPEZ-MUÑIZ, *La familia en la Constitución española*, Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, Madrid, 2000.

La razón fundamental sería la enorme trascendencia personal y social que tiene la familia. Una familia que, como argumenta López-Muñiz, está definida por los vínculos de parentesco, en particular por la generación.

La protección de la familia que recoge el precepto constitucional tiene varios ámbitos de intervención:

- Intervención de las instituciones de servicios sociales a través de las políticas familiares y sociales de los distintos gobiernos, en su ámbito local autonómico y nacional, que sin duda constituyen un modo de proteger a la familia, en particular a las más vulnerables.
- Intervención fiscal, entendiendo como tal protección las bonificaciones y reducciones fiscales en función de los miembros de la familia o de la condición de dependientes.
- Ayudas económicas dirigidas a las familias españolas, si bien es cierto que en la mayoría de las situaciones estas ayudas tienen más bien un carácter de intervención social porque con frecuencia requieren unos niveles de ingresos muy bajos, por lo que estaríamos ante familias en riesgo de exclusión social.
- Y la protección jurídica de la familia, a la que nos referiremos en exclusiva en páginas posteriores. Señalaremos aquí únicamente en este punto, siguiendo también al profesor López-Muñiz, que la interpretación de la protección de la familia del art. 39 que él hace, conecta directamente con el contenido del art. 32 de la Constitución sobre el matrimonio. En consecuencia, la protección jurídica de la familia supondría también la protección del vínculo jurídico que la funda, es decir el matrimonio, tratando de favorecer su estabilidad como garante del compromiso que mantiene unido el hogar familiar.

Este enfoque resulta compatible con La Declaración Universal de los Derechos del Hombre de Naciones Unidas que en su artículo 16 ²⁹ menciona la familia

²⁹ D. H. LIBRARY, «Documentación de la ONU : Derechos Humanos», Naciones Unidas. Biblioteca Dag Hammarskjöld, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://research.un.org/es/docs/humanrights/undhr>.

como “*elemento natural y fundamental de la sociedad*”, que parece situarse precisamente como causa de su *derecho a la protección de la sociedad y del Estado*.

Ese carácter natural y fundamental en la sociedad tiene mucho que ver con esa vinculación al principio de generación que subyace al concepto de familia que nuestra Constitución protege y que bien enfatiza López-Muñiz.

Por último, queremos al menos mencionar otras intervenciones del legislador español que ha previsto también una serie de normas dirigidas a la protección específica de distintos miembros individuales de la familia.

Estamos hablando de leyes que han venido a atender situaciones concretas que viven ciertas personas dentro del seno familiar como son, por citar las más relevantes:

La Ley del Menor³⁰, la Ley de la Dependencia³¹, la Ley de Conciliación de Familia y Trabajo³², la Ley sobre Violencia de Género³³.

2.2. La protección jurídica de la estabilidad familiar: un proyecto pendiente

Queremos enmarcar este punto de nuevo en la Constitución Española que en su art. 39.1 establece:

Los poderes públicos aseguran la protección social, económica y jurídica de la familia

³⁰ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/1996, de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor, de modificación parcial del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil*, vol. BOE-A-1996-1069, 1996, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/1996/01/15/1>.

³¹ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia*, vol. BOE-A-2006-21990, 2006, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2006/12/14/39>.

³² JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras*, vol. BOE-A-1999-21568, 1999, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1999/11/05/39>.

³³ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*, vol. BOE-A-2004-21760, 2004, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2004/12/28/1>.

Y recordamos la directa conexión con la Declaración Universal de Derechos Humanos de 10 de diciembre de 1948 que dispuso en su art. 16.3:

La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Además, en el sistema de Naciones Unidas este art. 16.3 se desarrolla en el art. 10.1 del Pacto Internacional de Derechos Sociales y Culturales:³⁴

Se debe conceder a la familia, que es el elemento natural y fundamental de la sociedad, la más amplia protección y asistencia posibles, especialmente para su constitución y mientras sea responsable del cuidado y la educación de los hijos a su cargo.

Y en el art. 23.1 del Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos: ³⁵

La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Del mismo modo, la Carta Social Europea³⁶ de 18 de octubre de 1961 en su art. 16 afirma:

A fin de realizar las condiciones de vida indispensables para un pleno desarrollo de la familia, célula fundamental de la sociedad, las partes contratantes se comprometen a promover la protección económica, jurídica y social de la familia, en particular por medio de prestaciones sociales y familiares, de apoyo a la construcción de viviendas adaptadas a las necesidades de las familias, de ayuda a los matrimonios jóvenes o de cualquier otra medida adecuada.

³⁴ NACIONES UNIDAS, «Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales», OHCHR, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>.

³⁵ NACIONES UNIDAS, «Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos», OHCHR, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-civil-and-political-rights>.

³⁶ JEFATURA DEL ESTADO, *Instrumento de Ratificación de la Carta Social Europea (revisada)*, hecha en Estrasburgo el 3 de mayo de 1996, vol. BOE-A-2021-9719, 2021, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/ai/1996/05/03/2>.

Por último, la Carta Europea de los Derechos Fundamentales³⁷ establece en su art. 33:

Se garantiza la protección de la familia en los planos jurídico, económico y social.

Como desarrollo de estas normas, el legislador español ha ido elaborando medidas concretas de respaldo a la familia, que hemos reseñado en páginas anteriores, en el plano fiscal, en el ámbito de la vivienda, en el apoyo a las familias numerosas, etc. Son intervenciones que inciden en distintos sectores, pero que han puesto en evidencia la falta de una ley general de familia que incorpore de una manera sistematizada estas medidas, y otras más que deberían estar presentes, para ser coherentes con la Constitución y la normativa internacional. Particularmente, se echa de menos el reconocimiento y la protección de la estabilidad familiar como un valor en sí mismo, como un bien merecedor de la tutela en nuestro ordenamiento.

Tratando de salir al paso de esa señalada carencia del sistema legislativo español, en el año 2023 el gobierno español ha promovido una Ley de Familias³⁸ cuya finalidad es precisamente vertebrar en un solo instrumento legislativo, todas las medidas, programas y acciones dirigidas a la familia, dando así un tratamiento integrador a la atención a esta institución. Queda por ver cuál sea el desarrollo posterior y el impacto en la vida cotidiana de las familias españolas.

Esta ley de familias hace referencia a la mediación familiar en tres ocasiones.

En primer lugar, en el art. 8.1, que, dentro del ámbito de las situaciones de ruptura o violencia, establece:

³⁷ JEFATURA DEL ESTADO, *BOE.es* - DOUE-Z-2010-70003 *Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea.*, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-Z-2010-70003>.

³⁸ Proyecto de Ley 121/000011 Proyecto de Ley de Familias, Boletín Oficial de las Cortes Generales, XV Legislatura, Serie A: Proyectos de Ley, 8 de marzo de 2024.

Artículo 8. Atención a conflictos familiares en situaciones de ruptura familiar y de violencia.

1. Las Administraciones Públicas competentes apoyarán a las familias en la gestión de sus conflictos, poniendo a su disposición medios adecuados para la solución o gestión de los mismos, lo que podrá incluir el apoyo a través de procesos voluntarios y extrajudiciales de mediación, salvo en los casos en que legalmente esté prohibida

Más adelante, el art. 17, cuando trata sobre los programas y servicios sociales de atención a la familia, vuelve a proponer la mediación. La referencia a la mediación aparece dentro del marco de los procesos de ruptura, aunque también alude a otros supuestos de conflictividad en el seno de la familia:

Artículo 17. Desarrollo de servicios y programas sociales de apoyo a las familias.

2. La Administración General del Estado cooperará con las administraciones autonómicas y locales, en el marco del respeto a sus propias competencias, para el mantenimiento y desarrollo de servicios sociales y programas de apoyo a las familias, tanto en la atención primaria como especializada, a fin de promover de forma prioritaria proyectos de intervención social y prestaciones económicas o en especie que contribuyan a mejorar la situación social y laboral de las familias con personas menores de edad a cargo que presentan situaciones de privación material severa o riesgo de pobreza y de exclusión, que podrán incluir: (...) c) Servicios de intervención y apoyo familiar, considerados como el conjunto de actuaciones profesionales dirigidas a facilitar la convivencia y la integración social de las familias abordando situaciones de crisis, riesgo o vulnerabilidad familiar, facilitándose habilidades básicas, de mediación y de conducta a los miembros de la familia o unidades de convivencia que tengan dificultades para atender adecuadamente las necesidades básicas de autonomía, manutención, protección, cuidado, afecto y seguridad de sus integrantes, y que deberán tener carácter inclusivo. Entre estos servicios se incluirán: (...) 2.º

Mediación familiar y puntos de encuentro familiar, destinada a la gestión de conflictos entre los miembros de una familia en los procesos de separación o divorcio y otros supuestos de conflictividad familiar donde esté indicada, y, salvo en el caso de los puntos de encuentro familiar exclusivos y especializados para la atención de los casos de violencia de género, no se identifique violencia de género, y en las que las relaciones de las personas menores de edad con algún progenitor o miembro de su familia se encuentran interrumpidas o son de difícil desarrollo. En todo caso, todos los puntos de encuentro familiar contarán con protocolos específicos para la detección de la violencia de género y para la atención y derivación de las víctimas.

Por tercera y última vez, la ley se refiere a la mediación, en este caso para aludir a las situaciones que se pueden dar en las familias con hijos de relaciones anteriores. El art. 56 de la ley establece lo siguiente:

Artículo 56. Apoyos psicosociales y sensibilización.

1. Las Administraciones Públicas competentes promoverán la atención específica a las necesidades de apoyo psicosocial de estas familias a través de servicios de orientación, asistencia o mediación ante dificultades de convivencia y conflictos derivados del desdoblamiento del hogar y de la duplicidad de figuras parentales, a fin de que se favorezca el ejercicio positivo de la parentalidad.

Como podemos observar, esta ley introduce la mediación de forma limitada y principalmente en situaciones de violencia, conflicto o ruptura. No encontramos esa dimensión preventiva ni restauradora de las relaciones subyacentes. Tampoco hay atisbo de la protección de la estabilidad familiar en los términos que señalaba López Alarcón, quien al hablar de lo que entonces era una hipotética ley de familia afirmaba que:

Dicha ley debería comenzar con el reconocimiento de los derechos de la familia como institución y entre ellos el que concierne a su estabilidad, que es el fundamento de una continuidad de la misma en su estructura y en

*sus funciones, beneficiosas en gran manera, no solamente para la familia como institución cuya solidez interesa al bien común, sino también para todos los miembros que la componen...*³⁹

En efecto, tiene mucho sentido hablar del impacto de la estabilidad familiar en los propios miembros de la familia, ya que no debemos olvidar que es precisamente en la familia en la que se concentra fundamentalmente la atención al menor y a los más vulnerables, como los mayores y los enfermos... sin olvidar la función socializadora de la familia que hace que sea en ella dónde sus miembros desarrollan su personalidad y aprenden a vivir en sociedad respetando los derechos de los demás y asumiendo sus responsabilidades como ciudadanos.

Es por lo tanto necesario atender a esa necesidad de estabilidad que tiene la familia para poder cumplir debidamente con sus funciones sociales y personales. Sin embargo, esta nueva ley de 2023 no hace ninguna mención a la estabilidad en las 73 páginas de texto que tiene la citada norma.

No escapa a nuestra atención el hecho de que la estabilidad familiar tiene componentes fundamentalmente metajurídicos, cómo son: la unión afectiva entre sus miembros, la existencia de un proyecto común, la comprensión y el respeto mutuos...por citar solamente algunos de estos componentes.

No obstante, al ordenamiento jurídico sí que le interesa la estabilidad de sus instituciones, y en concreto de la familia, por razones antes referidas como es la insustituible función socializadora y de cuidados que hemos comentado. En ese sentido, no resultaría ajeno ni extraño a la función del legislador, que nuestro ordenamiento reconociera la estabilidad familiar como un bien merecedor de la tutela necesaria. Y así, sí que tendría perfecto encaje el establecimiento de fórmulas de apoyo y de refuerzo a esas familias que encuentran dificultades a la hora de abordar situaciones de conflicto o de falta de entendimiento.

³⁹ M. LÓPEZ ALARCÓN, «Protección jurídica de la Estabilidad familiar», *Anales del Derecho*, vol. 20 p.58, 2002. pp. 55-68.

Precisamente en este terreno es en el que queremos proponer que se refuerce la presencia de la mediación familiar y sobre todo que se incorpore esa dimensión restauradora que pondría a disposición de los miembros de la familia los mecanismos y profesionales necesarios para poder asesorar a los miembros de la familia que desean superar una crisis o confrontación, salvaguardando las relaciones subyacentes. De ese modo estaríamos haciendo un servicio directo a la estabilidad de la unidad familiar, partiendo de la base de que sus miembros libremente hayan decidido apostar por la continuidad de esa familia como núcleo estable, o al menos, deseen explorar esa posibilidad.

Este planteamiento resulta perfectamente compatible con el principio de la libertad individual y la autonomía personal, y por lo tanto no debería levantar ninguna suspicacia acerca de una posible injerencia de las políticas públicas en ámbitos de la vida privada. Ya que los poderes públicos, a través de los servicios de mediación familiar, estarían brindando a las familias que se encuentren en esa situación de conflicto, la posibilidad de acudir, si lo desean, a instancias públicas que les acompañen en la resolución de sus conflictos y en la restauración de sus relaciones interpersonales.

Resulta evidente que el derecho no tiene mucho que decir respecto a la dimensión afectiva de las relaciones familiares o a la comunidad de proyecto que supone el vínculo conyugal. Pero si realmente nuestro ordenamiento jurídico reconociera la estabilidad familiar como un bien merecedor de la tutela necesaria, sí que podrían establecerse fórmulas de apoyo y de refuerzo en situaciones de crisis.

Como bien señala López Alarcón, “estamos dentro de la parcela del Derecho que roza a la familia sin penetrar en su vida ni en su gobierno. No podemos olvidar que la estabilidad familiar tiene que forjarse en un doble terreno, el de la afectividad y el del régimen jurídico...”⁴⁰

⁴⁰ *Ibid.*

2.3. Código civil

Continuando con la revisión de normativa española para enmarcar la protección de la estabilidad familiar, nos referiremos ahora a nuestro Código Civil que en su art. 67⁴¹ recoge el principio del “interés de la familia” como guía de la actuación de los cónyuges.

Haciendo referencia a esta materia, Alonso Pérez⁴² comienza recordando que los deberes y derechos son personales. Por eso, incluso cuando se habla de derechos de la familia, estamos hablando de los derechos de las personas que componen la familia. En ese mismo sentido el principio del “interés de la familia” como principio inspirador supondría el deber de velar por que prime el interés de los miembros de la familia. Eso sí, como bien apunta el autor, son intereses personales pero que surgen en el contexto familiar y precisamente por esa pertenencia a esa familia, como hermano, hijo, cónyuge, etc.

En artículos posteriores el Código Civil menciona el “supremo interés de los hijos” (arts. 92, 103, 154 y 156 del Código civil) y el “supremo interés del menor” (art. 172).

Estos preceptos deben ser interpretados a la luz de los principios inmutables que amparan el derecho a la libertad individual y a la dignidad personal. En ese sentido, estos últimos mantienen su supremacía en el contexto de la custodia del interés de la familia o del menor.

Nos encontramos en un momento en el que los derechos individuales y personales han sido objeto de una custodia y protección como nunca antes había ocurrido en la historia de la humanidad. Esto no puede ser más que motivo de celebración, pero también debemos señalar que, en las últimas décadas, en

⁴¹ MINISTERIO DE GRACIA Y JUSTICIA, *Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil*, vol. BOE-A-1889-4763, 1889, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en [https://www.boe.es/eli/es/rd/1889/07/24/\(1\)](https://www.boe.es/eli/es/rd/1889/07/24/(1)).

⁴² M. ALONSO PÉREZ; M. YZQUIERDO TOLSADA; M. CUENA CASAS, *Tratado de derecho de la familia / directores, Mariano Yzquierdo Tolsada, Matilde Cuenca Casas. Vol. 1, Derecho de familia y derecho de la familia. La relación jurídico-familiar. El matrimonio y su celebración*, 1ª ed, Thomson-Aranzadi, Cizur Menor, Navarra, 2011.

particular en el mundo occidental, asistimos a una fuerte corriente individualista que ha atenuado el valor de los vínculos y de la pertenencia.

En este contexto, la intervención para asistir a quienes tratan de superar conflictos y mantener la estabilidad de la familia, está siempre gobernada y presidida por el principio de la autonomía personal y de la libertad individual que siempre nos ampara a la hora de tomar decisiones personales sobre el curso de nuestras relaciones y de nuestra vida.

Nuestro ordenamiento jurídico estableció en 1981 el divorcio como modo de ruptura del núcleo conyugal. La búsqueda del robustecimiento de la estabilidad familiar no consiste en recuperar la indisolubilidad matrimonial dentro del ordenamiento jurídico español, sino más bien en responder al deseo de tantas personas que invariablemente, en el momento de constituir una familia, manifiestan su intención de mantener la estabilidad familiar siempre que se den las condiciones de entendimiento y acuerdo necesarios. Y por ello resulta razonable poner a su disposición las herramientas adecuadas —entre ellas la mediación familiar restauradora— para encontrar vías de entendimiento y diálogo sereno.

En esa línea atendemos con interés al surgimiento en los Estados Unidos de una nueva modalidad de matrimonio que se ha venido en llamar el “matrimonio alianza.”

2.3.1. Promoción de la estabilidad matrimonial en otros ordenamientos

El Covenant Marriage o Matrimonio Alianza es una fórmula concreta de prestación del vínculo matrimonial en el que los esposos se comprometen a una serie de acciones para reforzar el carácter permanente del compromiso que adquieren.⁴³

⁴³ K. S. SPAHT, «Covenant Marriage Seven Years Later: Its as Yet Unfulfilled Promise», *Louisiana Law Review*, vol. 65 p.605, 2004, p. 605.

Esta fórmula, que hemos llegado a conocer porque se ha desarrollado como modelo legislativo en algunos estados de Norteamérica, se presenta como un posible paradigma legislativo en el que la libertad de los contrayentes se integra de forma constructiva con la disposición personal de cada uno de ellos hacia su compromiso matrimonial.

En efecto, dentro de este marco de autonomía personal, que da la posibilidad de decidir y elegir entre las opciones que tiene cada uno a su disposición, resulta interesante recoger aquí esa referida iniciativa del Gobierno de Louisiana que decidió introducir en su ordenamiento jurídico en 1997 la figura del matrimonio alianza “(*Covenant marriage*)”⁴⁴ para ofrecer a sus ciudadanos la posibilidad de establecer un vínculo matrimonial en el que la estabilidad familiar se viera reforzada desde el punto de vista legal.

En años posteriores tanto en el estado de Arkansas en 2010⁴⁵ como el estado de Arizona en 2019⁴⁶ entraron en vigor leyes similares, que contemplaban este tipo de matrimonio.

En España, Fuenmayor sugirió la incorporación de esta modalidad de matrimonio⁴⁷ que también ha divulgado Navarro-Valls⁴⁸.

Para conocer de forma somera el contenido de esta institución, atenderemos a la publicación de Garcimartín que recoge esta modalidad de matrimonio en su

⁴⁴ «2014 LOUISIANA LAWS :: REVISED STATUTES :: TITLE 9 - CIVIL CODE-ANCILLARIES :: RS 9:272 - COVENANT MARRIAGE; INTENT; CONDITIONS TO CREATE», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/louisiana/2014/code-revisedstatutes/title-9/rs-9-272>.

⁴⁵ «ARKANSAS CODE OF 1987 (2023) :: TITLE 9 - FAMILY LAW (§§ 9-2-101 — 9-34-204) :: SUBTITLE 2 - DOMESTIC RELATIONS (§§ 9-8-101 — 9) :: CHAPTER 11 - MARRIAGE (§§ 9-11-101 — 9-11-811) :: SUBCHAPTER 8 - COVENANT MARRIAGE ACT (§§ 9-11-801 — 9-11-811) :: SECTION 9-11-803 - COVENANT MARRIAGE», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/arkansas/title-9/subtitle-2/chapter-11/subchapter-8/section-9-11-803/>.

⁴⁶ «2023 ARIZONA REVISED STATUTES :: TITLE 25 - MARITAL AND DOMESTIC RELATIONS», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/arizona/title-25/>.

⁴⁷ A. DE FUENMAYOR, *Revisar el divorcio: tutela de la indisolubilidad matrimonial en un Estado pluralista*, Navarra Gráfica Eds., Berriainz, 2000.

⁴⁸ R. NAVARRO VALLS, «Matrimonio, familia y libertad religiosa», *ANUARIO DE DERECHO ECLESIAÍSTICO*, 1996, pp. 361-398.

obra *El sistema matrimonial de Estados Unidos*⁴⁹. Pensamos que vale la pena detenernos en sus características fundamentales, porque de algún modo introducen esos elementos de reflexión personal necesaria en los momentos de crisis conyugal, así como el asesoramiento profesional de los esposos tanto antes de contraer matrimonio como en el momento en el que contemplan poner fin al mismo.

Garcimartín resume de forma muy clara cuáles son los componentes de esta institución:

- Acuerdo matrimonial para toda la vida. En una sociedad en la que ha proliferado y se ha normalizado totalmente el divorcio como alternativa, esta opción de matrimonio se ofrece para aquellas personas que tienen una firme convicción en que su matrimonio es un compromiso para toda la vida y así lo quieren hacer constar.
- Los futuros esposos asumen la obligación de acudir a unas sesiones de asesoramiento prematrimonial para asegurar que entienden la verdadera naturaleza del vínculo que van a contraer.
- Deben solicitar una licencia matrimonial y para obtenerla deben presentar un documento llamado declaración de intenciones en el que explícitamente dan razón de su voluntad para contraer este matrimonio alianza.
- La pareja se compromete a buscar asesoramiento matrimonial en caso de encontrar dificultades importantes en su relación conyugal. El recurso a este tipo de asesoramiento será condición necesaria si en algún momento deciden avanzar con una propuesta de divorcio.
- Para que pueda darse esa propuesta de divorcio deberán darse algunas de las siguientes circunstancias: adulterio, comisión de un crimen por uno

⁴⁹ M. DEL C. GARCIMARTÍN MONTERO; R. A. DESTRO, *El sistema matrimonial de Estados Unidos*, 1 ed, Thomson Aranzadi, Cizur menor, navarra, 2006.

de los dos esposos, maltrato hacia el esposo o esposa o los niños, o consumo abusivo de drogas u otras sustancias.

- La pareja está ya viviendo en una separación de hecho durante al menos un año o dos años dependiendo del estado.

Este matrimonio alianza se enmarca dentro de un movimiento que se podría caracterizar como un intento de recuperar ciertos valores tradicionales familiares en la sociedad americana, del que nos deja buena huella la obra de Nock y Sánchez⁵⁰.

Después de décadas en las que se ha enarbolado el divorcio como un logro para la libertad individual, aparecen estos intentos de recuperar el valor de la estabilidad familiar como un bien que también el ordenamiento jurídico debe proteger ofreciendo alternativas para la preservación y fomento de la unión conyugal como las que constituye este matrimonio alianza.

Ese compromiso de la pareja de buscar ayuda en caso de crisis y acudir a unas sesiones de asesoramiento conyugal, recuerda incluso de algún modo a las recomendaciones hechas desde el Parlamento Europeo que ya hemos visto, que proponen una “obligatoriedad mitigada de la mediación” para que, aquellas personas que se vean en un conflicto deban necesariamente acudir a un mediador antes de plantear un proceso judicial.

2.3.2. *La ruptura matrimonial y su régimen jurídico*

Continuamos analizando el panorama normativo relacionado con el matrimonio atendiendo ahora a las formas que el legislador prevé para la terminación de la relación matrimonial.⁵¹

⁵⁰ S. L. NOCK; L. A. SANCHEZ; J. D. WRIGHT, *Covenant marriage: the movement to reclaim tradition in America*, Rutgers University Press, New Brunswick, NJ, 2008, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.degruyter.com/isbn/9780813546490>.

⁵¹ M. ALONSO PÉREZ Y OTROS, *Tratado de derecho de la familia / directores, Mariano Yzquierdo Tolsada, Matilde Cuena Casas. Vol. 1, Derecho de familia y derecho de la familia. La relación jurídico-familiar. El matrimonio y su celebración*, cit.

Comenzaremos revisando la figura, aún vigente hoy, de la separación de hecho, para continuar hablando de la separación judicial y yendo de menos a más, abordaremos la regulación del divorcio en España con una perspectiva histórica.

- La separación de hecho

Hasta la reforma de 2005 el Código Civil hablaba de forma indistinta de separación de hecho y de *cese efectivo de la convivencia conyugal*, y así lo recogían los antiguos arts. 82 y 86.

Desde 2005 no se regula de forma específica en nuestra legislación la separación de hecho. La razón de esta desaparición es que anteriormente, desde 1981 hasta 2005, en España teníamos un divorcio causal, es decir, para presentar una demanda de divorcio debía haber causas que lo motivarán, y una de ellas precisamente era la separación de hecho. A partir de 2005, siendo ya el divorcio una petición unilateral y no causal, no es necesario para el legislador regular esta figura, pero eso no quiere decir que no se pueda continuar haciendo uso de la misma.

De hecho, no es extraño que sea este el primer paso que adopten los cónyuges ante una situación crítica. Pueden tomar la decisión de interrumpir su convivencia para evitar posibles roces en un clima doméstico complicado.

Con la distancia y la recuperación de la serenidad saliendo de la tensión provocada por la convivencia, los esposos pueden tener la oportunidad de reflexionar de forma más serena y valorar el momento en el que se encuentran y las opciones que tienen delante, incluyendo la de la ruptura.

Además de los efectos ya mencionados, en términos de mayor paz interior y mayor capacidad para la reflexión, esta fórmula que interrumpe la convivencia, permite que los esposos se den ese espacio y tiempo en un entorno de seguridad jurídica, ya que la separación de hecho tiene efectos legales que pasamos a comentar siguiendo a Yzquierdo y otros:

- A) Incidencia sobre los deberes conyugales. La ley no establece de manera explícita que cesen los deberes conyugales recogidos en los arts. 66 a 68

del Código Civil⁵², pero parece lógico, que estos deberes, salvo el principio de igualdad y respeto mutuo, queden en suspenso en el periodo de separación de hecho. Estamos hablando de la obligación de ambos cónyuges de ayudarse entre sí y de actuar en interés de la familia siempre, guardarse fidelidad y socorrerse, así como compartir las responsabilidades domésticas.

- B) Incidencia sobre la sociedad de gananciales. Al no existir regulación legal de la separación de hecho como tal no tenemos ninguna cláusula normativa que establezca la extinción de la sociedad de gananciales, pero la interpretación jurisprudencial consistente establece que desde que hay una separación de hecho, ninguno de los dos cónyuges puede vincular bienes del otro ni de la masa ganancial de forma unilateral en ese periodo de separación; salvo los gastos y deudas contraídos para atender las necesidades fundamentales de la familia.
- C) Incidencia sobre los derechos hereditarios. Ley de 2005 establece explícitamente que aquellos cónyuges que estén en un régimen de separación de hecho no se sucederán el uno al otro en el caso de muerte de uno de los dos, quedando privado por lo tanto del derecho a la legítima como heredero.
- D) Cese de la presunción de paternidad del esposo en caso de embarazo de la esposa durante este periodo de separación de hecho.
- E) Se aplican las reglas de ejercicio de la patria potestad previstas para los casos en los que los cónyuges vivan separados. Lo establecido en el régimen de separación de hecho puede ser además un argumento que utilice el juez en la atribución definitiva en sentencia sobre la guarda de los hijos menores.

La separación de hecho es, en esencia, un acuerdo privado entre los cónyuges que deciden interrumpir su convivencia y establecer una serie de cláusulas que regulen el régimen de vida de esa familia ya disociada en dos hogares distintos.

⁵² MINISTERIO DE GRACIA Y JUSTICIA, *Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil*, cit., vol. BOE-A-1889-4763.

La constancia de ese acuerdo por escrito facilita mucho la prueba de existencia de la separación de hecho, que por otro lado se puede también verificar a través de comprobaciones del padrón o de otro tipo de referencias a la realidad de una convivencia separada de los cónyuges.

Los cónyuges pueden también elevar a escritura pública su acuerdo de cese efectivo de la convivencia para lo cual acudirían al notario solicitando esa otorgación de escritura pública que aportaría todavía más seguridad jurídica.

- La separación legal

Hasta la promulgación en 2015 de la Ley de la Jurisdicción Voluntaria⁵³, separación legal y separación judicial eran sinónimos ya que la intervención del juez era siempre preceptiva.

Sin embargo, desde 2015 la formalización de la ruptura matrimonial se puede ejecutar, en determinadas circunstancias, tanto ante el juez como ante el secretario judicial o ante el notario como veremos a continuación.

Por lo tanto, de acuerdo con la normativa vigente ya no hablaremos de separación judicial, sino que haremos referencia tan solo a la separación legal, entendiendo esta como la ruptura conyugal que ha obtenido el refrendo de una sentencia del juez o que se declara mediante decreto del secretario judicial o en escritura pública notarial.

Este modelo de ruptura reconoce la pervivencia del vínculo matrimonial y establece la suspensión de determinados efectos del matrimonio sustituyéndolos por los establecidos en la propia sentencia, decreto o escritura.

La separación legal puede ser de mutuo acuerdo o contenciosa.

La separación contenciosa, en la que hay una confrontación entre los esposos, debe necesariamente realizarse ante el juez. Por el contrario, la separación legal de mutuo acuerdo podrá ser formalizada ante el secretario judicial o ante el

⁵³ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2015, de 2 de julio, de la Jurisdicción Voluntaria*, vol. BOE-A-2015-7391, 2015, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2015/07/02/15>.

notario, siempre que no haya menores no emancipados a cargo de los cónyuges ni mayores con su capacidad modificada judicialmente.

La separación de mutuo acuerdo es aquella en la que los esposos están en la misma línea y son capaces de elaborar un convenio regulador que establezca las condiciones de vida después de la separación.

Los efectos legales de la separación vendrán determinados fundamentalmente por lo pactado entre los cónyuges en este acuerdo formal que regula el art. 90 del Código Civil⁵⁴, donde se recogen los principales componentes de dicho convenio regulador:

El convenio regulador a que se refieren los artículos 81, 82, 83, 86 y 87 deberá contener, al menos y siempre que fueran aplicables, los siguientes extremos:

a) El cuidado de los hijos sujetos a la patria potestad de ambos, el ejercicio de ésta y, en su caso, el régimen de comunicación y estancia de los hijos con el progenitor que no viva habitualmente con ellos.

b) Si se considera necesario, el régimen de visitas y comunicación de los nietos con sus abuelos, teniendo en cuenta, siempre, el interés de aquéllos.

b) bis El destino de los animales de compañía, en caso de que existan, teniendo en cuenta el interés de los miembros de la familia y el bienestar del animal; el reparto de los tiempos de convivencia y cuidado si fuere necesario, así como las cargas asociadas al cuidado del animal.

c) La atribución del uso de la vivienda y ajuar familiar.

d) La contribución a las cargas del matrimonio y alimentos, así como sus bases de actualización y garantías en su caso.

e) La liquidación, cuando proceda, del régimen económico del matrimonio.

⁵⁴ MINISTERIO DE GRACIA Y JUSTICIA, *Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil*, cit., vol. BOE-A-1889-4763.

f) La pensión que conforme al artículo 97 correspondiere satisfacer, en su caso, a uno de los cónyuges.

- El divorcio

Castilla Barea⁵⁵ define el divorcio como “la institución legal que permite la disolución de un vínculo matrimonial perfectamente válido en vida de ambos cónyuges, sin necesidad de alegar ni probar causa justificativa alguna más que la mera voluntad de alguno de los esposos de poner fin a la relación matrimonial.”

Pero esto no ha sido siempre así; el modelo divorcista que tenemos en España es el fruto de una reforma que se produjo en el año 2005 con la ya mencionada ley de divorcio de ese año que modificaba la originaria ley de divorcio de 1981, Ley 30/81.⁵⁶

Esta ley de 1981 establecía un sistema de divorcio causal en el que, salvo que los dos cónyuges estuvieran de acuerdo, aquél que solicitaba el divorcio tenía que hacerlo basándose en alguna de las causas estipuladas como motivo de divorcio. No podía hacerlo de manera libre y unilateral.

El divorcio vigente en nuestro sistema se debe a dos leyes, a las que ya hemos hecho referencia, la Ley 15/2005⁵⁷, conocida como la Ley de “Divorcio Express” y la Ley 15/2015 que modifica la Ley de Jurisdicción Voluntaria.⁵⁸

Estamos ante un divorcio vincular, y que por tanto produce la disolución del matrimonio desde el punto de vista jurídico, pero por primera vez en la historia

⁵⁵ M. ALONSO PÉREZ Y OTROS, *Tratado de derecho de la familia / directores, Mariano Yzquierdo Tolsada, Matilde Cuenca Casas. Vol. 1, Derecho de familia y derecho de la familia. La relación jurídico-familiar. El matrimonio y su celebración*, cit.

⁵⁶ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 30/1981, de 7 de julio, por la que se modifica la regulación del matrimonio en el Código Civil y se determina el procedimiento a seguir en las causas de nulidad, separación y divorcio*, vol. BOE-A-1981-16216, 1981, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1981/07/07/30>.

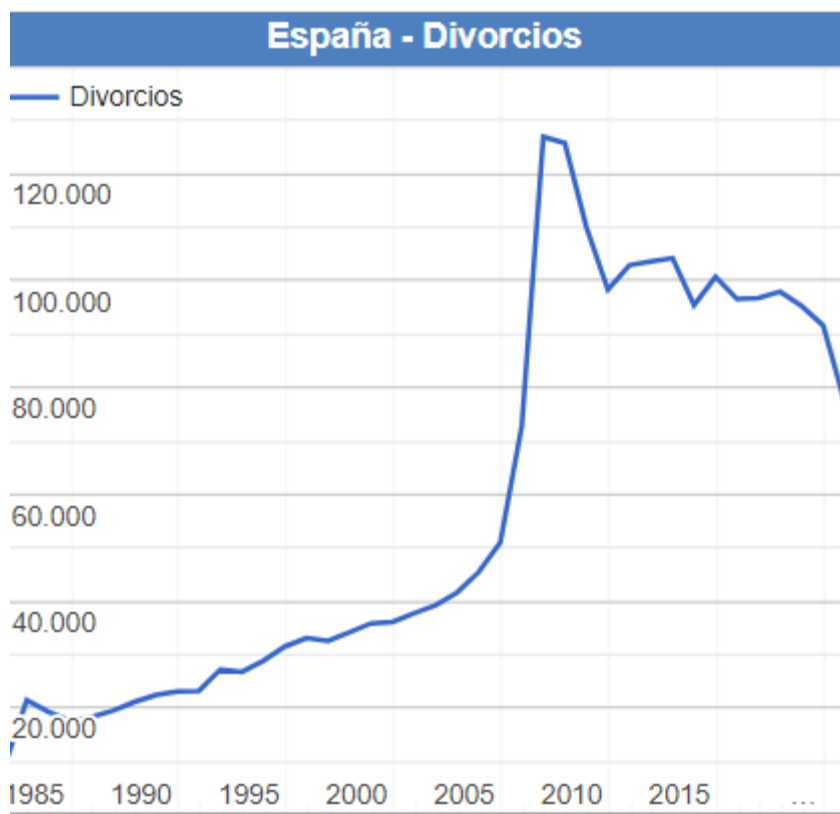
⁵⁷ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, vol. BOE-A-2005-11864, 2005, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2005/07/08/15>.

⁵⁸ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2015, de 2 de julio, de la Jurisdicción Voluntaria*, cit., vol. BOE-A-2015-7391.

no es necesario invocar ninguna causa que fundamente la solicitud de divorcio, que puede ser unilateral, ni tampoco es necesario un periodo previo de separación física de los dos cónyuges. Por eso este modelo de divorcio ha debilitado notablemente la institución de la separación legal, ya que a esta solo optan aquellos cónyuges que, en el momento de separarse, prefieren mantener vivo el vínculo conyugal, por principios personales o por no tener la seguridad absoluta de que esa situación sea irrevocable a futuro.

Así tenemos un divorcio libre, no causal, unilateral y sin necesidad de plazos previos de separación. El único plazo que se impone es el de que los cónyuges deben llevar casados al menos tres meses para poder plantear la demanda de divorcio. Y el único control que se mantiene desde las instancias públicas es el de la exigencia de que el proceso de divorcio se realice ante un agente externo sancionador que es un agente público. Tradicionalmente estaríamos hablando del juez pero, como ya hemos indicado, después la reforma de la ley de jurisdicción voluntaria de 2015 el divorcio consensuado de aquellas parejas que no tienen menores a su cargo ni mayores dependientes se puede realizar ante el secretario judicial o ante el notario, ambos fedatarios públicos, como ya vimos cuando abordamos la separación legal.

Este modo de regular el divorcio es de los más liberales de nuestro entorno geográfico y sociocultural. La eliminación de trabas y la agilización de los procesos produjo, un incremento notable en las demandas de divorcio, desde el momento mismo en que se publicó la ley en 2005.



Como podemos ver en este gráfico⁵⁹, el número de rupturas familiares no ha cesado de incrementarse a lo largo de todos estos años con las consecuencias directas que estas rupturas han tenido entre los miembros de la familia en particular entre los más vulnerables, que son los menores.

Ante esta avalancha de rupturas, los poderes públicos no han reaccionado con políticas de intervención en este terreno para tratar de facilitar el entendimiento y la estabilidad en el seno de la familia.

La Ley de Mediación de 2012⁶⁰, se ha aplicado casi exclusivamente a facilitar el consenso en los procesos de divorcio y evitar los contenciosos. No ha servido, como hubiera sido deseable, como espacio de reflexión en el que las parejas

⁵⁹ «ESPAÑA - DIVORCIOS 2022 | DATOSMACRO.COM», fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://datosmacro.expansion.com/demografia/divorcios/espana>.

⁶⁰ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, vol. BOE-A-2012-9112, 2012, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2012/07/06/5>.

podrían analizar con más serenidad y con acompañamiento profesional la fase de la vida familiar en la que se encuentran y poder así valorar alternativas a la ruptura.

Entendemos que esta Ley de Mediación, para cumplir la finalidad enunciada por la Constitución en su art. 39, debería incorporar una dimensión sanadora y restauradora de las relaciones entre las personas protagonistas del conflicto que la mediación trata de dirimir. De este modo, la ley sí que estaría protegiendo a la familia en su base fundamental que es el matrimonio, ofreciendo a los cónyuges la posibilidad de obtener una posibilidad de recuperación y restauración de la relación.

- La mediación familiar en la Ley de Divorcio de 2005

La mediación familiar aparece referida de manera expresa en seis ocasiones en la ley 15/2005.⁶¹

Como ya comentábamos y ahora volvemos a constatar reflejado en términos numéricos en el cuadro⁶² que aparece más abajo, los datos del número de divorcios en España pasan de 50.000 en el año 2004 a 72.000 en 2005, año de publicación de esta ley, que sin duda tuvo un efecto incentivador del divorcio porque en el año 2006 eran ya casi 127.000 los divorcios en España.

En solo dos años la cifra de divorcios se había multiplicado por 2,5.

⁶¹ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, cit., vol. BOE-A-2005-11864.

⁶² «ESPAÑA - DIVORCIOS 2022 | DATOSMACRO.COM».

España - Divorcios		
Fecha	Divorcios	Tasa bruta de divorcios
2020	77.200	1,63‰
2019	91.645	1,95‰
2018	95.254	2,04‰
2017	97.960	2,11‰
2016	96.824	2,08‰
2015	96.562	2,08‰
2014	100.746	2,17‰
2013	95.427	2,05‰
2012	104.262	2,23‰
2011	103.604	2,22‰
2010	102.933	2,21‰
2009	98.359	2,12‰
2008	110.036	2,39‰
2007	125.777	2,78‰
2006	126.952	2,86‰
2005	72.848	1,67‰
2004	50.974	1,20‰
2003	45.448	1,10‰
2002	41.621	1,00‰
2001	39.242	1,00‰
2000	37.743	0,90‰

Es en este momento en el que se produce la primera aparición en la escena legislativa nacional de la institución de la mediación. Vale la pena destacar que precisamente se comienza a mencionar la mediación familiar en el contexto de un divorcio agilizado y facilitado mediante la aceleración de plazos y trámites, la eliminación de la causalidad y del necesario plazo de separación previo.

Dentro de este entorno acortado en tiempos y oportunidades para la reflexión se incluye la referencia a la mediación familiar como un espacio sereno de diálogo, reflexión, y encuentro entre los todavía cónyuges, que tratarían de resolver las cuestiones que les enfrentan para evitar así un posible contencioso ante los tribunales.

Analizaremos a continuación las principales referencias a la institución de la mediación en este texto legal que nos sirve como primer paso para adentrarnos en la regulación jurídica de esta novedosa institución. Ya desde su exposición

de motivos, y dentro de esa óptica de búsqueda de consenso y encuentro entre las partes, la citada ley indica:

...las partes pueden pedir en cualquier momento al Juez la suspensión de las actuaciones judiciales para acudir a la mediación familiar y tratar de alcanzar una solución consensuada en los temas objeto de litigio.

Este planteamiento significa minimizar el número e intensidad de discrepancias entre las dos partes que acuden a un proceso de divorcio, pero también puede entenderse como un medio para devolver a los protagonistas de la historia las riendas de su relación, especialmente en un momento en el que se encaminan hacia la ruptura.

La idea de consenso, referida expresamente cuando menciona una “solución consensuada”, nos introduce ya desde el arranque de esta intervención legislativa, en un enfoque dialogado y reflexivo, en el que los dos traten de analizar lo más serenamente posible la situación en la que están para poder buscar ese punto de encuentro y de acuerdo entre los dos.

Unos párrafos más adelante, y aún dentro de la exposición de motivos, volvemos a encontrar una referencia explícita a la mediación familiar:

Con el fin de reducir las consecuencias derivadas de una separación y divorcio para todos los miembros de la familia, mantener la comunicación y el diálogo, y en especial garantizar la protección del interés superior del menor, se establece la mediación como un recurso voluntario alternativo de solución de los litigios familiares por vía de mutuo acuerdo con la intervención de un mediador, imparcial y neutral.

Resulta interesante resaltar que el legislador trata de reducir las consecuencias derivadas de la separación y el divorcio, lo que de manera implícita significa admitir que la ruptura familiar tiene consecuencias negativas.

El legislador no se plantearía reducir las consecuencias si éstas fueran positivas, parece obvio, pero vale la pena destacar este punto en este arranque del análisis legislativo de la mediación familiar.

En efecto, las consecuencias del divorcio son devastadoras para la sociedad y para el individuo, como veremos en la sección de este trabajo que dedicamos a analizar el impacto de las rupturas familiares.

Por eso el objeto de esta tesis es mostrar la validez de la mediación familiar para intervenir en situaciones de conflicto con la finalidad, no solo de dirimir y superar ese conflicto, sino también de sanar y restaurar las relaciones entre las dos partes. Esto supone un bien incuestionable, y en una mediación planteada por una ruptura de pareja podríamos hablar de éxito de la mediación cuando los dos se pusieran de acuerdo sobre los pormenores que les enfrentaban y además llegaran a recuperar una visión positiva del otro. A aceptarle y retomar una relación más cordial.

En este contexto, es perfectamente posible que, disminuida la confrontación, uno y otro recuperen su capacidad de diálogo y de entendimiento mutuo y por lo tanto puedan llegar a contemplar también la posibilidad de continuar con su proyecto familiar.

Con este enfoque, la ley de mediación cumpliría el objetivo de proteger la estabilidad familiar como bien jurídico digno de tutela del ordenamiento.

La exposición de motivos continúa en ese mismo párrafo con una destacable referencia a la protección del interés superior del menor.⁶³ Esta noción es muy común en nuestro Código Civil que hace referencia expresa a este término en los arts. 92, 103, 154, 156 y 172.⁶⁴

⁶³ RAE, «Definición de interés superior del menor - Diccionario panhispánico del español jurídico - RAE», *Diccionario panhispánico del español jurídico - Real Academia Española*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://dpej.rae.es/lema/inter%C3%A9s-superior-del-menor>.

⁶⁴ MINISTERIO DE GRACIA Y JUSTICIA, *Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil*, cit., vol. BOE-A-1889-4763.

Además, conocemos numerosos estudios desde la doctrina jurídica que nos hablan de la necesidad de profundizar en este concepto.⁶⁵

Así Bartolomé indica:⁶⁶

El interés superior del menor es un concepto jurídico indeterminado, pero ello no significa que se deba convertir en un concepto de valoración arbitraria o generador de inseguridad jurídica.

Volviendo a la regulación del Código Civil, quéríamos detenernos en particular en el art. 154 que trata del ejercicio de la patria potestad y que establece:

Los hijos e hijas no emancipados están bajo la patria potestad de los progenitores. La patria potestad, como responsabilidad parental, se ejercerá siempre en interés de los hijos e hijas, de acuerdo con su personalidad, y con respeto a sus derechos, su integridad física y mental.

Los menores son los protagonistas más vulnerables en el proceso de separación y divorcio, como veremos con detenimiento en el capítulo dedicado a los efectos sociales y personales de las rupturas familiares. Por este motivo, es razonable que nuestra normativa busque su protección y enuncie este principio del interés superior del menor como guía rectora de la actuación de los progenitores en esta delicada etapa de su vida.

La situación de estrés y de tensión generada por un proceso de separación, pone a prueba la capacidad de los progenitores para mantener la necesaria serenidad. Esto se ve de una manera más patente en los procesos contenciosos en los que las actitudes antagónicas de las dos partes, sustentadas y muchas veces animadas por sus asesores legales, hacen que se pierda esa serenidad y esa capacidad de anteponer los intereses de los hijos incluso a los propios llegado el caso.

⁶⁵ M. DEL PILAR VILELLA LLOP, *Hacia un nuevo modelo de Derecho de Familia. Análisis de las figuras y herramientas emergentes*, Dykinson, 2021, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://www.jstor.org/stable/10.2307/j.ctv1s7ch3x>.

⁶⁶ J. C. B. CENZANO, «Sobre la interpretación del interés superior del menor y su trascendencia en el derecho positivo español», *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, 3 n.º 3, 2012, pp. 46-60.

Es interesante destacar el estudio realizado por María Maldonado Araque, letrada del servicio jurídico de la Junta De Castilla la Mancha, acerca de la protección del interés del menor en los procesos de mediación⁶⁷. Afirma la letrada que, si bien la Ley 26/2015, de 28 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia⁶⁸ ha supuesto un cambio en el modo de proceder de los tribunales dando mayor cabida a la audiencia al menor, no encontramos tal regulación para los procesos de mediación. En estos procesos resulta también muy relevante la visión y la percepción del menor por lo que debería o al menos podría también en algunos casos ser tomada en cuenta, algo que también ayudaría probablemente a los progenitores a ser todavía más conscientes de la situación y de la trascendencia de las decisiones que puedan tomar.

Por todo lo dicho anteriormente, el espacio de mediación familiar es un lugar idóneo para facilitar ese encuentro entre los dos progenitores que manteniendo los ánimos más controlados y teniendo siempre en mente el interés de sus hijos, serán probablemente más capaces de custodiar esos intereses y de tomar las decisiones que mejor los salvaguarden.

La disposición final primera recoge una modificación de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil. En su tercer inciso establece textualmente:

7.ª Las partes de común acuerdo podrán solicitar la suspensión del proceso de conformidad con lo previsto en el artículo 19.4 de esta Ley, para someterse a mediación.

⁶⁷ M. M. ARAQUE, *La protección del interés superior del menor en los procesos de mediación*, Gabinete Jurídico de Castilla La Mancha, pp. 376-440 fecha de consulta en <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8040780.pdf>.

⁶⁸ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia*, vol. BOE-A-2015-8222, 2015, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2015/07/22/8>.

De nuevo en este texto encontramos la referencia a la mediación como una alternativa preferible, hasta el punto del que puede suponer la suspensión del proceso.

Como premisa básica el texto recoge que las partes deben actuar de común acuerdo, como es lógico, no tendría encaje en la cultura de la mediación que fuera de otro modo.

Por último, en su disposición final tercera el texto establece el siguiente compromiso:

El Gobierno remitirá a las Cortes un proyecto de ley sobre mediación basada en los principios establecidos en las disposiciones de la Unión Europea, y en todo caso en los de voluntariedad, imparcialidad, neutralidad y confidencialidad y en el respeto a los servicios de mediación creados por las Comunidades Autónomas.

Siete años después las Cortes españolas aprobaban la primera ley nacional de mediación en asuntos civiles que incluya la regulación de la mediación familiar como método alternativo de resolución de conflictos como analizamos a continuación.

2.4. La Ley 5/2012 de mediación en asuntos civiles y mercantiles⁶⁹

Estamos ante la primera ley de mediación de ámbito nacional, publicada en el año 2012 y recientemente modificada por la ley 1/2025 Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia del servicio público de Justicia ⁷⁰ que analizaremos al final de esta sección.

Continúa el preámbulo señalando además la necesidad jurídica de transponer los contenidos de la directiva comunitaria de 2008 sobre aspectos de la mediación, ya que en mayo de 2011 había finalizado el plazo legal marcado por

⁶⁹ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, cit., vol. BOE-A-2012-9112.

⁷⁰ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia*, vol. BOE-A-2025-76, 2025, fecha de consulta 21 enero 2025, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2025/01/02/1>.

las instituciones comunitarias para la conversión en ley nacional de estos contenidos referidos en esa directiva sobre la que hablamos extensamente en otro apartado de esta tesis.

Por lo tanto, en la gestación de esta ley, se constatan motivos de conveniencia para ir al paso de la introducción de estas fórmulas de autocomposición en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos, pero también percibimos esa urgencia para dejar de estar fuera de plazo en la transposición de la directiva.

Veamos a continuación cuáles son los contenidos de este breve texto legislativo.

Para ello reproducimos textualmente el resumen que la misma ley nos presenta en su preámbulo:

En el título I, bajo la rúbrica «Disposiciones generales», se regula el ámbito material y espacial de la norma, su aplicación a los conflictos transfronterizos, los efectos de la mediación sobre los plazos de prescripción y caducidad, así como las instituciones de mediación.

El título II enumera los principios informadores de la mediación, a saber: el principio de voluntariedad y libre disposición, el de imparcialidad, el de neutralidad y el de confidencialidad. A estos principios se añaden las reglas o directrices que han de guiar la actuación de las partes en la mediación, como son la buena fe y el respeto mutuo, así como su deber de colaboración y apoyo al mediador.

El título III contiene el estatuto mínimo del mediador, con la determinación de los requisitos que deben cumplir y de los principios de su actuación. Para garantizar su imparcialidad se explicitan las circunstancias que el mediador ha de comunicar a las partes, siguiéndose en esto el modelo del Código de conducta europeo para mediadores.

El título IV regula el procedimiento de mediación. Es un procedimiento sencillo y flexible que permite que sean los sujetos implicados en la mediación los que determinen libremente sus fases fundamentales. La norma se limita a establecer aquellos requisitos imprescindibles para dar

validez al acuerdo que las partes puedan alcanzar, siempre bajo la premisa de que alcanzar un acuerdo no es algo obligatorio, pues, a veces, como enseña la experiencia aplicativa de esta institución, no es extraño que la mediación persiga simplemente mejorar relaciones, sin intención de alcanzar un acuerdo de contenido concreto.

Finalmente, el título V establece el procedimiento de ejecución de los acuerdos.

Esta primera ley nacional sobre mediación familiar, que ha sido objeto de un extenso y profundo estudio en el Instituto Complutense de Mediación y Gestión de Conflictos⁷¹, se refiere a la institución de la mediación en el primer apartado de su preámbulo para definirla en los siguientes términos:

La mediación está construida en torno a la intervención de un profesional neutral que facilita la resolución del conflicto por las propias partes, de una forma equitativa, permitiendo el mantenimiento de las relaciones subyacentes y conservando el control sobre el final del conflicto.

Cabe destacar ya en esta primera referencia a la mediación cómo se recoge ese elemento que se refiere al “mantenimiento de las relaciones subyacentes” como un claro objetivo del proceso de mediación, que no se limitaría a la resolución del conflicto sino también a preservar las relaciones de las personas protagonistas de dicho conflicto.

Personas que por otro lado mantienen el control sobre la resolución y la finalización de ese conflicto, esto es, no se da entrada a terceros profesionales que tomen decisiones en nombre de los protagonistas de ese conflicto, como es el caso de los jueces, o que interfieran aportando su visión y su enfoque en el posicionamiento de cada uno de ellos dos, como es el caso de los abogados de parte.

⁷¹ C. FERNÁNDEZ CANALES; L. GARCÍA VILLALUENGA; C. ROGEL VIDE; ESPAÑA.; INSTITUTO COMPLUTENSE DE MEDIACIÓN Y GESTIÓN DE CONFLICTOS, *Mediación en asuntos civiles y mercantiles: comentarios la Ley 5/2012*, 1ª ed, Reus, Madrid, 2012.

También en el preámbulo, en su apartado tercero, el texto legal se refiere a la segunda función de la mediación:

...el segundo eje de la mediación, que es la deslegalización o pérdida del papel central de la ley en beneficio de un principio dispositivo que rige también en las relaciones que son objeto del conflicto.

Este principio dispositivo, implica que los protagonistas de ese conflicto son los que realmente deben mantener en todo momento las riendas del mismo, en aquellas situaciones de conflicto en las que pueda haber una ley que regule esa situación.

La idea es que prevalecerá el acuerdo consensuado entre las partes, evitando así que la solución final venga establecida por una resolución judicial. Son los propios protagonistas los que deben definir hacia dónde debe caminar su relación; por eso la ley, en esta parte del preámbulo, indica que el principio dispositivo rige también para las relaciones de las dos personas protagonistas del conflicto. Son ellas dos las que deben encontrarse capacitadas para tomar una decisión serena sobre el tipo de relación que quieren tener en el futuro.

Nos encontramos también una referencia a una tercera función de la mediación, que sería la desjudicialización del conflicto.

El recurso a los tribunales debe ser siempre una última opción, previa a la cual se propone un intenso trabajo entre las dos partes acompañadas por el mediador para resolver y superar sus conflictos personales.

El título primero de la ley alude ya en sus disposiciones generales a la definición de la mediación en los siguientes términos:

Artículo 1. Concepto. Se entiende por mediación aquel medio adecuado de solución de controversias en que dos o más partes intentan voluntariamente, a través de un procedimiento estructurado, alcanzar por sí mismas un acuerdo con la intervención de un mediador.

El concepto de mediación que presenta esta ley es lo suficientemente amplio como para incluir una multiplicidad de tipos de intervención en el ámbito de la

mediación familiar. Los únicos denominadores comunes serían la presencia de una situación de controversia entre dos personas que voluntariamente y con la ayuda de un tercer profesional tratan de encontrar una solución que les ayude a superar ese conflicto.

En el título segundo la ley consigna los principios informadores de la mediación, como elementos comunes y necesarios a todo proceso de mediación en el ámbito nacional.

Artículo 6. Requisito de procedibilidad y libre disposición.

1. La mediación es uno de los medios adecuados de solución de controversias a los que las partes pueden acudir para intentar encontrar una solución extrajudicial a la controversia y cumplir con el requisito de procedibilidad previsto en el artículo 403.2 de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil. A efectos procesales, se entenderá cumplido este requisito con la celebración, al menos, de una sesión inicial ante el mediador, siempre que quede en ella constancia del objeto de la controversia y de los demás requisitos establecidos en el artículo 17. A dicha sesión habrán de asistir las partes, personalmente si se trata de personas físicas, y el representante legal o persona con facultad para transigir, si se trata de personas jurídicas.

2. Cuando exista un pacto por escrito que exprese el compromiso de someter a mediación las controversias surgidas o que puedan surgir, se deberá intentar el procedimiento pactado de buena fe, antes de acudir a la jurisdicción o a otra solución extrajudicial. Dicha cláusula surtirá estos efectos incluso cuando la controversia verse sobre la validez o existencia del contrato en el que conste.

3. Nadie está obligado a mantenerse en el procedimiento de mediación ni a concluir un acuerdo

En la redacción anterior a enero de 2025, la ley simplemente establecía la voluntariedad de la mediación. Pero el cambio normativo supone un claro paso al frente en la apuesta por la mediación, como principal método adecuado de solución de controversias. Efectivamente, al marcar como requisito de

procedibilidad, que se haya celebrado al menos una primera sesión de mediación, el legislador busca devolver a los protagonistas las riendas de la gestión del conflicto en el que se ven inmersos, propiciando así que puedan llegar a una fórmula de acuerdo entre ellos dos, que pongan fin a su controversia. Bien es verdad que no es más que un avance en la línea adecuada y que es importante promover una verdadera cultura de la mediación que nos lleve a tratar de dialogar y escuchar más y mejor, especialmente en el ámbito familiar. De no ser así, este requisito podría convertirse en un mero trámite, fácilmente cumplible, con la mera firma de un documento que constate la comparecencia de los dos en ese primer acto de mediación y que no atendería a esa finalidad restauradora de las relaciones que buscamos.

Así es, puesto que se trata de que los protagonistas de la relación sean los que conduzcan esta relación por el camino que ellos quieran y que sea decidido de común acuerdo. De este modo entendemos que la voluntariedad es mucho más que la ausencia de coacción o la presencia de una libertad eficaz que nos lleva a acudir a un proceso. Mucho más porque alude también a ese ejercicio libre de la voluntad que se compromete en poner todo de su parte para llegar a un acercamiento a la otra persona lo que tendrá como fruto la superación del conflicto entre ambos.

Resulta interesante, por último, observar cómo el artículo 6.2 recoge la posibilidad de que exista un pacto por escrito en el que las partes se comprometan a someter a mediación las posibles disputas que tengan; uno de los componentes del *Covenant Marriage*, matrimonio alianza, presente en tres estados norteamericanos, que hemos estudiado en páginas anteriores.

Artículo 7. Igualdad de las partes e imparcialidad de los mediadores.

En el procedimiento de mediación se garantizará que las partes intervengan con plena igualdad de oportunidades, manteniendo el equilibrio entre sus posiciones y el respeto hacia los puntos de vista por ellas expresados, sin que el mediador pueda actuar en perjuicio o interés de cualquiera de ellas.

La mediación no busca vencedores ni vencidos, sino que trata de ayudar a los dos a que encuentren una fórmula de solución en la que ambos puedan encontrarse razonablemente satisfechos.

Es la aplicación práctica del conocido principio *win win*. Por eso, el mediador debe mantener una equidistancia entre los dos para ir trabajando con uno y otro en aras de esa superación de la controversia. En aplicación de este principio de igualdad de las partes que recoge el art. 7, si el mediador percibiera que una de las dos partes no se encuentra en posición de igualdad, debería actuar para equilibrar esa anómala y deficiente situación. Sería parte de su función en esa intervención imparcial y neutral como también recoge el artículo 8 de esta misma ley.

Artículo 9. Confidencialidad.

1. El procedimiento de mediación y la documentación utilizada en el mismo es confidencial, salvo la información relativa a si las partes acudieron o no a mediación y al objeto de la controversia. La obligación de confidencialidad se extiende al mediador, que quedará protegido por el secreto profesional, a las instituciones de mediación y a las partes intervinientes de modo que no podrán revelar la información que hubieran podido obtener derivada del procedimiento.

2. La confidencialidad de la mediación y de su contenido impide que los mediadores o las personas que participen en el procedimiento de mediación estén obligados, en el ámbito de un procedimiento judicial o de un arbitraje, a declarar sobre la información y documentación derivada de dicho procedimiento de mediación o a aportar documentación relacionada con él, excepto:

- a) Cuando todas las partes de manera expresa y por escrito se hayan dispensado recíprocamente o al mediador del deber de confidencialidad.*
- b) Cuando se esté tramitando la impugnación de la tasación de costas y su solicitud de exoneración o moderación según lo previsto en el artículo 245 de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil, a esos únicos*

efectos y sin que pueda utilizarse para otros diferentes ni en procesos posteriores.

c) Cuando, mediante resolución judicial motivada, sea solicitada por los jueces del orden jurisdiccional penal.

d) Cuando sea necesario por razones imperiosas de orden público, en particular cuando así lo requiera la protección del interés superior del menor o la prevención de daños a la integridad física o psicológica de una persona.

Salvo en dichas excepciones, si se pretendiese por alguna de las partes la aportación de la información confidencial como prueba en un proceso judicial o un arbitraje no será admitida por aplicación de lo dispuesto en el artículo 183.3 de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil.

3. La infracción del deber de confidencialidad generará responsabilidad en los términos previstos en el ordenamiento jurídico

Una de las garantías fundamentales del proceso de mediación es que todo lo que ocurra a lo largo del mismo está protegido por la más rigurosa confidencialidad. Esta confidencialidad abarca las declaraciones de las dos personas protagonistas del proceso, así como todo tipo de información o documentación que se pudiera aportar en el mismo.

En cuanto a la figura del mediador profesional, la ley establece que su actuación está protegida por el secreto profesional, por lo que en ningún caso podrá divulgar los contenidos del proceso de mediación. La propia ley establece excepciones tasadas a esta obligación que son básicamente, las situaciones en las que estemos ante un procedimiento de impugnación de la tasación de costas, un requerimiento judicial en el contexto de un proceso penal, o bien que las partes de manera expresa y por escrito autoricen al mediador para desvelar el contenido del proceso de mediación. Por último, el deber de confidencialidad cede por razones de orden público; en particular para proteger del mejor modo

el interés del menor o para salvaguardar la integridad física o psicológica de una persona.

En este contexto podemos identificar un aspecto activo y otro pasivo de la confidencialidad.

El aspecto activo correspondería a la pareja que debe ver preservada su intimidad personal y familiar contando por lo tanto con la reserva profesional del mediador.

El aspecto pasivo, por otro lado, se refiere al mediador que también se ve protegido en su desempeño profesional y por lo tanto no deberá dar cuenta de lo que ocurre en el proceso de mediación con la limitación que ya hemos comentado antes, que se trate de un proceso penal o que las partes le autoricen por escrito.

Las garantías jurídicas del aspecto activo de la confidencialidad las encontramos en el ámbito penal en concreto en el art. 199 del Código Penal⁷² y en el ámbito civil en lo relacionado con la responsabilidad civil contractual⁷³

Las garantías jurídicas del aspecto pasivo se plasman en el secreto profesional (artículo 24 de la Constitución y legislación derivada).

Artículo 10. Las partes en la mediación.

(...) 2. Las partes sujetas a mediación actuarán entre sí conforme a los principios de lealtad, buena fe y respeto mutuo.

Este título segundo, dedicado a los principios informadores de la mediación, termina haciendo referencia a la actitud que deben mantener los protagonistas a lo largo del proceso.

⁷² E. GIMBERNAT ORDEIG; E. MESTRE DELGADO, *Código Penal: Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre*, Trigésima primera edición, Tecnos, Madrid, 2023.

⁷³ M. PEDREGAL Y CAÑEDO; REVISTA DE DERECHO INTERNACIONAL (ESPAÑA), *Texto y comentarios al Código civil español: con exposición de motivos, precedentes en nuestra legislación, comparación crítica con los principales códigos de Europa y América, aplicación al derecho internacional, procedimientos que deben emplearse, acciones que proceden, notas críticas y explicativas, etc.*, José Góngora y Álvarez, Madrid, 1889.

Como actitud que es, tiene un componente netamente subjetivo, pero resulta muy revelador que la propia ley hable de la necesaria disposición recíproca de comportamiento respetuoso, actuación leal y fondo de buena fe. Son, de nuevo, actitudes personales, pero necesarias —se diría que indispensables— para que la mediación llegue a buen puerto. Por eso el legislador no duda en incluirlas en estos primeros artículos de la ley.

El título tercero de esta ley se refiere al Estatuto del mediador. Entre los requisitos que nos indica este apartado se recoge la necesidad de una titulación universitaria, o de Formación Profesional superior. Además, el mediador deberá recibir la formación fundamental en materia de resolución de conflictos y mediación, que de hecho queda establecida en el reglamento de desarrollo de esta ley.

El art. 13 de este título tercero, cuando se refiere a la actuación del mediador, hace hincapié en la imparcialidad con la que debe desembarcar el mediador en el caso concreto de mediación que se le presente. Para asegurar esa imparcialidad, este artículo señala la necesaria desconexión previa del mediador con los mediados y con el asunto objeto de controversia.

El título cuarto focaliza su atención en el procedimiento de mediación.

El art. 16 comienza regulando el inicio del proceso de mediación, que tendrá lugar a solicitud de los dos de común acuerdo o también podrá ser solicitado por una de las dos partes.

En esa fase inicial, si existiera un proceso en curso, las partes podrían solicitar la suspensión del mismo.

El art. 17 recoge el primer momento de la mediación, que sería la constitución de la fase inicial e informativa.

Artículo 17. Información y sesiones informativas

1. (...) En esa sesión el mediador informará a las partes de las posibles causas que puedan afectar a su imparcialidad, de su profesión, formación y experiencia; así como de las características de la mediación, su coste,

la organización del procedimiento y las consecuencias jurídicas del acuerdo que se pudiera alcanzar, así como del plazo para firmar el acta de la sesión constitutiva.

Se trata de que las partes reciban una información directa, normalmente presencial, acerca de los contenidos y procedimientos que supondrá el proceso de mediación.

Sobre la base de esa información podrán decidir si desean arrancar con la mediación o si prefieren reflexionar un poco más o sencillamente no responde a sus expectativas por lo que prefieren no adentrarse en ese camino.

El art. 19 se refiere a la sesión constitutiva, estableciendo ciertos requisitos más o menos formales para su celebración.

En el art. 20 la ley orienta sobre la duración del proceso de mediación.

Artículo 20. Duración del procedimiento. La duración del procedimiento de mediación será lo más breve posible y sus actuaciones se concentrarán en el mínimo número de sesiones.

Como puede verse, la ley no concreta un plazo específico, sino que sencillamente alude a la necesidad de proceder con cierta agilidad.

En otros textos legislativos que también estudiaremos, la norma establece incluso plazos máximos. En todo caso resulta evidente que el espíritu del proceso de mediación, que requiere esa implicación de la voluntad de las partes en un esfuerzo concentrado en un periodo de tiempo concreto, no debería dilatarse de una forma no justificada e innecesaria que fuera en realidad perjudicial para los propios fines de la institución de la mediación.

El título quinto nos habla de la formalización de los acuerdos logrados a través del proceso de mediación, regulado en los artículos anteriores y cuyo momento final sería la consecución de ese punto de encuentro entre los dos que les lleva a alcanzar un punto en el que ambos pueden reconocerse y pueden ver también recogidos sus intereses.

Artículo 25. Formalización del título ejecutivo.

1. Las partes podrán elevar a escritura pública el acuerdo alcanzado tras un procedimiento de mediación. El acuerdo de mediación se presentará por las partes ante un notario acompañado de copia de las actas de la sesión constitutiva y final del procedimiento, sin que sea necesaria la presencia del mediador.

Las personas que participan en un proceso de mediación deben saber que, si fuera necesario y ambos lo desean, pueden hacer que ese acuerdo adquiera una entidad superior como escritura pública a través de la tramitación notarial del contenido. Esta opción, que siempre es voluntaria, es particularmente interesante en aquellas situaciones de conflicto para las que es necesaria una seguridad jurídica y una constatación fehaciente de lo que se ha llegado a acordar.

2.5. Reglamento de mediación

Un año después de la publicación de la ley, ésta fue objeto de desarrollo reglamentario.⁷⁴

El capítulo primero contiene unas breves disposiciones generales. El capítulo segundo desarrolla todo lo relacionado con el ámbito de la formación de los mediadores. Para ser mediador, es necesario estar en posesión de un título universitario o de Formación Profesional superior, así como haber realizado un curso de formación específico del ámbito de la mediación, que integre entre otros los siguientes contenidos: aspectos éticos y deontológicos de la profesión de la mediación, marco jurídico, aspectos psicológicos, fases del procedimiento de mediación y formulación de los acuerdos. Esta formación tendrá una duración mínima de 100 horas de las cuales 35 deberán ser de contenido práctico.

⁷⁴ MINISTERIO DE JUSTICIA, *Real Decreto 980/2013, de 13 de diciembre, por el que se desarrollan determinados aspectos de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, vol. BOE-A-2013-13647, 2013, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/rd/2013/12/13/980>.

El reglamento también establece que las instituciones encargadas de la formación de los mediadores deben ser instituciones debidamente registradas y autorizadas por el Ministerio de Justicia del Gobierno español.

El capítulo tercero del reglamento se refiere al registro de mediadores y de instituciones de mediación. Esta normativa establece el carácter voluntario de este registro, así como las funciones que desempeña el tener constancia de aquellos mediadores e instituciones que prestan servicios de mediación.

El capítulo cuarto recoge de manera específica el requisito legal de que todos los mediadores hayan suscrito una póliza de seguro de responsabilidad civil que les cubra en el desempeño de sus funciones profesionales ante una eventual situación en la que un tercero pudiera reclamar cantidades económicas en concepto de daños y perjuicios que se hubieran producido como resultado de la acción del mediador.

El capítulo quinto, por último, se refiere a la regulación básica de las formas de intervención en mediación a través de la red de internet. Esta mediación en línea es algo presente y de alguna manera necesario en el momento actual y que al mismo tiempo debe ser enmarcado dentro de la norma para asegurar y mantener las mínimas garantías legales en el proceso de mediación.

2.6. Anteproyecto de ley de impulso a la mediación de 2019 ⁷⁵

En su exposición de motivos, este anteproyecto de ley reconoce el esfuerzo realizado por el legislador al promulgar la ley de mediación en asuntos civiles y mercantiles de 2012, pero al mismo tiempo constata la escasa presencia de la institución en la sociedad española, como bien recoge el ya mencionado Informe del Parlamento Europeo de 2014.

También se hace eco de las recomendaciones emanadas desde las instancias europeas, Comisión Europea, Parlamento Europeo y Consejo de Europa en la línea de animar a los Estados miembros a tomar las medidas necesarias para un

⁷⁵ «ANTEPROYECTO DE LEY DE IMPULSO DE LA MEDIACIÓN», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.lamoncloa.gob.es/consejodeministros/Paginas/enlaces/110119-enlacemediacion.aspx>.

impulso y crecimiento de la mediación. Estas mismas instituciones han reconocido también la exigua presencia de la mediación a nivel general en los países de la Unión Europea.

El anteproyecto es muy explícito a la hora de señalar la debilidad de la mediación en España utilizando expresiones como:

....la falta de una «cultura» de la mediación en los países miembros de la Unión Europea

Y en referencia específica a nuestro país

Actualmente, la mediación en España se encuentra obstaculizada por una cultura ajena a esta forma particular de resolución de conflictos intersubjetivos. Continúa siendo una institución desconocida...

Veamos las principales propuestas de novedad legislativa que aparecen en este anteproyecto de ley que, si bien no llegó a ver la luz en el periodo parlamentario en el que lo propuso el gobierno vigente, reviste desde nuestro punto de vista mucho interés porque refleja una importante declaración de intenciones.

El artículo primero establece la modificación de la Ley 1/1996, de 10 de enero, de asistencia jurídica gratuita para incluir también los servicios de mediación y añade un nuevo número 11 al artículo 6 con la siguiente redacción:

«11. La intervención del mediador cuando la misma sea presupuesto procesal para la admisión de la demanda o resulte de la derivación judicial.»

El artículo segundo introduce la modificación de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil incorporando hasta 14 modificaciones de carácter procesal con una especial referencia a la imputación de las costas procesales incorporando criterios de participación o no en la mediación cuando esta sea preceptiva con carácter previo a la vía procesal.

Nos parece oportuno destacar una de las modificaciones procesales que hace referencia específica al criterio de confidencialidad en el proceso de mediación:

4. Los documentos que formen parte de la negociación desarrollada en el seno de un procedimiento de mediación están sujetos a confidencialidad de conformidad con lo dispuesto en las leyes, y en ningún caso podrán constituir fuentes de prueba del posterior proceso.

Como puede comprobarse, esta modificación normativa refuerza aún más el criterio de confidencialidad en el proceso de mediación, protegiendo toda aportación documental que se produzca en dicho proceso y que en todo caso quedará vinculada a la mediación y no podrá ser utilizado posteriormente. Es una manera de blindar el espacio de seguridad para que las dos personas que están tratando de encontrar acuerdos por una vía de consenso tengan la tranquilidad de poder aportar los datos y documentos que deseen oportunos sin temor a que éstos sean utilizados en un posterior posible litigio.

En este anteproyecto de ley se recoge también la mediación intra judicial en los siguientes términos:

1. Siempre que no se haya intentado con carácter previo al proceso, el tribunal que conozca de la primera instancia podrá acordar la derivación a un procedimiento de mediación de cualquier asunto civil o mercantil, cuando considere que, por sus características, pueden ser susceptibles de ser resueltos por esa vía...

La derivación a un posible proceso de mediación queda a criterio del juez que conozca del caso, quien en función de las características y contenidos del proceso y también de la disposición de las partes, podría señalar la recomendación de acudir a la mediación. Si las partes aceptaran se produciría la suspensión del proceso en los términos establecidos por esta ley.

Esta posibilidad requiere una fase de sensibilización y divulgación de las ventajas de la mediación entre el propio colegio de jueces y magistrados. Si no tienen presente y apoyan esta vía alternativa de resolución de conflictos, estas derivaciones se darían solamente en casos puntuales y continuaríamos con un avance reducido o nulo de la mediación en el ámbito procesal.

El artículo tercero y último de este anteproyecto dispone la modificación de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles.

Veamos a continuación algunas de esas modificaciones, las que resultan más relevantes.

Dos. Se modifica el apartado 1 del artículo 6, que queda redactado como sigue: «1. La mediación es voluntaria. No obstante, los interesados estarán obligados a intentar las mediaciones reguladas en esta ley con carácter previo al inicio de un proceso declarativo en los siguientes casos:

a) Medidas que se adopten con ocasión de la declaración de nulidad del matrimonio, separación, divorcio o las relativas a la guarda y custodia de los hijos menores o alimentos reclamados por un progenitor contra el otro en nombre de los hijos menores, así como aquellas que pretendan la modificación de las medidas adoptadas con anterioridad. Como excepción, no será obligatorio el intento de mediación en el caso de que hubiera sido instruido con carácter previo un procedimiento por un delito relacionado con la violencia de género.

b) Responsabilidad por negligencia profesional.

c) Sucesiones.

d) División judicial de patrimonios.

e) Conflictos entre socios y/o con los órganos de administración de las sociedades mercantiles.

f) Reclamaciones en materia de responsabilidad extracontractual que no traigan causa de un hecho de la circulación.

g) Alimentos entre parientes.

h) Propiedad horizontal y comunidades de bienes.

i) Derechos reales sobre cosa ajena.

j) Contratos de distribución, agencia, franquicia, suministro de bienes y servicios siempre que hayan sido objeto de negociación individual.

k) Reclamaciones de cantidad inferiores a 2.000 euros entre personas físicas cuando no traigan causa de un acto de consumo.

l) Defectos constructivos derivados de un contrato de arrendamiento de obra.

m) Protección de los derechos al honor, intimidad o la propia imagen.

n) Procesos arrendaticios que hayan de ventilarse por los cauces del juicio ordinario.

Este largo listado constata que no solamente es necesario abordar el inicio de la mediación en las situaciones de familia, en particular en procesos de separación o divorcio, sino también en un amplio número de supuestos.

Estos supuestos tienen en general en común un componente personal, un ámbito en el que es importante la dimensión relacional de la persona y los vínculos establecidos con otras.

Es ahí donde la mediación puede jugar un papel decisivo a la hora de buscar soluciones entre las partes que no generen mayor tirantez, sino que por el contrario aporten más serenidad y consenso facilitando así las relaciones entre los protagonistas del conflicto.

En la redacción propuesta de este artículo, se incluye como excepción clara a la obligatoriedad de la mediación en situaciones de separación y divorcio, aquellos casos en los que esté presente la violencia de género.

El articulado prosigue explicando que la obligatoriedad afecta a la celebración de una sesión informativa sobre la mediación y una primera sesión exploratoria con la presencia física en ambas de las partes si fueran personas físicas, o de sus representantes jurídicos en el caso de personas jurídicas.

Estas dos sesiones se pueden celebrar en un mismo acto y en la misma sede, una a continuación de la otra.

En cuanto a la duración del proceso de mediación, se modifica el art. 20 de la ley para decir que la mediación debe tener la mínima duración posible, pero en particular para aquellos supuestos en los que la ley prevé una mediación obligatoria antes de la vía procesal, ese proceso de mediación no puede superar los tres meses.

Por último, en relación con la figura del mediador, este anteproyecto de ley establece que deberá estar necesariamente inscrito en el registro de mediadores del Ministerio de Justicia, o en alguno de los registros de mediadores existentes en el ámbito de las comunidades autónomas.

Además, se establece la necesidad de que, dentro de los programas de formación, se incluya un módulo específico en igualdad y violencia de género a fin de que los mediadores tengan la formación suficiente para detectar la presencia de violencia de género y puedan proceder a la cancelación del proceso de mediación en presencia de estas situaciones de absoluta desigualdad entre las partes.

2.7. Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia⁷⁶

La Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia (LOSPJ) aprobada en enero de 2025, introduce importantes cambios en la organización de los tribunales, convirtiendo los juzgados unipersonales en tribunales de instancia. Además, implanta las Oficinas Municipales de Justicia, que revisan las atribuciones y el modo de funcionamiento de los jueces de paz. La norma contiene también diversas reformas procesales con las que se pretende una mayor agilización en la tramitación de los procedimientos judiciales

Esta norma busca fundamentalmente mejorar el acceso a la justicia de los ciudadanos y facilitar también que sean estos mismos los que puedan resolver, cuando sea posible, las posibles controversias en las que se encuentren. En ese sentido, la norma, en su preámbulo, señala la necesidad de que los propios interesados recuperen la capacidad negociadora, antes de acudir a servicios judiciales. Y por ello introduce la obligación de acudir, con carácter previo a un procedimiento judicial en el orden civil, a alguno de los denominados Métodos Adecuados de Solución de Controversias (MASC). Conviene destacar el cambio

⁷⁶ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia*, cit., vol. BOE-A-2025-76.

terminológico, que una vez más obedece a razones de fondo. Estos métodos adecuados de solución de controversias sustituyen a lo que tradicionalmente denominábamos métodos alternativos de solución de conflictos. Efectivamente, la finalidad de dicho cambio en los términos es enfatizar que estos modos de intervención, entre los que destaca la mediación, no deben ser considerados como alternativos, sino que son señalados como los métodos más adecuados para resolver las controversias interpersonales en ciertas materias.

Para asegurar el desarrollo e implantación de estos MASC, el artículo 5 de esta Ley Orgánica establece que, en el orden jurisdiccional civil, con carácter general, se considerará requisito de procedibilidad para que sea admisible la demanda, acudir previamente a algún medio adecuado de solución de controversias.

El artículo 14, como vemos a continuación, hace una referencia expresa posibles fórmulas que pueden darse para cumplir con ese requisito de procedibilidad:

Artículo 14. Medios adecuados de solución de controversias en vía no jurisdiccional con regulación especial.

1. A los efectos de cumplir el requisito de procedibilidad para la iniciación de la vía jurisdiccional, y sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 5.1, las partes podrán acudir a cualquiera de las modalidades de negociación previa reguladas en este capítulo, a la mediación regulada en la Ley 5/2012, de 6 de julio, o a cualquier otro medio adecuado de solución de controversias previsto en otras normas. En particular, las partes podrán cumplir dicho requisito mediante la negociación directa o, en su caso, a través de sus abogados o abogadas, así como a través de un proceso de Derecho colaborativo.

Esta Ley Orgánica da un amplio margen para el cumplimiento de este requisito, incluyendo entre las opciones cualquiera de las modalidades de negociación previa que aparecen en este capítulo, como son: la mediación, la conciliación, la opinión de un experto independiente, la presentación de una oferta vinculante confidencial y la fórmula de derecho colaborativo. Además, la norma prevé el posible cumplimiento del requisito de procedibilidad a través de la negociación directa entre los interesados, o bien representados por sus abogados.

El espíritu de esta norma parece moverse entre, por un lado, el pleno respeto a la libre autonomía y voluntad de las partes, que solo con una voluntariedad activa pueden acercar posiciones y superar la confrontación. Por eso la norma deja libertad a las partes para elegir cualquiera de los MASC o incluso les permite negociar directamente. Y, por otro lado, ante la falta de una cultura de mediación y los actuales niveles de confrontación, la ley pone en evidencia la necesidad de promover y alentar estas fórmulas de autocomposición entre los ciudadanos, que lleven al entendimiento y al consenso, evitando así, la inflamación de las controversias. Esta idea queda reflejada en el Preámbulo IV que dice así:

Se debe recuperar la capacidad negociadora de las partes, con la introducción de mecanismos que rompan la dinámica de la confrontación y la crispación que invade en nuestros tiempos las relaciones sociales. Para ello es necesario introducir medidas eficaces que no se degraden ni transformen en meros requisitos burocráticos. Con este fin se ha de potenciar la mediación en todas sus formas e introducir otros mecanismos de acreditada experiencia en el derecho comparado.

En efecto, no se nos oculta, que este requisito podría fácilmente soslayarse, convirtiéndolo en un simple trámite que los interesados podrían fácilmente certificar, sin haber profundizado en realidad en un planteamiento de acercamiento de posiciones y escucha entre los dos.

Repasemos a continuación, aunque sea brevemente, cuáles son esas modalidades de negociación previa a las que se refiere el artículo 14.

La mediación.

Aparece referida en primer lugar y se remite a la regulación legal de la mediación en la Ley 5/ 2012 que regula esta institución y que queda modificada en distintos aspectos, con la entrada en vigor de esta Ley Orgánica. Dichas modificaciones son objeto de estudio detallado en el apartado correspondiente de esta tesis, en el que hemos recorrido la citada Ley de Mediación.

La conciliación.

El artículo 14.4 y siguientes alude a las distintas fórmulas de conciliación: ante el notario, ante el registrador, ante el letrado de la administración de Justicia o ante el juez de paz. Conciliaciones que vienen reguladas por la normativa propia en estos distintos ámbitos. Para pasar después en el artículo 15 y 16 a desarrollar de forma específica la conciliación privada, que veremos en más detalle en el apartado de la tesis destinado a los MASC.

La oferta vinculante confidencial.

Artículo 17. Oferta vinculante confidencial.

1. Cualquier persona que, con ánimo de dar solución a una controversia, formule una oferta vinculante confidencial a la otra parte, queda obligada a cumplir la obligación que asume, una vez que la parte a la que va dirigida la acepta expresamente. Dicha aceptación tendrá carácter irrevocable

El artículo 17 recoge la posibilidad de que una de las dos partes en una controversia, haga una oferta que ponga fin a la disputa. El ofertante queda obligado a cumplir su oferta en cuanto el receptor la acepte. Esta obligación tiene un plazo de duración de un mes, transcurrido el cual el oferente ya no se ve vinculado por la oferta que hizo. Esta tramitación tiene un carácter confidencial, pero deberá ser documentada de forma fehaciente.

La opinión de persona experta independiente.

Artículo 18. Opinión de persona experta independiente.

1. Las partes, con objeto de resolver una controversia, podrán designar de mutuo acuerdo a una persona experta independiente para que emita una opinión no vinculante respecto a la materia objeto de conflicto. Las partes estarán obligadas a entregar a la persona experta toda la información y pruebas de que dispongan sobre el objeto controvertido.

2. El dictamen podrá versar sobre cuestiones jurídicas o sobre cualquier otro aspecto técnico relacionado con la capacitación profesional del experto.

Continúa el artículo estableciendo la necesidad de que el experto acredite sus conocimientos técnicos a través de la titulación adecuada, además de determinar la total confidencialidad del proceso.

Si ambas partes aceptarán el dictamen emitido por el experto, la controversia en cuestión habría llegado a su fin. Pero si no lo aceptan, el experto debe expedir un certificado que servirá para cumplir el requisito de procedibilidad al que antes nos hemos referido.

Proceso de derecho colaborativo.

Las partes en un conflicto pueden decidir iniciar un proceso de derecho colaborativo en el que estarán acompañados por letrados, acreditados en derecho colaborativo, que intervendrán en la resolución de esa controversia, de acuerdo con las siguientes pautas que aparecen en el artículo 19.2., entre las que destacamos que, si no alcanzan un acuerdo, dichos letrados no podrán acudir a los tribunales.

Artículo 19.2. Los principios fundamentales del proceso colaborativo son: la buena fe, la negociación sobre intereses, la transparencia, la confidencialidad, el trabajo en equipo entre las partes, sus abogadas y abogados y las terceras personas expertas neutrales que pudieran, en su caso, participar, así como la renuncia a tribunales por parte de los y las profesionales de la abogacía que hayan intervenido en el proceso, caso de no conseguirse una solución, total o parcial, de la controversia.

3. Leyes autonómicas

Desde que en 1998 el Consejo de Europa publicara la recomendación que ya hemos visto sobre mediación familiar, hubo que esperar 10 años hasta que viera la luz la Directiva sobre mediación en el año 2008, con un mandato específico a los Estados miembros para que procedieran a la transposición.

El legislador español tardó varios años, lo que hizo que se iniciara un procedimiento sancionador para España ante la posibilidad de que no cumpliera

el plazo. Finalmente, el Gobierno español publica en 2012 la ley de mediación que también hemos visto en detalle.

Cuando se publica la ley en 2012, la gran mayoría de las comunidades autónomas ya habían hecho su recorrido en el ámbito de la mediación y habían publicado sus leyes. Comenzando por las pioneras Comunidad valenciana y gallega, que ya desde 2001 se dotaron de una ley de mediación, le seguirían el resto de las comunidades autónomas. Las únicas comunidades que no cuentan con ley de mediación son Extremadura, La Rioja y Murcia, además de las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla.

En este abordaje del panorama autonómico me ha parecido oportuno detenerme con más detalle en la ley madrileña pero, por economía de espacio y de tiempo, dedicaré al resto de leyes autonómicas un estudio más sucinto a partir de un cuadro que presentaremos después de analizar la ley madrileña.

3.1. Ley 1/2007, de mediación familiar en la Comunidad de Madrid⁷⁷

Esta ley comienza en su preámbulo, recordando la relevancia de la familia y de las funciones sociales que cumple esta institución. Hace referencia al art. 39 de la Constitución Española que recoge el compromiso de los poderes públicos de otorgar protección social económica y jurídica a la familia.

También encontramos en el preámbulo una alusión a la normativa europea en la materia y a la recomendación del Consejo de Ministros de la Unión Europea de 1998.

En el articulado de la ley encontramos en primer lugar una definición de la mediación familiar, que una vez más tiene un carácter amplio y no condiciona ni prejuzga la inclusión de unos u otros contenidos en el objeto de la mediación, limitándose a señalar las características genéricas de la institución.

Artículo 1. Objeto de la Ley.

⁷⁷ COMUNIDAD DE MADRID, *Ley 1/2007, de 21 de febrero, de Mediación Familiar de la Comunidad de Madrid*, vol. BOE-A-2007-12563, 2007, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es-md/l/2007/02/21/1>.

La mediación familiar desarrollada en esta Ley es un procedimiento voluntario de gestión o resolución positiva de tensiones o conflictos familiares en el que las partes solicitan y aceptan la intervención de un mediador, profesional imparcial, neutral y sin capacidad para tomar decisiones por ellas, que les asiste con la finalidad de favorecer vías de comunicación y búsqueda de acuerdos consensuados.

Avanzando en el articulado, resulta de especial interés la referencia que hace el art. 3 de esta ley a la función de la mediación familiar estableciendo una posible finalidad preventiva.

Artículo 3. Finalidad de la mediación familiar.

La mediación familiar regulada en la presente Ley está dirigida a prevenir o minimizar los conflictos intrafamiliares, a evitar la apertura de procedimientos judiciales de carácter contencioso, poner fin a los ya iniciados o reducir sus consecuencias negativas, así como a facilitar a las partes en la mediación el cumplimiento de sentencias judiciales que afecten a las relaciones familiares.

Es un objetivo ambicioso, ya que la mediación tendría lugar sin esperar al planteamiento de una confrontación o disputa, sino en estadios previos tratando de actuar con esa función anticipadora y preventiva.

En este mismo artículo, se comprueba que la ley va de menos a más, marcando las distintas áreas en las que puede intervenir la mediación. Por así decirlo, si la prevención no ha sido eficaz, pasaríamos a minimizar el impacto de ese conflicto. Y si ese conflicto escala, la mediación busca, como ya hemos señalado, evitar que las partes deban acudir a los tribunales para resolver sus controversias enfrentándose en un procedimiento contencioso. En el escalón superior, si ya se hubiera producido ese procedimiento judicial, la mediación podría intervenir para asegurar el cumplimiento de los contenidos de esas no deseadas sentencias judiciales.

El artículo cuatro enumera los principios de la mediación familiar, haciendo referencia a la voluntariedad, confidencialidad, imparcialidad y buena fe.

Nos detenemos en el último inciso de ese artículo que hace referencia a la protección del interés del menor. Como es sabido, el interés superior del menor es un concepto frecuentemente recogido en nuestro Código Civil, en particular en los arts. 92, 103, 154, 156 y 172. El hecho de que la ley madrileña lo incluya entre los principios rectores de la mediación familiar refleja la importancia que tiene para aquellos progenitores que se encuentran en una situación de enfrentamiento, mantener siempre presente el interés de los menores, es decir de sus hijos.

Resulta interesante abordar la aplicación de este principio en conexión con el principio de neutralidad con el que debe trabajar el mediador familiar en todo momento.

Al poner en aplicación ambos principios, el de protección del menor y el de neutralidad; podrían darse situaciones en las que es necesario conciliar ambos principios. En ese sentido, podríamos decir que la protección del interés del menor constituye un límite a la imparcialidad y neutralidad del mediador, en el sentido de que el mediador podría dejar de ser neutral si tuviera que tutelar el interés del menor.

El título primero comienza hablando de las partes en la mediación, nos parece interesante recoger el texto del artículo octavo:

Artículo 8. Sujetos de la mediación familiar.

1. Podrán solicitar y someterse a mediación familiar:

a) Las personas unidas por vínculo matrimonial o unión de hecho en los conflictos intrafamiliares de convivencia, o en los supuestos de ruptura, separación, divorcio o nulidad y en cualquier fase de estos procesos, con el fin de lograr acuerdos.

El artículo hace una enumeración de todos los posibles sujetos beneficiarios de la mediación familiar, y comienza por este primer supuesto en el que diferencia entre dos tipos de sujetos de la mediación familiar. El primero sería aquellas

personas que están sufriendo un conflicto intrafamiliar de convivencia, y el segundo tipo lo constituirían aquellas personas que se encuentran en un supuesto de ruptura, separación, divorcio, etcétera.

Una vez más, la legislación prevé la intervención de la mediación familiar para resolver y sanar los conflictos en el seno de la familia independientemente de que estos supongan o no un planteamiento de divorcio.

Hacemos notar esto, porque la publicidad y notoriedad que se le ha dado a la mediación familiar ha sido casi siempre, como ya sabemos, en el ámbito de las rupturas y el divorcio.

En este mismo artículo en su segundo apartado, se vuelve a introducir el tema de la posible derivación que debe realizar el mediador familiar cuando, a su juicio, es necesario el tratamiento de otro profesional del ámbito médico, específicamente psiquiátrico o psicológico.

2. Se excluye de la mediación prevista en los apartados anteriores los conflictos que, a juicio del mediador o profesional competente, deban ser abordados desde otras formas de intervención o tratamiento, ya sea psicológico, psiquiátrico o de cualquier otra índole.

A partir de este título, la ley —breve como en casi todas las leyes de mediación— continúa describiendo el perfil y las funciones profesionales del mediador familiar y su necesaria cualificación académica.

En las últimas secciones explica el procedimiento de mediación familiar con sus fases y procesos, para acabar hablando de las posibles infracciones y sanciones.

Pasamos a continuación a revisar de manera más somera, mediante el cuadro que reproducimos en la siguiente página, los principales contenidos de las leyes sobre mediación de las 14 comunidades autónomas.

COMUNIDAD AUTÓNOMA	DEFINICIÓN DE MEDIACIÓN	FINALIDAD DE LA MEDIACIÓN	PRINCIPIOS DE LA MEDIACIÓN
ANDALUCÍA	Procedimiento extrajudicial de gestión de conflictos no violentos que puedan surgir entre miembros de una familia o grupo convivencial.	Que las partes en conflicto alcancen acuerdos equitativos, justos, estables y duraderos contribuyendo así a evitar la apertura de procedimientos judiciales o, en su caso, contribuir a la resolución de los ya iniciados.	Voluntariedad. Imparcialidad y neutralidad. Confidencialidad. Carácter personalísimo sin posibilidad de representación. Buena fe. Flexibilidad.
ARAGÓN	Servicio social consistente en un procedimiento extrajudicial y voluntario para la prevención y resolución de conflictos familiares en el ámbito del derecho privado.	Favorecer el diálogo, el acercamiento y la comprensión para llegar a soluciones pactadas por las partes, que al final suponen un mayor beneficio para todos los miembros de la familia sobre todo para los menores y personas más vulnerables.	Junto a todos los principios ya enunciados, la ley aragonesa nos habla también de: Igualdad. Transparencia.
CANARIAS	Procedimiento extrajudicial y voluntario en el que	Facilitar vías de diálogo y la búsqueda de	Los mismos principios

	un tercero informa orienta y asiste a los familiares en conflicto.	acuerdos justos duraderos y estables al objeto de evitar el planteamiento de procedimientos judiciales contenciosos o poner fin a los ya iniciados o bien reducir su alcance.	enunciados por la ley andaluza.
CANTABRIA	Procedimiento estructurado en el que dos o más partes en un conflicto intentan voluntariamente alcanzar por sí mismas un acuerdo con la asistencia de un mediador.	Evitar la provocación de un pleito, poner término al que haya comenzado o reducir sus consecuencias.	Además de los principios ya enunciados, esta ley se refiere al debate contradictorio como uno de los principios de la mediación que supondrá la posibilidad para las partes de manifestar sus opiniones enfrentadas.
CASTILLA Y LEÓN	Intervención profesional realizada en los conflictos familiares por una persona mediadora	Evitar la apertura de procesos judiciales de carácter contencioso, contribuir a poner fin	Recoge todos los principios generales y añade también el de la necesaria competencia

	con el fin de crear un marco de comunicación que facilite gestionar los problemas de forma no contenciosa.	a los ya iniciados o reducir su alcance.	profesional y ética de la persona mediadora.
CASTILLA-LA MANCHA	Intervención, voluntariamente solicitada, de una tercera parte imparcial neutral y profesional que las orienta asesora y auxilia en la negociación de un acuerdo que ponga fin al conflicto familiar.	Conseguir una mayor eficacia y rapidez en el proceso de solución del conflicto con más flexibilidad y sobre todo con una mayor protección a los hijos menores.	Recoge todos los principios generales al igual que las demás leyes.
CATALUÑA	Procedimiento no jurisdiccional voluntario y confidencial que facilita la comunicación entre las personas para que gestionen por ellas mismas la solución de los conflictos que les afectan, asistidas por una persona mediadora.	Evitar la apertura de procesos judiciales contenciosos, poner fin a los iniciados o reducir su alcance.	Recoge los principios generales ya enunciados.

GALICIA	Procedimiento de carácter voluntario dirigido a facilitar la comunicación entre los miembros de la familia para que gestionen por sí mismos la solución a los conflictos que les afectan con la intervención de una persona mediadora.	Asesoramiento, orientación y búsqueda de un acuerdo mutuo aproximando las posiciones de las partes en conflicto tanto en situaciones de separación o divorcio como en los conflictos de convivencia.	Recoge los principios generales y hace hincapié en el respeto a los intereses superiores y bienestar de los niños y las niñas.
ILLES BALEARES	Instrumento que posibilita la conciliación de manera amistosa en los conflictos que puedan surgir en el seno de la familia para preservar su estabilidad.	Evitar que se abran procesos judiciales, poner fin a los que se hayan iniciado o reducir su alcance con la asistencia de profesionales cualificados que hagan de mediadores para posibilitar vías de diálogo y obtener acuerdos justos.	Principios generales de la mediación familiar.
MADRID	Procedimiento voluntario de gestión positiva de conflictos familiares en el que	Prevenir o minimizar los conflictos intrafamiliares, evitar la apertura de	Todos los principios generales, añadiendo los intereses de los

	las partes solicitan la intervención de un mediador que les asista para favorecer vías de comunicación y búsqueda de acuerdos consensuados	procedimientos judiciales contenciosos, poner fin a los iniciados ya o reducir sus consecuencias negativas.	menores y personas dependientes.
NAVARRA	Servicio social especializado para la resolución de conflictos entre los miembros de una familia en sentido extenso, que a través de un proceso voluntario y confidencial posibilita la comunicación entre las partes en conflicto para llegar a acuerdos viables que sean satisfactorios para todos	Ayudar en la toma de decisiones a los miembros de la familia en conflicto, facilitar la cooperación de ambas partes procurando atender a los intereses de ambas partes, dotándoles de las herramientas más apropiadas.	Principios generales de la mediación.
PAÍS VASCO	Procedimiento voluntario en el que un profesional cualificado en mediación ayuda y orienta a las partes en un proceso dialogado	Favorecer la comunicación entre los miembros de la familia reduciendo la conflictividad y acortando los plazos para resolver el	Todos los principios generales de la mediación, el necesario respeto al derecho vigente y la mediación como debate

	para encontrar soluciones aceptables que permitan concluir su conflicto familiar.	conflicto lo que ayudará al mantenimiento de las relaciones futuras entre las partes.	contradictorio entre las dos partes.
PRINCIPADO DE ASTURIAS	Procedimiento extrajudicial y voluntario que busca solucionar los conflictos, en el que interviene un tercero imparcial llamado mediador familiar que informa orienta y ayuda a las partes.	Evitar un procedimiento judicial, poner fin al iniciado o reducir sus consecuencias.	Principios generales de la mediación familiar.
VALENCIA	Procedimiento voluntario que persigue la solución extrajudicial de los conflictos en el que un profesional cualificado y sin capacidad para tomar decisiones asiste a los miembros de una familia en conflicto para facilitar el diálogo y el acuerdo común.	La recomposición y preservación de la unidad familiar o bien la minimización de los efectos negativos de la ruptura facilitando en todo caso vías de diálogo.	Principios generales de la mediación familiar ya enunciados.

4. La mediación en el ámbito internacional

A la hora de abordar el estudio de la presencia de la mediación fuera de nuestras fronteras comenzamos, como no podía ser de otra manera, por el entorno más cercano que es el de la Unión Europea. Dentro de la Unión Europea nos vamos a fijar en los tres países que han registrado el valor más alto en cuanto a volumen de actividad de mediación.

Añadimos también el caso particular de Austria por tratarse de un estado en el que la regulación de la mediación precede en tiempo a la misma elaboración de la Directiva sobre aspectos de la mediación civil en 2008. Austria ya había reglamentado la actividad de la mediación y como veremos, había establecido y establece hoy unos criterios más exigentes a la hora de definir y regular el ejercicio de la mediación.

Fuera ya del entorno comunitario, se analiza los Estados Unidos de América, cuna de la cultura de la resolución alternativa de conflictos ADR y por lo tanto también de la mediación.

Del mismo modo se estudia al caso de Australia por encontrarse también en este país especialmente desarrollada la mediación, algo que no sorprende debido a que se trata de un país de cultura anglosajona.

4.1. Italia

De acuerdo con el estudio realizado en las instituciones europeas acerca de la mediación y su implementación en los distintos Estados miembros, Italia aparece en el primer puesto del ranking con más de 200.000 mediaciones al año.

En Italia la mediación ha estado presente en su historia reciente desde el siglo XIX. En 1940 el Código Civil italiano recogió esta institución.⁷⁸ No obstante, el acceso a la mediación estaba limitado a ciertas áreas específicas, por eso hubo

⁷⁸ «REGIO DECRETO 16 MARZO 1942, N. 262 - NORMATTIVA», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.normattiva.it/uri-res/N2Ls?urn:nir:stato:codice.civile:1942-03-16;262>.

que esperar hasta que la publicación de la directiva comunitaria sobre mediación en 2008⁷⁹ impulsara la implantación más generalizada de esta institución.

En el año 2010 el Gobierno italiano publicó un decreto ley sobre la mediación⁸⁰ por la que se implementaba el contenido de la directiva comunitaria.⁸¹ y hacía que la mediación fuera obligatoria antes de proceder por la vía judicial en una serie de casos.

La principal asociación de abogados italianos impugnó esas disposiciones, porque consideraban que la obligatoriedad del recurso previo a la mediación contravenía el derecho a la tutela judicial efectiva de los italianos al condicionar su acceso a los tribunales.

Esta impugnación supuso en la práctica la paralización de la mediación en Italia hasta que por fin el Ministerio de Justicia italiano intervino para modificar ciertas disposiciones de la ley de mediación y permitir que esta ley fuera ya viable y plenamente compatible con el resto de la normativa italiana.

Así, a partir de 2013 la legislación italiana prevé la mediación y establece ese recurso obligatorio en situaciones tasadas por la ley.⁸²

Cabe destacar que, en Italia, si bien existe esta normativa sobre mediación, todo lo relativo al procedimiento de mediación lo regulan las asociaciones de

⁷⁹ COMISIÓN EUROPEA, «BOE.es - DOUE-L-2008-80899 Directiva 2008/52/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2008, sobre ciertos aspectos de la mediación en asuntos civiles y mercantiles.», cit.

⁸⁰ GAZZETTA UFFICIALE, *DECRETO LEGISLATIVO 4 marzo 2010, n. 28 - Normattiva*, fecha de consulta 17 diciembre, 2024, en <https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2010-03-05&atto.codiceRedazionale=010G0050&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=552ea7e5-bdf1-4e38-b6a2-648472437554&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto>.

⁸¹ GAZZETTA UFFICIALE, «La Mediazione nelle controversie civili e commerciali», fecha de consulta 10 diciembre 2024, en <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2010/03/05/010G0050/sg>.

⁸² «PROCESSO CIVILE VELOCE E RIDUZIONE ARRETRATO: IL TESTO COORDINATO IN GAZZETTA», *Altalex*, 2014, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.altalex.com/documents/news/2014/11/28/processo-civile-veloce-e-riduzione-arretrato-il-testo-coordinato-in-gazzetta>.

mediación⁸³ ateniéndose, eso sí, a unos parámetros mínimos marcados por la ley como son la imparcialidad, la confidencialidad, la duración de la mediación y la existencia de un Consejo Externo de Mediación.

El art. 5 del Decreto Legislativo 28 antes referido, establece cuáles son las materias sometidas a mediación obligatoria:

Derechos de propiedad sobre tierras, todo lo relacionado con herencias, préstamos, alquileres, mala práctica médica y sanitaria en general, difamación de la prensa y publicidad, seguros, banca y finanzas.

Las partes que acuden a mediación se ven beneficiadas por una interesante bonificación en los costes que actúa como incentivo a la mediación. En concreto la documentación utilizada en el proceso de mediación estará exenta del pago de tasas, sellos y timbres oficiales. Del mismo modo el resultado de los procesos de mediación goza de una exención fiscal.

En cuanto a las sanciones, prevé el Decreto Legislativo 28 que en aquellos casos en que una de las dos partes se retire de la mediación, el mediador podrá decidir una fórmula de solución para la controversia y ofrecérsela a las partes. Si finalmente éstas deciden acudir a juicio y si el dictamen del juzgado es similar a la solución propuesta por el mediador, el juez impondrá el pago de las costas judiciales y de la mediación a la persona que abandonó el proceso de mediación.

Además, cuando una de las dos partes se niega a participar en la mediación, el juez podrá imponerle una sanción económica.

Por último, los abogados tienen obligación de informar a sus clientes antes de ser contratados de que existe la opción de la mediación y de las ventajas fiscales que tienen a través de ese proceso.

De acuerdo con la nueva normativa italiana sobre mediación, en cualquier proceso en curso (también en su fase de apelación) el juez puede disponer la derivación del caso a la mediación.

⁸³ «ASSOCIAZIONE ITALIANA MEDIATORI FAMILIARI», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.aimef.it/>.

El resultado del proceso de mediación recogido en el acta tendrá de manera automática un carácter ejecutivo y la misma validez que una sentencia u orden judicial. Únicamente si el juez considera que el contenido del acuerdo contraviene de algún modo la ley o el orden público, podrá dictaminar la invalidez de ese acuerdo.⁸⁴

En Italia, son las asociaciones de mediadores las que tienen la función de acreditar a los nuevos profesionales. A su vez, la normativa italiana exige que todas las asociaciones de mediadores estén inscritas en el registro que el Ministerio de Justicia tiene operativo para tal fin.⁸⁵

Las personas que deseen convertirse en mediadores deberán estar en posesión de un título de estudios universitarios de una duración mínima de tres años, o bien estar inscritos en una Asociación Profesional. Además, deberán seguir un curso de formación de un mínimo de 50 horas. Cada dos años deben también participar en un curso de mantenimiento de 18 horas.

Los recientemente acreditados mediadores deberán participar en al menos 20 mediaciones con mediadores experimentados en sus dos primeros años después de haber obtenido su acreditación.

4.2. Reino Unido

La mediación fue concebida en el ámbito anglosajón y por lo tanto nos encontramos una presencia más temprana en los países de este ámbito. En Reino Unido se publicó la ley de procedimientos civiles en 1997⁸⁶, introduciendo

⁸⁴ GAZZETTA UFFICIALE, *DECRETO LEGISLATIVO 4 marzo 2010, n. 28 - Normattiva*, cit.

⁸⁵ GAZZETTA UFFICIALE, «DECRETO LEGISLATIVO 24 ottobre 2023, n. 150 - Normattiva», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2023-10-31&atto.codiceRedazionale=23G00163&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=be5b4dbe-0994-4877-978d-dba9e39448c0&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto>.

⁸⁶ UK GOVERNMENT, «Civil Procedure Act 1997», Statute Law Database, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/1997/12/contents>.

los métodos alternativos de resolución de conflictos, conocidos en sus siglas en inglés ADR.^{87 88}

Sin embargo, no ha existido nunca —ni existe hoy— una ley de mediación como tal. Si bien la Ley de Familias e Infancia regula ciertos aspectos de la mediación familiar.⁸⁹

Más bien, siguiendo la tradición jurídica en este país, la evolución del tratamiento de la mediación se ha producido a raíz de los precedentes judiciales.⁹⁰ Esto ha creado cierta confusión (o al menos falta de claridad) en algunos de los conceptos fundamentales de la mediación como la confidencialidad.

En relación con este fundamental requisito del proceso de mediación, la práctica ha sido variable en cada uno de los tres territorios británicos (Irlanda del Norte, Gales e Inglaterra y Escocia) en los que se prevén de manera diferenciada ciertas situaciones de excepción a la confidencialidad y ciertos criterios en los que sí puede prevalecer el silencio del mediador.

Las instituciones encargadas de la formación de los mediadores, de su cualificación profesional y de su seguimiento, son asociaciones privadas. Ellas mismas se ocupan también de promover el uso de la mediación.

La transposición de la directiva comunitaria se realizó en el plazo debido en cada una de las tres demarcaciones del Reino Unido. En los tres casos la normativa nacional tan solo regula los aspectos mínimos que marcaba la directiva relacionados con las mediaciones de carácter transfronterizo.

⁸⁷ F. CAVICO, «Alternative Dispute Resolution: A Conflict Diagnosis Approach», *Journal of Applied Management and Entrepreneurship*, vol. 15, n.º 4, pp. 113-115.

⁸⁸ M. F. MOSCATI; M. J. E. PALMER; M. ROBERTS, *Comparative dispute resolution*, Edward Elgar Publishing Limited, Cheltenham, UK, 2020, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://public.eblib.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=6422476>.

⁸⁹ UK GOVERNMENT, «Children and Families Act 2014», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2014/6/contents>.

⁹⁰ UK GOVERNMENT, «The Family Procedure Rules 2010 and Court of Protection Rules 2017 (Amendment) (EU Exit) Regulations 2019», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2019/517/contents>.

La mediación está prevista como una opción voluntaria para los interesados, excepto en los casos de reclamación de cantidades menores por debajo de 10.000 libras, en los que sí estaría prevista una necesaria intervención en mediación previa a la vía judicial.

Por lo demás, como decíamos, la mediación es de recurso voluntario si bien es cierto que en el ámbito de familia está más extendida la práctica de acudir a un servicio de mediación antes de iniciar cualquier proceso.

En el año 2011 se planteó introducir la obligatoriedad de acudir a mediación en todos los litigios de menos de 100.000 libras. Pero las autoridades del Colegio de jueces mostraron su negativa ante esa posibilidad, arguyendo que la mediación debe ser siempre voluntaria.

Los abogados están obligados a informar, al menos, de la existencia de procedimientos alternativos para la resolución de los conflictos como alternativa a la vía judicial.

No consta la previsión de un sistema de incentivos fiscales o económicos en el sistema británico de mediación, pero sí existe, a consecuencia de la práctica judicial, una posible sanción en costas para aquella parte que se haya negado a participar en un proceso de resolución alternativa de conflictos.

De acuerdo con el sistema judicial británico el principio de aplicación es el de quien pierde paga, por lo que la parte vencedora quedaría exenta de asumir las costas. Sin embargo, como hemos dicho, el juez puede alterar este principio consuetudinario en los casos en los que haya habido una negativa a la mediación propuesta.

En 2015 el Gobierno británico estableció una serie de requisitos en cuanto al modo de proceder ante una petición de resolución alternativa de conflictos.⁹¹ Fundamentalmente, se animaba a las partes a que cuando reciban una solicitud

⁹¹ UK GOVERNMENT, «The Alternative Dispute Resolution for Consumer Disputes (Competent Authorities and Information) Regulations 2015», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2015/542/contents>.

de este tipo contesten con prontitud y si fueran a renunciar a esa posibilidad deberán justificar por escrito las razones que les llevan a actuar así.

Por último, los tribunales en ocasiones han optado por otro tipo de sanción: la de no permitir una reclamación por vía judicial cuando ya existía una solicitud de intervención en mediación sobre ese mismo tema que ha sido desatendida.

La normativa nacional no prevé un sistema de requisitos necesarios para convertirse en mediador ni tampoco un procedimiento de acreditación y homologación de la formación necesaria para el mediador. Como alternativa, lo previsto en el Reino Unido es que sean las propias asociaciones de mediadores las que, por así decirlo, se autorregulen.

En ese sentido, la Comisión de Mediación Civil (CMC) es una institución en la que están integradas unas ochenta asociaciones proveedoras de mediación que aglutinan en torno a seis mil mediadores.

El Ministerio de Justicia considera válidos los criterios de la CMC y muy en línea con los requisitos de la directiva comunitaria. En ese sentido respalda tácitamente las acreditaciones concedidas por esta institución privada.

Para que el CMC reconozca a un proveedor de mediación, éste debe contar con al menos seis profesionales de la mediación adecuadamente formados y cualificados. Esta formación debe incluir un curso que incluya los aspectos fundamentales de la mediación y su ética, así como los necesarios ejercicios prácticos que lleven a adquirir las habilidades fundamentales. En la actualidad, este curso actualmente debe tener una duración mínima de cuarenta horas de docencia.

Para obtener la acreditación los nuevos mediadores deberán haber participado al menos en tres procesos de mediación en el último año. Además, deberán adherirse al código de conducta de su institución proveedora de servicios de mediación, así como haber contratado un seguro de responsabilidad civil para cubrir posibles consecuencias de su actuación profesional.

4.3. Alemania

En Alemania la ley de mediación data del año 2012,⁹² siguiendo las indicaciones de la directiva comunitaria. Antes de ese momento, la mediación era regulada fundamentalmente por las disposiciones emanadas de las instituciones y asociaciones de mediación. La ley de Procedimientos Familiares también alienta y promueve el recurso a la mediación para solventar las disputas en este ámbito.⁹³

La ley va más allá de lo exigido por la directiva en el sentido de que incluye la mediación nacional y la transfronteriza. Esta disposición establece cuáles son los procedimientos en la mediación y los criterios de formación profesional de los mediadores para obtener esa cualificación. En cuanto a las materias que pueden ser objeto de mediación, la ley no hace una lista exhaustiva, sino que se limita a decir que toda materia objeto de una transacción entre las dos partes puede ser materia de mediación. La ley establece igualmente el compromiso de confidencialidad en todo el proceso de mediación, si bien reconoce algunas excepciones: cuando la divulgación del contenido de la mediación sea necesaria para la propia ejecución de los acuerdos de mediación, cuando esté en juego el supremo interés del menor y cuando las partes autoricen al mediador para divulgar el contenido de la mediación. Por otro lado, el mediador queda eximido de la obligación de prestar testimonio en un proceso judicial.

La ley alemana dispone expresamente que la mediación será siempre voluntaria. No obstante, existen disposiciones normativas nacionales que establecen que en ciertos casos es preceptivo un proceso de conciliación siempre que estemos

⁹² BUNDESTAG, *Gesetz zur Förderung der Mediation und anderer Verfahren der außergerichtlichen Konfliktbeilegung*, 2012, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBl&jumpTo=bgbl112s1577.pdf.

⁹³ BUNDESMINISTERIUM DER JUSTIZ, «FamFG - Gesetz über das Verfahren in Familiensachen und in den Angelegenheiten der freiwilligen Gerichtsbarkeit», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.gesetze-im-internet.de/famfg/BJNR258700008.html>.

ante las siguientes circunstancias: reclamación de cantidades inferiores a 750 €, conflictos de vecindad y denuncias por difamación o trato discriminatorio.

En esta misma línea de voluntariedad, no existe ningún tipo de incentivos financieros ni de sanciones pecuniarias que rodeen al proceso de mediación.

Los acuerdos de mediación no son como tales títulos ejecutivos directamente. Sin embargo, estos acuerdos tienen fuerza vinculante para las partes que lo firman, de una manera similar a la que tienen los contratos privados. Para lograr que los acuerdos sean ejecutados, es preciso proceder por varias vías: elevarlos a escritura pública mediante trámite notarial, pasarlos por sede judicial o también convertirlos en un laudo arbitral.

Hasta el año 2017 la formación de los mediadores y el sistema de reconocimiento profesional de los mismos estaba en manos de las asociaciones de mediación que establecían como requisito unos cursos de formación de unas 200 horas. Sin embargo, la ordenanza federal sobre la formación de los mediadores⁹⁴ rebajó los cursos a 120 horas y estableció los contenidos mínimos. Además, dicha ordenanza establece que los nuevos mediadores deberán ser supervisados al menos en cuatro procesos de mediación en los dos años siguientes a su acreditación. Del mismo modo la ordenanza establece que los mediadores deberán seguir cursos de actualización de 40 horas cada cuatro años. En el plano internacional la ordenanza reconoce los programas de formación realizados en el extranjero, siempre y cuando tengan una duración mínima de 90 horas.

4.4. Austria

Atendemos al caso austriaco porque en este país la mediación ya fue objeto de legislación antes de la publicación de la directiva comunitaria en 2008. En efecto,

⁹⁴ BUNDESTAG, *Gesetz zur Förderung der Mediation und anderer Verfahren der außergerichtlichen Konfliktbeilegung*, 2012, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBl&jumpTo=bgbl112s1577.pdf.

la Ley de Mediación de Austria entró en vigor en el año 2004⁹⁵. Después de la transposición de la directiva el gobierno austriaco elaboró en 2013 una ley que combinaba el arbitraje y la mediación.⁹⁶

La ley de 2004 estableció las condiciones fundamentales del proceso de la mediación, los derechos y obligaciones de los mediadores registrados y los efectos suspensivos que tiene sobre los procesos civiles el inicio de la mediación.

Cabe destacar de esta ley los exigentes criterios de formación que marca para el mediador, en comparación con los de otros países. En ese sentido, la normativa austriaca señala de manera destacada la figura del Mediador Registrado frente al mediador que actúa sin haber obtenido esa oficialización de su capacitación profesional.

Las materias que pueden ser objeto de la mediación son las relacionadas con el ámbito de la familia, de la propiedad inmobiliaria, de las relaciones laborales y de los conflictos vecinales.

El art. 18 de la ley de mediación austriaca establece la obligación de confidencialidad para el mediador en todo el proceso de mediación. Esta obligación también comporta la prohibición de divulgar cualquier documentación que haya sido aportada o conocida en el proceso de mediación. Hay una referencia explícita a la imposibilidad de que el mediador pueda prestar testimonio en cualquier proceso. La ley reconoce también las excepciones a este deber de confidencialidad en la misma línea que aparece en la directiva: razones de orden público, protección de la integridad física o psíquica de alguna persona en especial de los menores, primando siempre el supremo interés del menor como principio jurídico fundamental.

⁹⁵ PARLAMENT ÖSTERREICH, *Zivilrechts-Mediations-Gesetz; Ehegesetz, Zivilprozessordnung u.a., Änderung* / *Parlament Österreich*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.parlament.gv.at/gegenstand/XXII/I/24>.

⁹⁶ PARLAMENT ÖSTERREICH, *Schiedsrechts-Änderungsgesetz 2013* / *Parlament Österreich*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.parlament.gv.at/gegenstand/XXIV/I/2322>.

La mediación en Austria está basada en la voluntariedad de las partes. Tan solo se prevé una mediación obligatoria en los casos de conflicto entre vecinos. En dichas situaciones se requiere que las partes acudan a la mediación antes de avanzar en un proceso legal. Un segundo caso en el que también se plantea la mediación es en las disputas laborales, pero la alternativa a la mediación son los procedimientos de conciliación tradicionales por los que suelen optar los austríacos con más frecuencia que por la mediación.

El Ministerio federal de Justicia establece los requisitos de cualificación profesional y los contenidos de la formación para los mediadores, y es la institución encargada de la gestión de la Lista de Mediadores Registrados.

El mediador deberá tener una edad mínima de 28 años. En este requisito de edad parece que la regulación austriaca busca una mínima madurez y experiencia de vida para aquellas personas que tratan de intervenir en las vidas de otras. El mediador debe ser una persona “digna de confianza”. Este criterio también llama la atención por tener un importante componente subjetivo, ya que busca que las personas mediadoras sean personas de una conducta honesta y que generen esa necesaria confianza. Deberán seguir un curso de formación teórica y práctica. La formación teórica tendrá una duración de 150 horas y la formación práctica se desarrollará en módulos de 100 horas mínimo. Los contenidos de la formación teórica son los siguientes: introducción y referentes históricos de la mediación, los procesos, métodos y fases de la mediación, las habilidades de comunicación y de análisis de conflicto, cuestiones éticas y marco legal. La formación práctica consistirá en trabajo en grupo, seminarios de práctica y estudios de casos.

Además, la asociación para la mediación en los procesos ante los tribunales establecerá una certificación especial para aquellos mediadores que puedan ser llamados a intervenir en procesos. Estos mediadores deberán pasar un examen.

4.5. Estados Unidos

Los Estados Unidos de América, por su estructura federal, han visto surgir, crecer y desarrollarse la mediación familiar en distintos grados y de diversos modos en cada uno de sus estados. Por eso, aunque haremos alguna referencia

específica a situaciones concretas en alguno de esos estados, empezaremos por atender a la situación general de la mediación familiar en el país.

La tradición histórica sobre fórmulas de resolución de conflictos a través de una tercera persona imparcial, que ayude a llegar a acuerdos satisfactorios, está presente en los Estados Unidos desde sus mismos orígenes. Su población nativa ya contaba, en muchos casos, con este tipo de figura. Los colonos británicos introdujeron la figura de la mediación impulsada desde los propios tribunales que buscaban así unos acuerdos en los que las partes fueran protagonistas, sin la presencia del juez.⁹⁷

Es también destacable la presencia de la mediación, desde comienzos del siglo pasado, en el ámbito de las relaciones laborales, como un modo de resolver las disputas entre los empleadores y sus trabajadores.⁹⁸

A pesar de esta presencia temprana de la mediación, las primeras referencias legales se producen a finales de la década de los setenta y entrada la década de los ochenta. La mediación en los tiempos actuales aparece como una institución vinculada en su origen más al ámbito de la negociación, como pudimos ver en el modelo Harvard.

Las razones por las que los poderes públicos deciden apoyar con claridad esta fórmula alternativa de resolución de conflictos son fundamentalmente los ahorros que suponen en tiempo y en costes, comparado con los litigios ante los tribunales. En el cuadro que se detalla a continuación⁹⁹ pueden comprobarse los notables beneficios que supone la resolución alternativa de conflictos, tal y como

⁹⁷ J. T. BARRETT; J. P. BARRETT, *A history of alternative dispute resolution: the story of a political, cultural and social movement*, Jossey-Bass, San Francisco, California, 2004.

⁹⁸ *Ibid.*

⁹⁹ «OFFICE OF LEGAL POLICY | ALTERNATIVE DISPUTE RESOLUTION AT THE DEPARTMENT OF JUSTICE», 2014, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.justice.gov/archives/olp/alternative-dispute-resolution-department-justice>.

recoge el Departamento de Justicia del Gobierno norteamericano en su área de resolución alternativa de conflictos.

An official website of the United States government [Here's how you know](#)

 THE UNITED STATES
DEPARTMENT OF JUSTICE
ARCHIVES

Search this site

ABOUT OUR AGENCY TOPICS NEWS RESOURCES CAREERS CONTACT

Home » Office of Legal Policy

i This is archived content from the U.S. Department of Justice website. The information here may be outdated and links may no longer function. Please contact webmaster@usdoj.gov if you have any questions about the archive site.

ALTERNATIVE DISPUTE RESOLUTION AT THE DEPARTMENT OF JUSTICE

i For current information on this topic, visit www.ADR.gov.

Use and Benefits of Alternative Dispute Resolution by the Department of Justice

Fiscal Year 2017 Report

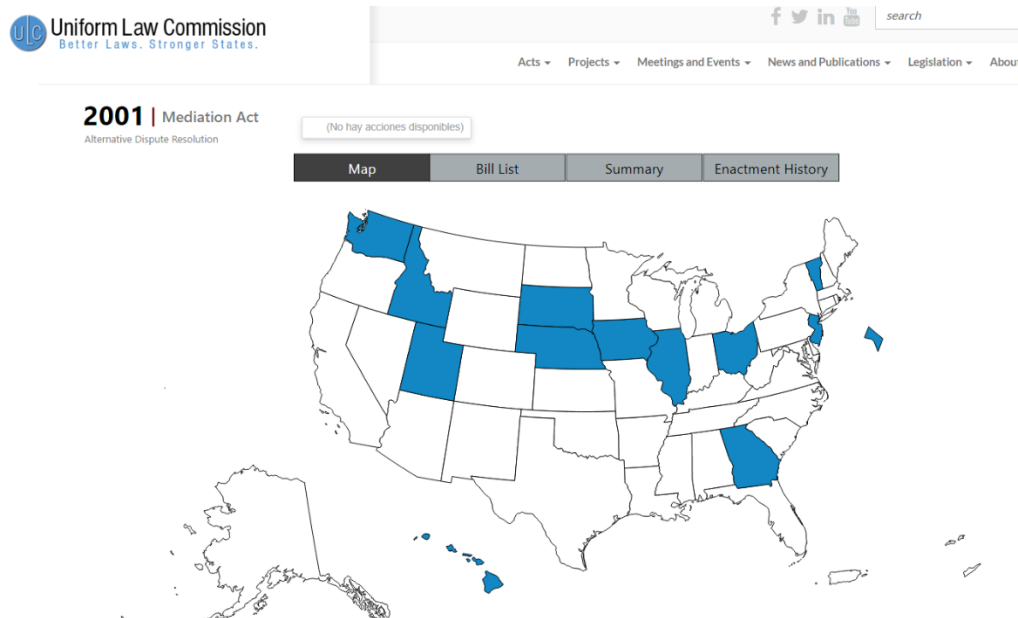
Statistical Summary: This data is based on detailed case reports submitted by the lead trial counsel in all cases in which a private neutral conducted an ADR process in Department litigation across the country.

Category	TOTALS				
	2017	2016	2015	2014	2013
Success Rates for ADR					
Voluntary ADR Proceedings	75% Resolved	75% Resolved	71% Resolved	69% Resolved	82% Resolved
Court-Ordered Proceedings	55% Resolved	52% Resolved	58% Resolved	56% Resolved	62% Resolved
— ► Achieved Benefits in Unresolved Cases	77%	70%	73%	77%	57%
Quantified Benefits of ADR					
— ► Litigation or Discovery Expenses Saved	\$15,521,275	\$70,610,263	\$14,208,626	\$9,163,500	\$24,809,407
— ► Days of Attorney/Staff Time Saved	13,886 Days	26,388 Days	20,861 Days	8,293 Days	14,606 Days
— ► Months of Litigation Avoided	1,967 Months	2,733 Months	2,108 Months	1,740 Months	2,721 Months

Si atendemos a la tasa de éxito de los casos presentados para ser resueltos fuera de los tribunales por medios de resolución alternativa de conflictos, se constatan datos son muy positivos: un 75% de casos resueltos en aquellos supuestos en los que la intervención ha sido voluntariamente solicitada por las partes; y un índice de 55% de éxito para aquellos casos en los que la mediación o conciliación ha sido indicada por los tribunales. En la parte inferior del cuadro, podemos ver los ahorros cuantificados en días y meses de atención legal y de litigación, así como también los gastos financieros ahorrados.

Desde el gobierno federal en el año 2001 se emitieron indicaciones para unificar la práctica de la mediación en todo el país a través de lo que se conoció como la

Ley de Mediación Uniforme.¹⁰⁰ Esta ley recoge aspectos muy básicos de la actividad mediadora, fundamentalmente los referidos a la confidencialidad y al modo de divulgar y comunicar los resultados de la mediación. Como podemos ver en el cuadro que aparece a continuación, han sido pocos los estados que han adoptado de manera voluntaria esta ley.¹⁰¹



A medida que la práctica de la mediación se va extendiendo por el país, van surgiendo en paralelo un número de organizaciones nacionales que tratan de aglutinar a los profesionales de la mediación.

La primera de esas asociaciones fue Family Mediation Association (FMA) fundada en 1975 por Jim Coogler y varios colegas mediadores más. Unos años más tarde, en 1981 John Haynes fundó la que sería segunda Asociación Nacional de mediadores familiares con el nombre de Academy Of Family Mediators (AFM) que pronto se convirtió en la primera asociación profesional de mediadores en los Estados Unidos por número de miembros. A mediados de la

¹⁰⁰ «MEDIATION ACT - UNIFORM LAW COMMISSION», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.uniformlaws.org/viewdocument/enactment-kit-30?CommunityKey=45565a5f-0c57-4bba-bbab-fc7de9a59110&tab=librarydocuments>.

¹⁰¹ *Ibid.*

década de los noventa, la AFM tenía ya más de cuatro mil asociados. Durante ese mismo período de tiempo surgieron otras organizaciones dentro del marco de la resolución alternativa de conflictos, ADR, en otros ámbitos no familiares, como la Sociedad de Profesionales para la Resolución de Disputas, la Red para la Resolución de Conflictos en el Ámbito Educativo, la Asociación Nacional para la Educación Comunitaria y la Asociación Nacional para la Mediación en la Educación. Todas estas organizaciones se beneficiaron de la financiación aportada generosamente por la Fundación Hewlett que respaldaba así el surgimiento y el desarrollo de estas nuevas instituciones en apoyo de la resolución alternativa de conflictos.

A finales de los 90 la Fundación Hewlett¹⁰², que fue creada en 1966 por el matrimonio formado por William y Flora Hewlett con la finalidad de fomentar proyectos de educación, medio ambiente, arte, así como otras finalidades entre las que incluyeron las iniciativas de alternativas de resolución de conflictos, comunicó que solamente financiaría a una única organización “paraguas” dentro de la cual trabajarán todas las anteriormente mencionadas.

Así en el año 2000 se fusionaron estas organizaciones para pasar a denominarse, todas unidas, Association for Conflict Resolution (ACR). Esta enorme asociación de profesionales aglutinaba en el momento de su creación a más de siete mil miembros, entre los cuales los mediadores familiares pronto empezaron a organizar sus propias actividades, sus conferencias y sus talleres de trabajo sectoriales.

Así, en la conferencia celebrada en Minneapolis en 2011 un grupo de doce mediadores familiares, con un amplio recorrido profesional, se pusieron de acuerdo para crear una organización independiente que se centrará exclusivamente en la mediación familiar. Así surgió la Academy of Professional Family Mediators (APFM)¹⁰³ que hoy en día es la principal institución en este

¹⁰² J. PERSHING, «Hewlett Foundation», *Hewlett Foundation*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://hewlett.org/>.

¹⁰³ «ACADEMY OF PROFESSIONAL FAMILY MEDIATORS - APFM», *Academy of Professional Family Mediators*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://apfmnet.org/>.

ámbito profesional y la que desarrolla una importante labor en la profesionalización de la mediación, estableciendo sistemas reconocidos de acreditación y promoviendo la divulgación y las ventajas de la actividad mediadora fundamentalmente.



[About](#) ▾ [Membership](#) ▾ [For Mediators](#) ▾ [Publications](#) ▾ [Member Area](#) ▾

In a great many cases the answer is working with a professional family mediator. When members of a family need to figure out what to do about something serious, a professional family mediator can provide crucial support for constructive communication and difficult decision-making.

What kinds of decisions do professional family mediators help with?

- Marital conflicts
- Parenting together
- Co-parenting in separate households
- Separation
- Divorce or marital dissolution
- Child custody
- Property distribution
- Spousal support (a.k.a. alimony)
- Child support
- Family business succession and other matters
- Pre-nuptial agreements
- Elder care
- Inheritance disputes
- Other disagreements, conflicts or issues within a family

Como puede verse en este cuadro, la Academia presenta la mediación familiar como una metodología para resolver los conflictos y desacuerdos en los siguientes ámbitos: matrimonio, separación y divorcio, criterios de parentalidad y de apoyo a los hijos, división de la propiedad, atención a mayores, aspectos financieros en la vida familiar y cuestiones relacionadas con las empresas familiares: un concepto notablemente amplio para incluir todos los posibles conflictos y controversias que puedan surgir entre dos personas relacionadas por vínculo familiar.

En Estados Unidos la regulación de la actividad de los mediadores, como ya hemos dicho, no se resuelve por vía legislativa, con la excepción de la ya mencionada Ley de Uniformidad en la Mediación de 2001¹⁰⁴, sino que se deja a

¹⁰⁴ «MEDIATION ACT - UNIFORM LAW COMMISSION».

la autogestión de las organizaciones profesionales. En ese sentido, la Academia en su Junta de 2014 publicó unas normas de procedimiento ¹⁰⁵ para la mediación familiar que incluyen todo lo relacionado con el proceso de mediación y con el comportamiento y características del mediador familiar.

Veamos a continuación, de manera sucinta, el contenido principal de estas normas:

- Standard I: la mediación es voluntaria y por lo tanto respetará el derecho a la autonomía personal de los mediados.
- Standard II: el mediador familiar profesional habrá recibido la formación necesaria para el buen desempeño de su trabajo.
- Standard III: el mediador explicará el contenido del proceso de la mediación y hará una valoración inicial para saber si la mediación es viable o no en ese caso.
- Standard IV: la imparcialidad es un principio esencial en el proceso de mediación.
- Standard V: el mediador explicará de manera detallada cuáles son los costes del proceso de mediación.
- Standard VI: en el proceso de mediación, el mediador se asegurará de que las partes llegan a tener la información y el conocimiento de los hechos suficiente para tomar los mejores acuerdos.
- Standard VII: la confidencialidad es también un principio fundamental del proceso, salvo que la ley le imponga desvelar el contenido o salvo que sea autorizado por las partes para hacerlo.
- Standard VIII: el mediador deberá obtener la formación cualificada para atender las situaciones específicas de su ámbito, en particular en lo relacionado con los menores.

¹⁰⁵ «STANDARDS OF PRACTICE FOR PROFESSIONAL FAMILY MEDIATORS», *Academy of Professional Family Mediators*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://apfmnet.org/standards-practice-professional-family-mediators/>.

- Standard IX: el mediador debe también tener formación necesaria y suficiente para identificar situaciones de violencia doméstica, establecer protocolos y modos de actuación.
- Standard X: el mediador pondrá fin al proceso de mediación cuando compruebe que uno de los dos mediados no puede participar de manera efectiva en la mediación.
- Standard XI: el mediador será sincero y honesto en su publicidad acerca de su actividad profesional.
- Standard XII: el mediador trabajará de un modo que contribuya al progreso y avance de la mediación familiar.

APFM tiene previsto un sistema de acreditación con 40 horas de docencia efectiva. También ofrece un sistema de habilitación para instituciones de formación en materia de mediación. Estos Centros de formación, deberán acreditar el número de horas y los contenidos de sus programas de formación para poder ser reconocidos.

4.6. Australia

De manera muy temprana en términos comparativos internacionales, la Ley de Derecho de Familia de 1975¹⁰⁶, introdujo en Australia una serie de modelos de intervención de carácter extrajudicial, como modo de ayuda a las familias que están pasando por una situación problemática. La ley ha sufrido posteriores modificaciones y añadidos. La versión que aquí se analiza corresponde a la compilación de 2019.

Dentro del capítulo de los servicios familiares extrajudiciales, la ley introduce tres servicios distintos:

- *Family Counselling*. Que podemos traducir como asesoramiento o acompañamiento familiar y que está dirigido a ayudar a las familias,

¹⁰⁶ GOVERNMENT OF AUSTRALIA, *Family Law Act*, 1975, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www8.austlii.edu.au/cgi-bin/viewdb/au/legis/cth/consol_act/fla1975114/.

especialmente a las parejas que están pasando por dificultades en su relación.

- *Family Dispute Resolution*. La resolución de disputas familiares. Que sería la intervención en situaciones de separación o divorcio para que las partes consigan llegar a los mejores acuerdos, incluyendo con especial interés los aspectos relacionados con la parentalidad.
- *Arbitration*. El arbitraje es otro modo de intervención que prevé la ley australiana en la que las partes deciden libremente someterse al laudo arbitral, esto es, a la decisión que el árbitro tomó en función de lo que haya podido conocer a través del proceso de arbitraje por las aportaciones de las partes.

Tanto en el caso del asesoramiento familiar como en el de la resolución de disputas, los profesionales que participan en el proceso tienen una obligación de confidencialidad sobre toda la información que allí se pueda ventilar. Las excepciones al deber de confidencialidad aparecen recogidas en la ley y son similares a las que hemos observado en otros ordenamientos jurídicos:

- Situaciones en las que el profesional considere absolutamente necesario revelar el contenido del proceso para poder cumplir requisitos legales.
- Situaciones en las que se vea en riesgo la salud física o psíquica de alguno de los miembros de la familia, en particular los menores.
- Cuando los participantes en el proceso, como máximos interesados en esa confidencialidad, autoricen al profesional para que desvele el contenido de la intervención.

Los propios juzgados y tribunales que estén conociendo de una causa de contenido familiar, podrán determinar la derivación al servicio de asesoramiento y resolución de disputas. En esas situaciones, la mediación se convierte en requisito necesario e imprescindible para continuar con la vía procesal si aquélla fracasa.

Además, los abogados y las oficinas de administración judicial tienen la obligación de informar a las personas que se acerquen a ellos sobre la existencia de los servicios de intervención extrajudicial que acabamos de mencionar.

Podemos fácilmente interpretar, al hilo del contenido del párrafo que copiamos en su literalidad a continuación, sin traducción, que la ley australiana verdaderamente trata de atender a los intereses de las personas que integran una familia, y una pareja en particular, ya que les ofrece como opción también que reconsideren su situación y que trabajen cara a una posible reconciliación que mantenga la familia unida. Con este enfoque la Ley de Familia de Australia contempla la posibilidad de custodiar y proteger la estabilidad familiar como un bien social y un bien jurídico también digno de la tutela del aparato legislativo y judicial:

12C Prescribed information about reconciliation ¹⁰⁷

The regulations may prescribe information that is to be included in documents provided to persons under this Part, relating to services available to help with a reconciliation between the parties to a marriage.

Un poco más adelante, el texto de la propia ley se refiere a los poderes judiciales en relación con los servicios dirigidos a las familias tanto en el ámbito judicial como en el ámbito extrajudicial. Es la parte tercera de la sección 13^a, en la división dos, que copiamos a continuación, vemos cómo se recoge la posibilidad de que el tribunal que está ejerciendo la jurisdicción en procesos de divorcio, pueda indicar a las partes, sí lo ve conveniente, que consideren la opción de la reconciliación para lo cual les derivaría al servicio del *Family Counselling*.

*Division 2—Help with reconciliation*¹⁰⁸

13B Court to accommodate possible reconciliations

(1) A court exercising jurisdiction in:

(a) proceedings for a divorce order; or

(b) financial or part VII proceedings instituted by a party to a subsisting marriage;

¹⁰⁷ *Ibid.*

¹⁰⁸ *Ibid.*

must consider, from time to time, the possibility of a reconciliation between the parties to the marriage.

(2) If, during the proceedings, the court considers, from the evidence in the proceedings or the attitude of the parties to the marriage, that there is a reasonable possibility of a reconciliation between the parties, the court may adjourn the proceedings to give the parties the opportunity to consider a reconciliation.

(3) If the court adjourns the proceedings under subsection (2), the court must advise the parties to attend family counselling or use the services of another appropriate person or organisation.

Por último, la mediación es obligatoria en aquellos casos en los que la pareja se dirige a los tribunales en un proceso de divorcio en el que están implicados los menores.

De acuerdo con las normas de acreditación estatal de los mediadores, para obtener el reconocimiento como mediador y ser inscrito en el Registro Nacional es necesario cumplir con una serie de exigencias como son el seguimiento de un curso de al menos 38 horas de duración, demostrar una experiencia en mediación de al menos 50 horas de práctica, un seguimiento por mediadores profesionales y una valoración y examen práctico de los candidatos.

4.7. La mediación canónica. El SAMIC. Una nueva práctica

La mediación en el ámbito canónico ha sido objeto de desarrollo muy reciente, cómo veremos a continuación. Sin embargo, la disposición para escuchar y entender al otro, la capacidad de perdón y de superación de la propia ira y enfado, la humildad y actitud de comprensión hacia el otro, así como el deseo de no infringir ningún mal a la persona con la que tenemos una relación difícil, son principios fundamentales del pensamiento cristiano, que al mismo tiempo animan desde dentro a la propia mediación familiar.

El Nuevo Testamento nos deja referencias claras,¹⁰⁹ como en Mateo 5: 25-26:

“Ponte enseguida a buenas con tu adversario mientras vas con él por el camino; no sea que tu adversario te entregue al juez y el juez al guardia, y te metan en la cárcel.

Yo te aseguro: no saldrás de allí hasta que no hayas pagado el último céntimo”

Y San Pablo en la Carta a los Gálatas 3:19-20:

“Entonces, ¿para qué la ley? Fue añadida en razón de las transgresiones hasta que llegase la descendencia, a quien iba destinada la promesa, ley que fue promulgada por los ángeles y con la intervención de un mediador. Ahora bien, cuando hay uno solo no hay mediador, y Dios es uno solo”.

En estos primeros siglos la referencia a la mediación se refiere fundamentalmente a la intercesión, entendiendo que Jesucristo es el gran Mediador entre Dios y los hombres y por lo tanto acudimos a él solicitando su intercesión ante Dios. Aparecen ya presentes esas notas a las que hemos referido antes de arrepentimiento, encuentro con el otro, solicitud de perdón, aceptación de los errores ajenos...

El Código de Derecho Canónico (CIC) ¹¹⁰ de 1983 incluyó, en varios de sus cánones, algunas referencias a los principios de mediación.

El canon 1446 establece:

§ 1. Todos los fieles, y en primer lugar los Obispos, han de procurar con diligencia que, sin perjuicio de la justicia, se eviten en lo posible los litigios en el pueblo de Dios y se arreglen pacíficamente cuanto antes.

¹⁰⁹ G. GONZÁLEZ MERLANO, «La mediación como método de resolución alternativa de conflictos. Antecedentes y concreción en el ordenamiento canónico», *Revista General de Derecho Canónico y Derecho Eclesiástico del Estado*, 50, 2019, Iustel, P.1

¹¹⁰ IGLESIA CATÓLICA; L. DE ECHEVERRÍA; A. GARCÍA Y GARCÍA, *Código de derecho canónico: edición bilingüe comentada*, 2a ed, Editorial Católica, Madrid, 1983.

§ 2. Al comenzar el litigio, y en cualquier otro momento, siempre que abrigue alguna esperanza de éxito, el juez no dejará de exhortar y ayudar a las partes, para que procuren de común acuerdo buscar una solución equitativa de su controversia, y les indicará los medios oportunos para lograr este fin, recurriendo incluso a personas serias como mediadoras.

§ 3. Pero cuando el litigio versa sobre el bien particular de las partes, considere el juez si puede concluirse útilmente por transacción o por juicio arbitral de acuerdo con los cc. 1713-1716.

Este canon 1446 en su segundo inciso hace referencia al recurso a “personas serias como mediadoras” dentro de una disposición permanente a evitar la confrontación y el litigio.

Por su parte, el canon 1675 señala:

El juez, antes de aceptar una causa, debe tener la certeza de que el matrimonio haya fracasado irreparablemente, de manera que sea imposible restablecer la convivencia conyugal.

Por tanto, es preciso que antes de iniciar un proceso de nulidad se haya intentado la restauración de esa unidad conyugal; y en ese contexto encaja también perfectamente la intervención de la mediación familiar en los casos que sea posible.

Por último, el CIC incluye también el c. 1695 que resulta pertinente para la mediación familiar:

Antes de aceptar una causa y siempre que haya esperanza de éxito, el juez debe emplear medios pastorales para que los cónyuges se reconcilien y sean inducidos a restablecer la comunidad conyugal.

El CIC no menciona de forma expresa la mediación intrajudicial, pero sí de forma implícita como ya hemos recogido en los cc. 1446, 1675 y 1695.

El papa Francisco en la Exhortación apostólica postsinodal *Amoris Laetitia*¹¹¹ establece en el n. 244:

(...) Por lo tanto será necesario poner a disposición de las personas separadas o de las parejas en crisis un servicio de información, consejo y mediación, vinculado a la pastoral familiar, que también podrá acoger a las personas en vista de la investigación preliminar del proceso matrimonial.

El “Directorio de la Pastoral Familiar de la Iglesia en España” de la Conferencia Episcopal Española de 21 de noviembre de 2003¹¹² resulta relevante también dentro de este marco de referencias a la mediación canónica ya que establece en el número 214:

“cabe la mediación, como método de resolución de ciertos conflictos familiares, en virtud de la autonomía de la voluntad de las partes que deciden poner fin a una controversia que les enfrenta, cuando se dan simultáneamente estas tres condiciones:

- a) cuando previamente se han agotado otros recursos pastorales;*
- b) cuando el proceso que da lugar a la controversia es legítimo;*
- c) cuando el objeto de la controversia sean bienes privados de los que puedan disponer libremente los cónyuges (cuestiones patrimoniales, etc.)”*

A la hora de establecer este servicio, se vio desde el principio que la tarea de mediación no es una tarea propia de los sacerdotes¹¹³, cuyas funciones se enmarcan dentro de la pastoral y la impartición de sacramentos además del

¹¹¹ «EXHORT. AP. POSTSIN. AMORIS LAETITIA (19 MARZO 2016), 182: AAS 108 (2016), 384.», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20160319_amoris-laetitia.html.

¹¹² DIRECTORIO DE LA PASTORAL FAMILIAR DE LA IGLESIA EN ESPAÑA, Conferencia Episcopal Española, Madrid, 2003.

¹¹³ F. J. INSA GÓMEZ, *Cómo acompañar en el camino matrimonial: la pastoral familiar a la luz de «Amoris laetitia»*, Rialp, Madrid, 2020.

acompañamiento espiritual de los fieles. En su lugar, deben ser profesionales especializados en la materia los que desempeñen sus funciones de mediación apoyándose en sus cualificaciones profesionales y en las herramientas apropiadas a la intervención en situaciones de conflicto y crisis.

El Dicasterio de Laicos Familia y Vida de la Santa Sede publicó en 2022 el documento “Itinerarios catecumenales para la vida matrimonial”¹¹⁴ dirigido a orientar a los matrimonios cristianos en pleno siglo XXI. El itinerario nos habla de una renovada pastoral conyugal a través de la cual se pueda mejorar el acompañamiento de quienes que se encaminan hacia el matrimonio en la Iglesia católica. Para ello comienza con una preparación remota en la juventud, a la que seguiría una preparación próxima al matrimonio desde un año antes de la celebración del mismo, en la que se intensificarían las catequesis, los novios realizarían un retiro espiritual y celebrarían la denominada ceremonia del compromiso. La preparación inmediata comienza unos meses antes de la boda y culmina también con un segundo retiro espiritual para los novios días antes de la celebración del vínculo. El itinerario continúa estableciendo el acompañamiento del joven matrimonio en los primeros años de su vida en común ya casados; en esos años tendrá la oportunidad de reunirse con matrimonios más experimentados que les ayudarán a superar las pequeñas cuestiones del día a día evitando que desencadenen crisis mayores.

El *acompañamiento a matrimonios en crisis* es abordado en el itinerario desde el punto 87 en adelante y señala textualmente:

(...) para evitar que la situación de crisis se agrave hasta convertirse en irremediable, es aconsejable que la parroquia o la comunidad disponga de un servicio pastoral de acompañamiento de las parejas en crisis, al que puedan acudir quienes perciban que se encuentran en esta situación particular.

¹¹⁴ «ITINERARI CATECUMENALI PER LA VITA MATRIMONIALE A CURA DEL DICASTERO PER I LAICI, LA FAMIGLIA E LA VITA», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://press.vatican.va/content/salastampa/it/bollettino/pubblico/2022/06/15/0459/00940.html>.

Continúa el texto concretando que ese servicio de acompañamiento a parejas en crisis lo desempeñen personas casadas, preferiblemente si han superado ellos mismos una crisis, para poder acompañar desde la empatía y la comprensión a estos matrimonios que se enfrentan a situaciones adversas. Cita a *Amoris Laetitia* indicando:

en situaciones difíciles o críticas la mayoría [de las personas] no acude al acompañamiento pastoral, ya que no lo siente comprensivo, cercano, realista, encarnado.

Por eso atribuye esa función a esos matrimonios, señalando además la importancia de que se desarrollen programas de formación específica para que estas personas estén capacitadas para intervenir de manera eficaz y cercana en su acompañamiento.

La Carta Apostólica del Papa Francisco en forma de *Motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus* aborda la reforma del proceso canónico para las causas de declaración de nulidad del matrimonio en el código de derecho canónico.¹¹⁵ No se recoge aquí una referencia a la mediación intra judicial pero sí que nos parece relevante que la intención del Papa con este documento es acercar más al pueblo de Dios el sistema judicial que dentro de la Iglesia se encarga de los procesos de nulidad.¹¹⁶ Elimina Francisco la necesidad de una segunda sentencia para que se considere válida la sentencia primera de nulidad; agiliza los trámites y en definitiva trata de eliminar barreras para que todos los fieles,

¹¹⁵ «FRANCISCO, LITTERAE APOSTOLICAE MOTU PROPRIO DATAE MITIS IUDEX DOMINUS IESUS QUIBUS CANONES CODICIS IURIS CANONICI DE CAUSIS AD MATRIMONII NULLITATEM DECLARANDAM REFORMANTUR (15-VIII- 2015), AAS 107 (2015) 958-970.», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/content/francesco/es/motu_proprio/documents/papa-francesco-motu-proprio_20150815_mitis-iudex-dominus-iesus.html.

¹¹⁶ ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE CANONISTAS; L. RUANO ESPINA; C. GUZMÁN PÉREZ, *Reforma de los procesos de nulidad y otras novedades legislativas de Derecho canónico y eclesástico del Estado: actas de las XXXVI Jornadas de Actualidad Canónica, organizadas por la Asociación Española de Canonistas y celebradas en Madrid, los días 30 y 31 de marzo y 1 de abril de 2014*, Dykinson, S.L., Madrid, 2017, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://public.ebib.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=6522285>.

que tengan dudas acerca de la validez del vínculo que les une en matrimonio, puedan acercarse con confianza a la Iglesia buscando el inicio de un proceso de nulidad¹¹⁷.

En esa actitud de acercamiento a los fieles la figura de los mediadores familiares canónicos puede y debe tener un papel fundamental como veremos a continuación en el “Servicio de Acompañamiento y Mediación Intrajudicial Canónica” (SAMIC). Fue precisamente haciéndose eco del encargo del Papa en *Amoris Laetitia*, que el Emmo. y Rvdmo. Sr. Cardenal de Valencia don Antonio Cañizares, en la apertura del año judicial eclesiástico en febrero de 2017, anunció la creación en la diócesis de Valencia del Servicio de Acompañamiento y Mediación SAMIC, erigido canónicamente con sus estatutos y reglamentos propios. El SAMIC lleva funcionando con éxito seis años en los que ha desarrollado una importante función en varios ámbitos:

- El acompañamiento en los procesos de nulidad matrimonial, especialmente en aquellos particularmente contenciosos y con hijos.
- El asesoramiento psicológico, jurídico y espiritual de las personas inmersas en situaciones de conflicto matrimonial.
- La formación a través de sus ya cinco cursos de experto en acompañamiento y mediación intrajudicial canónica, cualificando así a un buen número de profesionales que puedan desarrollar estas labores en su lugar de origen.
- La creación de una red de profesionales que, en las distintas diócesis en las que están trabajando, pueden ofrecer estos servicios de acompañamiento y de mediación.

Cabe destacar como notas sobresalientes del SAMIC su interdisciplinariedad, ya que ese acompañamiento lo desarrollan psicólogos, abogados, mediadores, sacerdotes... cada uno en su ámbito específico de competencia profesional; y su continuidad en el tiempo, puesto que los beneficiarios pueden mantenerlo en

¹¹⁷ M. E. OLMOS ORTEGA, *Procesos de nulidad matrimonial tras la reforma del Papa Francisco*, Dykinson, Madrid, 2016.

el tiempo mientras lo necesiten, sin número de sesiones máximo establecido a priori.

Escrivá Ivars auspiciaba y proponía ya en el año 2000 que existiera un servicio de esta naturaleza:¹¹⁸

"La dificultad para prevenir o la incapacidad para atender los problemas surgidos entre los cónyuges, podría resolverse si en la propia organización pastoral de la diócesis funcionara, con profesionalidad y eficacia, un servicio de asistencia a los fieles que se hallan en situación de riesgo o inmersos en un conflicto matrimonial. ¿Por qué no concebir dentro de la jurisdicción de la Iglesia una institución ejemplar: órganos especializados, imaginativos, con el auxilio de profesionales de diversa procedencia: juristas, psicólogos, psicopedagogos, etc.? No debemos seguir anclados en viejos esquemas de prevención y resolución de conflictos. La resolución de conflictos matrimoniales es en la Iglesia no sólo un tema meramente legal. Es una grave responsabilidad de importantes y graves consecuencias pastorales."

¹¹⁸ J. ESCRIVÁ-IVARS, *Matrimonio y mediación familiar: principios y elementos esenciales del matrimonio para la mediación familiar*, Rialp, Madrid, 2001.

II. FUNDAMENTACIÓN ANTROPOLÓGICA Y PSICOLÓGICA. MARCO TEÓRICO

1. Dimensión relacional de la persona

Vamos a fundamentar nuestro estudio sobre la mediación familiar centrándolo en torno a la persona.

No podría ser de otro modo, ya que la mediación lo que hace es intervenir en la relación de dos personas que buscan dar cumplimiento a un proyecto de pareja, personal y familiar, en el que juntos buscan la felicidad. Dos personas con sus propias dificultades y complejidades. Por eso, si no atendemos a la persona, no podremos estar enfocando bien el fin propio de la mediación.

Esa persona es un ser relacional desde su creación. Abordaremos en estas páginas la justificación de esta afirmación bíblica en Génesis 2:18:

“No es bueno que el hombre esté solo”¹¹⁹

Como veremos en este capítulo, el hombre busca y necesita interactuar con sus congéneres. Y es precisamente en esa interacción, en la que pueden surgir —de hecho, surgen— conflictos de relación.

¹¹⁹ SAGRADAS ESCRITURAS, «Libro del Génesis 2:18-23», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/archive/bible/genesis/documents/bible_genesis_sp.html.

Si no aceptamos esa premisa fundamental de la sociabilidad del hombre, de su dimensión relacional a la que ya nos hemos referido, sería fácil concluir diciendo que ante el conflicto lo que el hombre debe hacer es alejarse de esa relación que le presenta un desafío y que le lleva a confrontar. Como si al ir caminando por el campo y encontrarnos con una montaña, en vez de escalarla, coronarla y descender por la otra ladera, nuestra reacción fuera la de desviar el camino en otro sentido, en el que encontráramos una llanura. Buscando así un sendero aparentemente más fácil. Sin costosas pendientes.

Más allá de las teorías antropológicas y filosóficas que estudiamos brevemente en este capítulo, pensamos que es un hecho adquirido y comprobado por todos que necesitamos de esa relación con los demás.

No obstante, nos detendremos en la fundamentación de esta afirmación, ya que es esencial entender que el ser humano, en la búsqueda de su realización personal y de su felicidad, cuenta con y necesita de los demás. De ahí que sea tan importante poder recurrir a instrumentos como la MFR[®] que ayuden a superar esos conflictos y a mejorar esas relaciones con las personas que nos rodean. Dejaremos entonces de evitar montañas y aprenderemos a escalarlas y a desescalarlas para continuar nuestro camino.

Comencemos por hacer un breve recorrido a lo largo de las principales corrientes de pensamiento de los últimos siglos. Este recorrido es meramente instrumental, no tiene como propósito una profundización en las implicaciones antropológicas de las filosofías más recientes, sino tan solo enmarcar las consideraciones relativas a la MFR[®] en el concepto de persona y poner en relación las grandes concepciones del hombre y del mundo con las necesidades y condicionantes del hombre en el tiempo actual.

1.1. La filosofía moderna y contemporánea

Entendiendo como modernidad el periodo que arranca en el siglo XVII y que llega hasta el XIX, básicamente desde Descartes hasta Hegel, la filosofía de este

periodo nos propone una antropología que tiene como vector común al hombre como fundamento y centro de su estudio¹²⁰.

El racionalismo de Descartes¹²¹ entroniza la razón del hombre como principio rector, como si el intelecto y raciocinio humano estuvieran preparados para alcanzar por sí solos las respuestas a las grandes preguntas del hombre. Sin embargo, el mismo Descartes experimentó la limitación de ese planteamiento, porque la razón lleva a concebir ideas, *cogitata*, pero el hombre que concibe esas ideas no llega a ese plano en el que se mueven las ideas, sino que se queda en el plano de la realidad, de los hechos. Por eso, podríamos decir, que el propio Descartes roturó el terreno para que creciera la semilla del empirismo que atiende fundamentalmente a los hechos, a las experiencias.¹²²

Así nos encontramos con el empirismo de Locke¹²³ que, con ese espíritu pragmático tan propio del inglés, entiende la explicación de tantos fenómenos a través de la pura práctica y comprobación de lo que ocurre de manera habitual en la naturaleza, sin ninguna referencia a un ser creador superior. De hecho, Hume, también dentro de esta corriente de pensamiento, al entrar en el mundo del espíritu, no duda en presentar un concepto de alma muy propio del empirismo, conforme a la cita siguiente:

*El alma es un conjunto de diferentes percepciones que se suceden unas a otras con una celeridad inconcebible, y que están en perpetuo flujo y movimiento...*¹²⁴

¹²⁰ J. F. SELLÉS, *Antropología para inconformes: una antropología abierta al futuro*, 3ª ed. corr, Rialp, Madrid, 2011.

¹²¹ L. POLO, *Evidencia y realidad en Descartes*, 3a ed. rev, EUNSA, Pamplona, 2007, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=0000040166.pdf>.

¹²² *Ibid.*

¹²³ P. VINCERI, *Natura umana e dominio: Machiavelli, Hobbes, Spinoza*, Longo, Ravenna, 1984, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb349181675>.

¹²⁴ D. HUME; J. L. TASSET CARMONA; C. MELLIZO, *Mi vida ; Carta de un caballero a su amigo en Edimburgo ; Tratado de la naturaleza humana ; Resumen del «Tratado de la naturaleza humana» ; Disertación sobre las pasiones ; Ensayos morales selectos ; Diálogos sobre la religión natural*, Gredos, Madrid, 2012.

El mecanicismo de Newton, va en esa misma línea y confía también en la capacidad de obrar que nos permitiría ir marcando el ritmo de la propia vida con nuestras acciones.

El voluntarismo de Kant focaliza en la capacidad personal para decidir y acometer. Un ángulo distinto, pero en el que de nuevo el hombre se basta a sí mismo para progresar y avanzar a través de esa firme y decidida voluntad interior. Kant apuesta firmemente por *sacar al hombre de su minoría de edad culpable*¹²⁵ para que pueda llegar a conocer. Dejando de lado a Dios, por supuesto, y por ende a la muerte, tema no resuelto en esta corriente.

Por último, es importante mencionar a Rousseau como culminación del ideal ilustrado ya que este autor idea la figura del *buen salvaje*, como el hombre que no ha sido corrompido por la sociedad y que, en esencia, es bueno.¹²⁶

El paso de los años y el desarrollo de estas líneas de pensamiento que hemos mencionado, culminan en la Ilustración, que se presenta como un momento de superación de todo lo anterior. Enfatiza la luz interior del hombre que con su inteligencia y con su pensamiento iluminado podrá alcanzar la verdad.¹²⁷

Resuena el *sapere aude*, atrévete a saber, de Kant que anima al hombre a adentrarse en el mundo del conocimiento utilizando todos esos recursos con los que cuenta.

En resumen, estas corrientes de pensamiento que hemos nombrado, se centran en el individuo como fundamento, principio y fin.

Este pensamiento racionalista, voluntarista, empírico, idealista e ilustrado surge como una reacción ante un modo de entender al hombre con un enfoque

¹²⁵ R. CORAZÓN, *El pesimismo ilustrado: (Kant y las teorías políticas de la Ilustración)*, Rialp, Madrid, 2005.

¹²⁶ T. A. TRIGO OUBIÑA, «Amor y matrimonio en el pensamiento de J. J. Rousseau», en *Matrimonio, familia, vida: homenaje al Prof. Dr. Augusto Sarmiento, 2011*, ISBN 978-84-313-2777-4, págs. 147-168, 2011, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4774582>.

¹²⁷ M. DUCHET, *Antropología e historia en el siglo de las luces: Buffon, Voltaire, Rousseau, Helvecio, Diderot*, 3a. ed. en español, Siglo Veintiuno, México, 1988.

trascendente y anclado en la figura de Dios Padre y Creador, como habían recogido los pensamientos filosóficos y antropológicos de épocas precedentes.

El hombre moderno, según estas corrientes filosóficas, no necesita de Dios, pero tampoco necesitaría de los demás.¹²⁸ Él cuenta con los fundamentos, principios y capacidades suficientes para alcanzar las respuestas que busca.

Concluimos este periodo recordando que la filosofía racionalista, que es hilo conductor de distintos movimientos y que culmina en la ilustración, es el eje de la antropología en esta llamada filosofía moderna.

La filosofía contemporánea comienza a mediados del siglo XIX y surge en parte como una reacción a ese racionalismo para focalizar ahora en un voluntarismo que nos habla de la operatividad humana, de la dimensión volitiva del hombre.

Desde ese enfoque surgen conocidas corrientes como son el materialismo de Marx ¹²⁹, el positivismo de Comte¹³⁰, el utilitarismo de Malthus y por último Nietzsche¹³¹ como culmen de este modo de entender la existencia humana basado en una voluntad cósmica que absorbe al hombre. Pero este hombre, no es una persona, sino que es un ser. Un ser que se fundamenta en sí mismo.

1.2. El siglo XX y la postmodernidad

El siglo XX arranca con una antropología que trata de superar las limitaciones del racionalismo y del voluntarismo para intentar dar respuesta a la existencia humana con un planteamiento más profundo, y así surge la filosofía existencialista,¹³² que trata de responder a la radicalidad de la persona humana.

¹²⁸ J. F. SELLÉS, *Antropología para inconformes*, cit.

¹²⁹ R. GÓMEZ PÉREZ, *El humanismo marxista*, Rialp, Madrid, 1978.

¹³⁰ ANDRÉS. JIMÉNEZ ABAD, *El concepto de hombre en la doctrina de la educación de Augusto Comte*, Fundación Universitaria Española, Madrid, 2001.

¹³¹ L. POLO BARRENA, *(L.P. XVII) Nietzsche como pensador de dualidades*, EUNSA, 2018, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <https://lectura.unebook.es/viewer/9788431353575>.

¹³² L. GABRIEL, *Filosofía de la existencia: Kierkegaard, Heidegger, Jaspers, Sartre, Diálogo de la posiciones*, Editorial Católica, Madrid, 1974.

El existencialismo, que también tiene su versión cristiana, ha pasado a la posteridad mucho más desde su enfoque ateo, de quien Sartre¹³³ sería su principal representante. El punto de avance del existencialismo es que pone el acento en la persona, no ya en el ser racional y volitivo. El problema es que, si bien el enfoque es adecuado, la metodología y los recursos con los que cuenta el existencialismo para adentrarse en la persona resultan completamente insuficientes. De hecho, fracasa en su intento de proporcionar respuestas al hombre, dejándole así sumido en una profunda desesperanza y en una tristeza vital tan propia de los autores existencialistas.

En este mismo siglo XX también surgen otras escuelas que buscan la manera de entender a la persona no ya en su esencia existencial, sino en otras fórmulas de expresión humana como son la sociología o la psicología que continúan poniendo el foco en la persona, pero atendiendo ahora más a sus manifestaciones de relación externa en el caso de la sociología¹³⁴, o a toda su dimensión conductual en el caso de la psicología¹³⁵.

La filosofía antropológica postmoderna hace su aparición a finales del siglo XX y está presente en el arranque del siglo XXI. Como bien señala Sellés¹³⁶, el postmodernismo está de vuelta de los pensamientos modernos y contemporáneos. Sus pensadores abdicar de la posibilidad de encontrar esa respuesta al significado de fondo del hombre. Como si ya se hubiera superado todo el racionalismo, voluntarismo y existencialismo sin haber podido encontrar respuesta a las preguntas fundamentales y existenciales del hombre. Ante esa constatación, la antropología posmoderna, que tampoco obtiene una respuesta satisfactoria a las preguntas de fondo del hombre, presenta en ocasiones un poso negativo, pesimista y frustrado.

¹³³ I. QUILES, *Heidegger: el existencialismo de la angustia*, Espasa-Calpe Argentina, Buenos Aires, 1948.

¹³⁴ P. CORCUFF, *Las nuevas sociologías: construcciones de la realidad social*, Alianza Editorial, Madrid, 1998.

¹³⁵ H. CARPINTERO, *Historia de las ideas psicológicas*, 2a. ed, Pirámide, Madrid, 2010.

¹³⁶ J. F. SELLÉS, *Antropología para inconformes*, cit.

Resulta interesante para el estudio que aquí hacemos señalar que, en este contexto postmodernista, aparece la figura del *antihéroe*. Un ser sufriente y fracasado que se presenta cómo la imagen más fidedigna del hombre del siglo XX. Así aparece con frecuencia en la literatura y en el cine, la imagen de ese hombre a través de protagonistas que son siempre personas atormentadas o al menos fundamentalmente infelices e insatisfechas, porque ese es el tono vital ante la falta de respuesta interior a los fundamentos de nuestra existencia.

Atendemos a un proceso en el que el hombre se habría querido liberar de Dios como fuente y respuesta a todos sus anhelos, y trataría de encontrar la respuesta en sí mismo, en el propio hombre, en su capacidad intelectual, en su fuerza de voluntad, en su idealismo, en sus relaciones consigo mismo en la psicología y con los demás en la sociología... Para al final encontrar un vacío existencialista en todos esos ámbitos y llegar a este posmodernismo hueco que nos presenta a esa persona antihéroe que ya ni sueña en alcanzar la felicidad.

En este contexto de insatisfacción y de vacío interior, se puede entender bien que el hombre termine derivando hacia una búsqueda del placer inmediato, en la satisfacción material, sensual y sexual. Como si su propio cuerpo pudiera colmar esa felicidad que debería encontrar dentro de sí mismo a través de una visión más profunda y trascendente. Al haber dejado de lado toda esa conexión interior de búsqueda, es como si se hubiera rendido, considerando esa felicidad como algo absolutamente inalcanzable.

Este proceso que hemos tratado de recorrer, aunque sea a pinceladas, nos hace llegar a la segunda mitad del siglo XX en la que encontramos una sociedad fundamentalmente centrada en la liberación sexual, como si en esa explotación del cuerpo fuéramos a encontrar la felicidad perdida mediante la satisfacción que aporta el gozo y disfrute sensible.

Por otro lado, encontramos una sociedad altamente consumista, que busca atender todas las demandas materiales que la persona pueda tener tratando así de colmar, sin éxito, el anhelo de plenitud y de felicidad que la persona no alcanza al haber dejado de lado sus raíces trascendentes.

Es por tanto también, una sociedad individualista, en la que, como hemos visto, el individuo gira en torno a sí mismo y es en torno a él dónde busca su fundamento.

De ese modo no encuentra la felicidad, de ahí que hablemos de ese poso pesimista que también es un rasgo característico de nuestra sociedad postmoderna.

Una sociedad en la que ya no trascendemos a Dios y tampoco trascendemos a los demás porque llevamos demasiados años poniendo el foco en nosotros mismos para intentar dar respuestas a nuestra existencia.

El hombre actual, en definitiva, lo que busca es “pasarle bien”, tener una vida placentera, una vida en la que todo empieza y termina en uno mismo porque no existe esa mirada trascendente.

Así explicado se entiende quizás mejor la referencia que hace Sellés¹³⁷ al activismo como rasgo presente también en el hombre actual, que busca hacer y producir, como si tratará de llenar ese vacío con una multiplicidad de acciones y logros. Convirtiendo así sus logros, sus objetivos, su trayectoria profesional y social... en el motor de su propia vida.

En este contexto cobra aún más fuerza el ya referido hedonismo, que pone el foco en el bienestar personal y en el propio disfrute y la emotividad sentimentalista que exalta nuestros propios sentimientos y nuestras pasiones porque son el reflejo de aquello que nos hace disfrutar y estar bien, que es lo que busca el hombre postmoderno en nuestra sociedad.¹³⁸

En conclusión, podemos condensar las características de la sociedad actual como una sociedad, individualista, hedonista, consumista, pesimista, activista y emotivista.

¹³⁷ *Ibid.*

¹³⁸ C. TAYLOR; C. THIEBAUT; P. CARBAJOSA PÉREZ, *La ética de la autenticidad*, Paidós Ibérica ; I.C.E. de la Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona, Bellaterra Barcelona, 1994.

Huelga decir que este enfoque, que tiene un recorrido tan corto, aboca al hombre a una profunda tristeza o un pesimismo vital máximo y a una gran desesperanza que es, posiblemente, el principal obstáculo para que la persona pueda avanzar y crecer interiormente buscando horizontes más altos.

Una prueba clara de esa tendencia a la desesperanza nos la ofrece la dramática estadística de suicidios que no deja de aumentar año tras año. El Instituto Nacional de Estadística en el informe presentado en diciembre de 2022 nos vuelve a presentar el suicidio como la primera causa de muerte externa, entendiendo como externa una causa que no tiene su origen en una enfermedad o tumor. En el año 2021 el número de personas muertas por suicidio superó la barrera de los 4.000 suponiendo un aumento de un 1,6% respecto al año anterior, como podemos ver en el cuadro que reproducimos a continuación.¹³⁹

Principales causas de muerte externa. Serie 2017-2021

Datos absolutos y variación porcentual

	2017	2018	2019	2020	2021	Variación 2021/2020
Suicidio	3.679	3.539	3.671	3.941	4.003	1,6%
Caídas accidentales	3.057	3.143	3.297	3.605	3.655	1,4%
Ahogamiento, sumersión y sofocación accidentales	3.116	3.090	3.248	2.913	3.504	20,3%
Accidentes de tráfico	1.943	1.896	1.842	1.463	1.599	9,3%

Vale la pena comentar que tanto entre las caídas accidentales como entre las muertes por ahogamiento y sofocación pueden darse suicidios que no hayan sido probados como tales pero que realmente han sido muertes auto infligidas.

Todo el panorama que venimos describiendo y que refleja el estado de las cosas en la segunda mitad del siglo XX y también en este arranque del siglo XXI, ofrece un caldo de cultivo perfecto para que germinen y crezcan los terribles virus de la

¹³⁹ «INE/ESTADÍSTICA DE DEFUNCIONES SEGÚN LA CAUSA DE MUERTE / ÚLTIMOS DATOS», INE, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176780&menu=ultiDatos&idp=1254735573175.

sociedad actual como son: las guerras, las diferencias sociales, la marginación, el narcotráfico, la explotación de las personas, la prostitución, la pederastia, la violencia contra la mujer...

Parece que hemos tocado fondo. Pero el hombre quiere sobrevivir. Por eso, no dudará en dar una patada al fondo de la piscina para impulsarse de nuevo con fuerza hacia la superficie. Es necesario que el hombre vuelva a levantar la mirada y continúe buscando respuestas a los planteamientos más íntimos de la persona.

Selles¹⁴⁰ nos acompaña en esta búsqueda de luces, dándonos pistas sobre pensadores contemporáneos que han tratado de superar este *impasse* en el que se había quedado la filosofía y la antropología.

Así nos presenta a Juan Pablo II por un lado y a Leonardo Polo por otro lado.

1.3. La antropología trascendental

Leonardo Polo¹⁴¹ es el filósofo que ha dado origen a la *Antropología Trascendental* que estudia al hombre según quien es: persona humana, espíritu.

Polo avanza mucho más de lo que habían hecho hasta entonces las corrientes filosóficas, incluso la metafísica, porque Polo busca una respuesta mucho más allá, superando las barreras de la metafísica para llegar al espíritu, a la esencia de la persona, a los trascendentales del ser, dejando detrás lo que él considera el límite.

Esta *antropología trascendental poliana* nos habla de un hombre que trasciende, que se abre a sí mismo, a su propia esencia para hacerla crecer y perfeccionarse. Se abre también a los demás con los que coexiste, y se abre al ser superior y creador que es Dios.

Así, en esa apertura, el hombre que existe en relación con los demás, que coexiste —y este es el primer trascendental de Polo—, se mueve con libertad para buscar y perseguir su destino en este mundo, esa libertad personal le lleva

¹⁴⁰ J. F. SELLES, *Antropología para inconformes*, cit.

¹⁴¹ L. POLO, *Quién es el hombre: un espíritu en el tiempo; Presente y futuro del hombre*, 1ª ed, EUNSA, Pamplona, 2016.

a actuar con responsabilidad personal también y hará que pueda conocer como otro acto trascendental de su ser: conocerse a sí mismo, conocer al otro, conocer su universo... Y en última instancia el hombre que actúa libre y responsablemente y así va conociendo, llega a amar, que es el último trascendental.

La persona humana, en su culmen, es ese amar personal abierto hacia el otro.

Ese amar supone dar y recibir, ser don para el otro y aceptar la donación del otro.

Resumiendo, Polo en su *Antropología Trascendental*¹⁴² centra su atención en los trascendentales de la persona que se sintetizan a continuación.

1.3.1. Coexistencia

Sellés en la cuarta parte de su curso de antropología¹⁴³ desglosa los cuatro trascendentales de Leonardo Polo que nos ayudarán a entender el concepto de la persona desde esta visión antropológica.

La coexistencia como primer trascendental de la persona indica que el hombre es en compañía. Implica por lo tanto la apertura de la intimidad de la persona. Apertura que no solo se produce hacia el exterior, sino también hacia el propio interior.

El hombre se abre hacia su interior buscando esa compañía, pero no la encuentra. Podríamos aquí recordar la frustración de los filósofos existencialistas que precisamente se encontraban con la soledad interior al no ser capaces de trascender.

La apertura continúa por lo tanto hacia el exterior, hacia las demás personas, buscando en ellas y con ellas esa existencia acompañada. En este plano, la persona encuentra un mayor eco a su anhelo que persigue ese “ser con”. Así,

¹⁴² L. POLO, *Antropología trascendental. I La persona humana*, 3ª ed, EUNSA, Pamplona, 2010, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=105900&view=global&lang=e>.

¹⁴³ J. F. SELLÉS, *Antropología para inconformes*, cit., p. 493 ss.

en la apertura hacia los demás nuestra existencia cobra mayor sentido, responde mucho más a la esencia de nuestro ser que ha sido creado para coexistir.

Pero ocurre que esas otras personas a las que nos hemos abierto desde nuestra intimidad tampoco encuentran la respuesta en su propio interior, por lo tanto, y esta es buena parte de la esencia de la apertura trascendental, la persona continúa su apertura hacia su universo y en última instancia hacia la Persona Creadora en quien sí que encuentra respuestas y el verdadero fundamento.

A primera vista, la idea de coexistir nos podría hacer pensar en convivir, cohabitar, relacionarse de alguna manera con los demás. Sin embargo, la coexistencia va mucho más allá. Todos conocemos personas que conviven, incluso cohabitan, y no diríamos de ellos que coexisten. Afirma Sellés que la persona es coexistente, aunque solo existiera una única persona. Así, nos está dando ya una pista importante de lo que entiende por coexistencia. “Coexistir es, por así decirlo, el ser ampliado por dentro: la intimidad, el ser como ámbito.”¹⁴⁴

El concepto de Polo explica la apertura interior del hombre hacia su propia intimidad, en la que él mismo establece una relación dialógica consigo mismo. Esa conversación, por así llamarla, tiene sentido desde el momento en el que entendemos al hombre como una realidad dual: alma y cuerpo, esencia y acto de ser, inteligencia y voluntad...Precisamente por esa dimensión dual puede el hombre adentrarse en su interior en una búsqueda dialéctica que dé respuestas a sus interrogantes; tratando de colmar sus carencias, de penetrar en lo más hondo de su ser descubriéndolo y asombrándose. Y no hay soledad en ese adentrarse hacia lo más hondo del ser. La persona vive este viaje acompañado, sintiendo esa compañía dual. Esta mirada hacia adentro, lo llama el filósofo el *hábito de la sabiduría*, considerado éste como uno de los hábitos innatos que tiene la persona. Pero la persona que aplica esa luz a su interior para intentar encontrar respuestas pronto será consciente de que no puede obtener lo que está buscando dentro de sí mismo, le faltan referentes, le faltan réplicas. No encuentra una respuesta plena. Y esto es algo absolutamente razonable, ya que

¹⁴⁴ L. POLO, *Presente y futuro del hombre*, Tercera edición, Ediciones Rialp, S.A., Madrid, 2019.

el ser es una criatura con todas sus limitaciones, por lo que en ningún caso conseguirá satisfacer todo ese afán de conocimiento que despliega en su interior.

La historia del pensamiento moderno y contemporáneo nos ha dejado vivos ejemplos de esta limitación que ha llevado en otros momentos a la frustración y a la desesperación. Una entrada en vía muerta, en la que ponemos fin a la búsqueda, renunciando a encontrar esas respuestas.

Sin embargo, la persona después de constatar que dentro de sí no halla esas respuestas, puede optar por una alternativa natural y lógica como es la de acercarse a las personas que están a su alrededor, con la idea de conseguir satisfacer esas inquietudes interiores.

Aquí surgiría la dimensión social del hombre, la necesidad de relacionarse con los demás. La riqueza que nos da la interacción con otros seres humanos aporta, en cierta medida, una buena dosis de sentido a nuestra vida y de motivación para crecer y mejorar.

Seguramente podemos pensar en relaciones personales de amistad, de filiación, de pareja, e incluso relaciones profesionales que nos han ayudado a crecer, enriqueciéndonos.

Como podemos observar, la antropología trascendental apunta a la dimensión coexistencial del hombre como motor interno que nos mueve a relacionarnos primero con nosotros mismos y después con los demás para tratar de ir dando cada vez un mayor sentido a nuestra vida.

Esta corriente antropológica culmina el camino coexistencial alcanzando la conclusión de que tampoco las personas que nos rodean nos van a dar esas respuestas plenas que nuestro ser ansía, por lo que, en última instancia, la única relación personal que va a llenar completamente nuestro interior será la relación con esa Persona no creada y que si tiene la plenitud en sí misma: Dios.

1.3.2. Libertad

Entramos ahora en el segundo trascendental de la persona humana, la libertad personal. Del mismo modo que decíamos que la persona es coexistente diremos

también ahora que la persona es libre. No diremos que la persona tiene libertad. Eso es algo distinto.

Libertad y persona van íntima e inseparablemente unidas. Esta íntima vinculación —o identificación— entre persona y libertad no es algo que el pensamiento filosófico haya sostenido siempre en los últimos siglos. Más bien, encontramos numerosas teorías que niegan o desfiguran la libertad.

Así, el pensamiento estoico en la antigüedad clásica nos hablaba del destino (*fatum*) que estaba escrito para el hombre de un modo inexorable. Por lo que el hombre debía limitarse a aceptar y asumir lo que viniera en la vida de bueno y de malo sin alterarse, consciente de que así daba cumplimiento a su existencia en la tierra siguiendo ese destino. Sócrates y Platón (S. III y IV a.C.) sostenían que el hombre necesitaba del conocimiento, de su inteligencia para descubrir aquello que debía hacer y evitar lo que no debía hacer. De acuerdo con esta concepción, la *prudencia socrática* nos viene a decir que la persona que actúa de una mala forma es porque desconocía realmente cómo debía actuar.

Aristóteles no dudó en corregir este planteamiento señalando que la voluntad cuenta, y cuenta mucho, ya que hay personas que aun conociendo con su inteligencia aquello que deben hacer, optan por hacer lo contrario.

Como ya sabemos este juego entre la inteligencia, el raciocinio, y la voluntad será el nervio de la filosofía en la Edad Moderna que se irá inclinando hacia uno u otro planteamiento.

Y aún antes, en este periodo medieval, Tomás de Aquino (S. XIII) nos hablaba de que la libertad, se expresa a través de la voluntad, aunque se fundamenta en la razón.

Los pensadores medievales árabes, como Avicena y Averroes, tenían una idea del hombre como un espejo que reflejaba un poder superior, pero que realmente no ejecutaba libremente, sino que se hacía eco de esa voz superior, por lo que

tampoco aquí encontramos una libertad responsable. Estaríamos más dentro del concepto de determinismo.¹⁴⁵

Lutero en el siglo XVI niega la capacidad de obrar libre en el hombre al que considera tocado de una manera fatal en su naturaleza personal que le aboca al pecado. En su obra *De Servo Arbitrio*,¹⁴⁶ el monje alemán desarrolla sus ideas acerca de la falta de libertad en el hombre debido a su pecado original que le incapacitaría para poder realizar actos libres y meritorios que le ayudaran a llegar al cielo. Lutero sostiene una visión muy pesimista que no tiene en absoluto en cuenta la misericordia divina. Por eso, a ese hombre incapaz de obras buenas, solamente la fe le puede salvar.

En la filosofía moderna, con la llegada del racionalismo, encontramos también pensadores que niegan la existencia de la libertad, a la que sustituyen por la necesidad como Spinoza (S.XVII) al que citamos textualmente:

*“Los hombres se engañan al querer ser libres, y el motivo de esa opinión es que tienen conciencia de sus acciones, pero ignoran las causas por las que son determinados; por consiguiente, lo que constituye su idea de Libertad es que no conocen causa alguna de sus acciones.”*¹⁴⁷

Marx ya en el siglo XIX niega también la libertad ¹⁴⁸ya que sume al hombre en un entramado de relaciones, fundamentalmente económicas y vinculadas a su producción laboral, que le llevan a desempeñar funciones y asumir tareas sin contar con su libre voluntad.

¹⁴⁵ C. BELO, *Chance and determinism in Avicenna and Averroes*, Brill, Leiden, 2007, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en http://bvbr.bib-bvb.de:8991/F?func=service&doc_library=BVB01&doc_number=015591807&line_number=0001&func_code=DB_RECORDS&service_type=MEDIA.

¹⁴⁶ I. DE LA VIUDA, «“De Servo Arbitrio”: réplica de Lutero a Erasmo», *Revista agustiniana*, vol. 24, 75, 1983, Editorial Agustiniana, pp. 483-533.

¹⁴⁷ BARUCH SPINOZA, *Spinoza*, RBA Libros, 2019, fecha de consulta 16 diciembre 2024, en <https://bibliotecacomplutense.odiotk.es/opac?id=00089674>.

¹⁴⁸ K. MARX; F. ENGELS, *Manifiesto comunista*, Temis, 2018.

Nietzsche tampoco cree en la libertad, sino que su teoría del *eterno retorno*¹⁴⁹ sostiene que ya hemos existido infinitas veces en el pasado y que siempre volvemos, por lo que poco importa nuestra libre intervención ante este ciclo superior.

Sartre no niega la libertad, al contrario, reconoce su existencia en el hombre,¹⁵⁰ pero lo considera con su visión fatalista como una especie de condena según la cual el hombre se ve obligado a ir tomando decisiones y a ejecutar distintas acciones que en realidad no conducen a nada porque todo termina en la muerte. Esto es en parte la base de esa sensación de absurdo que genera tanta angustia al autor.

Nuestra sociedad postmoderna también niega la libertad porque en su apuesta por ese modo irrestricto de ejercer la libertad dejándonos llevar por impulsos y pasiones, el hombre se convierte en un ser a merced de esas pulsiones, normalmente de carácter emotivo y sexual, por lo que su modo de actuar está muy lejos de lo que hemos afirmado del hombre como una persona que es libertad. Pero una libertad inteligente, consciente, responsable y fuerte al ejecutar con plenitud de intención aquello que ha conocido y decidido.

Hoy el imperio de la voluntad individual parece como si hubiera ahogado en la persona su libertad más íntima y trascendente, dejándola en segundo plano por detrás de su voluntad que se convertiría en una herramienta utilizada a su *libre albedrío*.

Esa voluntad del hombre posmoderno lo que busca, como ya hemos dicho, es *pasarlo bien*, utilizando términos muy simples pero que expresan la actitud interior de tantas personas que viven su vida detrás de placeres sensibles, satisfacciones y gratificaciones instantáneas y efímeras...

En este contexto comprenderemos con facilidad que la tristeza aparece rápidamente como telón de fondo, ya que ese estado de satisfacción sensible no

¹⁴⁹ F. NIETZSCHE; M. BARRIOS CASARES, *Ecce Homo*, Tecnos, Madrid, 2017.

¹⁵⁰ J.-P. SARTRE; R. BALDICK, *Nausea*, Penguin Books, Harmondsworth etc., 1974.

puede estar presente veinticuatro horas al día, por lo que cuando no está, deja esa sensación de insatisfacción, de tristeza y de vacío.

No nos podemos detener más aquí, pero podríamos hablar largo y tendido de la generación de jóvenes actuales, los *millennials*, que de manera predominante viven de este modo: persiguen disfrutar al máximo a través de la fiesta, del alcohol, del sexo, de los éxitos inmediatos en lo académico y en lo profesional... y en cuanto faltan estos elementos aparece el hastío, el aburrimiento vital. Si se permite la comparación: tienen un fabuloso Ferrari con seis marchas que podría alcanzar los doscientos veinte por hora, en circuitos interiores de prueba, y sin embargo lo conducen casi al ralentí sin pasar de cincuenta por hora y en cuanto se descuidan se les cala el motor.

La antropología trascendental que seguimos anima a estos jóvenes —y a todos— a vivir la libertad como ese movimiento interior de la persona que busca.

Busca y para ello se relaciona, en primer lugar, consigo mismo en su intimidad, haciéndose preguntas, indagando con pasión, pero sin ansiedad. Consciente de que muchas de las respuestas que busca no están dentro de sí mismo.

Continúa buscando en el exterior, en el universo que le rodea, en las personas con las que convive y de las que tanto aprende y con las que tanto se enriquece.

Nuestra libertad se nutre del conocimiento y de la inteligencia despierta, pero también se apoya en la voluntad firme de su autor. Esa libertad inquieta que busca, que conoce y que ama, solamente va a encontrar la respuesta plena en ese Ser, al que ya nos hemos referido, que no tiene límite y que sacia en su totalidad la sed de la persona. Por eso nuestro enfoque antropológico necesariamente culmina su itinerario en Dios.

Y Dios es el primero que valora y respeta nuestra libertad, por eso, aunque nos espera a todos, permanece a la expectativa, eso sí, con un cuidado amoroso y providente para que seamos nosotros los que libremente le alcancemos.

Estamos analizando la libertad, como uno de los elementos trascendentales de la persona humana. De esa persona cuya dimensión relacional interesa mucho

al objeto de estudio de este trabajo sobre la mediación familiar restauradora. En efecto, cuando nos disponemos a intervenir en mediación para tratar de sanar un conflicto entre dos personas, debemos necesariamente atender y cuidar de que esas dos personas actúen en plena libertad. Una libertad consciente de lo que conocen, de lo que desean, y también de lo que quieren.

Esa libertad interior cimentada en su conocimiento y en su voluntad, será quien les ayude a superar las dificultades que plantean, entre otras cosas, el desánimo interior, el sentimiento de frustración por la constancia de fracasos precedentes, las voces exteriores que le animan a abandonar...

Además, seguramente al ahondar en el sentido trascendente de su libertad ejercida en plenitud, les resultará menos costoso entender la profunda implicación que tiene el desempeño de su libertad en una bien asumida responsabilidad.

Conviene detenerse en este particular porque resulta frecuente que las personas a las que se atiende en mediación tengan una visión un tanto victimista de su propio recorrido vital en la relación. Por eso es importante ayudarles a entender que el ejercicio de su libertad de entonces supone la asunción de la responsabilidad ahora. De nuevo será necesario acompañar para que se puedan sacudir el sentimiento de decaimiento y tristeza por el sufrimiento acumulado y puedan retomar con bríos las riendas de su vida, desde esa responsabilidad serena.

Leonardo Polo desarrolla, hablando de la libertad, lo que se ha venido en denominar la *antropología del don* ¹⁵¹, la libertad lleva a darse y enriquecerse al mismo tiempo:

*dar sin perder, adquirir dando*¹⁵²

¹⁵¹ L. POLO, *Quién es el hombre*, cit.

¹⁵² *Ibid.*

Polo fundamentará su antropología trascendental¹⁵³ precisamente en la libertad y en la capacidad de don de la persona.

1.3.3. *El conocer personal*

Nos adentramos ya en el tercer trascendental de la persona: el conocer personal. Para eso nos remontaremos a Aristóteles¹⁵⁴, porque es él el primero que nos habla del *entendimiento agente*, como un conocer en acto. Un conocer que es un chispazo de luz, de luz que proviene de fuera y que permanece añadiendo transparencia a nuestro entendimiento. Ese entendimiento agente lo poseen todas las personas, les acompaña a lo largo de toda la vida, tiene su origen en el Creador y de hecho culmina también en Él; por eso se dice de este entendimiento que es inmortal y eternizable.¹⁵⁵

Por tanto, el intelecto agente de Aristóteles es algo que va más allá de lo que comúnmente consideramos inteligencia, conocimiento, entendimiento... aunque incluye y comprende todas estas facultades del hombre.

Sellés presenta, basándose en la explicación del filósofo Leonardo Polo, los tres hábitos innatos que dependen del intelecto agente y que serían los siguientes¹⁵⁶:

La *sindéresis*, qué sería el conocimiento por parte de la persona de todo aquello que es inferior a la propia persona pero que está unido a ella. Conocemos así nuestra propia naturaleza y también la naturaleza y esencia del cosmos, así como la naturaleza de cada una de las demás personas.

El hábito de los primeros principios nos lleva a alcanzar el conocimiento de aquellas realidades externas que nos preceden como personas y que nos resultan ajenas.

¹⁵³ L. POLO, *Antropología trascendental. I La persona humana*, cit.

¹⁵⁴ ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco: (selección)*, Rialp, Madrid, 2017, p. Libro X, 7 (1177a33-1177b9).

¹⁵⁵ L. POLO, *Quién es el hombre*, cit.

¹⁵⁶ J. F. SELLÉS DAUDER, *Antropología para inconformes una antropología abierta al futuro*, vol. p.573-578, Tercera edición corregida, Ediciones Rialp, S.A Instituto de ciencias para la Familia, Madrid, España, 2021.

El hábito de la sabiduría que nos lleva a conocernos por dentro personalmente y también a conocer en su interioridad a las demás personas. Es el estrato más alto del conocimiento, el más profundo también.

No nos detendremos mucho más en este concepto del conocimiento personal, pero si parece oportuno apuntar una imagen que nos ofrece Polo cuando se refiere a este conocimiento como una transparencia que equivaldría a la intimidad, como una luz atravesada por la luz.

Esta luz, este chispazo divino que nos lleva a conocer de esta manera mucho más penetrante tanto nuestro interior como todo lo que nos rodea, mantiene al hombre en una actitud de búsqueda. Esa es fundamentalmente la actividad que define lo que hace nuestro intelecto: Se relaciona, se mueve en libertad y al conocer busca, busca y busca... Y esa búsqueda es una búsqueda esperanzada, una búsqueda inquieta pero no desesperada porque, en vez de encontrarse con muros insuperables o con barreras infranqueables, esa penetración en el ser y hacia el Ser resulta estimulante e inspiradora. Por eso destacamos aquí el componente de la esperanza, tan importante en la búsqueda.

Es una búsqueda esperanzada porque actúa como un motor dentro de la persona, que la lleva a adentrarse en su propio interior a través de una relación dialógica consigo misma y que le hace ir penetrando y abriéndose cada vez más a realidades exteriores como son el universo que la rodea y las personas con las que convive. Así, esa búsqueda se ve estimulada por esos encuentros que le animan a seguir buscando hasta encontrarse con el Ser trascendente que da sentido a todo.

Mucho mejor lo expresó San Agustín cuando escribió:

*Nos hiciste, Señor para ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descansa en Ti*¹⁵⁷

¹⁵⁷ CONFESIONES DE SAN AGUSTÍN, vol. I, 1, 6ª edición, Editorial Agustiniana, Guadarrama (Madrid), 2022.

1.3.4. El amar personal

Estamos ya en el cuarto eje de la trascendencia personal, de una persona que coexiste, que se mueve y se relaciona en libertad y qué va así conociendo para llegar a amar. En la filosofía griega, Aristóteles se refería a la amistad como la cumbre del amor porque, entendía el filósofo, que en las demás manifestaciones afectivas podía haber algún interés personal, búsqueda de placer, etcétera, mientras que en la amistad queremos al amigo porque es bueno.¹⁵⁸

Y abundaba Aristóteles sobre esta cuestión añadiendo que, para ser buen amigo de nuestros amigos, primero uno tiene que ser amigo de sí mismo. Es decir, debemos empezar por amarnos a nosotros mismos, por amar nuestra virtud, por aceptarnos como somos.

Esa dimensión benevolente y desinteresada que ama al otro por quien es, está en la base del amar personal que nos interesa estudiar en este capítulo.

Los pensadores medievales nos hablaban de las pasiones sensibles entre las que diferenciaban dos categorías: el *apetito concupiscible* (el deseo, gozo, tristeza, amor sensible, celo, misericordia, envidia, alegría, exultación, jovialidad, dolor, deleite o placer) y el *apetito irascible* (la esperanza y la desesperación, el odio y el temor, la audacia, el furor, la angustia, la admiración, la ira, la venganza, etc.)

Afirma Sellés¹⁵⁹ que seguramente uno de los peores sentimientos es la tristeza, porque conlleva soledad, aislamiento, total ausencia de coexistencia. En una palabra, la tristeza *despersonaliza*. Y además genera toda una serie de pensamientos negativos vinculados a ese estado de ánimo.

A *sensu contrario*, el amor sería la raíz de todos los sentimientos positivos que nos llevará a alcanzar la felicidad.

¹⁵⁸ ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, cit.

¹⁵⁹ J. F. SELLÉS DAUDER, *Antropología para inconformes una antropología abierta al futuro*, vol. p.623, Tercera edición corregida, Ediciones Rialp, S.A Instituto de ciencias para la Familia, Madrid, España, 2021.

La felicidad es lo que todos buscamos en este mundo y lo que, de alguna manera, constatamos que no se llega a alcanzar en plenitud. Como si siempre hubiera algo más a lo que llegar para colmar totalmente esa felicidad. Por eso Polo la concibe como la posesión más alta del amor ilimitado. Algo que no es alcanzable en su plenitud. De ahí que la felicidad no se posee, sino que se espera y en esa espera se va alcanzando en distintos grados y medidas.

1.4.Espiritualidad conyugal y antropología en Juan Pablo II

Dentro de la dimensión relacional de la persona, y después de haber abordado la antropología de Leonardo Polo que parte de la coexistencia, pasamos ahora a analizar el pensamiento del papa Juan Pablo II, que desarrolla toda una teología acerca del matrimonio como un modo de expresar esa dimensión relacional de la persona.

En 1965, con la conclusión del Concilio Vaticano II los padres conciliares publicaron la única constitución pastoral fruto del Concilio que se denominó *Gaudium et Spes*, alegría y esperanza. En dicha constitución se afirma:

*El hombre, única criatura terrestre a la que Dios ha amado por sí mismo, no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás.*¹⁶⁰

Un modo preeminente de entregarse a los demás es precisamente el matrimonio, que, a lo largo de esas décadas, se ha ido configurando, cada vez más, como una verdadera vocación del cristiano. El papa Juan Pablo II desarrolló de manera extensa el matrimonio como una auténtica vocación cristiana y abordó con detenimiento algo que resultó novedoso en el panorama de la Iglesia: la espiritualidad conyugal.

Juan Pablo II dedicaría su audiencia de los miércoles durante cinco años, de 1979 a 1984, a desarrollar lo que ha venido en llamarse la *Teología del Cuerpo*, a la que nos referiremos de manera sucinta en esta exposición.

¹⁶⁰ SANTA SEDE, «Const. Ap. *Gaudium et Spes*, AAS 58 (1966) 145, n. 24.», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_sp.html.

El nervio de esta teología consiste en considerar un paralelismo total entre la entrega del hombre y la mujer en el matrimonio y la entrega de Cristo a su Iglesia con una dimensión también sponsal. Una diferencia evidente entre ambas relaciones de entrega sponsal es que, en el caso del hombre y la mujer, estamos hablando de dos personas imperfectas y con defectos que habrá que salvar, que habrá que perdonar.

El perdón constituye sin duda un lenguaje que debe ser habitual entre los esposos, pero para perdonar y por lo tanto para aceptar plenamente al otro, es preciso que la persona se acepte a sí misma, se perdone si es el caso.

Esta idea entronca con lo que vimos anteriormente en la primera dimensión relacional del individuo que establece ese diálogo consigo mismo. Es precisamente en ese diálogo en el que se debe producir la aceptación de uno mismo. Si no será casi imposible poder aceptar y perdonar al otro.

Así a través de esa sucesión de perdones entre los dos, va creciendo su unión, su comunión, cada vez más íntima y más intensa. Y como bien señala Ives Semen¹⁶¹

La imagen de Dios, que es comunión eterna de personas, está inscrita ante todo en la capacidad de comunión del hombre y de la mujer cuando al hacerse una sola carne, expresan la totalidad y lo absoluto de la entrega de sus personas.

Siguiendo la teología del cuerpo de Juan Pablo II y, en el tema particular que estamos abordando, Ives Semen señala que la unión carnal del hombre y la mujer son imagen de la comunión eterna de las tres Personas trinitarias.

Conviene también que nos detengamos en la concepción antropológica de Karol Wojtyła que dedicó su pensamiento filosófico y teológico a tratar de contestar a la pregunta ¿quién es el hombre? sin apoyarse en consideraciones filosóficas

¹⁶¹ Y. SEMEN, *La sexualidad según Juan Pablo II*, vol. p.52, Movimiento Cultural Cristiano, Madrid, 2007.

previas, sino desde un acercamiento fenomenológico al hombre: esto es basándose en la experiencia de ser hombre.

Desde el punto de vista de la razón, el intelectual y después papa, desarrollo su pensamiento antropológico en su obra *Persona y acción*¹⁶² en la que, apoyándose en la tradición tomista, buscó la incorporación de los elementos válidos de la modernidad filosófica, en particular de Kant.

Karol Wojtyła tuvo la oportunidad de desarrollar esta combinación de tradición y modernidad desde su posición como profesor universitario. Wojtyła impartió clases de ética en la Universidad católica de Lublin y en ese magisterio desarrolló el análisis de las aportaciones de la modernidad a la ética desde una visión católica.¹⁶³ Resulta muy interesante, y desde luego innovador, que en los cursos de 1957 a 1959 desarrollara un curso sobre la ética de la sexualidad dirigida a los jóvenes universitarios polacos y tratando de contrarrestar la doctrina comunista en relación con el matrimonio y la familia.

El segundo capítulo de *Persona y Acción* titulado "Trascendencia de la persona en acción" incide sobre ideas que nos resultan muy relevantes al estudio que estamos realizando de la dimensión relacional de la persona; el hombre se va perfeccionando a través de la acción y ese perfeccionamiento incluye precisamente su donación al otro, su apertura a las demás personas a las que trasciende con su acción.

También el último capítulo de la obra desarrolla una interesante *teoría de la participación*, en la que despliega la dimensión social del hombre que en su actuación se relaciona con los demás y necesita hacerlo. Por eso no tiene sentido sumergir al hombre ni en un totalitarismo ni en un individualismo. La idea de la solidaridad humana aparece como uno de los elementos clave y supone un más que válido sustento antropológico para el mandato del amor al prójimo, que tantas veces aparecerá en la predicación y en los textos teológicos de Juan Pablo II. Esta teoría de la participación es contrapunto a las tesis colectivistas

¹⁶² JUAN PABLO II, *Persona y acción*, 3ª ed, Palabra, Madrid, 2017.

¹⁶³ JUAN PABLO II, *Lecciones de Lublin*, Palabra, Madrid, 2014.

propias del pensamiento comunista y marxista. La idea de la participación del hombre en su sociedad implica una valoración plena de su subjetividad y de su aportación personal, que en ningún caso queda sumergida en la marea del colectivo.

La antropología centrada en la persona, desarrollada en los años universitarios de la Universidad Católica de Lublín, constituyen la base necesaria para el desarrollo en años posteriores de lo que hemos conocido como teología del cuerpo.

2. Contexto individualista de la sociedad

La entronización del individuo que se ha ido desarrollando a través de los siglos y de las distintas corrientes de pensamiento que hemos revisado, no podría más que dar origen a la sociedad actual marcadamente individualista. En efecto, el individualismo se ha convertido en una seña de identidad propia de nuestro entorno cultural, especialmente en Occidente.

2.1. Libertad individual y dignidad personal

A finales del siglo XVIII se proclamaron de manera universal la libertad y el derecho a la autonomía personal, tanto en la Declaración de Derechos del Hombre, fruto de la Revolución Francesa, como anteriormente en el movimiento constitucionalista de los Estados Unidos de América.

En las décadas posteriores, en ambos entornos geopolíticos, no se vivió con coherencia a esas declaraciones. Basta recordar las sangrientas etapas que se vivieron en Francia después de la revolución y la pervivencia durante muchas décadas de la esclavitud en los Estados Unidos. No obstante, en el mundo occidental señalamos esos dos hitos históricos como el comienzo de un camino que culminaría en 1948 con la Declaración Universal de los Derechos del Hombre de Naciones Unidas.

Este recorrido histórico, y el desarrollo del concepto de libertad individual en conexión con la dignidad personal, ha sido objeto de estudio por Gómez

Montoro¹⁶⁴ que nos acerca a varias reflexiones de interés. En el estudio realizado por Gómez Montoro, el individualismo y la promoción de la libertad individual tan sumamente presentes en los últimos años del siglo XVIII, no suponían un ejercicio de lo que hoy entendemos como libre autodeterminación, no daban un cheque en blanco para ejercer la libertad. Atendamos a lo que se recoge en el Preámbulo de la Declaración de Independencia, de 1776, que se abre con la siguiente afirmación:

Sostenemos como evidentes por sí mismas dichas verdades: que todos los hombres son creados iguales; que son dotados por su Creador de ciertos derechos inalienables; que entre estos están la vida, la libertad y la búsqueda de la felicidad.

Y, según el art. 1 de la Declaración francesa de 1789,

los hombres nacen y permanecen libres e iguales en derechos

Continuamos atendiendo a la necesaria vinculación entre libertad y dignidad al constatar que el ejercicio irrestricto de la libertad individual, sin ponerlo en conexión con la más alta dignidad personal, es el que lleva a una persona que ejerce la prostitución, a ofrecer su cuerpo y sus favores sexuales a cambio de una cantidad de dinero. Es lo que lleva a una persona que ha sufrido un accidente de tráfico y ha perdido la movilidad de los miembros, a presentarse en un hospital pidiendo que pongan fin a su vida porque considera que su existencia no tiene ningún valor ni merece ninguna dignidad. Ese ejercicio de la libertad individual sería el que permite a un joven, con una madurez a medio hacer, presentarse en los servicios médicos solicitando que mutilen sus genitales y que le sometan a un tratamiento hormonal que violente la evolución natural de su cuerpo. Libertad individual sin límites es por antonomasia la que se enarbola por parte de aquellas personas que afirman que la mujer que lleva en su seno una criatura puede libremente tomar la decisión de acabar con la vida de esa criatura y ejecutarla.

¹⁶⁴ Á. J. G. MONTORO, «La Titularidad De Derechos Fundamentales Por Personas Jurídicas: Un Intento De Fundamentación», *Revista Española de Derecho Constitucional*, vol. p.103, 65, 2002, Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, pp. 49-105.

La dignidad personal de esa criatura no aparece en consideración en ningún momento. Ha prevalecido el derecho de autodeterminación de su madre. El respeto a la libertad del padre también se ha quedado arrollado en el camino. Esa misma autodeterminación libre e ilimitada es la que permite en no pocos países que la mujer alquile su útero a cambio de un buen precio para gestar en él a una criatura que a su nacimiento será entregada a los pagadores. Estamos ante la mercantilización de ambos: madre y bebé. Pasan a ser un objeto de transacción económica, algo que sin duda quiebra por completo la dignidad personal. Ha prevalecido la decisión libre de esa mujer que quiere obtener un rendimiento económico con esa actividad. Y la decisión libre también de la persona o personas que quieren ser padres a cualquier precio.

Sobre este tema incide *La institución de la libertad* de Fabré Magnan¹⁶⁵ que aborda en profundidad el significado de la libertad, desde una óptica jurídica, y que se detiene en las posibles limitaciones en la libre disposición del cuerpo, y lo pone en conexión con el concepto de dignidad. Fabré Magan afirma que se ha elaborado un falso debate entre la dignidad y la libertad como si se pudiera abordar desde una contraposición entre ambos conceptos en la persona. La autora afirma que la dignidad de la persona se apoya en su libre capacidad para obrar. Y precisamente ella plantea si esa libertad para obrar puede y debe estar sometida a ciertos límites. En cuanto a los temas que estábamos tocando relacionados con la posibilidad de que una persona disponga de su cuerpo, o del fruto de su cuerpo y lo ofrezca como producto mercantil a cambio de una retribución, Fabré Magnan recuerda que el Código Civil francés establece claramente “la no patrimonialización del cuerpo humano”. La legislación francesa no permitiría ningún tipo de pago como contraprestación de la entrega de ningún elemento vinculado con el cuerpo humano, sean sus órganos, sus ovocitos, etc. Pero al mismo tiempo la autora reconoce la imposibilidad para el derecho de

¹⁶⁵ M. FABRE-MAGNAN, *L'institution de la liberté*, 2e édition, PUF, Paris, 2023.

impedir que, de una manera oculta, se produzca ese pago sobre una supuesta entrega altruista de esos componentes corporales.

Gómez Montoro, por su parte relata un caso precisamente acaecido en Francia, para ilustrar los límites de la libertad en función de la dignidad. Se trata del *affaire* Manuel Wackenheim, ciudadano francés aquejado de enanismo, que desde 1991 actuaba en un espectáculo de “lanzamiento de enanos”, que tenía lugar en distintas discotecas; consistía en que los clientes, normalmente con buenas dosis de alcohol en el cuerpo, se divertían lanzando a Wackenheim de un lado a otro. El alcalde de la ciudad, Morgang-sur-Orge, trató de prohibir a través de un bando municipal tal espectáculo. Pero Wackenheim decidió acudir a los tribunales para conseguir revertir ese bando y poder continuar con su actividad “profesional”. Inicialmente, la magistratura dió la razón a Wackenheim, bajo la consideración de que su actuación no iba en contra de la salubridad ni del orden público. Sin embargo, el Consejo de Estado francés sostuvo que esa actividad iba en contra de la dignidad personal y que la dignidad personal es uno de los componentes del orden público. Wackenheim no se rindió y acudió al Comité de Derechos Humanos de Naciones Unidas. El Comité se pronunció confirmando la posición del Consejo de Estado, reafirmando así el respeto objetivo e indisponible de la dignidad personal.

Como bien concluye Gómez Montoro, hay dos modos de abordar todos estos conflictos entre la libertad y la dignidad:

Ante esos dilemas podemos inclinarnos por alguna de estas dos opciones.

La primera, apoyar un pretendido respeto a esas decisiones —quizás bajo la vestimenta de la preservación de la autonomía de las personas, que muchas veces no será sino indiferencia—.

La segunda, adoptar una postura sin duda más costosa pero más acorde con lo que el valor de toda persona exige: hacerse cargo de sus dificultades y ayudarle a encontrar alternativas.

*En mi opinión, esto último es lo que la dignidad de toda persona reclama de nosotros.*¹⁶⁶

Resulta paradójico y contradictorio que la proclamación absolutista del imperio de la libertad individual y de la autonomía de la acción personal, tenga como resultado precisamente atropellar sin ningún miramiento la más fundamental dignidad personal.

Algo ha ido mal en este proceso. Parece que nos aproximamos a la máxima conforme a la que “el hombre es un lobo para el hombre” que hizo popular Hobbes, si bien tiene origen en la antigüedad latina.

Es bien sabido que, con esta tesis tan pesimista desde la perspectiva antropológica, lo que buscaba el filósofo era fundamentar el sistema político de la monarquía absolutista ante la incapacidad del hombre para gestionar sus relaciones de una forma adecuada. Álvaro D’Ors adoptó el *homo hominis persona*¹⁶⁷ que enlaza mucho más con la concepción del ser humano como persona, ya que habla de que el hombre es persona para el hombre. Persona que, como nos recordaba Polo, es coexistente y por lo tanto no busca aplastar al otro como un lobo, sino que requiere del otro en su desarrollo personal.

Para avanzar en el enfoque del libre actuar de la persona en perfecta consonancia con su dignidad personal, nos ayudará igualmente el pensamiento de Robert Spaemann.

Spaemann toma como punto de partida el artículo primero de la Ley Fundamental de la República Federal de Alemania que reza así:

La dignidad humana es intangible. Respetarla y protegerla es obligación de todo poder público.

¹⁶⁶ Á. J. G. MONTORO, «La Titularidad De Derechos Fundamentales Por Personas Jurídicas», cit.

¹⁶⁷ R. DOMINGO, «Alvarado d’Ors», *Persona y Derecho*, vol. 50, 2004.P.19

En su obra "Sobre el concepto de la dignidad humana"¹⁶⁸, el filósofo alemán desarrolla y argumenta una serie de ideas acerca del hombre como ser moral. El hombre, para Spaemann, es una representación del absoluto y fundamenta precisamente en esa íntima conexión de la persona con lo absoluto, la presencia de esa dignidad inviolable en la persona humana, lo que en definitiva le lleva a atribuir a la dignidad una nota de casi sacralidad. Por lo tanto, según el autor alemán, para poder defender la inviolabilidad de la dignidad del hombre de una forma coherente y contundente, que supone entre otras cosas la codificación jurídica, es necesario aceptar previamente la idea de lo absoluto en nuestra sociedad.

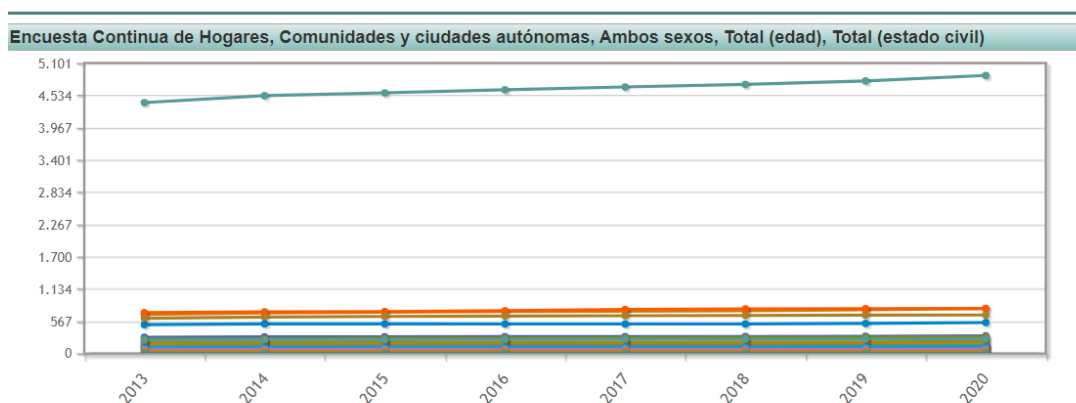
2.2. Hogares solitarios: Individualismo que configura la sociedad

La idea del hombre como un individuo que trata de buscar el fundamento a su propia existencia en sí mismo, le ha hecho cerrarse sobre sí, como en un círculo, que empieza y termina sobre su misma línea. Como todos sabemos dentro de un círculo lo que hay es un hueco. Así, la extensión y la generalización de este modo de pensar tiene como resultado una sociedad altamente individualista y con importantes huecos.

Para empezar a abrir los ojos a nuestra realidad social en esta materia, podemos atender al modo en el que se configuran nuestros hogares, que reflejan nuestro modo de vivir en sociedad y descubrimos rápidamente como cada vez son más los hogares solitarios, unipersonales. En el cuadro que figura a continuación el Instituto Nacional de Estadística (INE)¹⁶⁹ nos muestra una evolución del número de hogares unipersonales en España. Como puede observarse, esta tendencia en los últimos años es una curva ascendente.

¹⁶⁸ R. SPAEMANN, «Sobre el concepto de dignidad humana», *Persona y Derecho*, 19, 1970, pp. 13-33.

¹⁶⁹ INE, «Encuesta Continua de Hogares (ECH).», *Instituto Nacional de Estadística*, fecha de consulta en https://www.ine.es/prensa/ech_2020.pdf.



Efectivamente, de 2019 a 2020 se ha producido un incremento del 2% en el número de personas que viven solas.

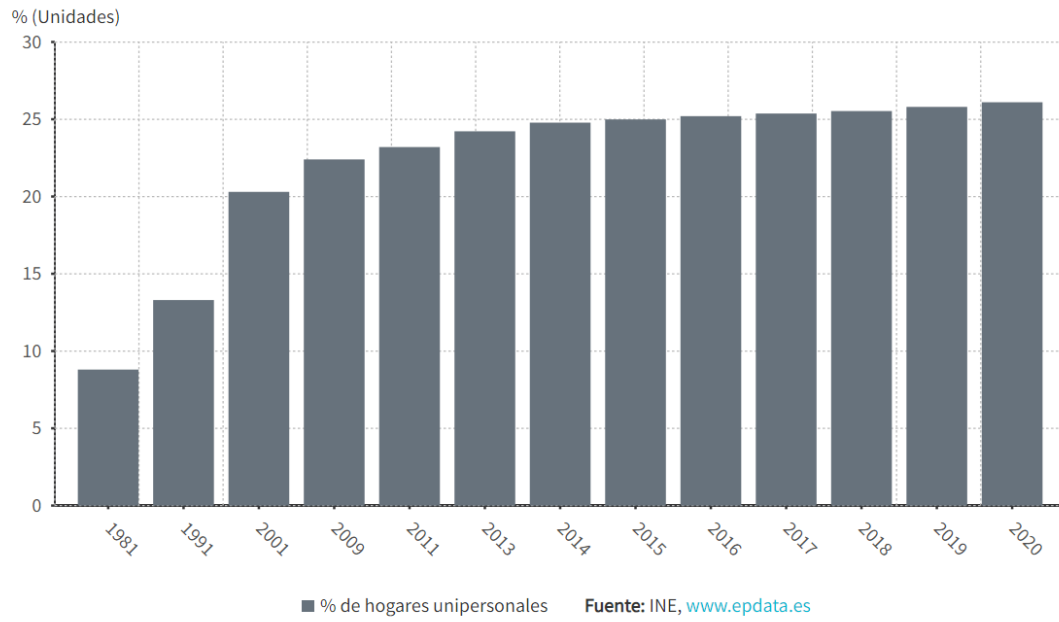
Se comprueba así que la tendencia es realmente creciente con casi 100.000 españoles más viviendo solos de un año a otro.

Las cifras totales de hogares unipersonales arrojan un incremento del 3% del año 2019 al año 2020 acercándose ya a los dos millones de hogares en España.

En el cuadro que mostramos a continuación, que utiliza datos aportados por el INE y elaborados por EPData¹⁷⁰, podemos ver la tendencia creciente del porcentaje de hogares en los que solo vive una persona respecto a la totalidad de los hogares españoles, ya que en el año 2000 esos hogares eran en torno al 20% y en el año 2020 superan el 26%; es decir: más de uno de cada cuatro hogares en España están ocupados por una única persona.

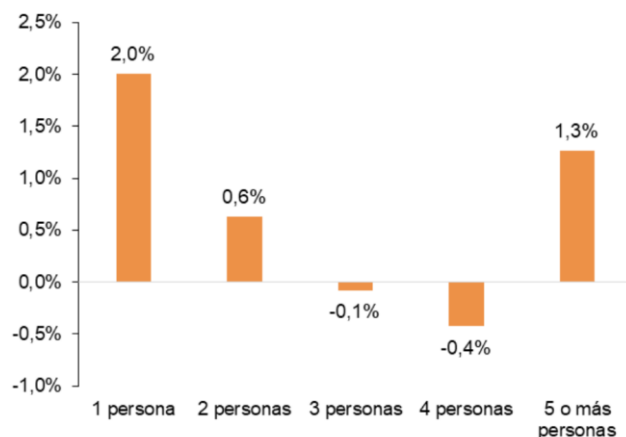
¹⁷⁰ EPDATA, «¿Cómo son los hogares españoles?, en datos y gráficos», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.epdata.es/datos/composicion-hogares-espanoles-datos-graficos/346>.

Porcentaje de hogares unipersonales en España



Atendiendo a la tendencia de crecimiento para cada uno de los tipos de hogares presentes en la sociedad española, puede comprobarse en el cuadro que reproducimos a continuación —también parte de la Encuesta Continua de Hogares del INE— que el hogar unipersonal es el que más crece del año 2019 a 2020. En concreto su crecimiento es del 2%.

Variación en el número de hogares 2019-2020 según tamaño



El INE ha publicado, en octubre de 2022, un informe denominado *Proyección de Hogares 2022- 2037*¹⁷¹, en el que presenta la tipología nacional de hogares de acuerdo con los datos con los que contamos hoy y las tendencias confirmadas a lo largo de los años. De acuerdo con este informe, en el año 2037 habría 6,5 millones de hogares unipersonales, el 29,8% del total de los hogares españoles. A 1 de enero de 2022 el número de hogares en el que vive una persona sola supera ya los cinco millones, en concreto son 5.066.940. Este es el mayor aumento porcentual que se produce entre los distintos tipos de hogares en España al incrementarse en casi un millón y medio en este plazo de 15 años. El

¹⁷¹ INE, «Proyección de hogares 2022-37», INE, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en https://www.ine.es/prensa/ph_2022_2037.pdf.

número total de hogares españoles crecería en ese periodo un 14,46% mientras que los hogares unipersonales crecerían la nada desdeñable cifra de un 27,3%.

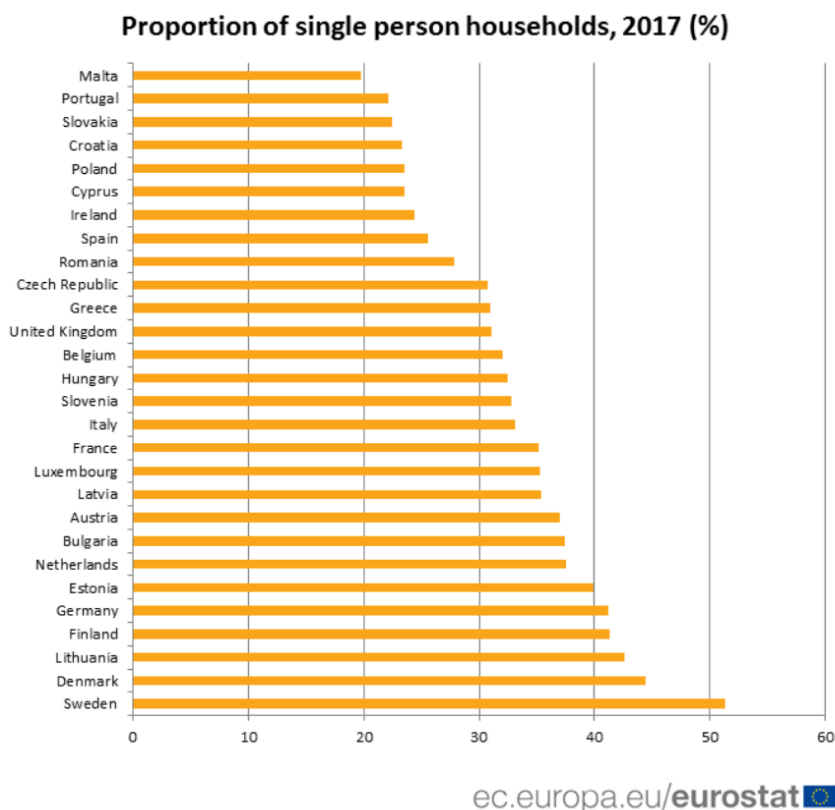
En el cuadro que se reproduce a continuación, parte del citado informe, se reflejan los datos que acabamos de comentar atendiendo a la columna de la derecha que habla del aumento porcentual relativo, siendo el más alto 27,3% el de los hogares de una persona.

Número de hogares por tamaño proyectados (2022-2037)

	1 de enero de 2022	1 de enero de 2037	Crecimiento 2022-2037	
			Absoluto	Relativo (%)
TOTAL	18.916.118	21.651.673	2.735.555	14,46
1 persona	5.066.940	6.450.937	1.383.997	27,3
2 personas	5.727.888	6.988.002	1.260.114	22,0
3 personas	3.834.147	4.000.669	166.522	4,3
4 personas	3.176.268	3.045.956	-130.312	-4,1
5 o más personas	1.110.875	1.166.109	55.234	5,0
Población en viviendas familiares	46.927.053	51.024.908	4.097.855	8,7
Tamaño medio del hogar	2,48	2,36	-0,12	-5,01

Las estadísticas confirman lo que venimos afirmando, en el sentido de que nuestra sociedad es cada vez más solitaria, no solo por los planteamientos individualistas, sino específicamente por la composición: cada vez un mayor número de personas que viven, envejecen y en muchos casos mueren solas.

Como puede verse a continuación en el cuadro de la Oficina de Estadística de la Unión Europea, Eurostat, España se encuentra en el tercio inferior en lo que a proporción de hogares unipersonales se refiere. Pero con una tendencia de claro crecimiento, como queda reflejado en las columnas del gráfico superior.



Eurostat¹⁷² presenta un mapa desigual en la Unión con países en los que los niveles de hogares solitarios son ya un serio problema social, como el Reino Unido, en el que se llegó a crear el Ministerio de la Soledad, porque como dijo la entonces primera ministra Theresa May “la soledad es una triste realidad de la vida moderna”¹⁷³.

En Suecia una de cada cuatro personas muere sola, pero el número de personas que acuden al funeral del resto ha descendido a casi la mitad en tan solo 30 años, pasando de una media de 40 asistentes por funeral a 24 en 2016¹⁷⁴.

¹⁷² EUROSTAT, «Rising proportion of single person households in the EU», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20180706-1>.

¹⁷³ UK GOV, «PM launches Government’s first loneliness strategy», *GOV.UK*, 2018, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.gov.uk/government/news/pm-launches-governments-first-loneliness-strategy>.

¹⁷⁴ US NEWS, «Last Rites, With a Shrinking Audience», *US News & World Report*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.usnews.com/news/best-countries/articles/2016-03-29/in-aging-sweden-dying-is-becoming-a-solitary-affair>.

En Francia estiman que cinco millones de personas de más de 18 años (12%) viven sin mantener ninguna relación familiar o social, y que un 39% de los franceses no tienen contacto regular con sus familiares.

Esta situación implica un reflejo del estado de la sociedad y de hasta dónde ha llegado el cierre de ese círculo del que hablábamos antes cuando decíamos que el hombre se ha cerrado sobre sí mismo como una circunferencia dejando dentro un hueco vacío. Pero además supone que los poderes públicos tienen que afrontar costes crecientes de lo que muchos han empezado ya a llamar la “epidemia de la soledad”¹⁷⁵. Y es que la soledad tiene un importante efecto sobre el nivel de salud y sobre la calidad de vida de las personas. Al estudiar esta cuestión, solemos atender especialmente a los parámetros que son medibles, como son la longevidad, el índice de dependencia, las patologías... Pero no debemos perder de vista el concepto de dignidad personal sobre el que ya nos hemos detenido y como esta se ve negativamente afectada por el aislamiento individual.

2.3. Soledad y salud

Es un hecho comúnmente aceptado que la conexión con los demás se puede perfectamente incluir dentro de las necesidades humanas. De hecho, como muestran los estudios realizados con bebés¹⁷⁶, la falta de contacto social puede impedir el buen desarrollo de esos niños e incluso contribuir a su muerte.

Esta constatación está en el punto de partida del estudio de Holt-Lunstad,¹⁷⁷ catedrática de psicología y neurociencia de la Universidad Brigham Young, que pone su foco en el efecto que tienen las relaciones sociales en nuestros niveles de salud. Su estudio aborda la sociedad americana en la que más de un cuarto

¹⁷⁵ SPIEGEL, «La epidemia de la soledad», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.spiegel.de/>.

¹⁷⁶ UNICEF; M. PROJECT, *Children at risk in Central and Eastern Europe :: perils and promises.*, UNICEF International Child Development Centre, 1997, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://digitallibrary.un.org/record/239352>.

¹⁷⁷ «AGING WITHOUT COMMUNITY: THE CONSEQUENCES OF ISOLATION AND LONELINESS | UNITED STATES SENATE SPECIAL COMMITTEE ON AGING».

de la población vive sola y más de la mitad no está casada, por viudez, divorcio o soltería.

La proporción de personas que nunca han estado casadas es de un 20%; la tasa de divorcio es del 40% para los primeros matrimonios y del 70% para quienes se han vuelto a casar.¹⁷⁸

Además, como información relevante en este ámbito, el estudio también señala que la mayoría de los adultos de mayor edad en los Estados Unidos no participan en agrupaciones sociales.¹⁷⁹

Estos datos sociológicos nos presentan a una población cada vez más solitaria y en riesgo de caer en el aislamiento social, especialmente los adultos mayores.

La profesora Holt-Lunstad presentó delante del comité de envejecimiento del Senado americano los resultados de dos informes realizados por ella junto a otros colegas.

El primer informe que recoge los resultados acumulados de 148 estudios sobre una población aproximada de 300.000 personas concluye que el aumento de la conexión social está asociada a una reducción del riesgo de muerte temprana en un 50 %.¹⁸⁰

El segundo informe que presentó la profesora recogía los resultados de 70 estudios en los que estaban incluidos 3,4 millones de participantes. La conclusión de estos estudios es que el aislamiento social tiene un impacto en el riesgo de mortalidad superior incluso al de la obesidad.¹⁸¹ Este informe también comparó la magnitud del efecto que tienen las relaciones sociales sobre el riesgo

¹⁷⁸ U. C. BUREAU, «Families and Living Arrangements», *Census.gov*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.census.gov/topics/families.html>.

¹⁷⁹ T. ROSENTIEL; P. RESEARCH CENTER, «Social Isolation and New Technology», *Pew Research Center*.

¹⁸⁰ J. HOLT-LUNSTAD; T. B. SMITH; J. B. LAYTON, «Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review», *PLoS Medicine*, vol. 7, 7, 2010, editado por Carol Brayne. p. e1000316.

¹⁸¹ K. M. FLEGAL; B. K. KIT; H. ORPANA; B. I. GRAUBARD, «Association of All-Cause Mortality With Overweight and Obesity Using Standard Body Mass Index Categories: A Systematic Review and Meta-analysis», *JAMA*, vol. 309, 1, 2013, P.71.

de mortalidad y se vio que es comparable y que en algunos casos incluso excede al de otros factores de riesgo como puede ser fumar quince cigarrillos al día, la ya mencionada obesidad y la contaminación del aire.

El aislamiento social también se ha vinculado al desarrollo de las enfermedades mentales. En concreto, se ha podido comprobar que las personas que no mantienen relaciones sociales tienen un riesgo mayor de caer en depresión, de sufrir un deterioro cognitivo y de poder sufrir demencia.¹⁸²

Concluye el informe de la profesora reiterando que existen pruebas suficientes que demuestran que la falta de conexión social, es decir el aislamiento, incrementan de un modo muy importante el riesgo de mortalidad temprana, en una proporción similar o mayor a la que lo hacen otros riesgos de salud ampliamente estudiados. Esta situación de riesgo tiene una extensión planetaria, con especial incidencia en el mundo occidental de mayor cultura individualista.

El problema es de tal magnitud que la Organización Mundial de la Salud se ha pronunciado ya reconociendo la vital importancia de las conexiones sociales.¹⁸³

2.4. The BBC Loneliness Experiment

En esta parte de la tesis en la que se constata el contexto individualista de nuestra sociedad resulta relevante este estudio. El 14 de febrero de 2018, día de San Valentín, la cadena de radio BBC 4 en colaboración con las Universidad de Brunel en Londres, la Universidad de Manchester y la Universidad de Exeter lanzaron un estudio-encuesta sobre la soledad.¹⁸⁴ Este estudio ha supuesto una oportunidad única, porque es la mayor encuesta realizada sobre la soledad de la que se tiene registro. Los participantes fueron en torno a 55.000, si bien aquellos que aportaron información relevante para este estudio y que por lo tanto fueron

¹⁸² GLOBAL COUNCIL ON BRAIN HEALTH, *The Brain and Social Connectedness: GCBH Recommendations on Social Engagement and Brain Health*, Global Council on Brain Health, 2017, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.aarp.org/health/brain-health/global-council-on-brain-health/social-engagement-and-brain-health/>.

¹⁸³ WORLD HEALTH ORGANIZATION, «Determinants of health», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>.

¹⁸⁴ BBC, «The surprising truth about loneliness», fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.bbc.com/future/article/20180928-the-surprising-truth-about-loneliness>.

tenidos en cuenta fueron un total de 46.054 personas, con edades comprendidas entre los 16 y los 99 años, residentes en 237 países, islas y territorios. La amplitud de este estudio aseguró que estuvieran cubiertas toda la gama de culturas desde las más individualistas hasta las más colectivistas.

Los resultados muestran que la soledad aumenta con el individualismo, desciende con la edad y es más notoria entre los hombres que entre las mujeres.

En el catálogo de preguntas que se hizo los encuestados para identificar si tenían sentimientos de soledad, se encontraban los siguientes puntos:

- No tener nadie con quien hablar.
- Sentirse desconectado del mundo.
- Sentirse dejado de lado.
- Tristeza.
- No sentirse entendido.

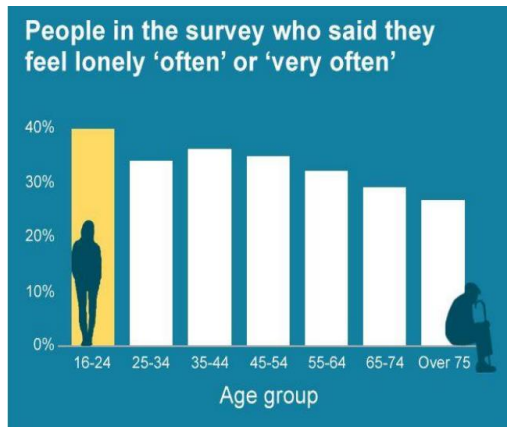
De acuerdo con este estudio el colectivo más vulnerable a la soledad es el grupo de hombres jóvenes, de entre 16 y 24 años, que viven en culturas individualistas. Este dato podrá sorprender a muchos, porque siempre tendemos a asociar mucho más la soledad con la edad avanzada, pero, como se constata en el cuadro que presentamos a continuación perteneciente al estudio de la BBC ya citado, el grupo de edad que indica sentirse solo con mayor frecuencia es el grupo compuesto por los jóvenes de entre 16 y 24 años entre quienes el 40% afirma sentirse con frecuencia o con mucha frecuencia solo.

Por otro lado, en el cuadro¹⁸⁵ que aparece al lado, elaborado por Europa Press con base en los datos recogidos en la Encuesta Nacional de Hogares del Instituto Nacional de Estadística de 2015, el grupo de edad con mayor propensión a vivir en soledad es con toda claridad el grupo de las personas mayores de 75 años.

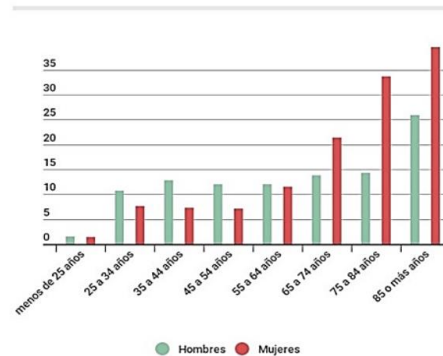
¹⁸⁵ EUROPA PRESS, «Cuántas personas viven solas en España y otras 10 respuestas sobre este tipo de hogares», 2017, Europa Press, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.europapress.es/sociedad/noticia-cuantas-personas-viven-solas-espana-otras-10-respuestas-tipo-hogares-20170406122433.html>.

Mientras que las posibilidades de que los menores de 25 años vivan solos son prácticamente nulas.

Aunque los datos del segundo cuadro solo reflejan la situación en España es fácilmente extrapolable al resto de países.



Propensión a vivir solos por sexo



El resultado de esta encuesta confirma las carencias interiores de estas generaciones que han crecido ya dentro de lo que denominamos sociedad postmoderna. Esos jóvenes de todo el mundo que en 2018 tenían menos de 24 años y que afirman sentirse *con frecuencia o con mucha frecuencia* solos, son personas que han nacido a partir de la década de los noventa del siglo pasado y ya en este mismo siglo. Precisamente en un momento en el que ya había llegado a su plenitud el pensamiento postmoderno con todos sus componentes individualistas, materialistas, hedonistas y consumistas. Jóvenes que se sienten solos, a pesar de verse envueltos en una frenética actividad. Recordemos el activismo como una de las notas características del pensamiento postmoderno. Viven con una agenda repleta de planes y actividades, en permanente movimiento y siempre aderezado con música a todo volumen o inmersión total en la última serie de moda en algunas de las plataformas de contenidos a las que están suscritos.

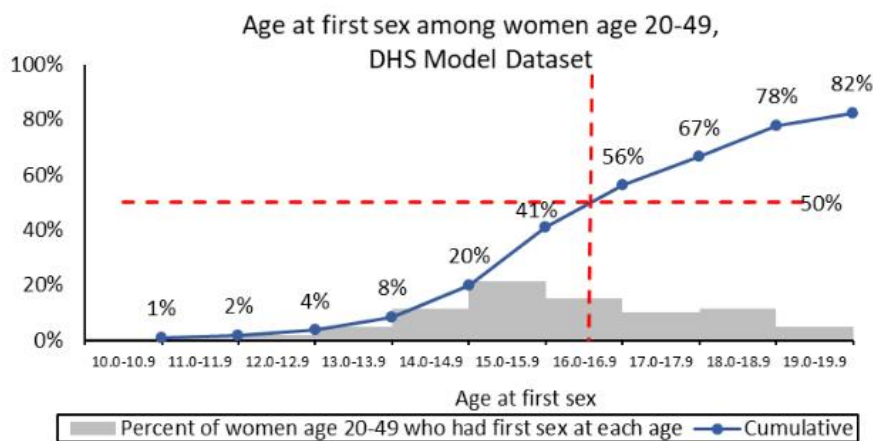
Todo menos el silencio. Como si el silencio interior fuera algo insoportable. Esa falta de silencio y de reflexión interior es una de las razones por las que no

consiguen conectar con su interior, consigo mismos. Recordemos que el hombre es coexistencial, pero empezando por una coexistencia con su propia intimidad. Solos, y por lo tanto tristes, a pesar de gozar de las más altas cotas de bienestar material de las que se han disfrutado en los países occidentales jamás. Países occidentales que son, no lo perdamos de vista, precisamente aquellos de mayor cultura individualista.

En esta fiebre consumista y en esta cultura de usar y tirar cobra realidad esa tesis que abordábamos en el capítulo anterior y que sostiene que la persona ante la falta de respuestas a sus cuestiones vitales trata de ahogar ese interrogante que genera ansiedad, con un número cada vez mayor de objetos materiales que proporcionen esa satisfacción y gratificación inmediata.

Solos, a pesar de tener y haber tenido múltiples parejas, así como múltiples y tempranos encuentros sexuales. El siguiente cuadro¹⁸⁶, obtenido en la sección de estadísticas del Departamento de Salud norteamericano, indica que la edad media de iniciación a la actividad sexual de las mujeres norteamericanas entre 20 y 49 años fue los 16,6 años.

Median = 16.6



¹⁸⁶ K. L. D. MACQUARRIE; L. MALICK; C. ALLEN, «Sexual and reproductive health in early and later adolescence: DHS data on youth Age 10-19», 2017, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://dhsprogram.com/publications/publication-CR45-Comparative-Reports.cfm>.

Parece que la frecuencia de las relaciones sexuales y la frecuente exploración de distintas relaciones que se van sucediendo una a otra, desde muy temprana edad, no hace sentirse más acompañados y menos solos, como se ha podido ver en los resultados de esta encuesta que apunta precisamente a este grupo de edad más temprana como aquellos que sienten de forma más aguda la soledad.

Acabamos el análisis de esta encuesta señalando que, en el documento de conclusiones elaborado por los departamentos de psicología de las tres universidades que lideraron la investigación, encontramos también una importante información acerca de los efectos que produce la soledad en nuestra sociedad:

- Afecta negativamente al nivel de bienestar personal.
- Supone el aumento del acceso y uso de los servicios de salud.
- Supone un impacto negativo en la economía al afectar directamente a la salud de los empleados.

En ese sentido el estudio señala también que en el Reino Unido se ha estimado que la soledad cuesta a los empleadores una media de 2.500 millones de libras anuales de pérdidas por esta razón.¹⁸⁷

2.5. The Harvard Study of Adult Development

Lo que más felices nos hace en nuestra vida son las buenas relaciones interpersonales y la relación de pareja es sin duda la principal de las relaciones. El Harvard Study of Adult Development aporta toda la base que justifica de manera científica esta afirmación¹⁸⁸.

Este estudio fue iniciativa de la Universidad de Harvard que en los años 30 y desde su Facultad de Medicina, decidió hacer un seguimiento a un grupo de 754 hombres de distintos estratos sociales, para poder analizar cómo evolucionaba

¹⁸⁷ J. MICHAELSON; K. JEFFREY; S. ABDALLAH, «The cost of loneliness to UK employers», *New Economics Foundation*, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://neweconomics.org/2017/02/cost-loneliness-uk-employers>.

¹⁸⁸ B. WESTON, «Waldinger, Robert. The good life: lessons from the world's longest scientific study of happiness.», *CHOICE: Current Reviews for Academic Libraries*, vol. 60, 10, 2023, American Library Association CHOICE, pp. 1044-1045.

su vida y cuáles eran los factores que podríamos calificar de fundamentales para lograr una vida feliz y sana.

El estudio se ha desarrollado durante más de 80 años y, si bien muchos de los protagonistas ya han fallecido, se han podido compilar cientos y cientos de documentos que avalan con datos sociológicos, médicos, psicológicos... las conclusiones a las que este estudio ha llegado.

El actual director del programa, Robert Waldinger, doctor en psiquiatría, resume en una brillante presentación dentro del programa de charlas Ted ¹⁸⁹cuáles son esas conclusiones:

1. Lo más importante para que una persona tenga una vida satisfactoria, feliz es que mantenga unas activas y cercanas relaciones personales. Hemos visto ya cuáles son las consecuencias de la soledad y cómo inciden de una forma tan dramática en la existencia personal, por eso no sorprende que la primera conclusión sea esta que acabamos de enunciar.
2. No solo basta con tener y mantener las relaciones interpersonales, sino que nuestro nivel de felicidad personal dependerá directamente de la calidad, de la cercanía y de la calidez de esas relaciones interpersonales. A mayor calidez mayor felicidad. Por tanto, no basta con mantenerse socialmente activo ni siquiera con tener unas fluidas relaciones familiares, sino que la calidad de esas relaciones serán determinantes en nuestro nivel de satisfacción y de felicidad personal.
3. Este tejido de relaciones interpersonales cercanas y afectivas no solo nos hacen envejecer mucho más felices, sino que protegen nuestro cerebro frente a las ya muy frecuentes enfermedades degenerativas cerebrales y de pérdida cognitiva y de memoria.

¹⁸⁹ «ROBERT WALDINGER: WHAT MAKES A GOOD LIFE? LESSONS FROM THE LONGEST STUDY ON HAPPINESS | TED TALK», fecha de consulta 10 diciembre 2024, en https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness?subtitle=en&lng=es&geo=es.

Si bien ya habíamos recorrido algunos de los muchos estudios que nos aportan valiosísima información sobre hábitos de vida que protegen ante la degeneración de la salud en la tercera edad, en este caso se comprueba de manera muy específica cómo esas parejas que llegan a los ochenta en una relación cercana y sólida mantienen una salud cerebral superior.

Por eso, si la felicidad reside sobre todo en las buenas relaciones, resulta lógico que en el siguiente apartado abordemos lo que ocurre cuando esa persona que necesariamente quiere relacionarse con los demás, entra en conflicto con ellos.

3. El conflicto y la gestión de las emociones

En un contexto altamente individualista que potencia en la persona su dimensión individual y que, en ese sentido, hace que esta apertura sea más complicada porque la persona está centrada en su propio interés, en su propia satisfacción, es fácil que las dificultades que encuentran el hombre y la mujer para relacionarse con los demás se conviertan en conflictos. Conflictos de intereses, conflictos de poder... toda clase de conflictos ante los que se pueden tomar dos posturas: tratar de resolverlos de una forma constructiva o bien alejarse de la persona con la que ha entrado en conflicto.

En este estudio buscamos resolver los conflictos, mediante la MFR[®], de una manera positiva constructiva y restauradora de las relaciones entre los dos protagonistas. Pero antes de entrar en los procedimientos de la mediación, detengámonos un tanto sobre el conflicto.

Las aportaciones de la psicóloga y mediadora argentina Suares sirven de guía para adentrarnos en la definición y componentes del conflicto a través de su obra: *Mediación, conducción de disputas, comunicación y técnicas*¹⁹⁰.

¹⁹⁰ M. SUARES, *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*, 1ª ed, Paidós, Buenos Aires, 1996.

Para definir el conflicto podemos acudir a distintas fuentes. Nos quedamos con el enfoque de Pruitt y Rubin¹⁹¹ que acerca el conflicto a la idea de rivalidad ya que lo entiende como la divergencia percibida de intereses entre dos o más personas en un contexto que impide que las dos partes obtengan satisfacción a la vez.

Suares comienza hablando de dos tipos de conflictos. En primer lugar, los conflictos intrapsíquicos que son aquellas situaciones en las que uno mismo se debate dentro de sí, normalmente entre un planteamiento más racional y otro más pasional, para llegar a tomar una decisión equilibrada. Y en segundo lugar, los conflictos interaccionales en los que hemos entrado en relación con otra persona o con otro grupo de personas y percibimos esa incompatibilidad de fines intereses o valores. En el contexto de la mediación, los conflictos que nos interesan son los interaccionales.

Suares subraya una realidad: cuando una persona comienza una relación con otra, sea de amistad o sea de amor, siempre tiende a acentuar lo que tienen en común, las similitudes, las identidades entre los dos. A medida que se avanza en esa relación, irán surgiendo diferencias con las que los dos tendrán que lidiar, y en la medida en que las vayan superando se irán enriqueciendo mutuamente y su relación se fortalecerá.

Esta idea se entiende, quizás mejor, si miramos el mundo de la investigación científica. Los descubrimientos e invenciones no llegan de una manera cumulativa y pacífica, sino que frecuentemente son el fruto de una contradicción de teorías. A través de la contraposición y de la superación de unas y otras ideas y planteamientos la ciencia avanza. En ese sentido, podríamos también decir que la discrepancia entre los dos miembros de una pareja les lleva a interpelarse

¹⁹¹ D. G. PRUITT; S. H. KIM, *Social conflict: escalation, stalemate, and settlement*, 3rd ed, McGraw-Hill, Boston, 2004, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <http://catdir.loc.gov/catdir/toc/mh041/2003278353.html>.

más, a profundizar más, a cuestionarse y crecer juntos. Esta sería la visión más positiva del conflicto, como algo que nos puede ayudar a mejorar.

Pero si estamos abordando el conflicto en el contexto de la mediación familiar es porque dicho conflicto puede suponer un serio peligro para la supervivencia de las relaciones familiares y en particular de la relación de pareja. Por esta razón debemos mirar también la otra cara de la moneda.

Díaz Morfa señala en *Prevención de los Conflictos de Pareja*¹⁹² que el hombre tiene de manera innata una tendencia al vínculo, al apego; por eso es natural la búsqueda de la relación de pareja. Y es en esa relación en la que la persona busca su descanso, la satisfacción de sus necesidades...pero cuando esto no ocurre aparece el conflicto y el peligro de ruptura de la pareja. La crisis en la pareja tiene un impacto directo en el estado de ánimo de los componentes de la pareja, de hecho, Díaz Morfa hace hincapié en la elevada relación que existe entre los conflictos de pareja, que con frecuencia conducen a cuadros depresivos.

3.1. Etapas y crisis en la vida de una pareja

Resulta fundamental identificar el ciclo de vida de la pareja, para poder entender por qué razón y en qué contexto se están planteando los conflictos. De entre las distintas concepciones de los clínicos, en los años 80 fundamentalmente, nos quedamos con la de Kovacs¹⁹³ que nos habla de seis estadios en la vida de la pareja.

3.1.1. Luna de miel

Es un periodo altamente romantizado, en el que las diferencias son minimizadas y las semejanzas enfatizadas. Se ha denominado también a este periodo como *simbiosis*. Cada miembro de la pareja cuida mucho al otro. Los dos se ven

¹⁹² JOSÉ. DÍAZ MORFA, *Prevención de los conflictos de pareja*, Desclée De Brouwer, Barcelona, 2013, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.overdrive.com/search?q=EE7BDC13-8E00-403E-A698-4649C18CC011>.

¹⁹³ C. E. CLAYTON; G. T. KOVACS, «AID offspring: initial follow-up study of 50 couples», *The Medical journal of Australia*, vol. 1, p. 338.

beneficiados de la convivencia en esta relación así denominada simbiótica. Es un periodo de formación mutuamente gratificante que se construye al margen de las familias de origen. Hay una indiferenciación de los dos miembros de la pareja, se hace mucho hincapié en él *nosotros* frente al *yo*. Por eso la transición hacia el segundo estadio se produce cuando en uno de los dos miembros de la pareja, o en los dos, aparece esa diferenciación que se manifiesta en el *Yo quiero*.

3.1.2. Expectativas

La convivencia empieza a presentar sus complejidades, las responsabilidades empiezan a aumentar y aparecen los problemas en el día a día. Con ellos, los dos empiezan a entender que no van a encontrar la plena satisfacción de sus necesidades en su relación de pareja, sino que cada uno debe cubrir también sus propias necesidades. En este nuevo escenario, cada uno empieza a pensar en lo que espera del otro para cubrir esas situaciones ya más complejas y problemáticas. Aparecen así las expectativas, algo que en la fase inicial ni se contemplaba porque se daban por más que cubiertas. Se presenta por primera vez, la necesidad de negociar acerca de quién hace qué, con sus consiguientes tensiones. Hemos pasado del “si quiero” al “yo quiero”.

3.1.3. Lucha por el poder

En esas tensiones van germinando y creciendo las diferencias entre los dos, con la consiguiente confrontación y lucha por la propia afirmación. Surge con fuerza la sensación de que si cedo, pierdo. Como si vivir mi compromiso implicara necesariamente la renuncia de mi propia identidad personal. Una etapa marcada por la desunión entre los dos; desunidos, pero al mismo tiempo tratando de afrontar su vida juntos.

3.1.4. Independencia

Esas diferencias se han hecho cada vez mayores y están agrietando la relación de manera peligrosa. Cada uno de los dos miembros de la pareja se ha focalizado en sí mismo y en la satisfacción de sus propias necesidades, perdiendo de vista al otro. Puede darse que en el afán por atender las propias

intereses y deseos lleven a uno de los dos a buscarlos fuera de su relación. Es en esta etapa cuando la sombra de la separación planea por encima de la pareja. Es una situación de disyuntiva en la que o bien rectifican el rumbo, aprendiendo a vivir la propia individualidad dentro de su relación, respetándose en la toma de decisiones y aprendiendo a negociar de una manera equilibrada, o bien pueden terminar separándose. Si optan por rectificar, ahora que están ya en un momento de mayor madurez, tendrán que hacer también una opción deliberada y consciente por la vida compartida con otro. Se cuenta más que nunca con su voluntad y su compromiso. A veces será necesaria una ayuda profesional externa. Muy frecuentemente las personas que acuden a la mediación se encuentran en esta fase.

3.1.5. Reconciliación

El camino de la reconciliación pasa por la aceptación del otro con sus diferencias, por la toma de conciencia de que es necesario satisfacer las necesidades personales y también las de la pareja en buena interdependencia. Habrá que trabajar, como telón de fondo, la disposición hacia el otro en un tono positivo y aceptante, compartiendo de forma plena las responsabilidades de la vida en común por la que los dos han optado una vez más.

Y por último será esta una etapa en la que cada uno de los dos tiene mucho más afianzada su independencia personal, que ya no debe defender, de manera incluso agresiva y beligerante, como en el pasado.

3.1.6. Aceptación

Esta es una etapa de plenitud, en la que los dos se sienten plenamente aceptados y aceptantes, por lo que les resulta mucho más fácil crecer personalmente. Muchos consideran esta la mejor etapa del matrimonio.

3.2. La gestión de las emociones en el conflicto

Estas etapas antes mencionadas, deben ser abordadas pensando y reflexionando con serenidad, analizando la situación y tomando las mejores decisiones; contando también con su corazón, para poner todo el empeño toda la voluntad y toda la energía de la que sean capaces, y con sus obras, en el

sentido de comprometer también su actuación, tomando medidas concretas, siguiendo pautas de actuación que les ayuden a despegar.

Esa serenidad de la que hablábamos en muchas ocasiones no estará presente. Normalmente se encontrarán con un estado emocional que, lejos de ser neutro, afectará —y bastante— el desarrollo de la gestión de ese conflicto. Por eso resulta justificado proceder ahora al estudio de lo que son las emociones, de en qué medida se diferencian de los sentimientos y de los afectos, así como de su paralelismo con las pasiones.

Las emociones nos acompañan a lo largo de la vida y nos ayudan a relacionarnos con los demás y con nuestro entorno físico. Por eso se suele decir que las emociones más que identificarlas como positivas o negativas deberíamos calificarlas como adaptativas en el sentido de que nos sirven para reaccionar frente a nuestro entorno.

Esto es algo que ya nos decía Darwin¹⁹⁴: las emociones son señales internas que nos dirigen para poder mantenernos vivos. El miedo desarrolla en nosotros la prudencia para evitar peligros innecesarios, el asco nos aleja de aquellos alimentos podridos, la tristeza que experimentamos en el sufrimiento nos ayuda a conectar con los demás. Por otro lado, la alegría y el entusiasmo nos estimulan para acometer nuevas empresas, nuevos proyectos; el amor nos une a otras personas y buscamos en esa relación la felicidad.

Sellés ilustra abundantemente sobre este ámbito de los sentimientos y las emociones desde una perspectiva antropológica en su obra “Los filósofos y los sentimientos”¹⁹⁵. La segunda parte de esta obra, que es la que más interesa a nuestro estudio, analiza la jerarquía de los sentimientos y distingue fundamentalmente cuatro niveles.

¹⁹⁴ C. DARWIN, *La expresión de las emociones*, 1a. ed, Laetoli, Pamplona, 2009.

¹⁹⁵ J. F. SELLÉS DAUDER, «Los filósofos y los sentimientos | WorldCat.org», fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://search.worldcat.org/title/1025589122>.

El primer nivel corresponde a los sentimientos sensibles, nuestras reacciones ante estímulos externos, que nos llevan a experimentar unas sensaciones reactivas y hasta físicas que vienen acompañadas de intensas emociones y pasiones. Es lo que comúnmente se conoce como emoción y le aplicaríamos todo lo dicho anteriormente: es adaptativa, inmediata, reactiva y por tanto efímera, desaparecerá cuando ceda el estímulo externo que le ha dado origen, pero al mismo tiempo nos informa fehacientemente del movimiento interior de la persona que se traduce en esas reacciones externas de asco, vergüenza, alegría o miedo. Y si bien no permanece estable en la persona, sí que guía y orienta la motivación personal para actuar en uno u otro sentido.

En un segundo nivel se encontrarían los que se denominan sentimientos de la inteligencia y de la voluntad. Se trata de un plano más profundo en el que ya sí que hay una elaboración personal, desde la reflexión intelectual y el pensamiento racional, que nos lleva a valorar las posibilidades o ideas que tendrán como fruto una toma de decisiones que necesariamente van a implicar un posicionamiento de la voluntad que libremente avanza en el sentido deseado después de esa reflexión. Este plano ya trasciende a lo reactivo e inmediato, adentra en nuestro interior para decidir, tras la elaboración racional. Esa decisión “querida” generará unos sentimientos que tendrán ya unas raíces más profundas y que no desaparecerán desvaneciéndose como pasaba con las emociones.

En el tercer nivel están los sentimientos propios de los hábitos innatos a los que nos hemos referido en el acercamiento al pensamiento filosófico de Leonardo Polo y que son incluso superiores a la inteligencia y a la voluntad humana. Polo designa con hábitos innatos un modo de alcanzar y penetrar en el conocimiento personal y de la esencia y naturaleza de todo lo que nos rodea mucho más profundo e iluminado. Ese conocimiento superior desencadenará unos sentimientos aún mucho más profundos de los que nuestro intelecto y voluntad han podido generar en el nivel anterior.

En el cuarto y último nivel se encuentran los sentimientos personales, aquellos que se desarrollan en la más profunda intimidad humana y que engloban por elevación a todos los anteriores. Selles consagra un apartado específico a lo que él llama “los afectos del espíritu” en la cúspide jerárquica que venimos

describiendo. Los llega a denominar “estados del ser personal”, afirmando así que hemos superado ya y dejado muy atrás el ámbito de las emociones y las pasiones, e incluso de los sentimientos racionales y volitivos para encontrarnos ya dentro de la más profunda intimidad personal en la que esos afectos y sentimientos impregnan de tal modo a la persona que le llevan a hablar de un estado personal.

Hecha esta elaboración en torno a lo que son las emociones, y cómo ubicarlas en la jerarquía interna de sentimientos, podemos continuar atendiendo a en qué medida esas emociones afectan a las personas que atendemos en un proceso de MFR®.

Las emociones son particularmente importantes para las personas que están viviendo un conflicto y que pueden buscar ayuda en la mediación familiar. Por eso nos vamos a fijar en cómo impactan en la persona que se enfrenta a la resolución de un conflicto, siguiendo las pautas de la psicoterapia.¹⁹⁶

Es evidente que una persona que se acerca a la mediación puede estar sintiendo emociones tales como: tristeza, ira o frustración, miedo, asco o vergüenza... por citar las principales emociones negativas. Del mismo modo, a lo largo del proceso de mediación, buscaremos generar en esa persona emociones tales como la alegría, el interés y el entusiasmo, y por supuesto el amor como principal emoción afectiva y motor de la motivación y la conducta.

Una vez que hemos entendido que la persona que tenemos delante y a la que queremos ayudar profesionalmente viene cargada de ciertas emociones, corresponde al mediador intervenir de la manera más temprana e incisiva para identificar esas emociones y contar con ellas en el abordaje inicial. Esas emociones apuntan a lo que en ese momento es prioritario para la persona que

¹⁹⁶ L. S. GREENBERG; S. PAIVIO, *Trabajar con las emociones en psicoterapia*, 6a. reimp, Paidós, Barcelona, 2010.

las está experimentando. Por supuesto pueden cambiar, pero lo importante es identificarlas para contar con ellas en la atención profesional, pues las emociones son aquí indicadores de alerta sobre lo prioritario en la intervención.

Ante la emoción podemos tener dos respuestas erróneas.

La primera es ignorarlas, considerando que al tratarse de una sensación variable y cambiante es mejor no anclarse a ese momento emocional, sino soslayarlo y continuar con la propia hoja de ruta y el trabajo previsto, como si la emoción no estuviera presente. Este error, propio quizá del mediador principiante, podría tener unos efectos nefastos en términos de desconexión total entre mediador y cliente, pues distorsiona la *alianza terapéutica* que une al profesional con las personas a la que va a ayudar. Además, hace perder de vista la función que tiene la emoción como señal de alarma que se activa para indicar una necesidad imperiosa, que una vez que se ha atendido y calmado, puede perfectamente atenuarse para llegar a ceder y desaparecer. La emoción ya habría cumplido su función. Un llanto descontrolado revela un estado de frustración y de tristeza que encamina hacia la desesperanza. Una vez que se atiende a la persona y se le ayuda a reestructurar su pensamiento y a estimularlo hacia posiciones más esperanzadoras, la emoción antes descrita pueda ir aminorándose hasta dejar de estar presente. Así aparece esa frecuente sensación de alivio que obtienen las personas atendidas en este tipo de intervención. Este alivio lo podemos denominar *efecto terapéutico inicial*, expresión con la que se indica esa descarga que el cliente experimenta al hacer partícipe de su frustración y al encontrar alguien que le acoge y le entiende, y no solo eso, sino que se encamina con él en la búsqueda de una solución. Aparece por fin la esperanza al final del túnel y eso es algo muy estimulante para quien se encuentra en una situación de ansiedad y sufrimiento por la infelicidad en pareja. Del mismo modo, cuando la persona que tratamos manifiesta un profundo enfado, si el mediador valida y reconoce ese enfado es muy probable que la emoción de ira se modifique y pase a ser de tristeza o sencillamente desaparezca y recupere la serenidad al sentirse escuchado, atendido y validado en sus emociones.

La segunda respuesta errónea consistiría en focalizar la intervención en esa emoción o emociones manifestadas y plantear la hoja de ruta, las pautas y

acciones dirigidas a mejorar la situación atendiendo a la situación emocional en la que se encuentra nuestro cliente. En este caso el error es más fácilmente reconducible porque sencillamente el mediador tendría que reaccionar en la siguiente o siguientes sesiones adaptando la estrategia y las pautas al nuevo estado emocional del cliente. No se habría producido esa seria desconexión a la que nos referíamos antes.

La respuesta que consideramos adecuada es la que vamos a desarrollar a continuación y que podríamos resumir en comenzar por validar esa emoción, verbalizando ante nuestro cliente que nos damos cuenta de la emoción que está sintiendo; para después pasar a una integración de esa emoción dentro de un contexto de mayor reflexión, serenidad y detenimiento que nos ayude a valorar y a descifrar todos los aspectos que rodean a la situación.

En definitiva, trataremos de ayudar a nuestro cliente a integrar esas emociones en su dimensión cognitiva y reflexiva.

La emoción nos organiza para la acción, porque no solo nos alerta sobre lo que es importante para esa persona en este momento, sino que la emoción va a ser la base de la motivación interna de esa persona para actuar persiguiendo las metas que le acerquen a una mayor felicidad en su relación de pareja. Es algo así como que lo afectivo establece los problemas para que los resuelva lo cognitivo.¹⁹⁷ La emoción está íntimamente ligada a la motivación y a la acción mientras que la dimensión cognitiva está dirigida al análisis y a la valoración necesaria para proceder a esa acción. Vemos por tanto la necesidad de contar con ambos inputs: emoción y razón.

La emoción nos ayuda a organizarnos para actuar porque influye de forma clara sobre nuestro pensamiento, sobre nuestro modo de razonar. En este sentido cabe hablar de lo que se suelen denominar sentimientos “visceral”, que son aquellas emociones que nos provocan ciertas situaciones de modo inmediato y

¹⁹⁷ R. D. LANE; L. NADEL, *Cognitive Neuroscience of Emotion*, Oxford University Press, 2002.

no reflexivo y que sin embargo aportan mucho a nuestro procesamiento interno. Esa visceralidad, que a veces puede parecer un tanto denostada, tiene una función importante para guiar nuestra reacción inmediata. Lo que pasa es que a posteriori debemos filtrar con nuestro entendimiento y nuestra reflexión.

Hacemos aquí un inciso porque creo que vale la pena hacer una diferenciación entre lo que supone vivir *en el* presente, atendiendo a esas emociones que en el momento actual están siendo experimentadas para contar con ellas en nuestro proceso de evaluación y toma de decisiones como estamos viendo, y vivir *para* el presente que tiene mucho más que ver con esa actitud que ya hemos abordado anteriormente de buscar el bienestar inmediato y actual sin pensar en las consecuencias ni en las motivaciones y razones para actuar con una visión de mayor plazo.

En este estadio que estamos contemplando ahora, cuál es la preparación para la acción basados en la emoción, no debemos perder de vista que la emoción nos informa, como ya hemos visto, de una forma intuitiva y primaria sobre cosas que nos pueden convenir más o menos y además esa emoción que surge en nosotros nos ayuda también a comunicarnos con el exterior y a interactuar con las personas que nos rodean manifestando nuestro estado emocional.

Así emerge otra función añadida de nuestras emociones que es precisamente la de ponernos en contacto con las personas con las que nos relacionamos. No solo nos alerta ante situaciones del entorno que implican una cierta adaptación en nuestra conducta, sino que también nos sirven para establecer la necesaria conexión con las personas que nos rodean.

Concluimos este apartado recogiendo en un cuadro, a modo de resumen, las principales emociones que intervienen en un proceso de mediación:

EMOCIONES	
POSITIVAS	NEGATIVAS
ALEGRIA	TRISTEZA/DESÁNIMO
ESPERANZA	DESESPERANZA/PESIMISMO
AMOR/TERNURA	ODIO/ ENFADO
INTERÉS/ENTUSIASMO	FRUSTRACIÓN
	VERGÜENZA
	ASCO

Hemos hablado antes de las distintas respuestas que el profesional puede tener ante la presencia de emociones fuertes en el proceso de intervención en pareja. Pues bien, en ese mismo contexto también vale la pena referirse a la terapia focalizada en las emociones (TFE) que supone precisamente poner el foco en las emociones sentidas corporalmente, buscando su significado y sus implicaciones para la persona y para su relación de pareja.

Con frecuencia se utiliza la TFE para tratar a parejas en las que al menos uno de los dos presenta dificultades a la hora de identificar y elaborar sus propias emociones y, por lo tanto, se está produciendo una deficiencia en la conexión emocional de la pareja. Veamos los elementos principales de este extendido sistema terapéutico.

3.3. La Terapia de Pareja Centrada en las Emociones (TCE) ¹⁹⁸

El estudio que realiza Jiménez Torres sobre este tipo de terapia comienza destacando que la TCE atiende al carácter relacional del hombre y considera la emoción como un agente de cambio en la relación de pareja.

La TCE se nos propone como una intervención integrativa que tiene en cuenta los aspectos afectivos, biológicos, sociales y psicológicos, con especial atención al apego en origen, en la relación de pareja.

Resulta particularmente interesante que, en un contexto marcadamente individualista, Jiménez Torres incide en la idea de la TCE como modelo de psicoterapia que despatologiza la necesidad innata de vinculación. La TCE se fundamenta en *la teoría de apego* y con ella afirma que la vinculación emocional con las personas que nos rodean, y que son figura de apego, es esencial para el crecimiento y desarrollo de la personalidad en un clima de seguridad. Y esto aplica, no solo a los niños en su desarrollo desde su nacimiento, sino también a los adultos en sus relaciones emocionales y afectivas.

Bowlby¹⁹⁹ desarrolló desde 1969 este modelo de intervención terapéutica. Y Ainsworth y otros²⁰⁰ ampliaron este concepto para referirse a la cualidad que desarrolla el niño y que le lleva a entender que la persona de referencia para él estará disponible y cercana aun cuando en el momento actual haya desaparecido de su vista. Es decir que ese niño, se siente vinculado y protegido afectivamente por esa persona con la que ha generado un vínculo de apego, que permanece incluso aunque no esté físicamente presente.

¹⁹⁸ «TERAPIA DE PAREJA CENTRADA EN LAS EMOCIONES», en *Griot*, ISSN 1949-4742, Vol. 13, vol. N.º. 1, 2020, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=8471595>.

¹⁹⁹ J. BOWLBY, *Attachment and loss*, Hogarth P.; Institute of Psycho-Analysis, London, 1969, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://bac-lac.on.worldcat.org/oclc/299371595>.

²⁰⁰ *PATTERNS OF ATTACHMENT: A PSYCHOLOGICAL STUDY OF THE STRANGE SITUATION*, Classic edition, Routledge, New York ; London, 2015.

La TCE como tal fue ideada por Johnson y Greenberg en la década de los 80 y les llevó a elaborar el primer manual de TCE en 1988²⁰¹. En los años y décadas posteriores la TCE se ha demostrado válida empíricamente a lo largo de numerosos estudios que avalan una mejoría de las parejas de en torno al 70 y 73% con el uso y aplicación de este tipo de terapia.²⁰²

Como ya hemos señalado, una de las grandes aportaciones de esta terapia, frente a la terapia conductual o a la terapia centrada en resultados, es que la TCE incorpora componentes neurobiológicos, sociológicos y emocionales.

3.3.1. Aspectos neurobiológicos del apego en la TCE

La TCE demuestra que el cerebro es un órgano complejo y neuro plástico, que reacciona y se ve directamente afectado por los intercambios afectivos y relaciones de apego que tiene la persona a lo largo de su vida. Los estudios empíricos realizados en torno a este modelo demuestran que la interacción afectiva con la pareja, caricias, abrazos..., tiene la virtualidad de impactar en el sistema nervioso central tranquilizándolo, rebajando la inflamación y la producción de cortisol, y promoviendo en definitiva la regulación fisiológica, lo que hace a la persona más capaz de afrontar situaciones de estrés en el ambiente que le rodea.²⁰³

La investigación científica en neurobiología ha aportado importantes hallazgos en relación con la segregación en el cerebro de la oxitocina y la dopamina, hormonas asociadas al estado de placer y satisfacción personal. Según se ha podido comprobar la oxitocina se segrega en los momentos de unión y cercanía física como son los masajes, las caricias y la consecución del orgasmo en la

²⁰¹ L. S. GREENBERG; S. M. JOHNSON, *Emotionally focused therapy for couples*, Pbk. ed, Guilford Press, New York, 2010.

²⁰² *Ibid.*

²⁰³ B. K. JAKUBIAK; B. C. FEENEY, «Affectionate Touch to Promote Relational, Psychological, and Physical Well-Being in Adulthood: A Theoretical Model and Review of the Research», *Personality and Social Psychology Review*, vol. 21, 3, 2017, pp. 228-252.

relación sexual.²⁰⁴ Además, en ese mismo estudio se ha podido también comprobar científicamente como la presencia incrementada de oxitocina en el cerebro tiene una función neuromoduladora muy importante que afecta a las conductas de establecimiento de relaciones sociales, vínculo entre la madre y el hijo, reducción de los niveles de cortisol (la hormona del estrés), reducción de la presión arterial, expulsión de la leche materna y contracción del útero durante el parto, entre otras.

Gracias a los avances tecnológicos y científicos, se han podido fundamentar mucho más las aportaciones que ya hiciera Bowlby en los años 60 y 70 acerca de la influencia y el impacto del vínculo afectivo y del apego seguro para el bienestar personal y el buen desarrollo y crecimiento. Ahora sabemos que ese impacto en la estructura cerebral se sigue produciendo también entre los adultos, no solo en el niño que está en proceso de crecimiento y desarrollo. Gracias a esa neuro plasticidad del cerebro, aquellas personas que vivieron un apego inseguro o ansioso y que por lo tanto no se pudieron beneficiar en la niñez de esos beneficios que aporta la generación de hormonas como la oxitocina y la dopamina, en edad adulta pueden experimentar esos beneficios porque sus cerebros reaccionarán positivamente al intercambio afectivo con su pareja. En algunos estudios²⁰⁵ se han hecho mediciones concretas de la presencia de oxitocina en el plasma, de la presión arterial, de la presencia del cortisol en la saliva y de una enzima antiinflamatoria llamada alfa- amilasa, antes y después de un contacto cálido y cercano con la pareja. Las conclusiones son claras: podemos comprobar, una vez más, ese potente efecto del afecto, del cariño y de la cercanía en el bienestar personal y de pareja. También hay investigaciones²⁰⁶

²⁰⁴ H. E. FISHER; X. XU; A. ARON; L. L. BROWN, «Intense, Passionate, Romantic Love: A Natural Addiction? How the Fields That Investigate Romance and Substance Abuse Can Inform Each Other», *Frontiers in Psychology*, vol. 7, 2016, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <http://journal.frontiersin.org/Article/10.3389/fpsyg.2016.00687/abstract>.

²⁰⁵ J. HOLT-LUNSTAD; W. A. BIRMINGHAM; K. C. LIGHT, «Influence of a “Warm Touch” Support Enhancement Intervention Among Married Couples on Ambulatory Blood Pressure, Oxytocin, Alpha Amylase, and Cortisol», *Psychosomatic Medicine*, vol. 70, 9, 2008, pp. 976-985.

²⁰⁶ B. K. JAKUBIAK; B. C. FEENEY, «Affectionate Touch to Promote Relational, Psychological, and Physical Well-Being in Adulthood», cit.

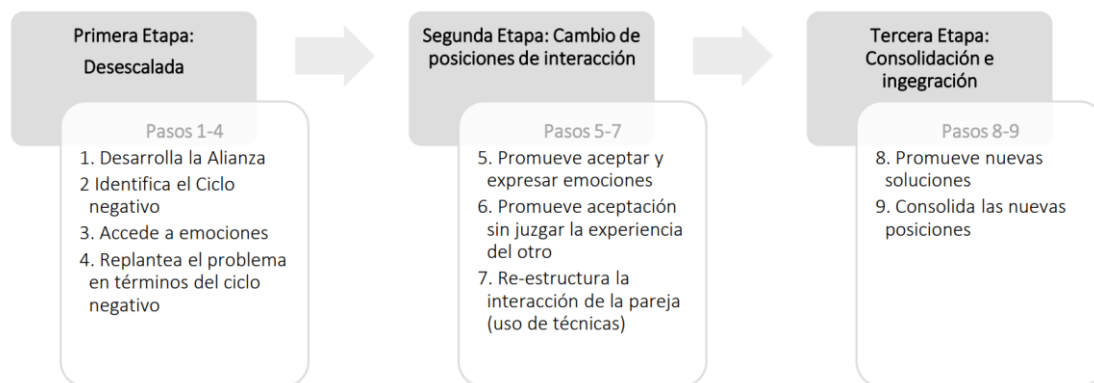
centradas en el plano cognitivo para comprobar que efectivamente, la cercanía física, las caricias, los abrazos y los intercambios afectivos en la pareja producen cambios neuro cognitivos en el cerebro de los dos, que se traducen en una mayor sensación de bienestar, en una mayor vinculación y compromiso de pareja, en una mayor capacidad para la intimidad relacional y en una mayor satisfacción sexual.

3.3.2. Descripción de la TCE

Hay tres elementos fundamentales que deben ser tenidos en cuenta cuando se quiera valorar el nivel de apego en la pareja:

- Accesibilidad. ¿Estás ahí cuando te necesito?
- Reactividad emocional. ¿Puedo contar con tu buena reacción afectiva ante lo que me ocurra? ¿Puedo contar contigo cuando me siento inseguro?
- Compromiso. ¿Me valoras? ¿Puedo contar contigo?

En el diagrama que presentamos a continuación y que recogemos del documento de Jiménez-Torres, se refleja de forma sucinta las tres etapas de intervención de la TCE.



Primera etapa. Pasos 1-4

1. Desarrollar la alianza. Como en cualquier intervención, comenzamos con las entrevistas iniciales en las que será fundamental identificar qué tipo de apego ha vivido cada uno de los dos miembros de la pareja en su infancia y juventud:
 - a. Apego seguro, en el que existía un buen vínculo afectivo con la o las personas de referencia, normalmente sus padres. Esto le hizo crecer seguro de tener siempre un puerto al que poder volver y con una buena autoestima al experimentar de manera habitual el sentirse querido y valorado. Por todo esto, aun cuando no estuviera presente la figura de referencia de apego, no sentía soledad ni ansiedad de desamparo.
 - b. Apego ansioso. Lo habría vivido aquella persona que experimentara en algunas ocasiones el apego seguro antes definido, pero solo de forma intermitente, de modo que el resto del tiempo sí que viviría en situación de abandono o de desconexión afectiva. Por eso cada vez que desaparece la figura de apego, siente ansiedad porque desea que vuelva a aparecer. Son personas que han crecido en un clima de mayor inseguridad y con una menor convicción de su valía personal y de ser dignos de ser amados por sí mismos.
 - c. Apego evitativo. Estamos ante personas que no han recibido afecto ni cariño de manera habitual y que se han acostumbrado a crecer y a vivir en solitario y en una permanente desvinculación de las personas que le rodean. De hecho, no ha establecido vínculo de apego con una persona de referencia. Por eso, han crecido y se han convertido en adultos desapegados, excesivamente autónomos e independientes y por lo tanto con dificultades para establecer relaciones afectivas permanentes duraderas y de profunda vinculación afectivo emocional.
2. Identificación del ciclo negativo de conducta de interacción de la pareja. Se suele utilizar la metáfora del “baile” para referirse al modo de interactuar que tienen él y ella ante los conflictos y que generan normalmente tres patrones distintos:

- a. ataque-ataque
 - b. persecución-retirada
 - c. retirada-retirada, cuando los dos mantienen una actitud evitativa ante el conflicto y directamente se retiran.
3. Acceso a las emociones. Se identifican y se nombran, etiquetando, las emociones que sienten cada uno de los dos y que subyacen a las posiciones que toman en el desarrollo del conflicto de acuerdo a los tres patrones que hemos visto antes. Habría que diferenciar las emociones primarias y las secundarias. Las primarias serían aquellas que aparecen como más evidentes en el comportamiento de la persona y las secundarias serían aquellas que están detrás de esas emociones primarias. Por ejemplo, ante un estallido de ira, que sería emoción primaria, podría encontrar detrás una emoción secundaria, como puede ser el rencor por hechos del pasado, el desánimo y desesperación por ver repetirse situaciones negativas, etc. En otra situación podríamos detectar tristeza como emoción primaria; pero, al explorar más, se podría fácilmente identificar una emoción secundaria de inseguridad por no estar recibiendo el cuidado afectivo y la ternura que espera. Es importante saber leer bien a la persona que tenemos delante para saber qué origen tienen esas emociones primarias, que son las que rigen y gobiernan el “baile” al que antes nos referíamos, pero que están causadas muchas veces por otras que pueden estar quizás enmascaradas.
4. Replantear el problema en términos del ciclo negativo, o “baile”. Lo que propone la TCE es externalizar el problema. Hacerle ver a la pareja que el problema no es ellos dos, sino esa dinámica tan negativa en la que entran, presa de una serie de emociones negativas que ya hemos identificado y sobre las que estamos empezando también a discernir su origen. Se trata de entender qué está en la base de esas reacciones primarias de enfado, rabia, venganza, etc. que llegan a llevar las riendas de la dinámica de confrontación en la que están pero que, insistimos, no les representa a ellos mismos sino a su ciclo negativo. De este modo

creamos un enemigo común, ante el que los dos se deben defender. En este contexto es muy importante enfatizar la necesidad que tienen los dos de estar más cercanos, de vivir más intensamente su aceptación, su unión y su vínculo.

Segunda etapa. Pasos 5-7

5. Promover la manifestación de emociones. Se trabaja con los dos para ayudarles a identificar cuáles son sus necesidades afectivas y de ser atendidos y reconocidos por su pareja; lo que, en muchos casos, estará conectado con el estilo de apego con el que han crecido desde su infancia. Es importante ayudarles, acompañarles y quizás enseñarles a manifestar sus emociones internas. Primero deben identificarlas y ser conscientes de ellas, pero después han de verbalizarlas.
6. Fomentar la aceptación del otro sin juzgarle. La TCE propone generar espacios en los que una vez conscientes de sus emociones y capaces de verbalizarlas, como consecuencia de esto, muestren su vulnerabilidad ante el otro. Cuando una persona mira su pareja y le ve vulnerable, porque así se lo hace ver y se lo manifiesta su pareja, la reacción es siempre mucho más benévola, menos juiciosa y crítica y más empática. En ese contexto, de acuerdo con esta fórmula terapéutica, es en el que se producen los cambios a nivel cerebral que eventualmente llevarán a fortalecer la vinculación entre los dos y a reducir el estrés y la tensión en su relación.
7. Reestructuración de la interacción de la pareja. En este nuevo clima el terapeuta ayudará a la pareja a que se manifiesten mutuamente lo que esperan el uno del otro. Promoverá entre ellos conductas y acciones de mayor compromiso y vinculación del uno hacia el otro. Además, les hará tener muy presente lo importante que es que se manifiesten gestos de afecto, de ternura, de cariño y de cercanía especialmente en los momentos difíciles de estrés o de tensión. Un abrazo sentido o agarrarse de las manos apretándolas constituye un renovado lenguaje entre los dos, que es realmente clave en la regeneración de su vinculación afectivo emocional.

Tercera etapa. Pasos 8 y 9

8. Promover la creatividad para dar con soluciones distintas a viejos problemas. Establecida ya una disposición distinta y mejorada en los dos, quizás sea bueno poner en presente aquellas situaciones del pasado en las que vivían de forma excepcional su ciclo negativo. Es decir, aquellas situaciones dentro del ciclo negativo en las que *las cosas eran distintas*. Se trataría entonces de explorar qué hacía que las cosas fueran distintas, cómo actuaban ellos dos en esas circunstancias, qué resultaba funcional y útil, y en qué medida eso puede ser fuente de inspiración para tener criterios de actuación en ocasiones similares que se puedan dar en el presente.
9. La consolidación y mantenimiento. Será necesario marcar un acompañamiento a la pareja que se reunirá con el terapeuta con una cierta periodicidad, muy ampliada ahora, para asegurar que los nuevos modos de interactuar permanecen en el tiempo y, si hay recaídas, identificar con ellos los mejores modos para salir pronto de la trampa. Este seguimiento les dará mayor tranquilidad al saber que no se trata de actuar de manera inmediata poniendo por así decirlo un parche, sino de aprender a relacionarse de otra manera y a dotarse de herramientas que sirvan en el futuro para desarrollar unas interacciones más satisfactorias y que aseguren una convivencia feliz.

3.4. La autogestión de las emociones

Concluimos este apartado dedicado a las emociones refiriéndonos a la posibilidad de, en ocasiones, poder ayudar a las personas que acuden a mediación a que trabajen la relajación de manera personal para contrarrestar las tensiones que les está produciendo el conflicto en el que se ven inmersas.

Comentamos a continuación algunas técnicas de afrontamiento y autogestión de las emociones siguiendo el manual “Técnicas de autocontrol emocional”²⁰⁷:

3.4.1. La relajación progresiva.

Es una técnica conocida ya desde hace muchos años. De hecho, en 1929 un médico de Chicago llamado Edmund Jacobson publicó un libro titulado *Relajación progresiva*²⁰⁸ que hablaba ya de las ventajas de la relajación corporal sobre el pulso y la presión sanguínea, así como sobre el grado de transpiración y el ritmo de respiración.

Nuestro cuerpo reacciona al estrés, entre otras cosas, con tensión muscular. Pero en la mayoría de las ocasiones la persona desconoce ni siquiera cuáles son los músculos que se le tensan. Por eso con esta técnica lo que buscamos es ir trabajando por grupos musculares en distintas partes del cuerpo forzando una tensión durante cinco segundos aproximadamente para sentir la musculatura tensionada y después relajarla otros veinte segundos para percibir cómo se siente esa parte del cuerpo relajada.

Será necesario repetir este proceso dos veces al menos con cada grupo muscular: cabeza (frente, ojos, mandíbula, labios y lengua), cuello, brazos, abdomen, piernas... Practicando con asiduidad esta técnica, que combina esos momentos de tensión muscular provocada, seguidos de una total relajación muscular, alcanzamos en unos minutos unos efectos similares a los obtenidos mediante los psicofármacos relajantes.

3.4.2. La respiración

Es una función vital básica para nuestra supervivencia y de la que no podemos prescindir más de unos segundos. En ese sentido entendemos la importancia de la respiración. Sin embargo, nos falta profundizar más en los efectos benéficos

²⁰⁷ M. DAVIS; M. MACKAY; E. R. ESHELMAN, *Técnicas de autocontrol emocional*, 19ª ed, Martínez Roca, Barcelona, 2012.

²⁰⁸ E. JACOBSON, *Progressive relaxation; a physiological and clinical investigation of muscular states and their significance in psychology and medical practice*, Chicago [Ill.] University of Chicago Press, 1974, fecha de consulta 10 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/progressiverelax0000jaco>.

de una correcta respiración. Con frecuencia, sobre todo en situaciones de estrés, podemos oír la expresión: “Necesito oxigenar un poco”. La cuestión es que esa necesidad es literal. Cuando respiramos, lo que hacemos es introducir oxígeno en nuestros pulmones que se mezclan con nuestra sangre purificándola, que llega así, purificada, a todos nuestros órganos vitales saneándolos. Una persona que está sufriendo tensión emocional es muy probable que no esté respirando bien y con esa deficiente respiración no está oxigenando bien su cuerpo lo que añadirá malestar físico a su malestar psicológico entrando en un nefasto bucle.

Por esta razón, nos vamos a detener en algunos ejercicios que nos enseñan cómo mejorar la respiración y aliviar nuestra tensión corporal. Muchas de estas prácticas tienen su origen en el oriente donde, históricamente, se ha cuidado mucho más el equilibrio cuerpo y mente y la conexión con el mundo interior de cada uno.

Respiración profunda. Debemos comenzar por observar nuestra respiración. Para ello tumbados en posición de muerto en el suelo boca arriba con los brazos extendidos a lo largo del cuerpo y las palmas hacia arriba, respiraremos profundamente y observaremos si cada vez que inspiramos se eleva y se hincha nuestro abdomen. Si esto no ocurre es porque estamos hinchando el tórax cuando respiramos, impidiendo así que los pulmones oxigenen plenamente. Ahora que ya somos conscientes de que debemos inspirar aire llenando el abdomen por así decirlo, procedamos al ejercicio. En posición tumbado boca arriba y con las piernas ligeramente flexionadas y los pies separados unos veinte centímetros. Coloca una mano sobre el tórax y otra sobre el abdomen y en esa posición procedemos a inspirar profundamente por la nariz elevando un poco la mano sobre el abdomen facilitando así que elevemos esa parte del cuerpo. Observaremos que el tórax también se eleva, pero mucho menos, al ritmo del abdomen. Repetida esta acción varias veces, cuando veamos que ya estamos más relajados comenzamos a espirar el aire por la boca suavemente, emitiendo un ruido ligero como de viento. Para beneficiarnos de esta técnica es preciso realizarla un par de veces al día en dos ratos de unos cinco o diez minutos y perseverar varias semanas.

La denominada *respiración natural completa* consiste en, siguiendo básicamente la pauta anterior, regulamos la inspiración del siguiente modo: al comenzar a introducir aire en nuestro cuerpo comenzamos por apretar el diafragma para llenar la base de nuestros pulmones y después continuar con la parte media de los pulmones para terminar en la superior elevando un poco el tórax. Así, con los pulmones llenos en su plenitud, mantenemos la respiración unos pocos segundos para después ir soltando el aire lentamente contrayendo ligeramente el abdomen. Ese proceso gradual de inspiración se debe realizar de forma continua con una inhalación pausada y lenta.

3.4.3. La meditación

Esta práctica, conocida y presente durante milenios, ayuda a conectar con el interior y puede servir también para identificar, tratar y gestionar adecuadamente las emociones. La meditación consiste en disponerse en un ambiente relajado y alejado de todos los elementos que perturban la paz en el entorno, en una postura cómoda, para poder así focalizar nuestra atención exclusivamente en una única cosa que es objeto de nuestra meditación: una frase, un texto breve...²⁰⁹

Durante el proceso de meditación la actitud debe ser de pasividad; si llegan pensamientos intrusivos, no hay que luchar contra ellos sino dejarlos pasar. En el plano biológico, el metabolismo se ralentiza, el pulso cardíaco y el ritmo respiratorio se van reduciendo. El cerebro funciona en modo descanso y emite ondas Theta,²¹⁰ en estado casi dormidos, o incluso las ondas alfa, que son las que emite nuestro cerebro en el estado de reposo con los ojos cerrados.

La meditación se revela muy eficaz para detener los pensamientos obsesivos, la ansiedad, la depresión y la hostilidad, mejorando además mucho la concentración y la atención.

²⁰⁹ V. M. SIMÓN PÉREZ, «Mindfulness y psicología: presente y futuro», *Informació psicològica*, Extra 100 (Septiembre-diciembre: La vida del COPCV en papel couche), 2010, Col·legi Oficial de Psicòlegs de la Comunitat Valenciana, pp. 162-170.

²¹⁰ J. W. DUNNE; P. L. SILBERT, «Zeta waves: a distinctive type of intermittent delta wave studied prospectively», *Clinical and Experimental Neurology*, vol. 28, 1991 pp. 238-243.

III. LA ESTABILIDAD FAMILIAR Y EL BIENESTAR PERSONAL Y SOCIAL

Con motivo del estudio de la normativa española sobre familia y matrimonio realizado anteriormente, se apuntaba al valor de la estabilidad familiar, considerándola un bien para las personas y para la sociedad y, en consecuencia, un interés digno de protección jurídica.

Pasamos ahora a introducir la noción de inestabilidad familiar, común denominador de las situaciones que se presentan en mediación familiar, para ver el efecto que tiene entre las personas y en nuestras sociedades. La inestabilidad familiar es una característica cada vez más presente en nuestra sociedad y se concreta en la consecución de las llamadas *transiciones* en el seno de la familia, en las que uno de los dos adultos cabeza de familia entra o sale del domicilio familiar alterando así de forma notable el ritmo y composición de esa familia.

1. Estabilidad familiar: apunte general

Los efectos de dichas transiciones son importantes tanto entre los hijos como entre los adultos. Se adoptan aquí como referencia tres entornos geográficos distintos.

1.1. Estabilidad familiar en los Estados Unidos

Entre los numerosos estudios existentes acerca del modo en que la inestabilidad en la familia afecta a los miembros de la misma, en particular a los niños, comenzaremos con el publicado por el Departamento de Salud y Servicios Sociales del Gobierno Federal de los Estados Unidos de América sobre la materia.²¹¹ Sus autores han basado su trabajo en los resultados del Estudio Nacional sobre Familias Frágiles y Bienestar Infantil.

En este estudio se analizó la situación de 4.898 niños nacidos entre el año 1998 y 2000 en veinte localidades norteamericanas de más de 200.000 habitantes.

El *Fragile Families and Child Wellbeing Study* (FFCWS)²¹² fue diseñado poniendo un especial acento en los niños nacidos de parejas no casadas; por eso una cuarta parte de los niños seleccionados para el estudio habían nacido en el seno de un matrimonio mientras que todos los demás eran hijos de padres no casados. La metodología empleada consistía fundamentalmente en entrevistas realizadas con los progenitores en el momento del nacimiento del niño para recabar toda la información necesaria, y hacer después un seguimiento al año y después a los 3, 5, 7 y 9 años.

El interés de este estudio reside en que se detiene en analizar en qué modo afecta al niño la salida o entrada de un progenitor en su hogar. Estamos hablando de las ya mencionadas *transiciones* que pueden ser de dos tipos: en un hogar en el que están los dos progenitores presentes, la transición supondría pasar a convertirse en un hogar en el que solo está un progenitor; y en un hogar regentado por un único progenitor la transición consistiría en que entra otro adulto como pareja de ese progenitor.

El impacto en el niño de estas transiciones se analiza desde dos ángulos. En primer lugar, su desarrollo cognitivo, es decir en qué medida afecta a sus

²¹¹ D. LEE; S. McLANAHAN, «Family Structure Transitions and Child Development: Instability, Selection, and Population Heterogeneity», *American Sociological Review*, vol. 80, p. 738.

²¹² N. E. REICHMAN; J. O. TEITLER; I. GARFINKEL; S. S. McLANAHAN, «Fragile Families: sample and design», *Children and Youth Services Review*, vol. 23, 4-5, 2001, Elsevier BV, pp. 303-326.

habilidades para desarrollar correctamente sus capacidades de hablar, entender...destrezas que frecuentemente tienen un impacto directo en su vida académica. En segundo lugar, su comportamiento, distinguiendo entre el comportamiento exterior, fácilmente identificable por las conductas disruptivas, la infracción de las normas, la violencia y el enfrentamiento... Y el comportamiento interno del niño, es decir sus niveles de ansiedad, estado de ánimo, posible depresión o trastornos de conductas.

Veamos a continuación algunas de las más relevantes conclusiones a las que llega este estudio.

La salida del hogar de uno de los dos padres biológicos tiene importantes efectos negativos para el bienestar de la madre fundamentalmente, porque los indicadores de pobreza y de salud mental empeoran. También se constata en este estudio un empeoramiento del comportamiento del hijo. La entrada de una figura paterna en un hogar monoparental supone una mejora de las condiciones de vida para la madre, ya que mejoran su situación económica, pero esa entrada del adulto supone un empeoramiento en los resultados del ámbito cognitivo del niño.²¹³ Otro dato importante es que los niños sufren más que las niñas los efectos de la inestabilidad familiar. La razón que lo explica es que como frecuentemente la salida o entrada de un progenitor suele ser la del padre, los hijos varones acusan más la pérdida de su padre biológico, así como la entrada de una figura paterna masculina no biológica en su hogar.²¹⁴ Además, como el desarrollo socio cognitivo y emocional de los niños es inferior al de las niñas a lo largo de los años de la infancia²¹⁵ a los niños les resulta más costoso adaptarse a los cambios estructurales en el hogar.

²¹³ K. MAGNUSON; L. M. BERGER, «Family Structure States and Transitions: Associations with Children's Well-Being during Middle Childhood», *Journal of Marriage and Family*, vol. 71, 2009, p. 575.

²¹⁴ P. D. ALLISON; F. F. FURSTENBERG, «How marital dissolution affects children: Variations by age and sex.», *Developmental Psychology*, vol. 25, 4, 1989, American Psychological Association (APA) pp. 540-549.

²¹⁵ D. ENTWISLE, «Children, schools, and inequality», *Choice Reviews Online*, vol. 35, 07, 1998, American Library Association, pp. 35-3989-35-3989.

La red de apoyo informal que tenga la familia es también determinante para atenuar los efectos de la inestabilidad. Esta es una de las razones principales por las que en este estudio se ve una diferencia entre las familias blancas y las familias de otros grupos raciales²¹⁶ ya que en general las minorías étnicas viven en entornos donde los lazos familiares y comunitarios son mucho más estrechos, lo que les ayuda a superar mejor esas transiciones. Estas personas de comunidades más desfavorecidas están más habituadas a lidiar con las dificultades socioeconómicas y por eso su capacidad de resiliencia y superación puede ser mayor.

Por último, el estudio demuestra que la inestabilidad tiene un efecto en el comportamiento externo del niño similar al efecto que tienen el nivel de educación o de pobreza, que son los otros dos principales factores determinantes que impactan en el comportamiento del menor. El efecto es comparable también en el comportamiento interno, antes referido como ansiedad, estrés, depresión, etc.

Los hallazgos que aporta este informe van en la línea de la cada vez más abundante investigación sobre la materia que nos confirma que la inestabilidad en la estructura familiar afecta directamente a las probabilidades futura de éxito del niño al reducir sus habilidades socioemocionales o su salud mental.²¹⁷

Otro interesante trabajo es el informe presentado ante el Comité Económico Conjunto del Senado Americano en febrero de 2020 dentro del marco de unas sesiones de trabajo convocadas bajo el título “Cómo mejorar la estabilidad familiar en América para el bienestar de los niños”²¹⁸. Su autor es el profesor de sociología de la Universidad de Virginia Bradford Wilcox. Como bien señala el autor y se refleja en la gráfica presente en ese informe que se reproduce a

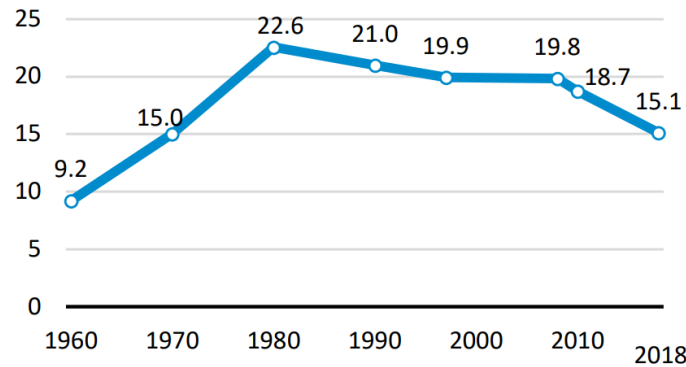
²¹⁶ P. FOMBY; A. J. CHERLIN, «Family Instability and Child Well-Being», *American Sociological Review*, vol. 72, 2007, P.181

²¹⁷ S. McLANAHAN; L. TACH; D. SCHNEIDER, «The Causal Effects of Father Absence», *Annual Review of Sociology*, vol. 39, 1, 2013, Annual Reviews, pp. 399-427.

²¹⁸ WILCOX, *Family Stability and the American Dream*, 2020, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://heinonline.org/HOL/Page?handle=hein.amenin/aeiacxu0001&collection=amenin>.

continuación, la tasa de divorcio en Estados Unidos no ha dejado de bajar desde conocer su estado más alto en los ochenta. Esta información no suele ser recogida por los medios de comunicación.

Figure 1: The Divorce Rate, 1960–2018

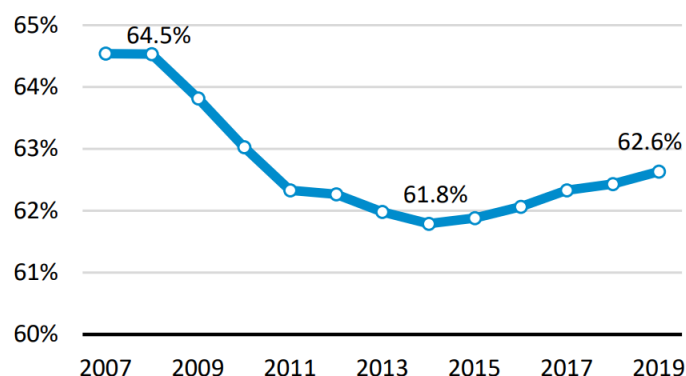


Source: 1960–97 estimates based on National Center for Health Statistics data; 2008–18 estimates based on the American Community Survey.²

Acompañando la tendencia a la baja del número de divorcios, aparece también un aumento del porcentaje de niños que crecen en un hogar con su padre y su madre, lo que se suele denominar *familia intacta*. Este dato es sin duda una buena noticia si se lo vincula a lo visto anteriormente sobre la situación de las familias monoparentales y el impacto que tiene para los niños vivir en un hogar regentado solo por un progenitor.

Como puede comprobarse en la gráfica a continuación, que es también parte de ese informe, el incremento porcentual de los niños que residen en familias intactas es más tímido que el descenso de divorcios visto anteriormente, y se da sólo en los últimos años, pero en todo caso resulta relevante.

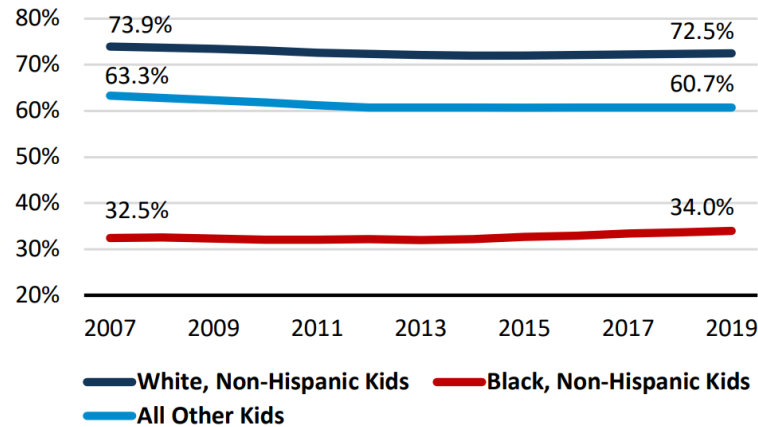
Figure 2: Children in Intact Married Families, 2007–19



Source: 2007–17 estimates based on the American Community Survey, and 2018–19 estimates are projections based on 2018 and 2019 Current Population Survey. Courtesy of Lyman Stone.³

Para completar la imagen, se comprueba una vez más que el binomio inestabilidad familiar y pobreza vuelve a mostrarse con crudeza si atendemos a los datos del porcentaje de niños que crecen en un hogar monoparental diferenciando por sus orígenes étnicos y raciales. En el gráfico que se reproduce a continuación, procedente del mismo informe, el porcentaje de niños de raza negra que viven con sus dos padres es tan solo del 34%. Menos de la mitad del porcentaje de niños blancos que viven con sus dos padres que superan el 72 %. Son niños que crecen con una doble desventaja, carecer de los medios socioeconómicos para prosperar y de uno de los dos progenitores, normalmente el padre, con los efectos tan negativos que esto tiene, como hemos visto antes.

Figure 3: Share of Children Living in a Married, Two-Parent Household, by Major Racial or Ethnic Group, 2007–19

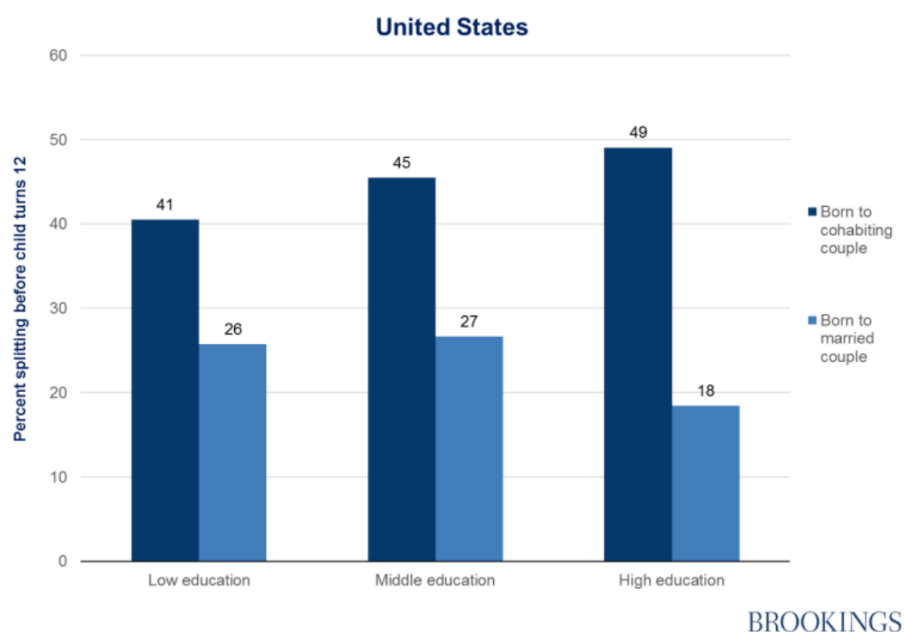


Source: American Community Survey data queried through the Integrated Public Use Microdata System.⁴

Continúa el informe prestando atención ahora al estado civil de los progenitores, para ver en qué medida afecta a la estabilidad familiar.

Como se constata en la gráfica siguiente, el hecho de que los padres estén casados es un predictor muy fiable para asegurar una mayor tasa de estabilidad familiar. Por esta razón, Wilcox no duda en afirmar que el matrimonio tiene un impacto directo e ineludible en las probabilidades de que el niño crezca en un hogar intacto.

Figure 4: Percentage of Families Breaking Up Before Child Turns Age 12, by Parents' Marital Status and Education



Source: Estimates from the National Survey of Family Growth.²⁰

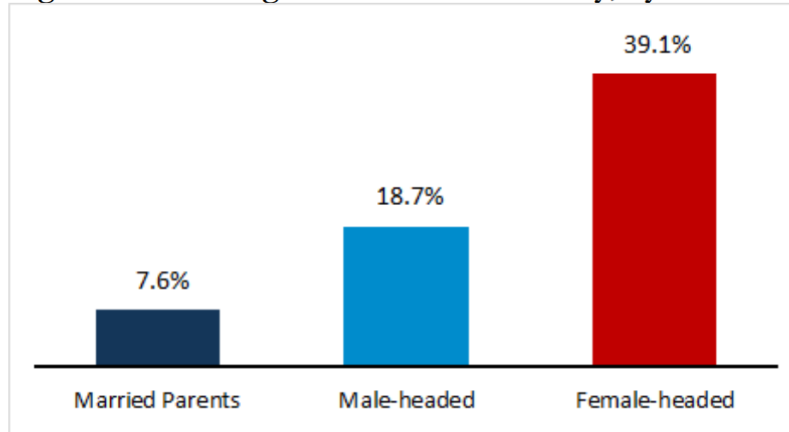
Este cuadro refleja el porcentaje de ruptura familiar antes de que el niño cumpla 12 años y lo divide en función del estado civil de los padres (si están casados o si cohabitan) y de su nivel de educación (desde la educación básica hasta una educación superior). El 82% de los niños nacidos en una familia en la que los padres están casados y tienen formación universitaria, alcanzarán el final de su niñez (cifrado en los 12 años) conviviendo con su padre y su madre que siguen casados. Este mismo dato desciende drásticamente para los hijos de padres universitarios que cohabitan. En este caso, tan solo el 51% de los niños alcanzarán los 12 años conviviendo a diario con su padre y su madre porque el 49 % restante habrá pasado ya por una situación de ruptura familiar, con la salida del hogar de uno de los dos progenitores.

Es en este grupo de padres con formación universitaria donde encontramos los dos datos más extremos en relación a la estabilidad familiar, tanto el de mayor estabilidad como el de menor; pero en los otros dos grupos, por nivel de educación, las diferencias entre los padres casados o cohabitantes son también muy altas. Quince puntos porcentuales de diferencia entre las parejas con educación básica, y dieciocho puntos de diferencia para las parejas con educación media. En ambos casos a favor de aquellos padres casados, lo que

pone de manifiesto cómo el hecho de estar casados reduce de forma clara las probabilidades de ruptura.

Concluimos el análisis de este informe con una nueva referencia al binomio inestabilidad familiar-pobreza.

Figure 5: Percentage of Children in Poverty, by Household Type



Source: US Census Bureau, Income and Poverty in the United States: 2018, Table B-2.²⁹

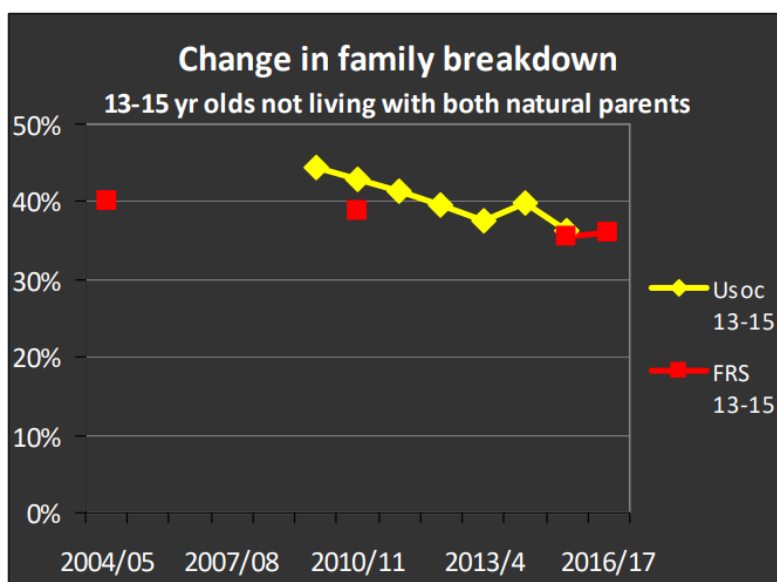
Partiendo de los datos que aporta el US Census Bureau, oficina del censo de los Estados Unidos acerca de los niveles de pobreza en ese país en el año 2018, puede comprobarse de nuevo una marcada diferencia entre el porcentaje de niños que viven en hogares que se encuentran en situación de pobreza. Ese 7,6% de hijos de padres casados que viven en situación de pobreza, se convierte en más del doble en los hogares monoparentales regentados por el varón, que alcanzan el 18,7%. Pero lo que quizás más sorprende es que en una de las naciones más ricas del mundo el 39,1% de los niños que viven en hogares monoparentales regentados por su madre se encuentran en situación de pobreza. Es decir, dejando otras variables aparte, el mero hecho de que los padres no estén casados multiplica por cinco las probabilidades de que ese niño viva en un hogar pobre.

Puede concluirse, vistos todos los datos que acabamos de revisar, que *el matrimonio importa*, y mucho, como variable fundamental en los niveles de estabilidad familiar.

1.2. Estabilidad familiar en el Reino Unido

De acuerdo con el estudio elaborado desde la Marriage Foundation por Stephen McKay (Universidad de Lincoln), la estabilidad familiar en el Reino Unido está mejorando a medida que la tasa de divorcios va decayendo.²¹⁹ El informe basa la información en dos fuentes: Family Resources Survey, (FRS) que es la encuesta que realiza el gobierno británico para conocer el estado de sus hogares, y Understanding Society (USOC) de la Universidad de Essex.

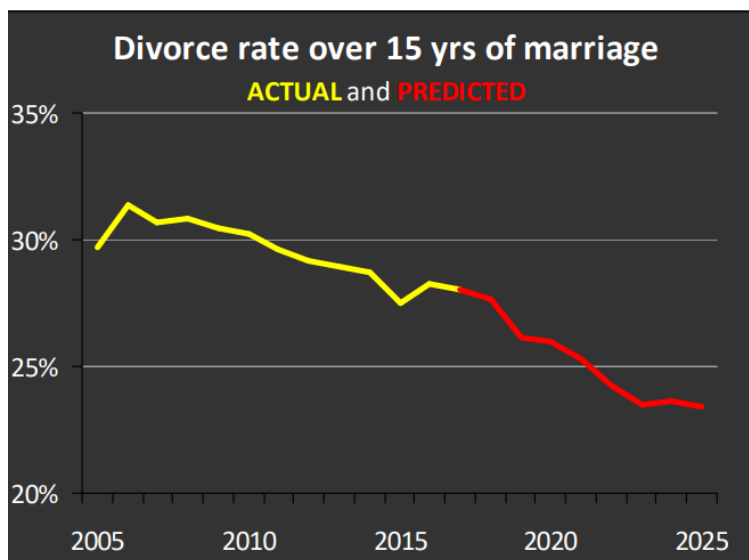
En el cuadro que se reproduce a continuación, parte del mencionado estudio, se constata que el número de adolescentes británicos entre 13 y 15 años que no viven con su padre y su madre ha ido descendiendo porcentualmente en los últimos años.



A pesar de que hay cierta discrepancia entre los dos estudios en cuanto a los datos de años precedentes, y teniendo además en cuenta que USOC solo aporta datos a partir de 2009, el dato coincidente es de un 36% en el año 2016. Y por tener un recorrido histórico, debe atenderse a los datos que aporta el FRS, según

²¹⁹ MARRIAGE FOUNDATION UK, «Family stability improves as divorce rates fall», *Marriage Foundation*.

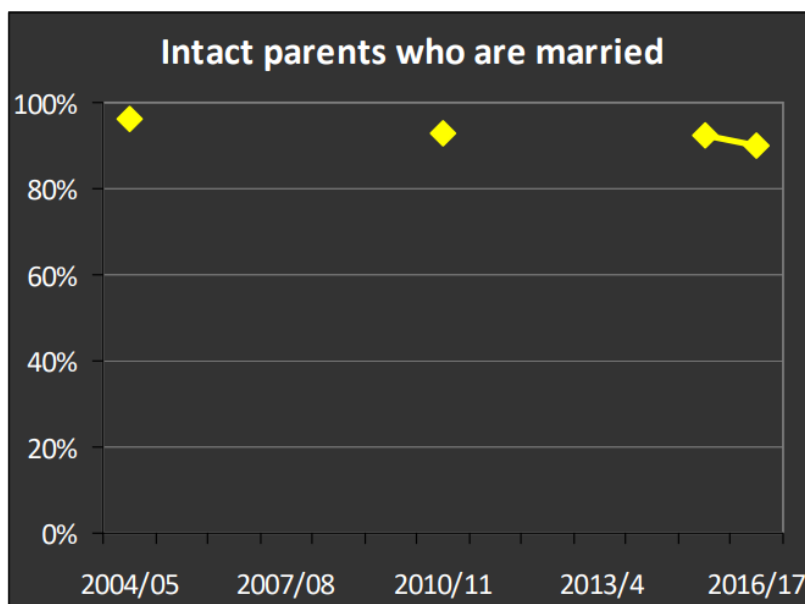
los cuales el porcentaje de adolescentes que no vivían con sus dos padres en el año 2004 era el 40% y en 2016 es el 36%. Esta mejora en la estabilidad de los hogares británicos iría en paralelo al descenso de la tasa de divorcios que nos presenta este informe:



El análisis de los datos sobre los divorcios que aporta la Oficina Nacional de Estadísticas²²⁰ británica muestra que la tasa de divorcio real entre las parejas que han cumplido 15 años de matrimonio se ha reducido desde un 31% en 2005 a un 28% en 2017. Y siguiendo la tendencia es previsible una reducción que podría llegar hasta un 23% en los próximos años. De ser así, se irá incrementando la estabilidad familiar.

Terminamos este breve recorrido acercándonos a las cifras de familias intactas en el Reino Unido. El FRS indica que, en este grupo de familias intactas, el porcentaje de progenitores casados ha pasado de ser un 96% en 2005 a un 90% en 2017. Esta información se refleja a continuación en el cuadro parte del mismo estudio.

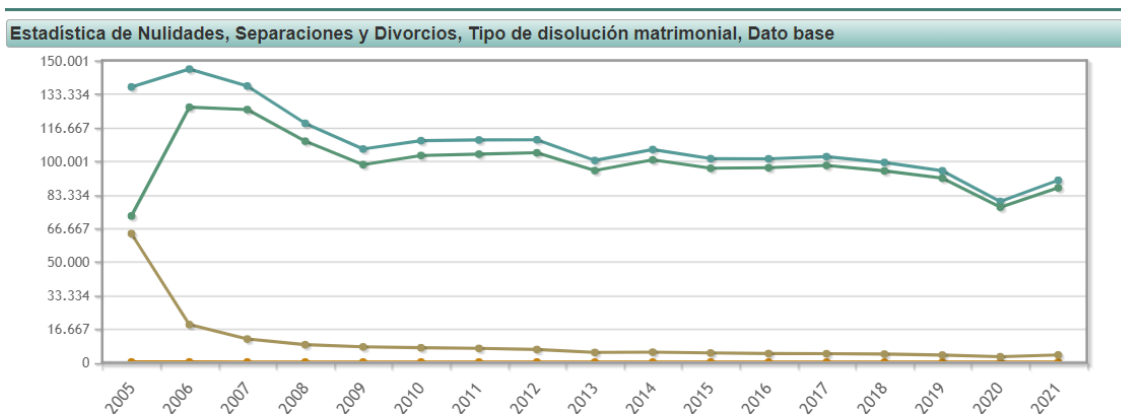
²²⁰ OFFICE FOR NATIONAL STATISTICS, *MARRIAGES AND DIVORCES IN ENGLAND AND WALES 2018: including cd-rom of data*, DANDY BOOKSELLERS LTD, S.L., 2021.



Los datos estadísticos que recogen de forma acumulativa el porcentaje de niños que con el paso de los años se mantiene en un hogar intacto muestra que, llegada la adolescencia, esos niños que permanecen junto a su padre y su madre, en el 90% de los casos, viven en hogares con un padre y una madre unidos en matrimonio. Si bien ese porcentaje ha descendido desde el año 2005 que era el 96%, sigue siendo un dato de especial relevancia que permite concluir de nuevo que el matrimonio es un importante predictor de la estabilidad familiar, también en el Reino Unido.

1.3. La estabilidad familiar en España

Nos centramos ahora ya en nuestro propio país para abordar el estado de las cosas en cuanto a estabilidad familiar se refiere con una mirada retrospectiva a estos últimos años y décadas.



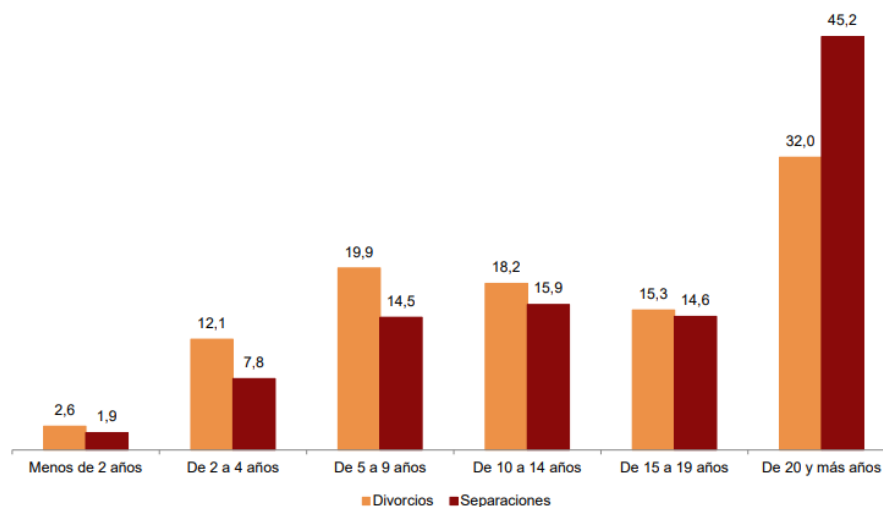
En este cuadro del Instituto Nacional de Estadística en su *Estadística de nulidades, separaciones y divorcios. ENSD de 2021*²²¹, la línea superior acumula el total de rupturas matrimoniales en España y arranca con 133.334 en 2005. La línea media recoge el número anual de divorcios en España, y la línea inferior marca el número anual de separaciones. Como puede comprobarse, el cambio legislativo de 2005, que supuso una facilitación y agilización del divorcio en cuanto a requisitos y plazos, se tradujo en un fuerte aumento de los divorcios en detrimento de las separaciones, que hasta entonces eran requisito previo para avanzar en un proceso de divorcio y que con esta nueva regulación han pasado a ser algo totalmente residual.

Desde 2009 el número de rupturas ha ido oscilando muy poco por encima de la cifra de 100.000 por año. El año 2020 supuso un descenso drástico provocado por la excepcionalidad del confinamiento por la pandemia de la COVID y en 2021 se produce una recuperación de la cifra más cerca de la línea habitual de los 100.000 aunque sensiblemente reducida a un total de 90.562 rupturas en el año 2021.

²²¹ INE, «Nulidades, separaciones y divorcios. Serie desde 2005(20170)», INE, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm>.

Resulta destacable el efecto que la denominada *Ley de divorcio exprés*²²² tuvo en la sociedad española ya que hizo que en un solo año pasáramos de tener 137.044 rupturas familiares en España en el año 2005 a 145.919 en 2006. Vemos una vez más el impacto que tiene las campañas y el *ruido mediático* que se genera en torno a un cambio legislativo que puede modificar los comportamientos personales y sociales.

Procedimientos (separaciones y divorcios) según duración del matrimonio. Año 2021
Porcentajes



En el mencionado informe del Instituto Nacional de Estadística sobre rupturas en el año 2021 aparece también este gráfico que desglosa la franja temporal en la que se van produciendo las rupturas matrimoniales y que aporta un dato interesante en relación con el punto que estamos abordando de la estabilidad familiar. Así, el 34,6 % de los divorcios se producen en los 9 primeros años de matrimonio. Años en los que, de forma mayoritaria, estos matrimonios han sido padres; en uno de cada tres divorcios se ven afectados niños en el periodo de temprana infancia. Si ampliamos la franja temporal hasta los 14 años de matrimonio entonces aparece el preocupante dato de que el 52,8% de los divorcios ocurren en ese periodo temporal. El informe indica que el 45,2% de las

²²² JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, cit., vol. BOE-A-2005-11864.

personas que se divorciaron en el año 2021 tenían hijos que no superaban los 18 años.

Vista ya la incidencia de las rupturas matrimoniales en España en los últimos años, abordemos ahora el panorama sociológico que se va configurando a medida que va creciendo el número de familias desestructuradas.

La Encuesta Continua de Hogares ECH 2020 del Instituto Nacional de Estadística²²³ refleja de forma fidedigna la tipología de hogares de nuestra sociedad. Los niños y jóvenes se ven directamente afectados por el hecho de crecer en un hogar en el que su padre y su madre están presentes, frente a la situación que se da en un hogar monoparental. Por esta razón resulta relevante detenernos en la evolución de los hogares monoparentales en España a fecha 2020.

Evolución de los hogares monoparentales

	2020	2019	Variación relativa (%)
Total	1.944.800	1.887.500	3,0
Madre con hijos	1.582.100	1.530.600	3,4
- menores de 25 años	815.800	764.000	6,8
Padre con hijos	362.700	356.900	1,6
- menores de 25 años	190.200	178.100	6,8

En este cuadro de la citada encuesta puede comprobarse que los hogares monoparentales son mayoritariamente hogares en los que vive la madre con el hijo o los hijos. Este es el caso del 81,4% del total de los hogares monoparentales.

Vale la pena aquí recordar los datos relativos a las condiciones socioeconómicas de los hogares regentados por una mujer sola, así como el impacto que tiene

²²³ INE, «Encuesta continua de hogares 2020», INE, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en https://ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176952&menu=ultiDatos&idp=1254735572981.

para los hijos la ausencia del padre en el hogar: ambos elementos estarían presentes en este 81,4% de los hogares monoparentales españoles en el año 2020.

2. Estabilidad familiar y salud

Pasamos ahora a analizar el impacto de la inestabilidad familiar y del divorcio en las condiciones de salud de los miembros de la familia. Para ello se emplea aquí el informe de Zineldin²²⁴ de la Facultad de la Salud en Linnaeus, Suecia. Zineldin comienza por remontarse al pionero en vincular el estado de satisfacción matrimonial con el estado de salud: William Farr,²²⁵ epidemiólogo británico del siglo XIX. Farr concluyó que la ruptura matrimonial es un significativo factor de riesgo para la salud, tal como se refleja en el diagrama siguiente.



Si en los distintos países y períodos, la tasa de divorcio se mueve entre el 50 y el 70%, podemos afirmar con Zineldin, que el divorcio se ha convertido en uno de los factores más epidémicos que influyen de forma negativa en la salud

²²⁴ M. ZINELDIN, «TCS is to blame: The impact of divorce on physical and mental health», *International Journal of Preventive Medicine*, vol. 10, 1, 2019, Medknow, p. 141.

²²⁵ W. FARR; N. A. HUMPHREYS, *Vital statistics: a memorial volume of selections from the reports and writings of William Farr*, The Sanitary Institute, London, 1885, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://catalog.hathitrust.org/api/volumes/oclc/1717614.html>.

humana. En su investigación el profesor entrevistó a 195 personas para tratar de averiguar el impacto negativo del divorcio en la salud física.

Para valorar sus resultados introduce el concepto de la Disminución de la Utilidad Marginal, DMU en sus siglas en inglés, que nos informa de en qué medida puede decaer el nivel de satisfacción personal con el propio matrimonio. De acuerdo con su investigación, Zineldin concluye que el factor que más puede afectar a la utilidad marginal percibida del propio matrimonio es la comunicación C que influye en un 0,45; en segundo lugar, sitúa la confianza y el compromiso TC (*Trust and confidence* en inglés) que tienen un peso de 0,34; por último, la sensualidad y sexualidad S con un peso del 0,23. Estas siglas, que hacen referencia a estos términos en inglés, son las que han dado título a este informe que sostiene que “La culpa es del TCS”, es decir que los factores que disminuyen notablemente la utilidad marginal en el matrimonio y lo abocan a la ruptura provocando ese impacto negativo en la salud son precisamente la comunicación C, la confianza y compromiso T, y la sexualidad S.

Zineldin se apoya en su trabajo en las numerosas investigaciones ya existentes que establecen un vínculo directo entre la estabilidad familiar y la salud. Entre sus fuentes, cita a Jane Anderson, profesora clínica de pediatría en la Universidad de California San Francisco, que durante más de 30 años ha investigado el impacto de la estructura familiar en la salud y bienestar de los niños²²⁶. Anderson concluye que los niños que viven con sus padres biológicos que permanecen casados presentan de manera consistente unos mejores resultados desde el punto de vista de su salud física, emocional, así como en su rendimiento académico. Por eso, no duda en concluir que debería apoyarse la estabilidad familiar, tratando en la medida de lo posible de evitar los divorcios.

²²⁶ J. ANDERSON, «The Impact of Family Structure on the Health of Children: Effects of Divorce», *The Linacre Quarterly*, vol. 81, 4, 2014, SAGE Publications, pp. 378-387.f

2.1. Los efectos del divorcio en la salud de los niños

Después de esta introducción a la materia, centraremos ahora nuestra atención en el impacto que produce la ruptura en la salud de los hijos de esas parejas.

En nuestro propio continente europeo se han producido importantes avances en la investigación científica acerca del impacto en la salud de los niños cuando se produce el divorcio de sus padres. En Italia, Vezzetti ha publicado un interesante trabajo²²⁷ sobre esta materia en el que propone considerar el impacto del divorcio en los hijos como una *cuestión de salud pública*, en un contexto en el que defiende la custodia compartida en el caso del divorcio de los progenitores para neutralizar, de alguna manera, el impacto negativo que tiene el alejamiento, fundamentalmente del padre. En ese sentido Vezzetti hace referencia a un estudio realizado en Francia ²²⁸ según el cual en los casos en los que el juez establece una custodia compartida, al menos en los seis primeros meses de juicio, la probabilidad de perder el contacto con el padre es de un 1%, mientras que si el juez establece la fórmula tradicional de custodia, ese riesgo de que el padre pierda el contacto con el hijo se incrementa a un 21%. En este mismo estudio se destaca la importancia de la distancia entre los dos nuevos hogares parentales. Así, la probabilidad de perder contacto con el padre es de un 12% cuando la distancia entre los dos hogares es de 15 minutos, pero esa misma probabilidad se incrementa al 33% cuando viven a más de cuatro horas de distancia. Para su investigación sobre el efecto de la ruptura en los hijos, Vezzetti se ha fundamentado en la más reciente investigación sobre los aspectos bioquímicos y psicobiológicos del impacto que supone la pérdida parental y otras adversidades para los hijos menores en las situaciones de divorcio. Ya en su introducción lamenta que, hasta ese momento, los efectos del divorcio en los hijos se han abordado casi siempre desde un punto de vista jurídico. Sin embargo, la investigación científica actual, que ha utilizado incluso

²²⁷ V. C. VEZZETTI, «New approaches to divorce with children: A problem of public health», *Health Psychology Open*, vol. 3, 2, 2016, SAGE Publications.

²²⁸ A. REGNIER-LOILIER, «Quand la séparation des parents s'accompagne d'une rupture du lien entre le père et l'enfant», *Population & Sociétés*, vol. N° 500, 5, 2013, CAIRN, pp. 1-4.

experimentación con animales a los que separaban de sus padres, ha aportado una base biológica cada vez más sólida que nos habla de las consecuencias del divorcio sobre el bienestar y la salud de los hijos. Por todo esto el autor no duda en afirmar que esta situación —que afecta a más de diez millones de menores en Europa y más de un millón en Estados Unidos cada año— nos sitúa ante un problema de salud pública en el cual es importante armonizar las prácticas entre los distintos países. Cuando aborda esta materia, Vezzetti parte de una categoría conceptual superior y general que es la de *pérdida parental*, y dentro de la misma, identifica que la principal causa de pérdida parental es la separación de los padres, seguida de la muerte de uno de los dos progenitores. En los próximos párrafos trataremos de abundar en las diferencias que podemos observar en el impacto en los hijos de una y otra forma de pérdida parental.

2.1.1. Efectos psicobiológicos de la separación parental en los hijos

Entre los efectos psicobiológicos del divorcio, este trabajo recoge un estudio de Taiwán, que identifica un vínculo directo entre el divorcio de los padres y el dolor de cabeza crónico en los hijos, en sus siglas en inglés CDH (Chronic Daily Headache).²²⁹ Cohen y otros²³⁰ señalan una prevalencia superior de los trastornos de déficit de atención e hiperactividad TDAH entre los niños que se han encontrado en situaciones de divorcio y mal trato. Otros estudios han identificado una correlación entre el divorcio de los padres y los desórdenes en el ámbito de la alimentación y de exceso de peso.²³¹

²²⁹ K.-D. JUANG; S.-J. WANG; J.-L. FUH; S.-R. LU; Y.-S. CHEN, «Association between Adolescent Chronic Daily Headache and Childhood Adversity: A Community-Based Study», *Cephalalgia*, vol. 24, 1, 2004, SAGE Publications, pp. 54-59.

²³⁰ A. J. COHEN; N. ADLER; S. J. KAPLAN; D. PELCOVITZ; F. S. MANDEL, «Interactional effects of marital status and physical abuse on adolescent psychopathology», *Child abuse & neglect*, vol. 26, p. 277.

²³¹ M. YANNAKOULIA Y OTROS, «Association Between Family Divorce and Children's BMI and Meal Patterns: The GENDAI Study», *Obesity*, vol. 16, 6, 2008, Wiley, pp. 1382-1387.

Un estudio en Francia examinó la relación entre la separación y divorcio en la infancia y la peor percepción de salud de esos niños cuando alcanzan edades superiores.²³²

En esta misma línea de estudios, en Suecia se realizó uno, con un universo de población de casi un millón de niños. Las conclusiones de este estudio fueron que aquellos niños que habían crecido en hogares monoparentales tenían más del doble de probabilidades de sufrir una enfermedad psiquiátrica severa, suicidarse o intentar el suicidio, así como de desarrollar una adicción al alcohol.²³³

En los Estados Unidos de América y dentro de la Encuesta sobre el Desarrollo en la Mediana Edad,²³⁴ con una muestra de 4.242 adultos, se pudo probar que la pérdida o separación de los padres en la infancia tiene un impacto negativo que repercute en problemas de salud y de ajuste psicológico en la mediana edad; se detectó un incremento en el uso de drogas y unos niveles inferiores de apoyo familiar que pueden dar lugar a un mayor número de problemas de salud en años posteriores. Este estudio aporta un interesante matiz, ya que se detiene para diferenciar la pérdida parental por muerte, que supone un menor nivel de educación en el hijo, además de un empeoramiento de sus condiciones socioeconómicas pero que, sin embargo, no afecta a la salud en ese mismo hijo cuando se convierte en adulto. Añade otro elemento diferenciador entre la pérdida parental por muerte del progenitor y la pérdida parental por divorcio: el estudio comprueba como el divorcio puede afectar a las relaciones del hijo con uno o con los dos progenitores mientras que la muerte de un progenitor no altera la relación del hijo con el progenitor que vive.

²³² C. ROUSTIT Y OTROS, «Family social environment in childhood and self-rated health in young adulthood», *BMC Public Health*, vol. 11, 1, 2011, Springer Science and Business Media LLC, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-949>.

²³³ G. R. WEITOF; A. HJERN; B. HAGLUND; M. ROSÉN, «Mortality, severe morbidity, and injury in children living with single parents in Sweden: a population-based study», *Lancet (London, England)*, vol. 361, p. 289.

²³⁴ E. H. MAIER; M. E. LACHMAN, «Consequences of early parental loss and separation for health and well-being in midlife», *International Journal of Behavioral Development*, vol. 24, 2, 2000, SAGE Publications, pp. 183-189.

Otras fuentes de investigación²³⁵ concluyeron que las personas que han sufrido una muerte parental o la separación o abandono de un progenitor presentan una mayor incidencia de síndrome depresivo y ansioso si los comparamos con el grupo de control.

La investigación de Otowa y otros²³⁶ fue más al fondo de estos datos para identificar que la separación parental temprana tenía unos efectos más amplios y más potentes en el desarrollo en la edad adulta de psicopatologías que la pérdida de un progenitor por muerte. En definitiva, la separación parental aparece asociada con una amplia gama de psicopatologías en la edad adulta, mientras que la muerte de un progenitor aparece como específicamente asociada exclusivamente a la dependencia del alcohol y a las fobias.

En este estudio no se aprecia una diferenciación significativa entre el impacto de la separación parental del padre o de la madre, ya que en ambos casos el nivel de impacto en psicopatologías era similar.

Por último, queremos referirnos a un importante cuerpo de doctrina en Israel,²³⁷ que aporta una serie de conclusiones relevantes acerca de los efectos psicobiológicos en los hijos vinculados a la separación que estamos analizando. Entre los pacientes investigados que han sufrido una pérdida parental temprana se observa unos índices mayores de depresión mayor, esquizofrenia y trastorno bipolar. Entre los pacientes con depresión mayor se observa un mayor índice de pérdida parental debida a la separación, pero no debida a la muerte del

²³⁵ A. R. TYRKA; L. WIER; L. H. PRICE; N. S. ROSS; L. L. CARPENTER, «Childhood Parental Loss and Adult Psychopathology: Effects of Loss Characteristics and Contextual Factors», *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, vol. 38, 3, 2008, SAGE Publications, pp. 329-344.

²³⁶ T. OTOWA; T. P. YORK; C. O. GARDNER; K. S. KENDLER; J. M. HETTEMA, «The impact of childhood parental loss on risk for mood, anxiety and substance use disorders in a population-based sample of male twins», *Psychiatry Research*, vol. 220, 1-2, 2014, Elsevier BV, pp. 404-409.

²³⁷ O. AGID Y OTROS, «Environment and vulnerability to major psychiatric illness: a case control study of early parental loss in major depression, bipolar disorder and schizophrenia», *Molecular psychiatry*, vol. 4, P.163

progenitor. La pérdida de la madre parece ser más significativa que la pérdida del padre, aunque en este análisis esta observación solamente tiene carácter de tendencia. La pérdida parental a una edad temprana, menos de 9 años, tiene un impacto mayor que la pérdida en años posteriores, lo que viene a confirmar los hallazgos de otras investigaciones que llegaron a la misma conclusión. Este estudio identifica una mayor sensibilidad de las mujeres frente a los hombres en situaciones de pérdida en lo que se refiere a los efectos observados de depresión y trastorno bipolar.

2.1.2. Los efectos biológicos de la separación parental en los hijos

Si nos centramos ahora en un enfoque exclusivamente biológico, encontramos también un gran número de estudios e investigaciones que nos hablan de cambios en la estructura biológica de la persona como consecuencia de haber pasado por una situación de ruptura familiar.

Nicolson demostró con su investigación²³⁸ que los niveles de cortisol, la principal hormona que aparece vinculada a los niveles de ansiedad, presenta unos niveles más altos en los varones adultos si en su infancia han sufrido una pérdida parental u otras adversidades. En la misma línea Luecken²³⁹ pudo observar que tanto la pérdida de un progenitor en la infancia como un bajo nivel de calidad en la atención y cuidado en ese periodo inicial de la vida aparecen claramente asociados con niveles de presión arterial superiores y respuestas hormonales al estrés que también aparecen alteradas. En particular, esta investigación prestó especial atención también a los niveles de cortisol. En este contexto cabe señalar que el aumento crónico de cortisol está en la base de la aparición de varias enfermedades en la edad adulta y en la vejez como son las psicopatologías, la depresión en particular, la diabetes II, la obesidad y la osteoporosis.

²³⁸ N. A. NICOLSON, «Childhood parental loss and cortisol levels in adult men», *Psychoneuroendocrinology*, vol. 29, 8, 2004, Elsevier BV, pp. 1012-1018.

²³⁹ L. J. LUECKEN, «Childhood attachment and loss experiences affect adult cardiovascular and cortisol function», *Psychosomatic medicine*, vol. 60, 1998, p. 765.

En este campo del impacto biológico, los estudios han probado que la exposición prolongada a situaciones de estrés puede hacer que disminuya la secreción de la hormona de crecimiento GH (Growth Hormone, en inglés) hasta llegar a un punto clínico en el que aparece la enfermedad denominada “enanismo psicossocial” PD según sus siglas en inglés *psycosocial dwarfism*.²⁴⁰ PD es un término que se utiliza para referirse a situaciones de muy baja estatura en la infancia o adolescencia o al retraso de la pubertad debido todo ello a un estado de privación emocional, cuidado parental inapropiado o acoso psicossocial. El tratamiento de esta enfermedad utilizando hormona de crecimiento se ha demostrado ineficaz. Es necesario que mejore el entorno psicossocial del menor para poder ver una mejoría. El PD va también asociado con una serie de comportamientos anormales como pueden ser la depresión o los trastornos en la alimentación. Las primeras investigaciones y el interés de la comunidad médica y científica sobre esta forma de enanismo se produjeron en el entorno de las casas de acogida u orfanatos donde se observaba que había niños que no crecían ni se desarrollaban correctamente a pesar de estar comiendo con normalidad, pudiendo incluso llegar a morir. Observando y tratando estos casos pudieron llegar a la conclusión de que lo que esos niños necesitaban para desarrollarse era un entorno de atención y cuidado adecuado ya que, aunque se cuidara específicamente su alimentación, los niños no se desarrollaban hasta que se corregía ese ambiente de desconexión afectiva y social.²⁴¹

En el Reino Unido, Lacey y otros²⁴² concluyeron que la separación parental incrementa los niveles de la proteína reactiva C, en sus siglas en inglés CRP, y

²⁴⁰ D. SKUSE; A. ALBANESE; R. STANHOPE; J. GILMOUR; L. VOSS, «A new stress-related syndrome of growth failure and hyperphagia in children, associated with reversibility of growth-hormone insufficiency», *The Lancet*, vol. 348, 9024, 1996, Elsevier, pp. 353-358.

²⁴¹ L. D. DORN; G. P. CHROUSOS, «The endocrinology of stress and stress system disorders in adolescence», *Endocrinology and metabolism clinics of North America*, vol. 22, P 685.

²⁴² R. E. LACEY; M. KUMARI; A. McMUNN, «Parental separation in childhood and adult inflammation: The importance of material and psychosocial pathways», *Psychoneuroendocrinology*, vol. 38, 11, 2013, Elsevier BV, pp. 2476-2484.

este incremento está vinculado a la aparición en la edad adulta de la diabetes II, las enfermedades coronarias, la depresión, enfermedades inflamatorias, etc.

Human Lauren y otros²⁴³ demostraron que aquellos adolescentes que se beneficiaban de un seguimiento más cercano de sus actividades diarias por parte de sus padres presentaban un mejor ajuste psicosocial, es decir niveles más bajos de ansiedad y depresión, y una mayor sensibilidad de su sistema inmune en su respuesta antiinflamatoria ante el cortisol.

Un estudio adicional que resulta relevante acerca del tema que estamos abordando fue el realizado en Países Bajos para identificar los condicionantes potenciales de salud para los niños holandeses entre 4 y 11 años.²⁴⁴ El Child Health Questionnaire (CHQ) incluía las respuestas sobre el estado de salud de 10.651 niños en un periodo de tiempo que fue desde enero de 2001 hasta diciembre de 2019. En el informe final, se presentaba un índice psicosocial CHQ más bajo para aquellos niños que cumplían más de una de las siguientes condiciones: ser varón, sufrir alguna enfermedad o quejas persistentes sobre su salud, presentar obesidad y por último haber crecido en un hogar monoparental.

2.1.3. El impacto de la ruptura en los hijos en los Estados Unidos

Conforme a los datos que nos aporta el US Census Bureau²⁴⁵ la estructura familiar en los Estados Unidos ha cambiado de una forma radical en los últimos 50 años. En 1960 la proporción de niños que crecían en hogares monoparentales era del 9% y esa cifra se ha triplicado pasando al 27% en el año 2014. Esos hogares en su mayoría tienen al frente a la madre de manera habitual, como ya hemos visto en otros informes. En términos cuantitativos absolutos en el año 2014 de los 74 millones de niños que viven en los Estados Unidos más de 9

²⁴³ L. J. HUMAN Y OTROS, «Parental Accuracy Regarding Adolescent Daily Experiences: Relationships With Adolescent Psychological Adjustment and Inflammatory Regulation», *Psychosomatic Medicine*, vol. 76, 8, 2014, Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health) pp. 603-610.

²⁴⁴ M. HOUBEN-VAN HERTEN; G. BAI; E. HAFKAMP; J. M. LANDGRAF; H. RAAT, «Determinants of Health-Related Quality of Life in School-Aged Children: A General Population Study in the Netherlands», *PLOS ONE*, vol. 10, 5, 2015, editado por Ana Paula Arez, Public Library of Science (PLoS) p. e0125083.

²⁴⁵ U. C. BUREAU, «Historical Living Arrangements of Children», *Census.gov*, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://www.census.gov/data/tables/time-series/demo/families/children.html>.

millones viven con un padre o madre divorciado o separado. Estos datos son la consecuencia de un divorcio que se ha ido haciendo cada vez más presente la sociedad norteamericana en las últimas décadas del siglo XX, y de un incremento también del nacimiento de niños fuera del matrimonio a lo largo de ese período.

Es muy abundante la literatura científica norteamericana que se detiene en estudiar y evaluar los efectos que tienen los cambios en la estructura familiar, en particular la ruptura. Un estudio publicado en 2022 y elaborado por Gülgün Bayaz-Öztürk del Departamento de Ciencias Sociales de la Universidad de Nueva York,²⁴⁶ centra su investigación en las diferencias que se producen en el desarrollo de la salud de los hijos de parejas separadas o divorciadas en comparación con los hijos de matrimonios que permanecen unidos. Este estudio se basa en historias clínicas retrospectivas de los interesados que aportan información sobre el desarrollo de su salud y que han hecho posible la elaboración de este análisis longitudinal que conecta ruptura parental y salud. De acuerdo con los resultados que aporta este informe, los hijos de padres divorciados presentan una prevalencia más alta de varias enfermedades durante la adolescencia y como jóvenes adultos, siempre en comparación con chicos de la misma edad que crecen en hogares intactos. Además, se ha podido comprobar siguiendo la trayectoria de vida, que los efectos adversos del divorcio pueden persistir con los años en la forma de una mayor inestabilidad marital y una más alta probabilidad de quedarse desempleados y en situación de desprotección social.²⁴⁷

A su vez, el estudio de Bayaz-Öztürk utilizó el “Childhood Retrospective Circumstances Study”, un informe retrospectivo sobre la historia clínica desde la infancia y que se presentó en el año 2019 al PSID Panel Study of Income

²⁴⁶ G. BAYAZ-ÖZTÜRK, «Parental breakup and children's outcomes in the United States», *Family Relations*, vol. 71, n.º 4, 2022, Wiley, pp. 1802-1816.

²⁴⁷ S. McLANAHAN; L. TACH; D. SCHNEIDER, «The Causal Effects of Father Absence», *Annual Review of Sociology*, vol. 39, 1, 2013, pp. 399-427.

Dynamics,²⁴⁸ un grupo de estudio que desde el año 1968 realiza una investigación longitudinal y representativa a nivel nacional de las familias norteamericanas. Esta investigación recoge datos relacionados con la estructura familiar, el matrimonio, modificaciones en el nivel de renta, salud, empleo, etc. La muestra que emplea este estudio incluye a 5.842 personas que en el año 2013 tenían menos de 65 años y que habían crecido en hogares junto a su padre o madre biológico. De este grupo 725 contestaron que habían experimentado el divorcio o separación de sus padres antes de alcanzar los 17 años de edad. La edad media en la que habían sufrido el divorcio de sus padres era de 10 años. Como aparece en el cuadro más abajo (Table 1), procedente de este informe, los hijos de padres divorciados presentan una más alta probabilidad de experimentar otros cambios importantes, como por ejemplo el cambio de residencia (2,4 versus 1,3 en los hijos de padres casados). Además, aproximadamente el 42% dijeron que en algún momento de su infancia y juventud habían sufrido dificultades económicas, habían tenido que recibir asistencia social por periodos superiores a tres meses o se habían encontrado en una situación de renta media inferior la renta media de la época. El 42% de los hijos de padres divorciados habían pasado por esas situaciones mientras que, por contraste, en las familias con padres casados esa cifra bajaba al 21,5% lo que prácticamente es la mitad.

Este cuadro también recoge datos en cuanto al vecindario en el que se han criado estos niños y se constata que también en esto empeoran las circunstancias: el 5,4% afirmaron vivir en un barrio que no era seguro por las noches frente al 2,6% de los niños en familias intactas.

En el ámbito de las relaciones con el padre y la madre las diferencias son también muy notables y preocupantes: los hijos de padres divorciados que identifican una mala relación con la madre son el 4,53% frente al 1,87% que responden lo mismo entre los hijos de casados. Una mala relación con el padre es referida por el 14,3% de los hijos de padres divorciados mientras que ese porcentaje cae al

²⁴⁸ INSTITUTE FOR SOCIAL RESEARCH, «CHILDHOOD RETROSPECTIVE CIRCUMSTANCES IN THE PANEL STUDY OF INCOME DYNAMICS», *GERONTOLOGIST*, vol. 56, 2016, p.114

3,93 % entre los hijos de padres casados. Ante la pregunta de si consideran que su madre ha puesto muy poco esfuerzo o ninguno en su crianza, solamente el 3,77% de los hijos de padres casados contestaron afirmativamente mientras que ese dato prácticamente se triplica subiendo al 10,7% entre los hijos de padres divorciados.

TABLE 1 Sample characteristics (averages or %; $N = 3856$)

	Parental divorce/separation	No parental divorce/separation
Age (years) at 2013 PSID interview	40.4 (0.536)	45.3 (0.279)
Age (years) at divorce/separation	9.67 (0.146)	—
Male	46.1% (0.03)	49.9% (0.00)
Residential moves	2.41 (0.13)	1.31 (0.04)
School changes	3.38 (0.08)	3.06 (0.05)
Financial struggle	41.8% (0.02)	21.5% (0.01)
Welfare	6.7% (0.01)	2.9% (0.00)
Neighborhood not safe at night	5.4% (0.01)	2.6% (0.00)
Neighbors do not help each other	8.4% (0.02)	2.7% (0.00)
Neighborhood not close-knit	18.4% (0.02)	8.3% (0.00)
Poor relationship with mom	4.53% (0.00)	1.87% (0.00)
Poor relationship with dad	14.3% (0.01)	3.93% (0.00)
Little or no parenting effort by mom	10.7% (0.01)	3.77% (0.00)
<i>n</i>	579	3277

Note: All statistics provided take into account PSID survey design. Standard errors are stated in parenthesis. PSID = Panel Study of Income Dynamics.

Este estudio contiene también otro cuadro (Table 2) que se reproduce más abajo en el que, apoyándose en los historiales clínicos a los que hemos hecho referencia antes y que sirven de base a este estudio, extraen una serie de datos cuantitativos sobre la incidencia de diversas enfermedades en estos chicos de menos de 17 años atendiendo a si han pasado por un divorcio o no. Los principales datos concluyentes que queremos destacar son los siguientes. Primero, las migrañas o fuertes dolores de cabeza se duplican, ya que hay un índice del 0,066 en los hijos de padres separados o divorciados frente al 0,030 en los hijos de familias intactas. Segundo, la depresión se cuadruplica y aparece reflejado en un índice del 0,139 entre los hijos de padres divorciados frente al 0,038 entre los hijos de padres casados. Tercero, la ansiedad se triplica pasando de un 0,044 entre los que no han sufrido el divorcio a un 0,125 entre los hijos de

padres divorciados. Y cuarto, el epígrafe “Otros problemas psicológicos” nos arroja también una importante diferencia entre los hijos de familias intactas que han sufrido otros problemas psicológicos 0,013; cifra que se multiplica por 5 para pasar al 0,065 entre los hijos de padres separados o divorciados.

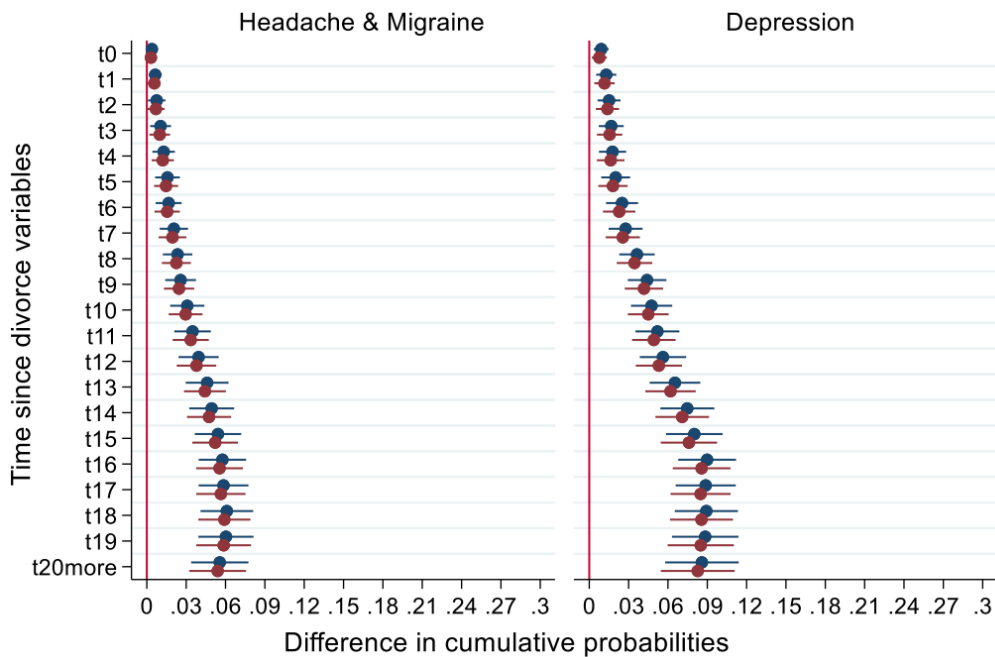
TABLE 2 *t* test for various health conditions by parental divorce/separation before age 17

	Parental divorce/separation	No parental divorce/separation	All
Severe headache or migraine	0.066*** (0.009)	0.030 (0.003)	0.035 (0.003)
Respiratory problems	0.100 (0.005)	0.084 (0.014)	0.086 (0.005)
Asthma	0.077 (0.031)	0.058 (0.006)	0.060 (0.007)
Depression	0.139*** (0.019)	0.038 (0.004)	0.052 (0.004)
Anxiety	0.125*** (0.023)	0.044 (0.003)	0.055 (0.004)
Other psychological problems	0.065*** (0.013)	0.013 (0.002)	0.020 (0.002)
<i>n</i>	579	3277	3856

Note: *t* tests take into account the Panel Study of Income Dynamics survey design. Detailed summary measures that provide the age of diagnosis and recovery (if recovered) for each health condition are available upon request. Standard errors are presented in parenthesis. ****p* < .001.

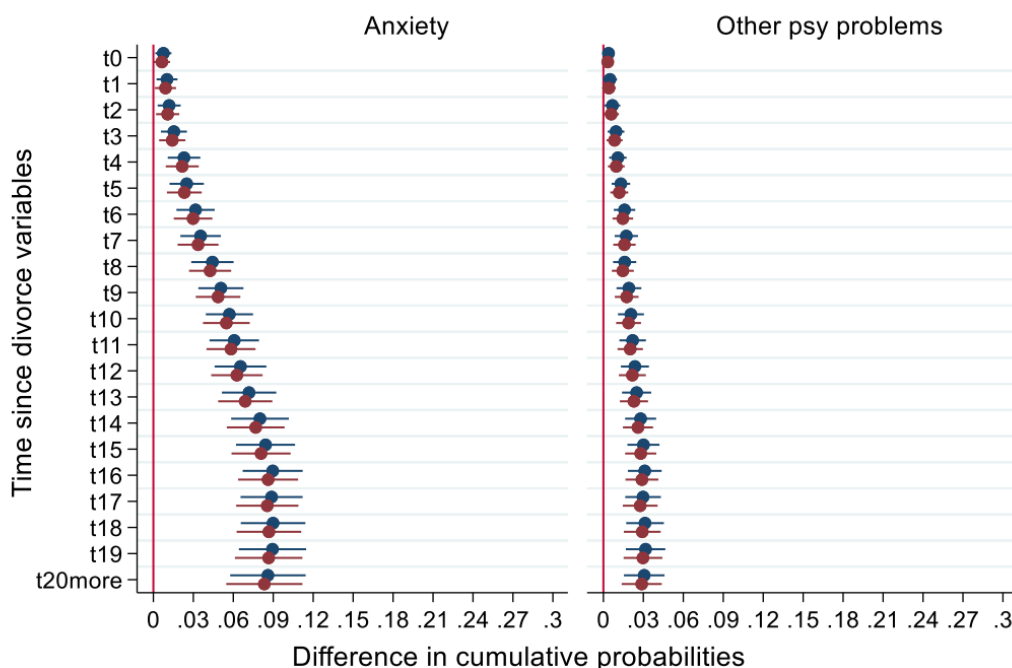
En el caso del asma y de los problemas respiratorios, si bien hay un incremento de la incidencia de estas patologías entre los hijos de padres divorciados en comparación a los hijos de familias intactas, los valores diferenciales son bastante menores en comparación a las otras afecciones que hemos comentado.

A los investigadores les interesaba, como ya se ha mencionado, conocer no solo el impacto de la separación y el divorcio en los hijos menores de 17 años sino también conocer en qué medida esos efectos permanecen en los años posteriores, con ese fin utilizaban las historias clínicas retrospectivas de este grupo de personas, que han sufrido un divorcio en su niñez, pudiendo hacer así un seguimiento de la evolución de su salud en los años posteriores. Se reproducen más abajo unos gráficos en los que se van recogiendo cada una de estas patologías y se recogen, en el eje vertical, los años que han transcurrido desde la separación o el divorcio, y en el eje horizontal el incremento de probabilidades de seguir sufriendo esas dolencias entre los hijos de padres divorciados en comparación con los hijos de matrimonios intactos.



Como puede comprobarse, el índice de probabilidades de continuar sufriendo dolor de cabeza o migrañas persiste con el paso de los años. El gráfico recoge año por año hasta llegar a 20, y después señala 20 o más; se comprueba que la persistencia es de larga duración y alcanza un índice de probabilidades acumuladas cercano al 0,6. En el caso de la depresión se deduce fácilmente que los años no hacen desaparecer este síntoma, sino que más bien permanece en un índice cercano al 0,9.

El siguiente gráfico muestra que la ansiedad permanece con el paso de los años también con unos índices cercanos al 0,9 mientras que en la categoría denominada otros problemas psicológicos el índice de probabilidades es menor no llegando más allá del 0,3, pero también vemos que persiste con el paso de los años esa mayor probabilidad de los hijos de padres divorciados de sufrir este tipo de cuadros psicológicos frente a los hijos de parejas que permanecen casadas.



La relevancia de este estudio radica en ser el único que acompaña durante un marco de 20 años a las personas que han experimentado esa ruptura en su hogar en la infancia, pudiendo así hacer esa comparación longitudinal con las otras personas que no lo han sufrido y ver en qué medida el impacto en su salud les acompaña hasta los años de la adultez.

En definitiva, el perjuicio psicológico que se deriva de la ruptura parental tiene una incidencia mayor pasados 5 o 7 años después de la ruptura. La depresión y la ansiedad persisten en el período de la adolescencia y de la juventud, llegándose a equilibrar aproximadamente 16 años después de la ruptura parental. Entre las dolencias físicas analizadas podemos también comprobar cómo el inicio de esos problemas se presenta de manera más significativa después de 3 a 7 años del momento de la ruptura y van incrementándose gradualmente en el periodo de seguimiento analizado.

2.2. Los efectos del divorcio en la salud de los adultos

Hasta ahora hemos centrado nuestra atención en el impacto que tiene la ruptura matrimonial en la salud de los hijos, pero resulta esencial abordar también ese

mismo impacto en los propios protagonistas de la ruptura, la pareja, y eso es lo que nos proponemos hacer en este apartado.

Comenzaremos por un estudio realizado desde el Boston College por Alice Zulkarnain ²⁴⁹ que investigó sobre el divorcio, constatando su aumento en personas de más de 50 años entre los años 1990 y 2010 ²⁵⁰. Este dato unido al hecho de que existe una amplia investigación científica que confirma el impacto negativo que tiene el divorcio sobre la salud física y mental de sus protagonistas²⁵¹, le llevó a preguntarse si las personas que se divorcian a mediana edad o superior experimentan un declive de la salud física y mental superior al que experimentan las personas que continúan casadas, si es igual el impacto que supone el divorcio en la salud de los hombres y de las mujeres, cuáles son los mecanismos que vinculan divorcio y salud y si dentro de un mismo matrimonio afecta igualmente al esposo y a la esposa el divorcio en términos de salud.

Para contestar a estas y a otras interesantes preguntas el estudio utilizó datos obtenidos a través del Health and Retirement Study (HRS)²⁵² que desde el año 1992 recoge datos acerca de la evolución de las personas de mediana y tercera edad. El HRS hace un seguimiento longitudinal de las parejas a lo largo del tiempo que continúa incluso cuando las parejas ya no continúan casadas, lo que ha supuesto una oportunidad única para comparar los cambios que se producen en los esposos en la etapa posterior al divorcio.

Para este estudio se utilizaron las diez primeras olas de datos del HRS hasta 2011 lo que en términos cuantitativos supuso acceder a la información de 10.946

²⁴⁹ A. ZULKARNAIN; S. KORENMAN, «Divorce and health in middle and older ages», *Review of Economics of the Household*, vol. 17, 4, 2019, pp. 1081-1106.

²⁵⁰ S. KENNEDY; S. RUGGLES, «Breaking Up Is Hard to Count: The Rise of Divorce in the United States, 1980–2010», *Demography*, vol. 51, 2, 2014, pp. 587-598.

²⁵¹ M. E. HUGHES; L. J. WAITE, «Marital Biography and Health at Mid-Life», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 50, 3, 2009, pp. 344-358.

²⁵² MICHIGAN UNIVERSITY, «Health and Retirement Study», fecha de consulta 18 septiembre 2024, en <https://hrs.isr.umich.edu/>.

mujeres, y 10.856 hombres para el análisis del estado individual de cada persona, en el que se tomaban los datos obtenidos para hombres y mujeres casados y se comparaban con los datos que presentaban los hombres y mujeres divorciados y vueltos a casar. El estudio de parejas incluyó a 520 parejas que se estaban divorciando y en este caso el interés residía en comparar los datos que presentaban los esposos frente a las esposas en cuanto al impacto que supone esa transición familiar que es el divorcio.

El primer dato que llama la atención es la percepción personal del propio estado de salud; básicamente consiste en escuchar a las personas acerca de cómo se sienten, cómo se encuentran. El segundo dato es la salud mental, lo que es especialmente relevante para identificar el riesgo de depresión. Lo que se comprueba es que las mujeres casadas perciben su salud como “mala” con un índice 0,21 mientras que entre las mujeres divorciadas ese índice sube a 0,30 y para las divorciadas que se han vuelto a casar el índice se mantiene prácticamente inalterado en un 0,29. En el ítem de probabilidad de depresión clínica, para las mujeres casadas esa probabilidad es del 0,13 mientras que para las divorciadas es prácticamente el doble 0,25 y por último para las que vuelven a casarse se reduce a 0,18 pero aún 0,5 por encima del 0,13 de las casadas.

El informe trabaja con el denominado patrón CSD, que es un índice clínico que va del 1 al 8 y que evalúa en esa escala, y en orden ascendente, las probabilidades de depresión y enfermedades mentales de las personas evaluadas. Para las mujeres casadas el índice CSD es 1,3 mientras que para las divorciadas es 2,2. De nuevo para las mujeres que se vuelven a casar se ve una mejoría ya que se reduce al 1,8. Y el último ítem que nos interesa destacar en esta tabla es el que hace referencia a las enfermedades psicológicas en general. El dato para las mujeres casadas es de 0,14 y ese dato prácticamente se duplica para llegar al 0,26 entre las mujeres divorciadas y lo que llama la atención es que para las mujeres que se vuelven a casar el dato asciende hasta el 0,35. En indicadores previos se comprobaba que la situación de las mujeres divorciadas mejoraba, aunque fuera ligeramente, al volverse a casar mientras que en este caso empeora de manera notable. En los ítems que hacen referencia a la salud física: enfermedades cardiovasculares, pulmonares, diabetes, cáncer,

trombosis, artritis y presión arterial, con la excepción del cáncer, para el resto de los indicadores la salud de las mujeres divorciadas empeora, aunque la variación en los índices es inferior a las vistas anteriormente para los ítems de salud psíquica.

Para los hombres la situación es muy paralela, ya que perciben su salud como “mala” el 0,23 de los hombres casados, dato que asciende al 0,32 para los hombres divorciados. La probabilidad de depresión clínica para los hombres casados es realmente baja el 0,09 pero asciende de manera muy notable, más del doble, entre los hombres divorciados hasta el 0,20, volviendo a descender hasta el 0,10 para aquellos hombres que vuelven a casarse. El índice CSD, para los hombres casados es de 1,0 mientras que para los divorciados es de 1,8 de nuevo desciende al 1,1 para los hombres que vuelven a casarse. El ítem de otras enfermedades psicológicas presenta una diferencia más aguda entre los hombres que entre las mujeres ya que para los hombres casados ese índice es del 0,08 pasando al 0,20 entre los hombres divorciados y tan solo desciende al 0,19 entre los divorciados que se vuelven a casar. En lo referente a la salud física de los varones puede decirse exactamente lo mismo que para las mujeres, ya que, de nuevo, el cáncer es la única enfermedad que no aumenta después del divorcio, si bien el resto, aunque aumentan, lo hacen en menor medida que las enfermedades y dolencias psicológicas.

Table 1a Weighted summary statistics, individual sample

Sample means (SD) - proportions (unless indicated)

	Individuals					
	Women			Men		
	Married	Divorced	Remarried	Married	Divorced	Remarried
“Bad” health, %	0.21	0.30**	0.29*	0.23	0.32**	0.25
Clinical depression likely, %	0.13	0.25**	0.18**	0.09	0.20**	0.10
CESD score (1–8)	1.3 (1.9)	2.2** (2.5)	1.8** (2.1)	1.0 (1.6)	1.8** (2.2)	1.1 (1.6)
Adjusted household income, in \$100k	0.5 (0.5)	0.3** (0.3)	0.5 (0.5)	0.5 (0.5)	0.4** (0.4)	0.5 (0.5)
Psychological condition, %	0.14	0.26**	0.35**	0.08	0.20**	0.19 **
Heart condition, %	0.14	0.16	0.19	0.24	0.27	0.32**
Lung condition, %	0.07	0.11**	0.09	0.07	0.09	0.10
Diabetes, %	0.12	0.13	0.12	0.17	0.20	0.21
Cancer, %	0.11	0.09	0.17*	0.11	0.09	0.10
Stroke, %	0.05	0.06	0.13**	0.07	0.10*	0.09
Arthritis, %	0.53	0.55	0.63*	0.43	0.49*	0.49
High blood pressure, %	0.45	0.49*	0.47	0.47	0.51	0.52
Age, years	63.5 (8.9)	61.6** (7.1)	62.2** (6.3)	64.7 (9.5)	63.7** (7.9)	65.0 (8.0)
Education, years	12.7 (2.8)	12.9 (2.6)	12.6 (2.6)	12.9 (3.3)	12.7 (3.3)	12.8 (3.1)
Black, %	0.06	0.10**	0.09	0.06	0.14**	0.09
Hispanic, %	0.06	0.07	0.06	0.06	0.08	0.06
Person-years	56,146	1,846	744	56,723	1,337	975
Persons	10,953			10,555		

Numbers in parentheses are standard deviations. Married and Remarried include those partnered/cohabiting. Remarriage refers to the marriage after the first divorce observed in the data. Divorced include those separated. Descriptive statistics of widowed men and women are not shown here, but available upon request. Gender, education and the indicators for black and Hispanic identification are time-invariant. Stars mark means significantly different from married in two-tailed tests

* $p < 0.1$; ** $p < 0.05$

Hasta este punto hemos ido valorando los hallazgos científicos que nos aporta este estudio para entender cuáles son las fundamentales diferencias que encontramos entre hombres y mujeres casados, divorciados y los que se han vuelto a casar. Ahora pasamos esa otra parte del informe en la que se realiza un seguimiento de 520 parejas que se estaban divorciando para atender al modo

en el que hombre y mujer reaccionaban y se veían afectados por el divorcio. Es una muestra numéricamente muy inferior, pero relevante y además presenta la originalidad de estudiar a la pareja en su transición a través del divorcio para identificar esos valores diferenciales entre esposos y esposas. A continuación, se reproduce la tabla de este informe que nos presenta estos datos.

Table 1b Weighted summary statistics, couple sample

Sample means (SD) - proportions (unless indicated)						
	Couples					
	Women			Men		
	Married	Divorced	Remarried	Married	Divorced	Remarried
“Bad” health, %	0.26	0.31	0.33	0.28	0.33	0.25
Clinical depression likely, %	0.22	0.26	0.21	0.20	0.20	0.11*
CESD score (1–8)	1.9	2.3	1.9	1.7	1.8	1.1**
	(2.3)	(2.5)	(2.3)	(2.3)	(2.2)	(1.7)
Adjusted household income, in \$100k	0.5	0.3*	0.5	0.4	0.4	0.5
	(0.5)	(0.3)	(0.5)	(0.4)	(0.4)	(0.5)
Psychological condition, %	0.17	0.24	0.36*	0.14	0.22**	0.17
Heart condition, %	0.12	0.15	0.20	0.18	0.27	0.34
Lung condition, %	0.07	0.14	0.08*	0.07	0.09	0.11
Diabetes, %	0.12	0.13	0.13	0.15	0.20	0.18
Cancer, %	0.08	0.08	0.15**	0.05	0.10*	0.13**
Stroke, %	0.05	0.07	0.13	0.05	0.10	0.09
Arthritis, %	0.42	0.55	0.59	0.36	0.48	0.45
High blood pressure, %	0.35	0.46	0.44	0.42	0.53*	0.52
Age, years	57.5	61.2*	61.8	59.1	63.6*	63.9**
	(6.5)	(7.0)	(6.0)	(7.6)	(7.6)	(7.1)
Education, years	13.0	13.1	12.5	12.5	12.7	12.8
	(2.8)	(2.5)	(2.6)	(3.5)	(3.2)	(3.1)
Black, %	0.10	0.08	0.08	0.12	0.12	0.08
Hispanic, %	0.09	0.06	0.07	0.10	0.08	0.06
Person-years	1,365	1,035	369	1,365	920	484
Persons	521			519		

Numbers in parentheses are standard deviations. Married and Remarried include those partnered/cohabiting. Remarriage refers to the marriage after the first divorce observed in the data. Divorced include those separated. Gender, education, and the indicators for black and Hispanic identification are time-invariant. Stars mark means significantly different from married in two-tailed tests

* $p < 0.1$; ** $p < 0.05$

Como se constata, la percepción de tener una mala salud ya es mucho más alta para las mujeres que se están divorciando porque partimos de un 0,26 que en todo caso sube al 0,31 cuando la mujer ya se ha divorciado e incluso sube aún más a un 0,33 entre las mujeres divorciadas que se han vuelto a casar. Entre los hombres es el 0,28 de los que se están divorciando los que perciben su salud como mala y el índice sube al 0,33 después del divorcio, pero se reduce al 0,25 si se vuelven a casar.

En cuanto a la probabilidad de depresión clínica las mujeres presentan un 0,22 que asciende al 0,26 después del divorcio y sin embargo en los hombres es un 0,20 invariable tanto antes como después del divorcio. El índice CSD es de 1,9 antes del divorcio y 2,3 después del divorcio para las mujeres mientras que entre los hombres la variación es casi imperceptible pasando del 1,7 al 1,8 y descendiendo llamativamente al 1,1 si el hombre divorciado vuelve a casarse.

Dentro del ítem de otras enfermedades psicológicas los datos para las mujeres que se están divorciando son llamativos ya que antes del divorcio el índice que presentan es 0,17 que aumenta al 0,24 después del divorcio y que aumentaría todavía mucho más hasta el 0,36 para las mujeres divorciadas que se vuelven a casar. Entre los hombres el punto de partida es de 0,14 para los hombres que se están divorciando y ese índice sube al 0,22 después del divorcio y vuelve a bajar si se vuelven a casar quedándose en un 0,17.

Por último y dentro del capítulo de salud física, se constatan relevantes diferencias antes y después del divorcio ya que, en el caso de la mujer, la enfermedad pulmonar pasa del 0,07 al 0,14 es decir el doble después del divorcio. La artritis pasa también del 0,42 al 0,55 y la presión arterial también se incrementa notablemente en la transición al divorcio para estas mujeres que están en fase de ruptura matrimonial pasando del 0,35 al 0,46 una vez que se han divorciado. La salud física de los hombres también experimenta diferencias en el proceso de divorcio ya que los hombres que se están divorciando presentan un índice de enfermedades cardiovasculares del 0,18 que se incrementan al 0,27 una vez que se divorciaron y que se siguen incrementando hasta el 0,34 si los hombres divorciados vuelven a casarse.

La diabetes también pasa del 0,15 al 0,20 en esa transición y el cáncer pasa de un 0,05 a un 0,10 una vez que se divorcian, incrementándose hasta el 0,13 entre los hombres divorciados que se vuelven a casar: se duplica, y también se duplica el dato relacionado con las trombosis que pasan del 0,05 al 0,10 y tan solo baja en el 0,9 para los que se vuelven a casar.

La artritis también presenta un notable incremento pasando del 0,36 al 0,48 y tan solo descendiendo a un 0,45 al volverse a casar.

Por último, la presión arterial de los hombres que están en proceso de divorcio pasa del 0,42 antes de divorciarse al 0,53 después de divorciarse y prácticamente queda inalterada ya que aquellos que se vuelven a casar tienen un índice del 0,52.

Concluido ya el abordaje de este interesante informe, continuamos con nuestra investigación dentro de la amplia literatura científica en el ámbito internacional que nos presenta la causalidad directa entre el divorcio y la pérdida de salud, incluso el acortamiento de la vida.

Constatamos la inexistencia, escasez y poca relevancia de los estudios realizados en esta materia en el ámbito nacional español. Esto aplica no solo al estudio del impacto en la salud de la ruptura familiar sino, con carácter general, a las consecuencias psicosociales del divorcio entre la población española. Sin embargo, es muy amplia la muestra de evidencias científicas en otros países; entre los múltiples estudios existentes, analizamos el de Bronselaer sobre la sociedad belga, que el acento en el denominado “comportamiento saludable” (2018).²⁵³ El estudio comienza por confirmar cómo también en Bélgica se ha producido un notable incremento de los divorcios al mismo tiempo que se va reduciendo el número de matrimonios. Entre 1970 y el año 2000 el número de

²⁵³ BRONSELAER J.L.J.; DE KOKER B.S.M.; VAN PEER C.M.A., «The impact of divorce on the health status of ex-partners», *Archives of Public Health*, vol. 66, 2008, p. 168.

matrimonios en Bélgica se redujo en casi un 40% mientras que el número de divorcios se incrementó en más del 400%. En 1970 las expectativas de divorcio para un matrimonio eran de un 10% mientras que en el año 2002 la tasa de divorcio predecible para un matrimonio era del 54%.

Con esos datos en la mano, esta investigación por encargo del Ministerio de Bienestar Salud Pública y Familia del gobierno flamenco de Bélgica, profundiza en el conocimiento del vínculo entre ruptura marital y estado de salud de los divorciados. El concepto de “comportamiento saludable” conecta salud y matrimonio; en efecto la literatura científica arroja numerosos datos que confirman que estar casado tiene un efecto protector sobre los cónyuges que les lleva a evitar comportamientos de riesgo para su salud (consumo de alcohol y/o tabaco, conducción a alta velocidad, etc.) Estar casado además parece contribuir a un estilo de vida más organizado, lo que redundaría en mejores hábitos nutricionales y un descanso también más ordenado.

Doce estudios longitudinales (seis americanos, cuatro europeos y dos canadienses) demuestran que la ruptura conyugal en todas las edades y entre hombres y mujeres se relaciona con un incremento en el consumo de alcohol.²⁵⁴

Un estudio realizado por Reczek ²⁵⁵ en el que analiza el consumo de alcohol entre las personas adultas, concluye que el divorcio está asociado con un incremento del consumo de alcohol entre los varones.

En lo que se refiere al riesgo de mortalidad también se encuentran investigaciones solventes que vinculan la esperanza de vida al estado marital. Así, el estudio de Dupré y otros de 2009 ²⁵⁶ concluye que la mera acumulación de años es en si misma precursora de una larga vida.

²⁵⁴ A. E. BARRETT, «Marital Trajectories and Mental Health», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 41, p. 451.

²⁵⁵ C. RECZEK; T. PUDROVSKA; D. CARR; M. B. THOMEER; D. UMBERSON, «Marital Histories and Heavy Alcohol Use among Older Adults», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 57, 1, 2016, pp. 77-96.

²⁵⁶ M. E. DUPRE; S. O. MEADOWS, «Disaggregating the Effects of Marital Trajectories on Health», *Journal of Family Issues*, vol. 28, 2007, P.623

Este estudio constata que las personas que permanecen casadas tienen un riesgo de mortalidad más bajo mientras que entre las divorciadas de la misma edad, el riesgo de mortalidad aumenta. Más para los hombres que para las mujeres.

En la misma línea, un estudio sobre mortalidad en el Reino Unido demuestra que los hombres que se divorciaron durante el periodo de seguimiento presentaban un riesgo más alto de mortalidad por enfermedades cardiovasculares y no cardiovasculares. Este exceso de mortalidad entre los hombres divorciados no se puede justificar por razones de estado de salud más delicado o por la exposición a otro tipo de factores de riesgo.²⁵⁷

Un estudio titulado “La revolución gris del divorcio”²⁵⁸, del departamento de sociología de la Universidad de Ohio analiza la incidencia del divorcio y de sus efectos entre la población de más de 50 años en los Estados Unidos. Sus autores han basado su trabajo en los datos extraídos del 1990 US Vital Statistics Report y del 2010 American Community Survey (ACS). El ACS es una encuesta anual nacional que desde el año 2008 incluye también cuestiones relacionadas con la historia marital, ya que se vio necesario incluirla ante la evidencia de que la falta de esos datos sobre la incidencia del matrimonio y el divorcio suponían una importante carencia. El ACS de 2010 incluyó una muestra de 3.061.692 personas entre las cuales 1.138.468 eran mayores de 50 años.

²⁵⁷ K. E. LEONARD; J. C. ROTHBARD, «Alcohol and the marriage effect», *Journal of studies on alcohol. Supplement*, vol. 13, p. 139.

²⁵⁸ S. L. BROWN; I.-F. LIN, «The Gray Divorce Revolution: Rising Divorce Among Middle-Aged and Older Adults, 1990-2010», *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, vol. 67, n.º 6, 2012, pp. 731-741.

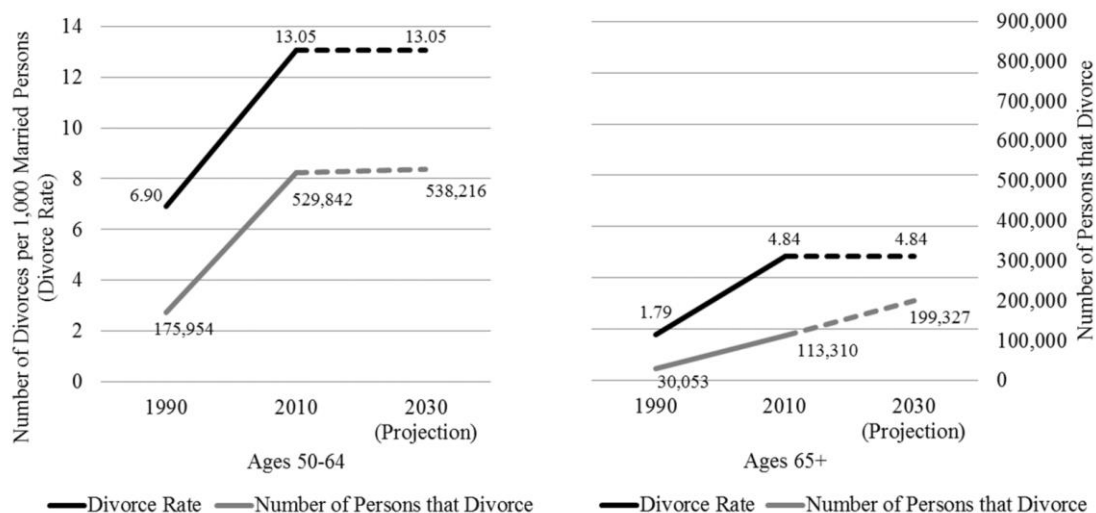


Figure 2. Divorce rate and number of persons that experience divorce, for adults aged 50 through 64 years and 65 years and older.

Como puede verse en los gráficos superiores que forman parte de este informe, el número de personas divorciadas entre aquellos que tienen entre 50 y 64 años se ha triplicado entre el año 1990 y 2010. Si atendemos a la cohorte de población de más de 65 años, el número de personas divorciadas en ese mismo período de tiempo se han casi cuadruplicado.

A continuación, reproducimos otro gráfico de este informe que aporta información acerca de la incidencia de la biografía marital entre los divorciados de más de cincuenta años.

Table 1. Divorce Rates for Demographic Characteristics, Economic Resources, and Marital Biographies by Age Groups

Age	50+ (1)	50–64 (2)	65+ (3)	(2) vs. (3)
Total	10.05	13.05	4.84	***
<i>Demographic characteristics</i>				
Gender				
Women	10.32	12.90	5.37	***
Men	9.81	13.21	4.42	***
Race and ethnicity				
White	8.96	12.03	4.06	***
Black	20.46	24.87	10.24	***
Hispanic	11.34	12.41	8.67	**
Others	9.47	11.06	5.87	***
<i>Economic resources</i>				
Education				
Less than high school	11.52	16.40	6.50	***
High school graduate	9.64	13.02	4.67	***
Some college	11.38	14.36	4.76	***
Bachelor's degree or more	8.52	10.65	3.91	***
Employment				
Not in labor force	6.93	11.62	4.36	***
Unemployed	21.18	22.36	13.09	***
Worked part time	10.00	12.19	5.36	***
Worked full time	12.36	12.96	6.80	***
Personal income				
<10K	9.09	12.44	4.36	***
10–25K	10.56	15.10	5.73	***
25–40K	10.65	14.09	4.76	***
40–55K	10.38	12.76	4.28	***
55–70K	10.47	12.54	4.28	***
>70K	9.59	11.17	4.08	***
<i>Marital biographies</i>				
Marriage order				
First marriage	6.93	9.45	2.85	***
Higher order marriage	17.17	20.63	10.13	***
Marital duration (years)				
0–9	28.60	30.27	21.53	***
10–19	17.46	18.89	11.21	***
20–29	12.10	12.95	7.72	***
30–39	7.76	8.06	6.09	**
40+	3.19	4.96	2.68	***
Unweighted <i>N</i>	757,835	462,812	295,023	

Notes: The divorce rate is the number of divorced persons per 1,000 married persons.

** $p < .01$. *** $p < .001$, Pearson's chi-square test.

Como podemos ver en este gráfico, el riesgo de divorcio se incrementa notablemente si comparamos aquellas personas que están en su primer

matrimonio con las que estaba en su segundo matrimonio o más. La tasa de divorcio entre aquellas personas de más de 50 años que se han casado por segunda vez se multiplica por 2,5. Entre los casados por primera vez, la tasa de divorcios es de 6,9 divorcios por cada 1000 personas casadas; mientras que entre aquellos que ya se han divorciado y están en su segundo matrimonio o tercero etc. la tasa es de 17,2 personas divorciadas por cada 1000 personas casadas: más del doble (2,5) por el solo factor de haberse divorciado ya antes una vez o no. Este hallazgo convierte al divorcio en un gran predictor de un nuevo divorcio.

Destacan igualmente las diferencias en las tasas de divorcio de los de más de 50 años en función del tiempo que llevan casados. Así, la tasa de divorcio entre los de más de 50 se multiplica casi por 10 entre aquellos que llevan casados entre 0 y 9 años, estamos hablando de 28,6 personas divorciadas por cada 1000 personas casadas; frente a aquellos que llevan casados 40 años o más ya que en el caso de este segundo grupo, la tasa de divorcios baja muchísimo para ser 3,2 personas divorciadas por cada 1000 personas casadas.

La tasa de divorcios va descendiendo de manera lineal a medida que va aumentando el número de años que permanece la pareja casada. De un índice de 28,6 para las parejas que llevan entre 0 y 9 años casadas, bajamos al 17,46 para las parejas que llevan entre 10 y 19 años. Del índice 12,1 para las parejas que llevan entre 20 y 29 años al 7,76 para las parejas que llevan entre 30 y 39 años. Para las parejas que llevan más de 40 años casadas la probabilidad de divorcio es muy baja, tan solo de 3,19 personas divorciadas por cada 1000 personas casadas. También aquí puede concluirse fácilmente que la consolidación del matrimonio, superando los desafíos que se puedan presentar año tras año, robustecen notablemente la unión conyugal y la hacen mucho menos propensa al divorcio.

3. La estabilidad familiar y su impacto socioeconómico y laboral

Pasamos ahora a analizar cómo la estabilidad familiar influye en el ámbito laboral, y otros factores socioeconómicos. Comenzamos con el entorno laboral.

3.1. Divorcio y empleo

Un informe del año 2012 utiliza una base de datos longitudinal exclusiva que vincula los datos obtenidos en el censo del estado de Israel de 1995 acerca del nivel de empleo de los censados y el registro de divorcios.²⁵⁹ La muestra incluye a 61.709 judíos israelíes, hombres y mujeres, que aparecían en el censo como casados o divorciados. La relevancia de este estudio radica en el hecho de que a finales de la década de los 90, Israel estaba en el puesto número 11 de los 22 países más desarrollados en términos de tasa de empleo en mujeres: el 65% de las mujeres entre 25 y 60 años estaban empleadas. Las preguntas que pretende contestar este estudio son: ¿supone el divorcio un cambio en la actividad económica de los hombres y las mujeres comparado con su actividad previa a la ruptura matrimonial? ¿existen diferencias en el modo en que afecta esta transición a los hombres y a las mujeres?

Numerosas investigaciones científicas muestran las ventajas que supone el estado matrimonial para las condiciones económicas y laborales de los hombres y de las mujeres.²⁶⁰ Se ha llegado a acuñar el término “prima salarial matrimonial” para los hombres y “prima de renta matrimonial” para las mujeres. Lo que significan estos términos es que, según sus autores, en el matrimonio se produce una cierta especialización, siendo así que uno de los dos, históricamente el hombre con más frecuencia, focaliza más su dedicación en la obtención de recursos externos; como consecuencia obtendría unos mejores y mayores ingresos salariales; mientras que la mujer dedicaría más horas a la atención del

²⁵⁹ L. RAZ-YUROVICH, «Divorce Penalty or Divorce Premium? A Longitudinal Analysis of the Consequences of Divorce for Men's and Women's Economic Activity», *European Sociological Review*, vol. 29, 2, 2013, pp. 373-385.

²⁶⁰ A. LIGHT, «Gender Differences in the Marriage and Cohabitation Income Premium», *Demography*, vol. 41, 2004, p. 263.

hogar y de los hijos y accedería en su matrimonio a un mayor nivel de renta originado por ese incremento salarial del esposo.

Los defensores de esta teoría del *marriage premium*, *prima matrimonial*, que acabamos de explicar sostienen también que, cuando se produce un divorcio, los dos, hombre y mujer, pierden esos beneficios que obtuvieron en el matrimonio por lo que la *prima matrimonial* se convierte en *penalización del divorcio*.

Vale la pena diferenciar entre el impacto que tiene en el hombre y en la mujer. La mujer pierde el acceso a la renta generada por el marido como ya hemos comentado antes, lo que ocurre en un contexto más general de pérdida de economías de escala: todos los gastos de vivienda, manutención, alimentación, vacaciones, etc. hasta ese momento eran compartidos pero ahora, después de la ruptura, muchos de ellos se van a multiplicar por dos y la renta de origen es prácticamente la misma, por eso se habla de la pérdida de las economías de escala que supone la convivencia y la unidad familiar.

Esta reducción en el nivel de renta de la mujer supondría un incentivo para incrementar su participación en el mercado laboral. Así, las mujeres que no estuvieran trabajando se incorporarían al mercado de trabajo y las que ya estuvieran trabajando dedicarían más horas a su compromiso laboral, como se ha podido comprobar en los estudios realizados en Holanda, Dinamarca e Italia.²⁶¹ Para que la mujer se incorpore al mercado de trabajo después del divorcio son fundamentales algunas variables como su nivel de educación, su experiencia laboral previa y el hecho de que tenga o no menores a su cargo.

Vemos por lo tanto que la ruptura matrimonial no tiene un efecto automático sobre la mayor incorporación de la mujer al mercado laboral porque existen estos tres condicionantes que acabamos de mencionar y que tienen un papel fundamental.

²⁶¹ MAIKE VAN DAMME; WILFRED UUNK, «Female-supportive policies and women's employment after divorce», fecha de consulta 18 septiembre 2024, en <http://www.elgaronline.com/view/9781848441934.00018.xml>.

Sobre los efectos que tiene el divorcio en el rendimiento laboral del hombre tenemos muchos menos estudios, comparados con la mujer, seguramente porque con frecuencia es la mujer la que ajusta su jornada laboral en función de su familia, y quizá se daba por hecho que al hombre le afectaría menos en el plano laboral la transición hacia el divorcio. Sin embargo, como afirma Kalmijn,²⁶² se han equivocado quienes pensaban que los efectos del divorcio en el varón eran fundamentalmente sociológicos y psicológicos, ya que el impacto económico y laboral en el hombre también es más que destacable.

Para ello se apoya en la antes referida *teoría de la especialización* que se produce dentro del matrimonio y que, al terminar este, haría que el hombre dejara de tener más cubiertas las necesidades del hogar y de los hijos y por lo tanto tendría que dedicar más tiempo a compensar esa soledad doméstica, lo que iría en detrimento del tiempo dedicado a su función profesional. De hecho, Kalmijn, que focaliza su estudio en los hombres holandeses, muestra en su informe que los hombres sufren esa penalización del divorcio empeorando sus trayectorias profesionales e incrementando su tasa de movilidad y de desempleo en el período inmediatamente posterior a la ruptura matrimonial.

Kalmijn añade un dato más que explicaría esa penalización que supone el divorcio para los varones: la esposa constituye un importante *capital social* para el marido, ya que le proporciona apoyo, aliento y consejo en su desarrollo profesional; todos estos factores los pierden con el divorcio, lo que afectaría de forma negativa a su carrera profesional. El autor afirma que los hombres se ven más afectados que las mujeres en los niveles de estrés emocional a corto plazo como consecuencia del divorcio, lo que de nuevo afectará sin duda a su rendimiento laboral con las posibles implicaciones en su carrera que esto podría tener.

²⁶² M. KALMIJN; R. LUIJKX, «Has the reciprocal relationship between employment and marriage changed for men? An analysis of the life histories of men born in The Netherlands between 1930 and 1970», *Population studies*, vol. 59, p. 211.

Esta investigación realizada en Israel, aporta mucho a la valoración del impacto económico del divorcio en los hombres y las mujeres, ya que la mayoría de la investigación que manejamos sobre este punto se centra en el desgraciado vínculo existente divorcio y pobreza, fundamentalmente provocado por el hecho de que la mayoría de los hogares monoparentales que se generan después del divorcio están encabezados por la madre. El estudio israelí concluye que las mujeres que se divorciaron incrementaron su nivel de actividad económica y participaron de manera más estable y continua en el mercado laboral. Sin embargo, y en contra de lo que nos diría nuestra intuición, esto no supuso en absoluto una ventaja salarial pues a largo plazo se vieron penalizadas en sus ingresos, ya que su salario creció a un ritmo más lento que el que crecía cuando estaban casadas. Una de las explicaciones que se apuntan es que quizás su participación en el mercado laboral con frecuencia era a través de dedicación parcial, más compatible con su papel también como responsables habituales de la custodia de sus hijos, lo que dificulta en ocasiones una mejor progresión en la carrera profesional. Entre los hombres israelíes estudiados nos encontramos con efectos similares a los que hemos mencionado para los holandeses y franceses: se reduce la estabilidad en el empleo de forma clara en los hombres divorciados y los niveles salariales también se reducen de forma más drástica incluso que entre las mujeres. El informe explica que los acuerdos de regímenes de visitas y estancias con el padre implican para este una muy superior dedicación a la atención del hogar y de sus hijos, lo que reduce su dedicación a su tarea profesional y de ahí ese impacto negativo en su salario. Esto es precisamente lo que hemos visto en párrafos anteriores y que Kalmijn refiere como el paso de la *prima matrimonial a la penalización del divorcio*.

3.2. Divorcio y rendimiento laboral

En una reciente publicación de las universidades de Minnesota y Oregón y publicado en el año 2022 ²⁶³ se detecta un enfoque interesante al abordar el impacto que tiene la ruptura conyugal en el rendimiento laboral de los cónyuges.

²⁶³ C. R. WANBERG; B. CSILLAG; M. K. DUFFY, «After the break-up: How divorcing affects individuals at work», *Personnel Psychology*, vol. 76, 1, 2023.

Como bien señalan los autores de este estudio, en el pasado se había analizado fundamentalmente en qué medida el ritmo de trabajo afectaba a la vida de familia; sin embargo, faltaba este otro enfoque que trata de ver cómo la vida de familia afecta al desempeño laboral de sus miembros. La investigación constata unos altos niveles de incidencia del divorcio en la sociedad americana del año 2022, en la que cada año un millón y medio de personas pasan por la ruptura matrimonial lo que hace que, por efecto acumulativo, en torno a la tercera parte de los americanos de edades entre 25 y 65 años están divorciados o están en proceso de divorcio. Los Estados Unidos es uno de los países de la OCD con una tasa de divorcio más alta, siendo así que es en torno al 40% de los matrimonios celebrados los que acaban en divorcio. Acerquémonos a este trabajo compuesto de dos estudios distintos.

El primer estudio analiza la situación en la que se encuentran las personas que están pasando por un divorcio y la compara con el estado que presentan las personas que nunca se han divorciado o lo han hecho en años atrás. Esa comparación se hace en términos de actitud hacia el trabajo, nivel de implicación, rendimiento profesional en el puesto de trabajo y estado de salud general. También se entrevista en forma narrativa a esas mismas personas que se están divorciando para que cuenten a través de preguntas abiertas, en qué medida entienden que ese proceso está afectando de manera positiva o negativa a su desempeño laboral.

El segundo estudio se basa en los resultados del primero y lo que hace es atender al nivel de dolor y sufrimiento que supone el proceso de divorcio, en el sentido de la pérdida de una relación, y trata de valorar el alcance que tiene ese empobrecimiento y pérdida de recursos psicológicos que supone la ruptura familiar. En concreto los parámetros analizados en este segundo estudio son la tristeza, el dolor, la añoranza, los pensamientos rumiativos, la falta de aceptación y los sentimientos de injusticia, enfado y amargura. Todas estas emociones, que de acuerdo con estos estudios están presentes en mayor o menor medida en las personas que pasan por un divorcio, son analizadas en un contexto laboral. Se trataría de ver cómo y en qué medida, este conjunto de emociones puede actuar

como posibles predictores del comportamiento en el puesto de trabajo en cuanto al nivel de compromiso, implicación y vinculación del trabajador con su propio trabajo, al rendimiento y productividad laboral y a su estado de salud general. Este trabajo de análisis señala tres factores que serían decisivos a la hora de identificar el nivel de dolor y sufrimiento que padece cada persona cuando pasa por un proceso de divorcio. Esos tres factores son: la calidad del matrimonio que se está disolviendo (si la persona que se está divorciando entiende que su relación conyugal era positiva sufrirá mucho más), la presencia de hijos (añade un mayor motivo de sufrimiento, dolor y preocupación), y la situación financiera que sobreviene a la ruptura (si los protagonistas del divorcio anticipan un empeoramiento o al menos temen una mayor inestabilidad económica el sufrimiento también será mayor).

Los autores del estudio hacen referencia a la teoría COR (*Conservation of Resources*) conforme a la cual cuando una persona se enfrenta a la pérdida de recursos, o percibe como amenaza una posible pérdida de recursos, reacciona con un incremento del estrés y con una importante pérdida del bienestar personal. Cuando hace referencia a “recursos”, esta teoría se está refiriendo a recursos contextuales (la casa, el coche, el empleo o el status de estar casado) o recursos personales (energía cognitiva, la capacidad de atención, o la resiliencia).²⁶⁴ Evidentemente cuantos más recursos tenga la persona, mejor capacitada estará para lidiar con situaciones estresantes; y al mismo tiempo la pérdida de recursos, o la percepción de esa amenaza de pérdida de recursos, en sí misma genera un nivel de estrés en la persona que le afecta de modo muy directo.

El matrimonio se caracteriza por ser un entorno que permite a los esposos adquirir, invertir, proteger y sustituir recursos con mucha más facilidad y eficacia que si estuvieran solos²⁶⁵ por eso la ruptura matrimonial se traduce en la pérdida,

²⁶⁴ S. E. HOBFOLL, «Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress», *The American psychologist*, vol. 44, p. 513.

²⁶⁵ L. L. TEN BRUMMELHUIS; A. B. BAKKER, «A Resource Perspective on the Work-Home Interface: The Work-Home Resources Model», *American Psychologist*, vol. 67, 2012, p. 545.

o amenaza de pérdida, de un sinfín de recursos que además están interrelacionados como son, la compañía, los buenos momentos con los hijos, compartir las experiencias y las pertenencias personales, así como los logros y bienes financieros.

En ese contexto de pérdida también tendrán que aplicar sus propios recursos personales para ayudar a sus hijos a sobrellevar la ruptura y todas sus tensiones. Además, se tendrán que enfrentar a la toma de decisiones complejas, tales como la mudanza a una nueva casa, las reuniones con abogados, los ajustes financieros, la asunción de nuevas responsabilidades domésticas, etc. y todo ello en un contexto de alta tensión. Todo esto supone un drenaje profundo de los mencionados recursos ya que cada uno de estos factores que hemos mencionado está considerado como un estresor. De acuerdo con la teoría COR, la pérdida de recursos y la amenaza de pérdida de recursos implica que la persona va a desviar su atención y su tiempo, lo que se traducirá en perjuicio de otros objetivos y metas importantes en su vida que necesariamente se verán descuidadas, lo que a su vez también puede redundar en adicionales pérdidas de recursos en esos otros ámbitos, como puede ser el profesional.

Esta teoría concluye que cuando una persona está en situación de pérdida de recursos, como ocurre en el caso del divorcio, se encuentra también en un estado de alta vulnerabilidad que le puede hacer más proclive a la pérdida de otros recursos en otros ámbitos, lo que en definitiva se ha venido en conceptualizar como *la espiral de la pérdida de recursos*.²⁶⁶ Este concepto lo entendemos muy bien si ponemos en conexión las múltiples variables que estamos estudiando en este trabajo: el divorcio puede llevar a la depresión, lo que a su vez puede conllevar problemas de concentración y falta de motivación, que por su parte pueden provocar olvidos y errores importantes en el desempeño

²⁶⁶ S. E. HOBFOLL; J. HALBESLEBEN; J.-P. NEVEU; M. WESTMAN, «Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences», *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, vol. 5, 1, 2018. pp. 103-128.

de la vida personal o profesional... y así el agujero que crea esa perforadora espiral es cada vez más grande.

Una vez expuestos los planteamientos y postulados básicos de esta investigación veamos de manera separada los resultados y conclusiones del primer y del segundo estudio.

En el primer estudio el objeto era comparar la situación que viven en su entorno laboral dos grupos diferenciados de personas: quienes están pasando por un proceso de divorcio y quienes o bien no han pasado por el divorcio o lo hicieron en tiempos precedentes. Los parámetros comparativos son: actitud negativa hacia el trabajo (hostilidad, el enfado, el miedo, la vergüenza, los nervios y la incomodidad general en el trabajo), implicación cognitiva (en qué medida el empleado está psicológicamente presente al 100% en su trabajo), implicación física (intensidad, energía y esfuerzo que el trabajador despliega), rendimiento, y salud (en sus dos vertientes tanto física como psicológica, incluyendo factores como el sueño).

Como población muestra del estudio se realizó una encuesta general en la que participaron 8.609 personas a las que se le aplicó una batería de preguntas para identificar quiénes serán las personas elegibles para esta investigación de acuerdo con varios parámetros. Finalmente fueron seleccionados 542, de los cuales 121 estaban en pleno proceso de divorcio, 137 casados o en cohabitación y que nunca se habían divorciado, 138 que se habían divorciado en los últimos 5 años, y 146 que se habían divorciado hace más de 5 años. El 55% de los participantes son mujeres, y la edad media de todos era 39,15 años.

Los resultados de este estudio se ven reflejados en los gráficos que recogemos a continuación y que nos aportan una interesante información.

TABLE 2 Study 1: Role of divorce status as a predictor of work outcomes

Predictor	Negative mood at work		Cognitive engagement		Physical engagement		Job performance		Health	
	B	SE	B	SE	B	SE	B	SE	B	SE
Control variables										
Gender (0 = male, 1 = female)	-.19**	.05	.09	.07	.17*	.07	.00	.12	-.07	.10
Race (0 = person of color, 1 = White)	-.01	.07	-.09	.09	-.08	.09	-.34*	.17	-.18	.13
Age	-.01**	.00	.01	.00	.00	.00	.01*	.01	.01	.01
Educational attainment	.01	.02	-.06	.03	-.04	.03	-.12*	.06	-.07	.04
Occupational level	.02	.02	.09**	.03	.10**	.03	.14**	.05	.01	.04
Divorce status										
Married/cohabiting and never divorced	-.32**	.08	.09	.10	.13	.10	.35*	.18	.61**	.14
Divorced = < 5 years	-.17*	.08	.00	.10	-.02	.10	.28	.18	.35*	.14
Divorced > 5 years	-.20*	.08	.10	.10	.08	.10	.38*	.19	.32*	.15
R ²	.10**		.04*		.04*		.05**		.06**	

N = 542. Divorce in process served as the divorce status reference group. Coefficients are unstandardized.

* $p < .05$. ** $p < .01$.

En este cuadro se reflejan las cinco variables que son objeto de comparación entre las personas que están en un proceso de divorcio y los otros tres grupos de referencia. Comenzamos con la actitud negativa en el trabajo. Los resultados revelan que las personas que nunca se han divorciado tienen una menor actitud negativa en su trabajo que se representan un índice -0,32 en comparación con los que se están divorciando. También es menor la actitud negativa de los que se divorciaron en los últimos cinco años (-0,17) y la de los que se divorciaron hace más de cinco años (-0,20).

Respecto del rendimiento en el trabajo, también se encuentran en peores condiciones las personas que se están divorciando: En términos comparativos, quienes nunca se han divorciado obtienen un índice de 0,35, Mientras que quienes se divorciaron en los últimos 5 años obtienen un índice de 0,28; es decir 0,07 más bajo. Sin embargo aquellos que se divorciaron hace más de 5 años recuperan índice y rebasan incluso a los casados porque obtienen un índice de 0,38.

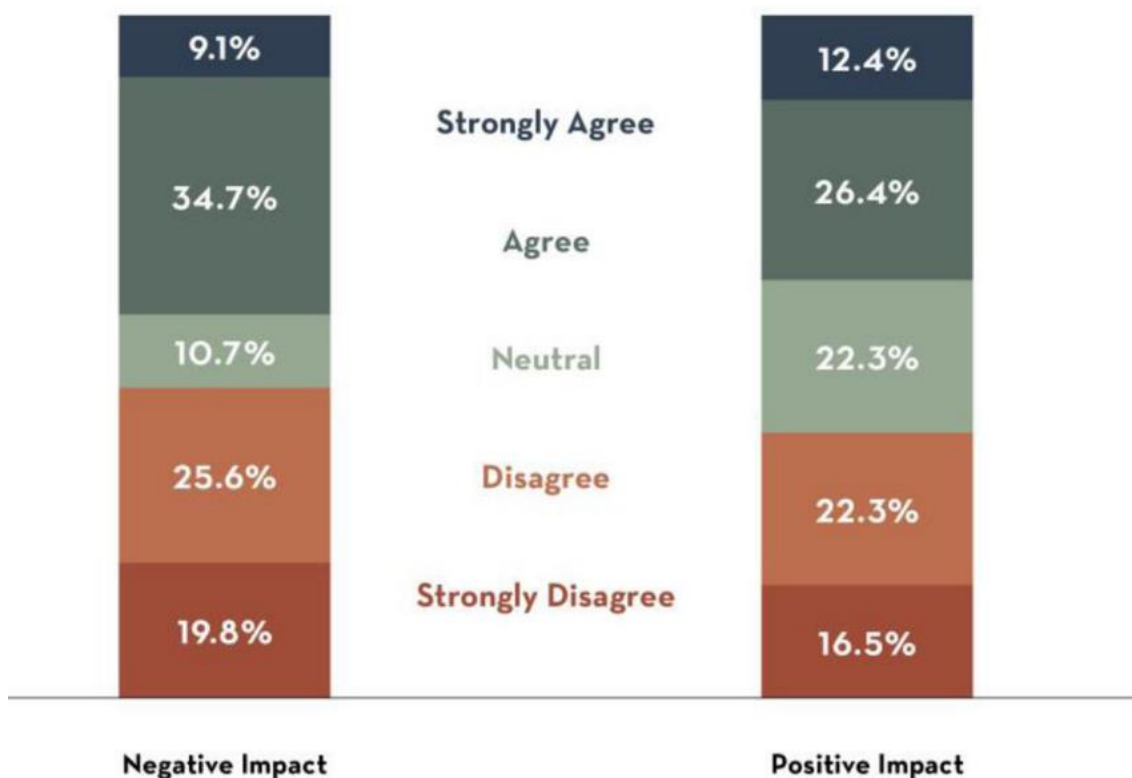
En el estado de salud, las diferencias son más claras:

Quienes nunca se divorciaron obtienen los resultados más altos, con un índice 0,61, los que se divorciaron en los últimos cinco años reportan un índice de 0,35 y los que se divorciaron hace más de 5 años, en este caso no remontan ya que presentan el índice más bajo: 0,32.

En cuanto a la implicación tanto cognitiva como física, se aprecian diferencias muy inferiores; destaca únicamente lo que el cuadro refleja en cuanto a las personas que nunca se han divorciado, con un nivel de implicación cognitiva superior: 0,09 y un nivel de implicación física superior: 0,13.

Los autores de este estudio ven confirmada la tesis de trabajo con la que iniciaban su investigación: las personas que están sufriendo un proceso de divorcio se encuentran en condiciones peores de acuerdo con todos los parámetros abordados. Dentro de este primer estudio también se introdujo una pregunta de autoevaluación para los participantes en cuanto a si percibían que el divorcio suponía un impacto negativo en su trabajo o un impacto positivo. En concreto los participantes contestaron a estas dos preguntas bien haciendo una valoración global: *all things considered*, mi divorcio ha tenido un impacto negativo en los últimos meses en mi trabajo o carrera profesional, o *all things considered* mi divorcio ha tenido un impacto positivo en los últimos meses en mi trabajo o carrera profesional. En el cuadro que reproducimos a continuación, y que forma parte también del informe que estamos analizando, aparece el nivel de adhesión de los participantes al impacto negativo a la izquierda y al impacto positivo a la derecha.

STUDY 1



En la columna izquierda, el 43,8 % de los participantes dijeron estar de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación de que el divorcio ha tenido un impacto negativo, frente a un 45,4% que dijeron estar en desacuerdo o en claro desacuerdo con esa afirmación. Los que dijeron estar de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación de que su divorcio había tenido un impacto positivo en los últimos meses supusieron un 38,8% exactamente igual al porcentaje de entrevistados que mostraron un desacuerdo o claro desacuerdo con esa afirmación que también fueron del 38,8 %.

Después de haber analizado y constatado de manera objetiva la presencia de variables que apuntan a un empeoramiento de las condiciones en las que la persona desempeña sus funciones profesionales y que afectan a su rendimiento, así como a su estado de ánimo y a su estado de salud, puede sorprender el

resultado de esta encuesta que acabamos de comentar. A priori, la conclusión directa más evidente es que existe una resistencia a reconocer los efectos negativos que en la propia vida —laboral en este caso— está suponiendo la toma de una decisión tan compleja y con tantas implicaciones como es la de divorciarse. No obstante, vamos a valorar las respuestas narrativas que los participantes aportaron contestando en abierto a la pregunta:²⁶⁷

“Por favor utilice este espacio para compartir más información acerca de cómo y por qué entiende que su divorcio ha tenido un efecto positivo o negativo, en cada caso, en su carrera profesional.”

Las respuestas de aquellos que contestaron de manera extensa a por qué consideraban que el divorcio había impactado de forma negativa en su trabajo se pueden condensar en los siguientes puntos:

“Baja excitación emocional que se expresa en sentimientos de tristeza, desesperanza, apatía, agotamiento, baja energía y baja implicación.”

“Alta excitación emocional que se expresa fundamentalmente en los niveles de irritabilidad y de mal temperamento.”

“Dificultades en la regulación de las emociones, fundamentalmente el llanto intempestivo e incontrolable.”

“Falta de concentración y focalización en la tarea que se está realizando.”

“Distracciones y pensamientos rumiativos. El trabajador se da cuenta de que se le va la cabeza una y otra vez a pensamientos obsesivos sobre lo que está ocurriendo en su vida en este momento de divorcio.”

Por otro lado, las respuestas de aquellos que contestaron de manera extensa a por qué consideraban que el divorcio había impactado de forma positiva en su trabajo se pueden condensar en los siguientes puntos:

“La posibilidad de tener más tiempo disponible para trabajar o más concentración y energía en general.”

²⁶⁷ C. R. WANBERG Y OTROS, «After the break-up», cit., p. p.87 y 88.

“La utilización del trabajo como un escape en la situación que estaban viviendo.”

“La eliminación de todo lo que era disfuncional permite más tiempo dedicación y energía en el trabajo.”

“Mayor motivación y afán de superación.”

“Una nueva focalización en uno mismo.”

“Un estímulo para cambiar de carrera profesional.”

Sin extendernos mucho más en este apartado sí que vale la pena señalar que los comentarios aportados por aquellos que perciben el divorcio como algo positivo en su desempeño profesional parecen ir en la línea de valorar más la dimensión individual y por lo tanto para ellos la pérdida de recursos personales familiares y afectivos adquieren un peso relativo frente al desarrollo y la búsqueda del éxito personal y profesional.

En el segundo estudio de las universidades de Minnesota y Oregón y publicado en el año 2022, los investigadores continúan abundando en la teoría COR y desarrollan un modelo que analiza el impacto en cascada del dolor y la aflicción que supone el proceso de divorcio en el desempeño laboral. Cuenta con una nueva muestra de participantes, todos ellos personas de Estados Unidos y Canadá que estaban en fase de divorcio y trabajando a tiempo completo en el momento de participar en la investigación. Se enviaron 1.723 invitaciones para participar dirigidas a personas que estaban en proceso de divorcio contando con el apoyo de tres tribunales de Minnesota. Se les pidió que participarían en tres encuestas. En la primera participaron 281 personas y contestaron a preguntas dirigidas a valorar la calidad del matrimonio que se está rompiendo, la presencia o no de niños, la posible estabilidad financiera después del divorcio, los niveles de aflicción y sufrimiento experimentados en el proceso además de otros datos demográficos. La segunda encuesta se hizo dos semanas después y fue contestada por 275 personas que en este caso respondían a preguntas dirigidas a valorar aspectos relacionados con su rendimiento laboral en ese proceso. La

tercera encuesta se realizó un año después y la contestaron 248 personas que de nuevo hicieron su valoración personal sobre los mismos términos que habían hecho en la segunda encuesta, es decir, rendimiento laboral y efecto en el trabajo.

El esquema básico que desarrolla este segundo estudio es el que representa el diagrama que copiamos del propio informe.

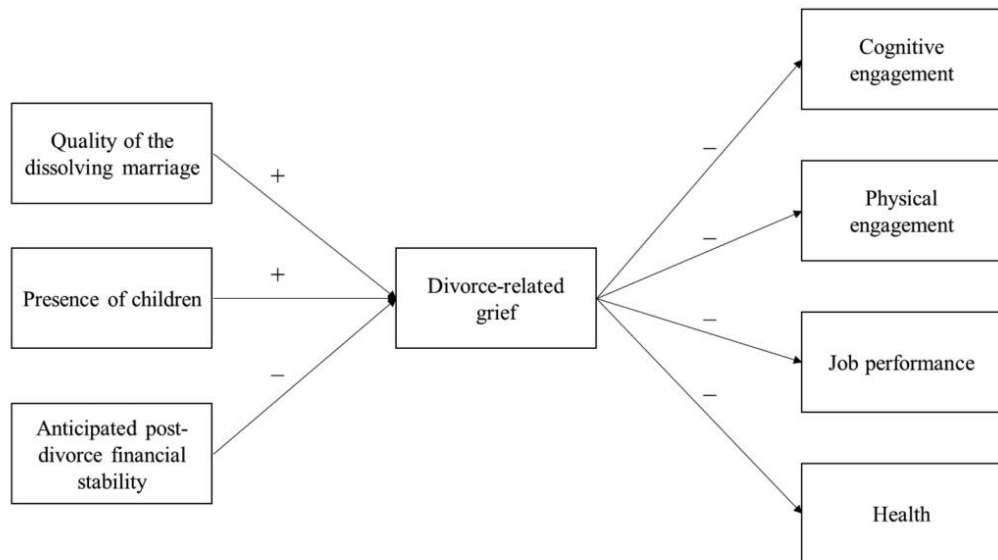


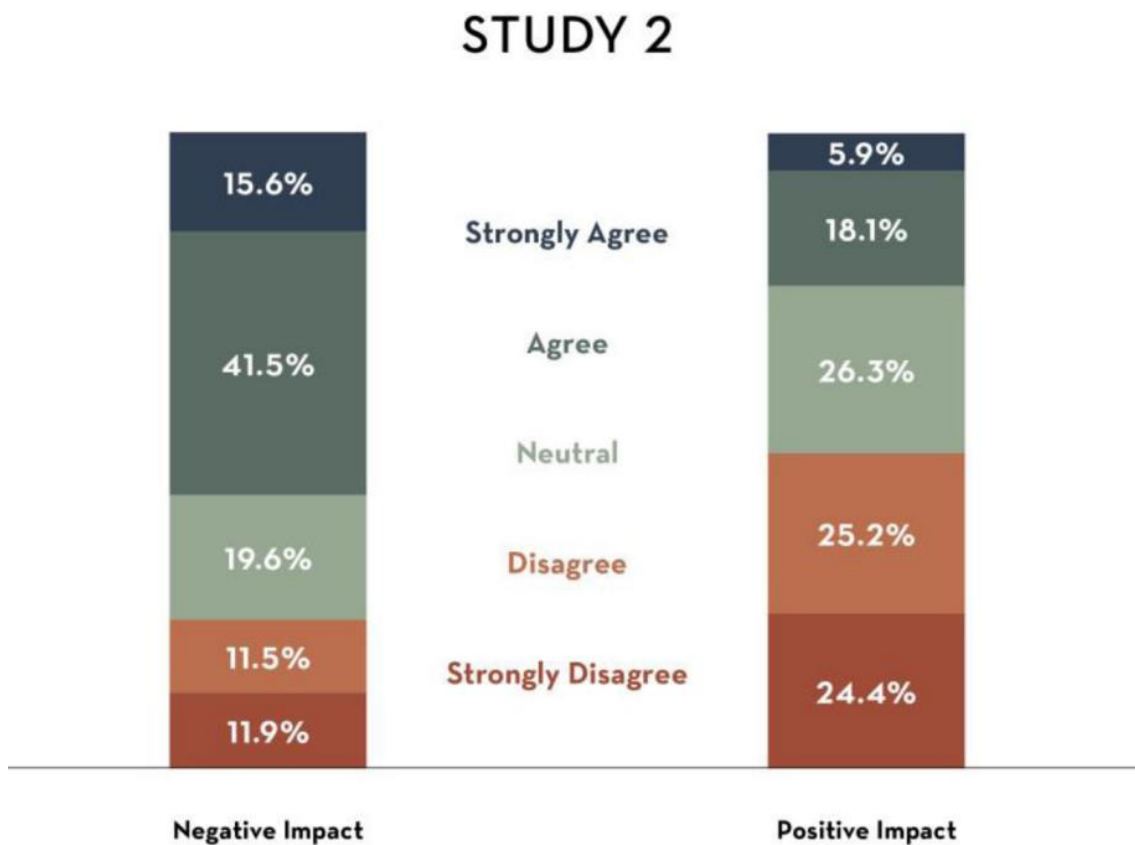
FIGURE 2 Study 2: Hypothesized context-specific resource loss model for divorcing individuals

El cuadro central del esquema representa el nivel de dolor y sufrimiento que lleva aparejado el proceso de divorcio; a su izquierda hay tres cuadros que representan tres factores que influyen definitivamente en aumentar o disminuir ese dolor: la calidad del matrimonio que se rompe, la presencia de hijos, la futura estabilidad financiera después del divorcio.

Continuando con el contenido del diagrama, en el lado derecho aparecen cuatro de las cinco variables sobre las que estábamos trabajando antes en el primer estudio y que en este caso sirven de parámetros para constatar en qué medida inciden en el plano laboral, ese dolor y aflicción que provoca la ruptura matrimonial y toda la pérdida de recursos que suponen. En concreto veremos cómo impactan en la implicación cognitiva, la implicación física, el rendimiento laboral y el estado de salud.

La única variable que ha quedado fuera es la primera que abordábamos antes en el primer estudio, la de actitud negativa ante el trabajo. La razón por la que se ha eliminado esta variable es porque precisamente se parte de la base de que existe un dolor, aflicción y sufrimiento provocado por el divorcio y por lo tanto no es preciso valorar que exista esa actitud negativa, algo que se da por hecho.

Al contestar a la misma pregunta que habían contestado los participantes en el primer estudio en cuanto a si consideraban que, teniendo en cuenta todos los elementos implicados, su divorcio había impactado de manera positiva o negativa en su desempeño laboral, encontramos los siguientes datos:



El 57,1% de los participantes en este segundo estudio contestaron diciendo estar de acuerdo o muy de acuerdo con que se había producido ese impacto negativo, frente a un 23,4% que dijeron estar en desacuerdo o en claro desacuerdo. Al

valorar un impacto positivo de su proceso de divorcio en su rendimiento laboral se comprueba que tan solo el 24% manifiesta estar de acuerdo o muy de acuerdo con esta afirmación. Mientras que el 49,6% afirmaron estar en desacuerdo o en claro desacuerdo con esta afirmación. Los participantes en esta segunda ola presentan una mayor tendencia a reconocer el efecto negativo en su desempeño laboral de su propia ruptura matrimonial. Es cierto que en este trabajo se parte ya de la hipótesis de que existe un dolor y una aflicción (*grief*) que aparece como vinculada al proceso de ruptura en todos los casos ya sea en mayor o menor medida. Podemos entender que el enfoque de este trabajo ayuda a la toma de conciencia de sus protagonistas sobre un impacto en su rendimiento laboral, que en todo caso está constatado a través de análisis y pruebas objetivas como hemos visto en la literatura científica que hemos presentado sobre esta materia.

El informe nos presenta un interesante cuadro que copiamos a continuación en el que se relaciona el dolor que provoca el divorcio con las principales variables que estamos analizando.

TABLE 6 Study 2: Coefficient estimates of the SEM model

Predictor	1. Divorce-related grief		2. Cognitive engagement T2		3. Physical engagement T2		4. Job performance T2		5. Health T2	
	Coefficient	SE	Coefficient	SE	Coefficient	SE	Coefficient	SE	Coefficient	SE
Gender (0 = male, 1 = female)	.04	.08	.12	.14	.01	.13	.48	.24	-.08	.13
Race (0 = person of color, 1 = white)	.03	.10	-.41*	.19	.02	.16	-.99*	.38	-.03	.19
Age	.00	.01	.01	.01	.00	.01	-.01	.01	.00	.01
Educational attainment	.03	.04	.10	.06	.12*	.06	.14	.11	.03	.05
Occupational level	-.01	.03	-.01	.05	.00	.05	.01	.09	.04	.05
Months divorcing	.00	.00	-.01	.01	-.01	.01	-.02	.01	-.01*	.01
Initiator status (0 = not sole initiator, 1 = sole initiator)	-.41**	.08	-.07	.14	.04	.13	-.35	.23	-.19	.13
Quality of the dissolving marriage	.13*	.06	.22*	.10	.02	.09	.16	.19	.23**	.09
Presence of children (0 = no, 1 = yes)	-.18*	.09	-.35*	.14	-.31*	.12	-.41	.26	.11	.12
Anticipated post-divorce financial stability	-.09*	.04	-.02	.07	-.05	.06	-.06	.12	.13*	.06
Divorce-related grief			-.57**	.13	-.40**	.11	-.65**	.20	-.70**	.12
R ²	.19**		.16**		.10*		.11**		.30**	

N = 278. Predictors and divorce-related grief were assessed at Time 1 and outcomes at Time 2. Coefficients are unstandardized.

*p < .05 **p < .01

La columna dos recoge la información relacionada con la implicación cognitiva y comprobamos aquí que la aflicción del proceso de divorcio tiene un impacto muy

directo en esta variable (-.57). La columna tres hace referencia al impacto del dolor en la implicación física, y la correlación nos presenta un impacto menor, pero nada desdeñable (-.40). El rendimiento general en el puesto de trabajo aparece en la cuarta columna que recoge un índice superior en concreto del (-.65). En la quinta columna aparece por último el impacto de la aflicción del proceso de divorcio al nivel de salud de sus protagonistas y de acuerdo con este estudio encontramos aquí el índice más alto ya que afectan un (-.70).

3.3. Divorcio y nivel de renta

Otro importante indicador es la variación del nivel de renta después del divorcio. No estamos hablando ya de la fluctuación salarial, que puedan sufrir tanto el esposo como la esposa después del divorcio, sino de una variación el nivel de renta disponible de ambos. Vale la pena hacer esta matización porque en esa renta disponible doméstica vamos a contabilizar no solo los ingresos salariales sino todo tipo de ingresos que reciba la unidad familiar antes y después de la ruptura: ayudas y bonificaciones estatales, aportaciones de otros miembros de la familia, deducciones fiscales, etc.

Precisamente en esta línea va el estudio de Mortelmans ²⁶⁸ publicado en el año 2020 sobre el impacto en el nivel de renta disponible de los dos esposos después del divorcio. Con el fin de medir de manera adecuada estos parámetros se aplican escalas de equivalencia comparando los niveles de renta disponible un año antes de la ruptura y un año después de la ruptura. Además, como los procesos legales de divorcio pueden implicar largos plazos, se ha tomado como punto de referencia el momento en el que se produce la división del hogar originario en dos nuevos hogares, porque se entiende que el impacto económico se produce a partir de ese momento. También se tiene en cuenta en este análisis el diferente impacto en el hombre y en la mujer, porque como ya hemos

²⁶⁸ M. KREYENFELD; H. TRAPPE, *Parental life courses after separation and divorce in Europe*, Springer Open, Cham, 2020, fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://public.ebookcentral.proquest.com/choice/publicfullrecord.aspx?p=6219423>.

adelantado, los estudios que manejamos señalan de manera consistente una mayor pérdida para la mujer.

Los estudios más antiguos sobre este tema fueron los realizados en Estados Unidos por Smock²⁶⁹ en 1992 quien utilizó datos de carácter longitudinal para comparar grupos de personas divorciadas de los años 60 y de los años 80. Smock pudo constatar unas pérdidas financieras para las mujeres blancas del 46% entre las más mayores, divorciadas en los 60, y del 43% entre las divorciadas en la década de los 80. Para las mujeres negras los porcentajes son más altos: 51% y 45% respectivamente. En el caso de los hombres este mismo estudio identificó una ganancia de renta del 7% entre los hombres blancos divorciados en los 60. Junto a este sorprendente dato, los divorciados en los 80 percibieron una pérdida de renta del 7%. Los hombres negros, al divorciarse, sufrían una pérdida de renta del 13% entre los divorciados en los 60 y hasta el 29% entre los divorciados en los 80.

En los últimos estudios ²⁷⁰ de 2018, los datos reflejan que las mujeres norteamericanas sufren una disminución de la renta disponible de un 25%, resultados muy similares a los que se fueron apreciando en las décadas de los 90 y del 2000. En el caso de los hombres la situación es muy diversa y de hecho varía mucho en función del momento histórico y de la localización geográfica en la que nos encontremos. Así, por ejemplo, en el estudio de De Vaus, encontramos que el hombre podría incluso estar en mejores condiciones financieras después del divorcio, aunque fuera de manera muy modesta, en torno al 5%.

²⁶⁹ P. J. SMOCK, «The economic costs of marital disruption for Young Women over the past two decades», *Demography*, vol. 30, 3, 1993, pp. 353-371.

²⁷⁰ R. HAUSER; R. BURKHAUSER; K. COUCH; G. BAYAZ-OZTURK, *Wife or Frau, Women Still Do Worse: A Comparison of Men and Women in the United States and Germany after Union Dissolutions in the 1990s and 2000s* *Wife or Frau, Women Still Do Worse: A Comparison of Men and Women in the United States and Germany after Union Dissolutions in the 1990s and 2000s*, 2016.

Estos serían los datos más recientes, si bien en estudios anteriores sí que aparecían pérdidas para el hombre, aunque en términos más bien bajos, como del 7% o tan solo del 2% ²⁷¹

Investigaciones realizadas en Europa sobre la misma materia arrojan resultados similares. De Vaus y otros en 2017 concluyeron que la mujer sufría una pérdida de renta doméstica disponible de un 25% de acuerdo con los datos disponibles más recientes en seis países miembros de la OCDE objeto de una investigación sobre la que merece la pena detenernos.²⁷² De Vaus y su equipo investigador aportan esta interesante dimensión transnacional al estudio longitudinal del impacto económico del divorcio en los hombres y las mujeres analizando la situación en los Estados Unidos, Reino Unido, Suiza, Corea, Alemania y Australia durante la primera década de este siglo. La selección de estos países obedece a que para todos ellos hay información longitudinal comparable y además presentan importantes diferencias en cuanto a los modelos familiares y los niveles de participación de la mujer en el mercado de trabajo. Además, la importancia de la contribución de este informe a la literatura científica estriba en que establece una comparativa entre la evolución del nivel de renta de las personas divorciadas con el paso de los años y sus homólogos casados. Todos los datos utilizados tienen su origen en los estudios nacionales longitudinales que aportan información oficial y actualizada desde cada una de las capitales y que luego a su vez fueron procesados en la Universidad de Ohio utilizando un sistema propio de esta Universidad que se llama el *Cross National Equivalent File* (CNEF)²⁷³, que tiene la virtualidad de proporcionar variables que resultan

²⁷¹ H.-J. ANDRESS; B. BORGLOH; M. BROCKEL; M. GIESSELMANN; D. HUMMELSHEIM, «The Economic Consequences of Partnership Dissolution--A Comparative Analysis of Panel Studies from Belgium, Germany, Great Britain, Italy, and Sweden», *European Sociological Review*, vol. 22, 5, 2006, pp. 533-560.

²⁷² D. DE VAUS; M. GRAY; L. QU; D. STANTON, «The economic consequences of divorce in six OECD countries», *Australian Journal of Social Issues*, vol. 52, n.º 2, 2017, pp. 180-199.

²⁷³ CNEF, «Cross National Equivalent File | CNEF», fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://www.cnefdata.org/>.

equivalentes para cada uno de los estudios nacionales asegurando la homogeneidad en el tratamiento de datos.

En este cuadro vemos cuáles son las fuentes de datos oficiales para cada país.

TABLE 1 Overview of data sources

Country	Survey	Years and waves used	No. of years post-divo
UK	British Household Panel Survey (BHPS)	2000–06, Waves 10–16	Min: 2
		Annual data collection	Max: 6
Germany	German Socio-Economic Panel (SOEP)	2000–11, Waves 17–28	Min: 2
		Annual data collection	Max: 7
Australia	Household, Income and Labour Dynamics in Australia (HILDA)	2001–11, Waves 1–11	Min: 2
		Annual data collection	Max: 7
Korea	Korea Labor and Income Panel Study (KLIPS)	2000–08, Waves 3–11	Min: 2
		Annual data collection	Max: 7
USA	Panel Study of Income Dynamics (PSID)	1999–2009, Waves 29–35	Min: 2
		Biennial data collection	Max: 6
Switzerland	Swiss Household Panel (SHP)	2000–11, Waves 2–13	Min: 2
		Annual data collection	Max: 7

Los participantes en la muestra son personas entre 20 y 54 años de edad en el momento en el que se analizaba la primera ola de datos, el año 2000 normalmente. La razón de la elección de estos dos límites de edad es que por debajo de los 20 años en algunos de los países estudiados se establecen algunas relaciones de corto plazo y de escasa durabilidad y resultaba preferible dejarlas fuera del estudio. En cuanto al límite máximo de edad, se establece así para asegurar que todos los participantes permanecen en edad laboral en el desarrollo del estudio.

En el cuadro que reproducimos a continuación, el estudio se detiene en diferenciar entre sus participantes cuál ha sido el nivel de educación recibido, marcando la diferencia entre aquellos que han recibido 15 años de formación o más y los que no han llegado a ese nivel de formación. En el mismo cuadro aparece también el porcentaje de participantes que estaban activos en el mercado laboral en el momento de realizar el estudio.

TABLE 3 Education and employment prior to divorce for divorced men and women and at the initial time point for non-divorced men and women, by country, 20–54 years of age

	Men		Women	
	15+ years of education %	Employed %	15+ years of education %	Employed %
UK				
Non-divorced	17.9	87.2	17.5	69.3
Divorced	16.6	79.1	13.9	67.1
Germany				
Non-divorced	25.3	92.0	19.6	65.8
Divorced	23.9	87.2	16.1	71.7
Australia				
Non-divorced	26.6	91.3	28.8	73.3
Divorced	17.5	88.2	20.1	65.0
Korea				
Non-divorced	38.4	91.2	26.2	45.5
Divorced	14.3	85.7	8.2	65.6
USA				
Non-divorced	31.7	92.5	31.7	73.0
Divorced	17.8	82.7	17.0	71.2
Switzerland				
Non-divorced	42.4	96.7	21.0	73.6
Divorced	46.7	95.7	30.4	86.2

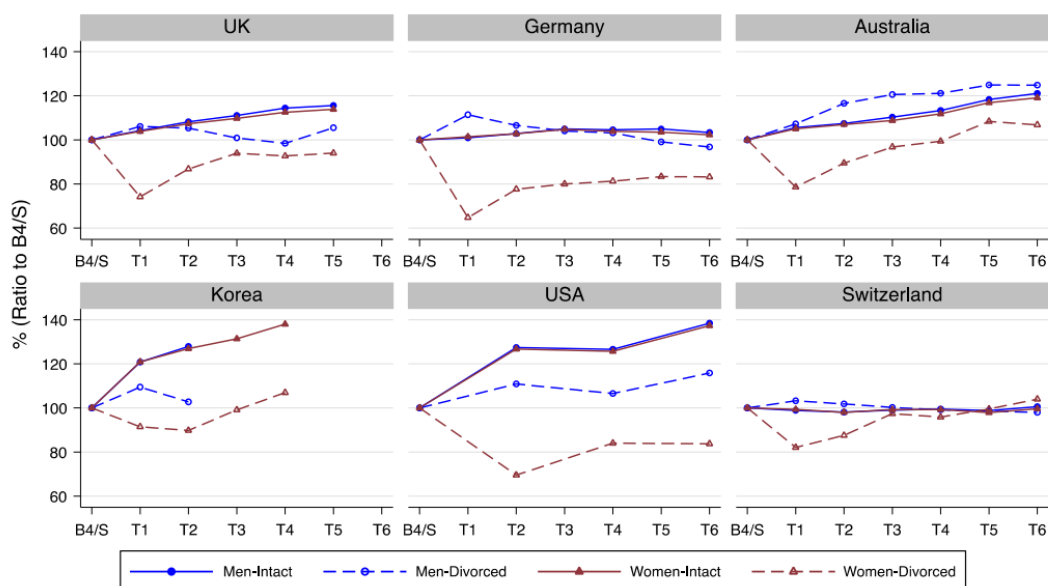
Source: CNEF database

Como puede comprobarse, el nivel de formación de los hombres que se han divorciado es inferior (menos de 15 años de formación) en todos los países estudiados excepto en el caso de Suiza donde el porcentaje de hombres divorciados con más de 15 años de educación es del 46,7 % frente al 42,4% de hombres que permanecen casados que recibieron más de 15 años de formación. Entre las mujeres la situación es muy similar: a mayor nivel de formación de la mujer, menor probabilidad de divorcio. Esto se observa en todos los países con la excepción también de Suiza. En el caso de Corea el porcentaje de mujeres divorciadas que han recibido 15 años o más de formación es tan solo del 8,2% mientras que entre las que permanecen casadas ese porcentaje sube al 26,2. En los demás países las diferencias son menos agudas, pero también son muy destacables, como por ejemplo el caso de los Estados Unidos donde el

porcentaje de mayor formación entre las divorciadas es de un 17% y entre las que permanecen casadas, un 31,7% de las mujeres participantes recibieron 15 o más años de formación.

Atendiendo ahora a la columna sobre el nivel de empleo antes del divorcio, puede comprobarse en todos los países investigados una mayor tasa de empleo entre los hombres casados que entre los que se divorciaron. Los datos van del 87,2% de hombres casados y trabajando en Reino Unido al 96,7% en Suiza. Entre las mujeres las disparidades son mayores y éstas pueden deberse a las diferencias entre países en la presencia de la mujer en el mercado laboral. En el caso de Reino Unido, Australia y Estados Unidos el nivel de empleo de las mujeres casadas es superior al de las que se divorciaron. Pero en Alemania, Suiza —y especialmente en Corea— vemos un porcentaje más alto de mujeres empleadas entre las que se divorciaron por comparación a las que permanecieron casadas.

Respecto del análisis del nivel de renta equivalente comparando la situación de los hombres y mujeres que se divorciaron con la de quienes permanecieron casados, el cuadro que reproducimos a continuación refleja esa evolución temporal que parte de un primer momento, B4 y S que es respectivamente el momento anterior a la separación (B4= *Before*, antes) para los separados y el punto de partida (S= *Starting point* punto de partida) para los que permanecieron casados. Después, el cuadro va marcando T1, T2... indicando el seguimiento que se hizo en todas estas personas a lo largo del primer año, segundo, tercero, hasta 6 años. Para poder apreciar la evolución hacia arriba o hacia abajo de la línea partimos del nivel 100.



En el cuadro inferior al pie de la gráfica encontramos cuatro líneas distintas, de izquierda a derecha. La primera, azul continua, se refiere a los hombres que permanecen casados, la segunda línea azul discontinua se refiere a los hombres que se divorciaron. La línea negra continua corresponde a las mujeres que permanecen casadas y la línea negra discontinua es para las mujeres que se divorciaron.

Los divorciados no ven reducirse su renta después de divorciarse; al contrario, se comprueba que la línea azul discontinua en ese primer año asciende en Alemania, Australia, Corea y Estados Unidos, pero luego decae para volverse a recuperar y se mantiene en niveles similares o algo superiores al punto de partida. Pero quizás sea más interesante analizar comparativamente la evolución de la renta de esos mismos hombres si no se hubieran divorciado conforme a lo que indica la línea azul continua. Se constata que el divorcio no tiene un impacto negativo a corto plazo del nivel de renta equivalente de los hombres en el Reino Unido, Alemania Australia y Suiza; sin embargo, en Corea y en los Estados Unidos se produce un efecto negativo sustancial ya que la renta equivalente de los hombres no divorciados se incrementa de una forma muy notable en comparación con la de los divorciados.

A medio plazo en Reino Unido y en Alemania la renta de los hombres que se han divorciado cae, en Reino Unido 5 años después del divorcio la renta equivalente de esos hombres divorciados es en torno a 10% inferior a lo que habría sido si hubieran permanecido casados. En Alemania un 7% inferior.

En Estados Unidos ese mencionado efecto negativo a corto plazo que tuvo el divorcio sobre la renta de los hombres se mantiene a medio plazo y así 6 años después del divorcio la renta doméstica equivalente se ve reducida en un 23% respecto a lo que hubiera sido el nivel de renta de ese mismo hombre si hubiera permanecido casado.

La renta de las mujeres que se han divorciado cae a corto plazo en todos los países: en Alemania un 35%, en Estados Unidos un 30%, en Reino Unido un 26%, en Australia un 21% y en Suiza un 19%. En el caso de Corea la reducción es menor ya que solo cae un 9%.

En todos los países, excepto en Alemania y Estados Unidos, la renta equivalente de las mujeres se recupera rápidamente para volver a estar en los niveles previos al divorcio y en el caso de Australia y Corea incluso superan esos niveles. Sin embargo, si comparamos la situación de esas mismas mujeres si no se hubieran divorciado los resultados son muy distintos en cada país. En el Reino Unido la renta equivalente de las mujeres que se divorcian se reduce en un 30% un año después de su divorcio, comparado con las que permanecen casadas. Aunque en los años sucesivos se produce una paulatina recuperación, 5 años después del divorcio la diferencia de renta entre las divorciadas y las casadas sigue siendo de un 20% en perjuicio de las divorciadas. Lo mismo podemos decir de Alemania donde 6 años después del divorcio esa misma diferencia es del 19%. De hecho, en los 6 países, con la excepción de Suiza, esa penalización en la renta de las mujeres divorciadas se mantiene si miramos los datos 6 años después del divorcio, que es el plazo máximo que abarca este estudio en su seguimiento. En concreto en Corea y en Estados Unidos el nivel de renta se desploma después del divorcio y no se da esa recuperación posterior, por lo que en los años sucesivos continúa siendo mucho más baja en comparación con el de las mujeres que permanecen casadas. Se confirma por lo tanto que el impacto

económico en la renta equivalente disponible para las mujeres es mucho más severo que en el caso de los hombres.

Dentro de la literatura científica que ha dedicado su atención a estudiar el impacto económico del divorcio destaca un interesante estudio del Departamento de Sociología de la Universidad de Oxford. Esta investigación realizada por Kapelle tiene un sugerente título: “El tiempo no cura todas las heridas²⁷⁴”, y abunda en el análisis de las consecuencias de la ruptura matrimonial sobre la riqueza personal con una perspectiva temporal mayor, ya que en su seguimiento alcanza hasta los 30 años después del divorcio. La autora de este estudio pretendía superar ciertas limitaciones de estudios anteriores que fundamentalmente se fijaban en los niveles de renta doméstica y que, a la hora de calcular el impacto en los esposos después del divorcio, se limitaban a dividir por dos la renta inicial, en un formato per cápita, y así determinar cuál era el nivel de riqueza individual de cada uno de los esposos y su evolución con el divorcio asumiendo esa división de partida al 50%, cosa que no ocurre en muchas ocasiones. El estudio se centra en la sociedad alemana utilizando datos del German Socio Economic Panel Study²⁷⁵ que desde el año 1984 recoge la información acerca de la riqueza a nivel personal a lo largo de los años y hasta 2017.

La tasa de divorcios en Alemania en el año 2019 fue de 36 divorcios por cada 100 matrimonios, muy cercana a la tasa de ese mismo año en los Estados Unidos (37 por cada 100 matrimonios). La edad media de los hombres y mujeres alemanes en el momento del divorcio es de 47 y 44 años respectivamente y la duración media de los matrimonios que se rompen en Alemania en el año 2021 es de 14,8 años. La muestra de población que incluye este estudio es de 1.976 personas que se divorciaron por primera vez en el periodo de estudio; frente a

²⁷⁴ N. KAPELLE, «Time cannot heal all wounds: Wealth trajectories of divorcees and the married», *Journal of Marriage and Family*, vol. 84, 2, 2022, pp. 592-611.

²⁷⁵ J. GOEBEL Y OTROS, «The German Socio-Economic Panel (SOEP)», *Jahrbücher für Nationalökonomie und Statistik*, vol. 239, 2, 2019, pp. 345-360.

este grupo se buscó un grupo de control que lo constituyen 38.618 personas casadas que mantienen una cierta similitud con el grupo de personas divorciadas en términos de 36 variables seleccionadas.

Veamos los resultados de este estudio apoyándonos una vez más en gráficos que ilustran la evolución de unos y otros protagonistas.

En el cuadro que aparece a continuación podemos ver dos gráficos distintos. El de la izquierda nos muestra la evolución en el nivel de renta de las personas que se divorciaron en el año cero en comparación con las personas del grupo de control que permanecieron casadas y vemos así en la barra de años la evolución cada 5 años hasta llegar a 30. En el eje vertical se refleja la riqueza personal en dígitos que debemos multiplicar por 1000 €. El gráfico de la derecha mantiene las mismas variables en sus ejes, pero incorpora también a las personas que después de divorciarse volvieron a casarse que son representadas por el triángulo en este segundo gráfico.

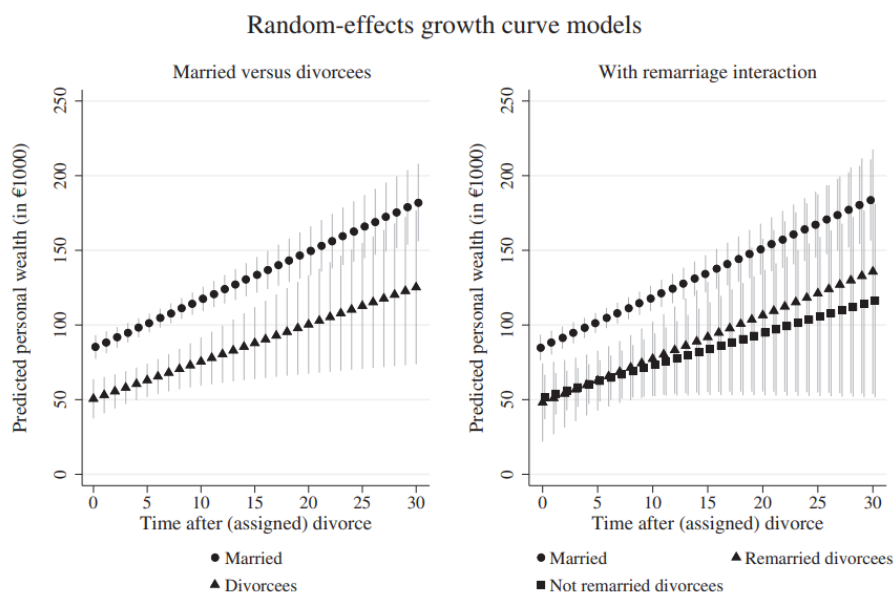


FIGURE 2 Random-effects growth models: predicted personal wealth trajectories for divorcees and continuously married overall and including an interaction for remarriage. *Note:* Whiskers indicate 95% confidence intervals. Data are from the Socio-Economic Panel Survey v36 (2002, 2007, 2012, 2017; unweighted; multiply imputed). Full model results are provided in Table S2

La autora del estudio señala un nivel inicial de riqueza de las personas casadas en el año cero que correspondería a 85.243 €. Ese mismo año cero es el del divorcio de las personas elegidas para el estudio; en ese año deben afrontar

importantes gastos lo que va a hacer que su nivel de renta sea muy inferior. De hecho, se reduce en 34.661 € en comparación con el nivel de renta de sus homólogos casados.

Además, se comprueba que con el transcurso de los años la acumulación de riqueza anual en uno y otro grupo también es distinta e inferior para el grupo de los divorciados, por lo que la distancia del año cero al año 30 entre la línea de divorciados representada por triángulos y la línea de casados representada por círculos es cada vez mayor.

En términos cuantitativos las personas casadas, por término medio, incrementan su riqueza personal a un ritmo de 3.225 € por año, mientras que las personas divorciadas incrementan su riqueza anual a un ritmo de 2.488 € por año.

Si tenemos en cuenta la situación de aquellas personas divorciadas que se vuelven a casar, que es lo que refleja el gráfico de la derecha, se concluye que van incrementando su riqueza anual a un ritmo superior al de los divorciados y por lo tanto la diferencia con los casados es menor como se ve en la línea de triángulos del gráfico de la derecha. En concreto estas personas que volvieron a casarse después de su primer divorcio incrementaron por término medio su riqueza anual a un ritmo de 2.921 € por año.

En el gráfico que reproducimos a continuación procedente de este informe, se aprecian diferencias en la evolución de los hombres y de las mujeres en términos de acumulación de riqueza.

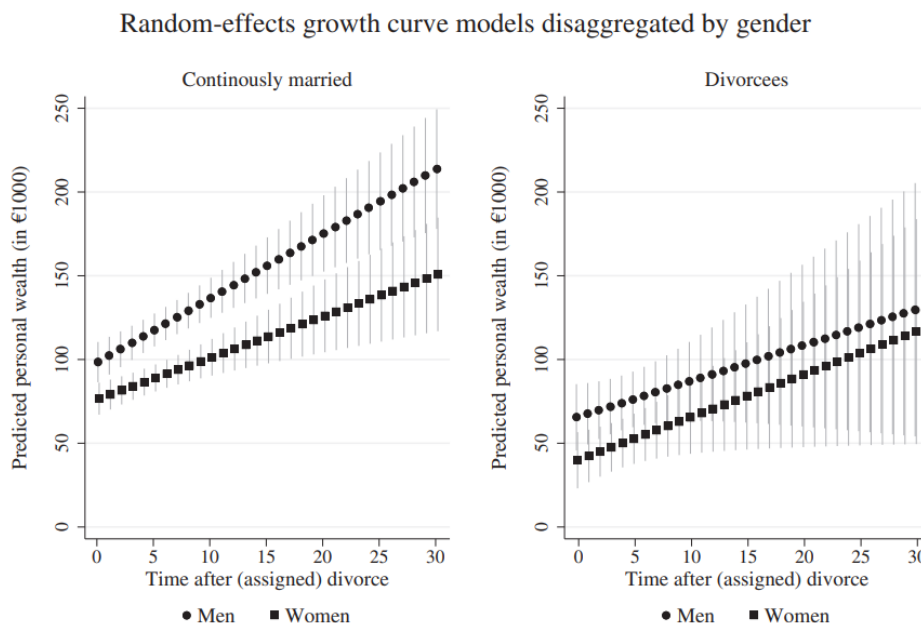


FIGURE 3 Random-effects growth model: predicted personal wealth trajectories for divorced and continuously married men and women. *Note:* Whiskers indicate 95% confidence intervals. Data are from the Socio-Economic Panel Survey v36 (2002, 2007, 2012, 2017; unweighted; multiply imputed). Full model results are provided in Table S2

Estos gráficos nos presentan las diferencias en el nivel de riqueza de los hombres y de las mujeres partiendo del año cero. Los hombres casados por término medio presentan un nivel de riqueza de 98.425 € mientras que las mujeres tienen una cantidad inferior en 21.808 €; de ahí la diferencia en el punto de partida del año cero en el gráfico de la izquierda, donde los hombres aparecen representados por un círculo y las mujeres por un cuadrado.

El cuadro de la derecha nos muestra la situación de los hombres y mujeres en el año en el que se divorcian, en el que las diferencias son también relevantes: los hombres tienen un nivel de riqueza disminuido claramente ese año en comparación con los que permanecen casados ya que la media es de 65.479 € y las mujeres en ese año del divorcio tienen un nivel de renta que por término medio es inferior al de los hombres en 25.625 €. Por lo tanto y desde el punto de vista de género, podemos concluir afirmando que la diferencia que se da entre los hombres y las mujeres en cuanto a niveles de renta es un 18% más alto entre los divorciados que entre los casados.

4. Estabilidad familiar y patrones de conducta en los hijos

En este apartado analizamos los efectos que tiene la ruptura matrimonial de los padres en la conducta de sus hijos. Para ello comenzaremos haciendo referencia al documento de investigación denominado “Los efectos del divorcio en los hijos”²⁷⁶ en el que arranca recordando que cada año en los Estados Unidos de América un millón de niños se ven afectados por el divorcio de sus padres. El Centro de Control de Enfermedades, entidad oficial encargada de registrar el número de niños afectados por el divorcio, dejó de registrar tales datos en el año 1988, año en el cual el número de niños afectados por el divorcio era de 1.044.000; desde entonces la cifra que se maneja es de en torno a un millón, pero realmente las estadísticas de divorcio han continuaron subiendo en años posteriores, por lo que esa estimación parece demasiado restrictiva. Es más que probable que hayan sido más los niños afectados anualmente.

Si tratamos de buscar una explicación a por qué se dejó de recoger esos datos, cabe pensar que a finales de la década de los 80 en los Estados Unidos los índices de divorcio eran muy altos desde ya muchos años atrás y se podría entender que se había normalizado tal práctica, dejando por lo tanto de tener tanta relevancia desde el punto de vista de la investigación social. Pero si tenemos en cuenta la corriente de pensamiento individualista que desde hace años presenta el divorcio como un verdadero logro de la libertad individual, lo más probable es que esa omisión de datos en esta investigación se deba a que sencillamente no interesa tener constancia y evidencia científica anual acerca del impacto de la ruptura en los hijos, como si se pretendiera cerrar los ojos ante todos los efectos negativos de la ruptura conyugal.

Por esta razón no sorprende que, años después, en el año 2000, el profesor de sociología de la Universidad de Pensilvania Paul Amato, levantará su voz en un

²⁷⁶ P. FAGAN, «The Effects of Divorce on Children», *FRC*, fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://www.frc.org/get.cfm?i=RS12A01>.

documento que se ha convertido ya en una referencia obligada, y que aparece citado a pie de página, diciendo lo siguiente:

*El divorcio supone la disrupción de las relaciones entre los padres y el hijo, la continuación del desacuerdo entre los anteriores esposos, la pérdida de apoyo emocional, las dificultades económicas y el incremento de otro tipo de acontecimientos negativos en la propia vida.*²⁷⁷

4.1. Relaciones padres-hijos

El primer efecto que queremos abordar es el deterioro de las relaciones entre los padres y sus hijos como consecuencia del divorcio²⁷⁸, en concreto a causa de las tensiones que se generan en ese proceso de transición personal que hacen ambos progenitores y que consume su energía y atención haciendo que se vea afectada de manera negativa la dedicación y apoyo a los hijos.

Esto se ha visto constatado en estudios que concluyen que esa falta de atención se hace más aguda aún a medida que los hijos crecen hasta llegar a la educación superior.²⁷⁹ Esa desconexión tiene como consecuencia una disminución de la confianza de los hijos hacia los padres, a los que perciben como adultos más lejanos e inmersos en su mundo de problemas y tensiones, lo que les va a privar en cierta medida de la buena guía y orientación educativa.²⁸⁰ Este debilitamiento del vínculo tiene sus matices diferenciales respecto de las madres y los padres. Las madres, como estamos viendo en numerosa literatura científica estudiada en esta tesis, se ven frecuentemente perjudicadas después del divorcio en el plano laboral, económico, afectivo y de apoyo social. Todo ello les pone en peores condiciones para abordar la crianza de sus hijos y eso se percibirá en los niveles de atención, comunicación, cariño y dedicación. Las madres divorciadas

²⁷⁷ P. R. AMATO, «The Consequences of Divorce for Adults and Children», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, 4, 2000, pp. 1269-1287

²⁷⁸ P. R. AMATO; T. D. AFIFI, «Feeling Caught between Parents: Adult Children's Relations with Parents and Subjective Well-Being», *Journal of Marriage and Family*, vol. 68, 2006, p.222.

²⁷⁹ T. S. PARISH, «Evaluations of Family as a Function of One's Family Structure and Sex», *Perceptual and Motor Skills*, vol. 66, 1, 1988, pp. 25-26.

²⁸⁰ P. R. AMATO; J. M. SOBOLEWSKI, «The Effects of Divorce and Marital Discord on Adult Children's Psychological Well-being», *American Sociological Review*, vol. 66, 6, 2001, pp. 900-921.

tienen especial dificultad con la crianza de los hijos varones y peor aún si entra en el hogar otra figura masculina que no es su padre biológico. Estas dificultades persisten hasta seis años después del divorcio.²⁸¹

Los padres, aunque en términos generales y de acuerdo con los estudios vistos no se ven tan afectados en el plano económico como las madres, sí que sufren un mayor distanciamiento y empobrecimiento en sus relaciones en general y en particular con sus hijos. Los padres deben enfrentarse a una mayor distancia física con sus hijos que necesariamente llevará implicada una más alta desconexión con su día a día. El análisis sociológico y estadístico de esta cuestión prueba que efectivamente, como recoge un estudio, los niños pasan muchas más noches con sus madres que con sus padres.²⁸² La Encuesta Nacional de Familias y Hogares realizada en la Universidad de Wisconsin en la que se encuestaron a 13.000 personas arrojó el dato siguiente: uno de cada cinco padres divorciados aproximadamente afirmó que no había visto a sus hijos en el año anterior y algo más del 50% de esos padres divorciados encuestados, afirmaron que veían a sus hijos tan solo “unas pocas veces al año”.

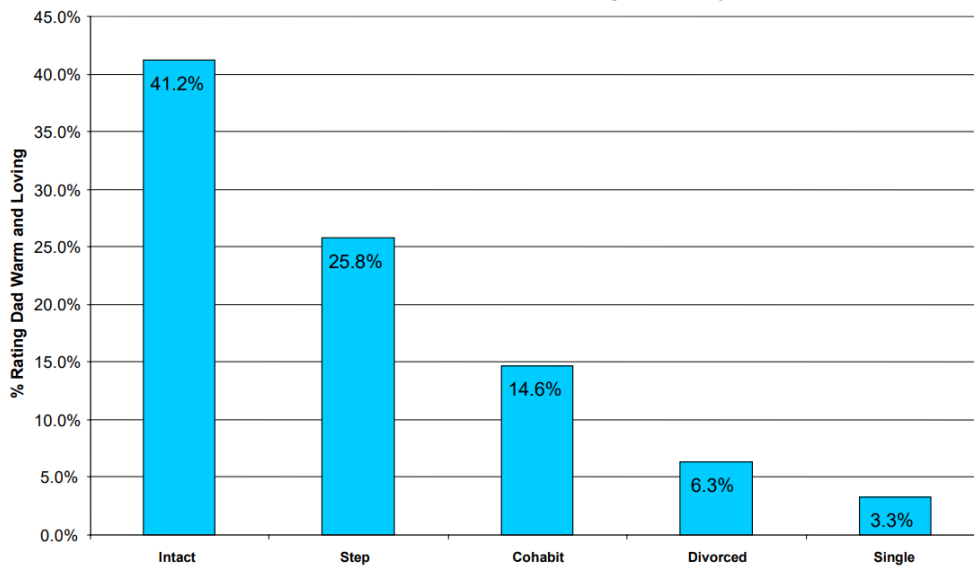
Reproducimos a continuación una gráfica que forma parte del documento que estamos trabajando y que refleja la respuesta estadística que han dado los hijos a la hora de calificar a su padre como una persona cercana y cariñosa. Esta información forma parte de las encuestas longitudinales que realiza a nivel nacional en los Estados Unidos el Departamento de estadísticas del Gobierno Federal. En particular, las respuestas aquí recogidas forman parte de la segunda ola que se realizaba en el año 1996; la pregunta era: ¿Consideras a tu padre cercano y cariñoso?

²⁸¹ E. M. HETHERINGTON; M. COX; R. COX, «Long-Term Effects of Divorce and Remarriage on the Adjustment of Children», *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, vol. 24, 5, 1985 pp. 518-530.

²⁸² I. LIN; N. C. SCHAEFFER; J. A. SELTZER; K. L. TUSCHEN, «Divorced Parents' Qualitative and Quantitative Reports of Children's Living Arrangements», *Journal of Marriage and Family*, vol. 66, 2004, P.385.

Father Rated Warm and Loving

Source: National Longitudinal Survey of Adolescent Health Wave 2, 1996



Hay una clara progresión en disminución desde la columna de la izquierda, el gráfico indica que el 41,2% de los hijos de familias en las que los padres permanecen unidos definen a su padre como una persona cercana y cariñosa. Esa misma cifra baja al 25,8% que es el porcentaje de hijos de familias reconstituidas que consideran al padre como persona cariñosa y cercana; se trata de familias en las que después del divorcio los padres han vuelto a casarse. Cuando el padre o la madre no vuelve a casarse, sino que simplemente cohabita con su nueva pareja el porcentaje baja a 14,6%. Entre los hijos de padres divorciados el índice es bajísimo ya que tan solo el 6,3% definen a su padre como una persona cariñosa y cercana. Peor aún es la situación en los hogares monoparentales, en una altísima mayoría encabezados por la madre: aquí tan solo el 3,3% de los entrevistados definen al padre como esa persona cariñosa y cercana.

Los autores de estas respuestas son ambos, hijos e hijas, si bien vale la pena diferenciar que los hijos, especialmente si viven con su madre, reaccionan con más hostilidad al divorcio que las hijas, tanto en el momento inmediatamente posterior al divorcio como en los años posteriores, por lo que cabe pensar que esos chicos que viven con su madre después del divorcio y que en mayor medida

reaccionan peor a la ruptura de sus padres, probablemente se cuenten entre aquellos que tienen una peor percepción del padre con el que no conviven.²⁸³

4.2. Comportamiento violento

Ya hemos podido abordar el impacto psicológico que tiene la ruptura de los progenitores sobre sus hijos y que puede afectar a su estado de ánimo y a la ansiedad que experimentan. Esto a veces se traduce en comportamientos violentos que analizamos ahora.

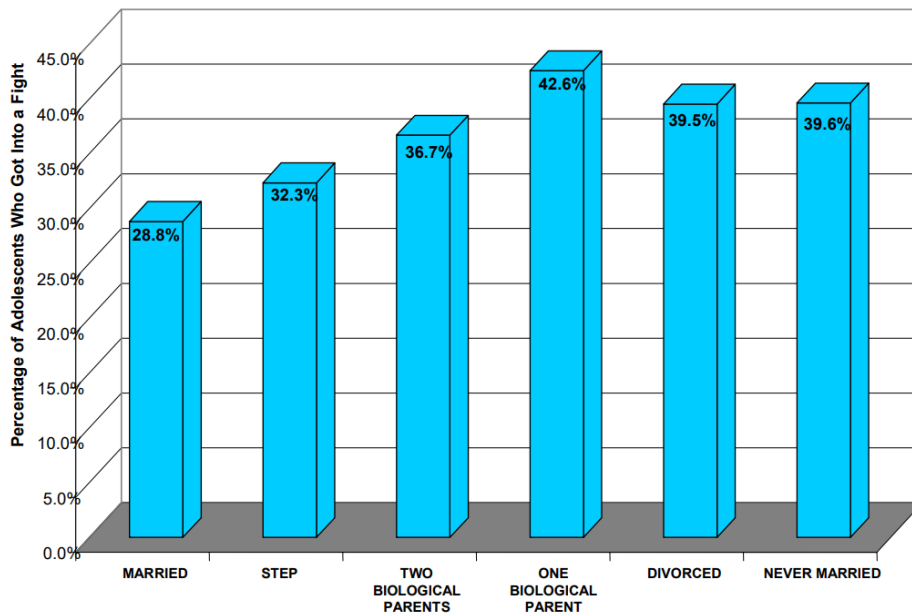
El gráfico que se reproduce a continuación es parte también de este documento que estamos estudiando y toma sus datos de la encuesta sobre la salud de los adolescentes, en particular chicos y chicas entre 14 y 18 años.

En las distintas columnas aparece reflejado el porcentaje de adolescentes que se han visto envueltos en alguna pelea y para cada columna obtenemos ese porcentaje en función de la estructura familiar.

²⁸³ M. J. ZASLOW, «Sex differences in children's response to parental divorce: 2. Samples, variables, ages, and sources», *The American journal of orthopsychiatry*, vol. 59, p. 118.

Ever Got Into a Fight by Family Structure

Source: Adolescent Health Survey, Wave I. Adolescents grade 7-12.



El índice menos violento se sitúa en los adolescentes que viven con padres que permanecen casados. Entre estos chicos y chicas el 28,8% se vieron envueltos al menos en una pelea. Y el porcentaje más alto de violencia entre los adolescentes encuestados está en aquellos que residen en un hogar monoparental, el 42,6% se han visto envueltos en una pelea. Nada lejos de ese dato se encuentra el dato de adolescentes hijos de padres divorciados, que presentan un porcentaje del 39,5%, es decir un 10,7% más que los hijos de padres casados. Al valorar esta mayor violencia entre los hijos de padres divorciados no podemos perder de vista el impacto que el divorcio tiene en la estabilidad emocional de los hijos, como vemos de manera extensa en el apartado correspondiente de esta tesis, además del estrés que se genera en el terreno económico. Estos chicos además acusan la pérdida de redes de apoyo familiares después del divorcio.

En un afán por conocer los efectos del divorcio a medio plazo, a medida que los hijos van cumpliendo años, encontramos también literatura científica conforme a la cual, si comparamos a los estudiantes universitarios que provienen de familias intactas con aquellos que provienen de familias divorciadas, éstos últimos recurren con más frecuencia a la violencia para resolver los conflictos y tienen

más probabilidad de ser agresivos y físicamente violentos con sus amigos, tanto hombres como mujeres.²⁸⁴ Y si continuamos investigando en la etapa de su matrimonio, los hijos de padres divorciados tienen más probabilidades de ser infelices y de verse envueltos en conflictos que escalen. Sus niveles de comunicación son más bajos y discuten con más frecuencia llegando a gritar o utilizar gestos físicos violentos con su cónyuge cuando discuten.²⁸⁵

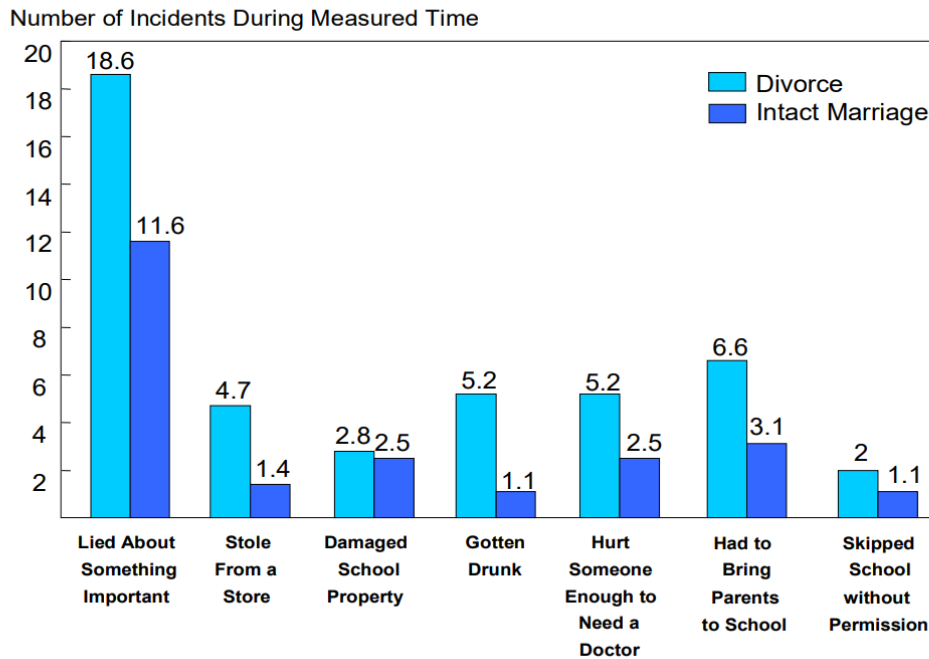
En el gráfico que presentamos a continuación, que recoge datos de la Encuesta Nacional Longitudinal de Juventud realizada en los Estados Unidos de América en el año 1996, aparece la información relacionada con comportamientos problemáticos entre los jóvenes diferenciando una vez más, entre aquellos cuyos padres estaban casados y aquellos que eran hijos de padres divorciados. En el eje vertical se refleja el número de incidentes registrados durante el período de seguimiento de la encuesta (0-20). Y en el eje horizontal aparecen siete conductas problemáticas de distinta naturaleza en las que se diferencia la columna azul oscuro, que refleja los datos de los hijos de padres casados, y la azul claro, de los hijos de padres divorciados.

²⁸⁴ R. E. BILLINGHAM; N. L. NOTEBAERT, «Divorce and dating violence revisited: multivariate analyses using Straus's conflict tactics subscores», *Psychological reports*, vol. 73, p. 679.

²⁸⁵ P. S. WEBSTER; T. L. ORBUCH; J. S. HOUSE, «Effects of Childhood Family Background on Adult Marital Quality and Perceived Stability», *American Journal of Sociology*, vol. 101, p. 404.

Problem Behaviors of Children by Parents' Marital Status

National Longitudinal Survey of Youth, 1996

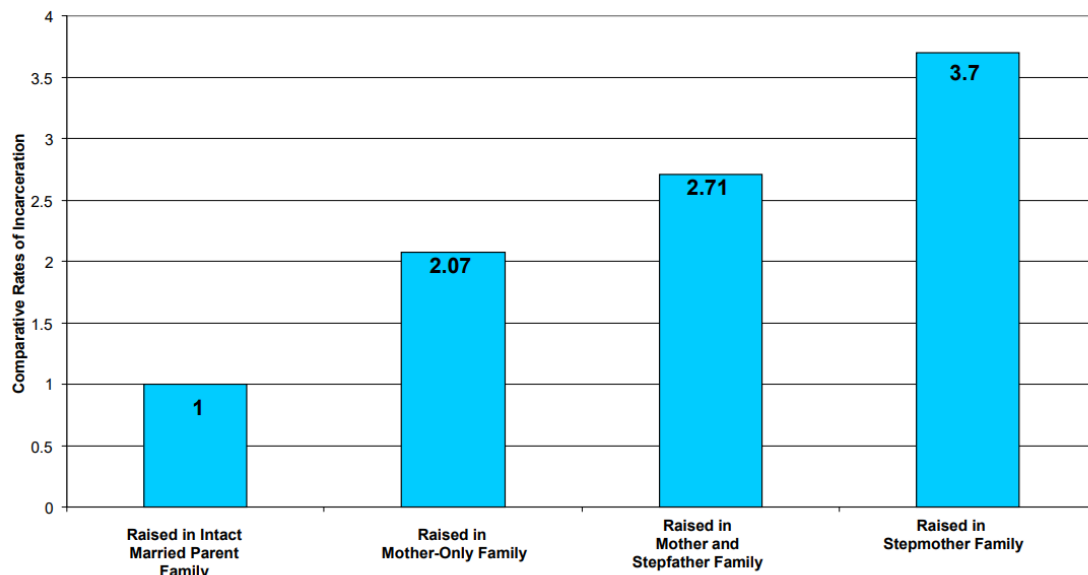


De izquierda a derecha a la primera conducta que aparece valorada es la de “mentir sobre algo importante” y el número de incidentes entre los hijos de padres divorciados es de 18,6 frente al 11,6 de los hijos de padres casados. La segunda pareja de columnas refleja el robo en una tienda, siendo 4,7 y 1,4 respectivamente los datos reflejados, siempre superiores en el caso de los hijos de padres divorciados. En tercer lugar, aparece la conducta lesiva de material propiedad del colegio y ahí la diferencia es menor: 2,8 y 2,5 de nuevo superior para los hijos de padres divorciados. Hay una importante diferencia en la incidencia del alcohol, pues en 5,2 ocasiones los hijos de padres divorciados se emborracharon frente al 1,1 número de ocasiones para los hijos de padres casados. En su quinta columna refleja en cuantas ocasiones los adolescentes encuestados golpearon a alguien de forma tal que el afectado tuvo que recibir asistencia médica. Pues bien, el número de incidentes durante el periodo de análisis fue de 5,2 para los hijos de padres divorciados frente al 2,5. Es decir, el doble. La sexta columna refleja el número de veces que tuvieron que acudir los padres al colegio para abordar cuestiones disciplinarias de sus hijos y ahí también se constata una fuerte diferencia: más del doble, un 6,6 de ocasiones

frente a un 3,1 de los hijos de padres casados. La última columna de la derecha presenta índices bajos en ambos casos respecto de las veces que se escaparon de la escuela sin permiso, siendo 2 para los hijos de padres divorciados frente a 1.1. De nuevo, prácticamente el doble.

Respecto a la delincuencia juvenil, el cuadro que se reproduce a continuación muestra una fuerte correlación entre la estructura familiar en la que viven los jóvenes y el índice de encarcelación juvenil. Son datos oficiales, una vez más, que provienen de la ya citada Encuesta Longitudinal Nacional sobre Juventud.

Family Structure: Comparative Rates Of Youth Incarceration



Source: C. Harper and S. McLanahan, "Father Absence and Youth Incarceration," ASA Annual Meeting, San Francisco, August 1998. Data from the National Longitudinal Survey of Youth.

El eje vertical mide las tasas comparativas de encarcelación. La primera columna presenta una tasa 1 entre aquellos jóvenes que han crecido en familias intactas, es decir con sus padres casados. El índice sube a 2,07 para aquellos chicos y chicas que se han criado en un hogar monoparental regentado por la madre. Ese índice sigue subiendo para pasar a 2,71 en aquellos adolescentes que se han criado con su madre y con una segunda pareja de su madre que no es su padre

biológico. Por último, el índice se dispara a 3,7 entre aquellos adolescentes que se han criado con su padre y una nueva pareja de su padre, es decir con la ausencia de la madre del adolescente.

4.3. Rendimiento escolar

Pasamos ahora a analizar en qué medida se ven afectados los hijos de padres divorciados en su rendimiento escolar. En este ámbito afortunadamente si que encontramos estudios en nuestro país, comenzando por el de la Facultad de Psicología de la Universidad de Murcia, cuya investigación centró su atención en 246 niños, hijos de padres en proceso de separación y divorcio, con edades comprendidas entre los 8 y los 18 años.²⁸⁶ Se trata de parejas en las que está presente el conflicto y la confrontación; de hecho, la idea de fondo de este estudio es precisamente investigar en qué medida la conflictividad en los padres impacta en los hijos y su rendimiento escolar. Se apoya en otras investigaciones realizadas en nuestro país que, en este mismo ámbito, han detectado que las consecuencias son peores en los hijos varones especialmente en los 2 años que siguen a la ruptura. Así lo recogen Cantón y Justicia en su trabajo de 2002.²⁸⁷

La herramienta empleada para esta investigación es la prueba multifactorial de adaptación infantil TAMAI que a través de 175 preguntas evalúa los niveles de inadaptación personal, social, escolar y familiar. Los chicos y chicas fueron divididos en tres grupos: el nivel I para aquellos entre 8 y 10 años, nivel II entre 11 y 13 años y nivel III para las edades entre 14 y 18. Como resultado de ese estudio, presentamos a continuación las tablas que vinculan la inadaptación escolar diferenciando por niveles de edad y por sexo.

²⁸⁶ E. PIÑERO RUIZ; C. GODOY FERNÁNDEZ; P. GANDÍA HERRERO, «Inadaptación escolar en hijos de padres separados», *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, vol. 7, 2, 2019, p. 197.

²⁸⁷ J. CANTÓN DUARTE; M. R. CORTÉS ARBOLEDA; M. D. JUSTICIA DÍAZ, *Conflictos entre los padres: divorcio y desarrollo de los hijos*, Pirámide, 2007, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=298090>.

Tabla 4. Inadaptación escolar en varones y mujeres del Nivel I

NIVEL I				
	VARONES (n=56)		MUJERES (n=69)	
	<i>m</i>	<i>DT</i>	<i>m</i>	<i>DT</i>
Inadaptación escolar externa	2.02*	2.33	0.94	1.53
Aversión a la instrucción	9.66	4.84	6.92	4.37
Aversión al aprendizaje	3.36*	2.93	2.03	2.40

Nota: *significativo a nivel de .05.

En todos los valores los niños puntúan más alto que las niñas en inadaptación escolar a esta edad que, como recordamos, es entre 8 y 10 años.

Tabla 5. Inadaptación escolar en varones y mujeres del Nivel II

NIVEL II				
	VARONES (n=46)		MUJERES (n=36)	
	<i>m</i>	<i>DT</i>	<i>m</i>	<i>DT</i>
Aversión a la instrucción	9.06*	5.99	7.00	4.79
Hipolaboriosidad	2.69*	2.26	1.69	1.92
Hipomotivación	4.95	2.95	4.38	2.80
Aversión al profesorado	1.41	1.54	0.91	1.29
Indisciplina	1.26	1.56	0.77	1.17

Nota: *significativo a nivel de .05.

También en el nivel de edad superior las puntuaciones de los varones son siempre superiores que el de las niñas.

Tabla 6. Inadaptación escolar en varones y mujeres del Nivel III

NIVEL III				
	VARONES (n=13)		MUJERES (n=23)	
	<i>m</i>	<i>DT</i>	<i>m</i>	<i>DT</i>
Aversión a la instrucción	11.84	5.66	8.73	5.88
Hipolaboriosidad	5.30*	2.62	3.82	2.38
Hipomotivación	4.69	2.59	3.47	2.85
Aversión al profesorado	1.46	1.50	1.00	1.62
Indisciplina	1.38*	1.75	0.30	0.76

Nota: *significativo a nivel de .05.

Por último, entre los de más edad las diferencias entre los chicos y las chicas son aún superiores, llamando especialmente la atención la puntuación en indisciplina donde los chicos superan en más del doble a las chicas.

A continuación, esta tabla relaciona el nivel de insatisfacción con el ambiente familiar y el nivel de inadaptación escolar.

Tabla 9. Inadaptación escolar en varones y mujeres según su Insatisfacción con el ambiente familiar

NIVEL I VARONES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=28)		No insatisfacción ambiente familiar (n=11)	
	<i>m</i>	<i>DT</i>	<i>m</i>	<i>DT</i>
Inadaptación escolar	7.75	5.21	6.90	5.70
NIVEL I MUJERES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=24)		No insatisfacción ambiente familiar (n=14)	
Inadaptación escolar	5.21	5.46	5.92	4.06
NIVEL II VARONES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=32)		No insatisfacción ambiente familiar (n=5)	
Inadaptación escolar	9.90	7.56	9.20	7.69
NIVEL II MUJERES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=26)		No insatisfacción ambiente familiar (n=6)	
Insatisfacción escolar	7.84	6.06	6.50	3.61
NIVEL III VARONES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=9)		No insatisfacción ambiente familiar (n=2)	
Insatisfacción escolar	13.22	7.52	10.00	2.82
NIVEL III MUJERES				
	Insatisfacción ambiente familiar (n=18)		No insatisfacción ambiente familiar (n=3)	
Insatisfacción escolar	7.66	6.00	12.00	5.29

En el caso de los niños más pequeños su inadaptación escolar no parece estar conectada con la insatisfacción con el ambiente familiar en su casa, ya que entre los insatisfechos la puntuación es 5,21 mientras que aquellos que no reportan una insatisfacción con el ambiente de su casa el índice es superior 5,70. En el mismo grupo de edad, sin embargo, las niñas presentan una superior sensibilidad y perceptibilidad de la tensión que se vive en el conflicto por la ruptura de sus padres con un nivel de inadaptación 5,46 frente a aquellas que no muestran insatisfacción con el ambiente de su casa, en cuyo caso la inadaptación baja al 4,06.

Esa misma diferencia aumenta y se agranda con la edad de niños y niñas: la inadaptación de las niñas entre 11 y 13 años que muestran insatisfacción con el ambiente de su casa es de 6,06 frente a las de la misma edad que no muestran esa insatisfacción, que es 3,61. Los chicos de esta edad superior que manifiestan estar insatisfechos con el ambiente de su casa tienen un nivel de inadaptación escolar del 7,52 mientras que los que no muestran insatisfacción con el ambiente familiar tienen una inadaptación escolar muy inferior en concreto del 2,82.

Resulta interesante conocer también los datos totales en las respuestas porcentuales de los chicos ante la pregunta de si estaban insatisfechos con la relación que los padres mantienen entre sí y que dan lugar a ese clima de hostilidad. Entre los varones el 79,3 % se manifestó insatisfecho frente al 20,6 % que no manifestó esa insatisfacción. En el caso de las chicas fueron un 74,7 % las que manifestaron insatisfacción frente al 25,2 % que no indicaron insatisfacción.

Por tanto, esta inadaptación escolar crece con los años especialmente en el caso de los chicos que se ven particularmente afectados en las edades de la adolescencia, lo que va a tener un impacto muy directo en el abandono escolar porque es precisamente en esas edades en las que ya deja de ser obligatoria la escolarización y se puede producir a partir de los 16 un abandono temprano de los estudios.

Mejías Leiva analizó precisamente el abandono educativo temprano en España vinculándolo a la estructura familiar y al origen socioeconómico de los menores. Este estudio forma parte de una muy reciente publicación de 2023 sobre educación denominada "Soñar grande es soñar juntas"²⁸⁸ y presenta dos rasgos que aportan especial relevancia: en primer lugar, es el primer estudio que focaliza su atención en el abandono escolar temprano como causa y raíz de posteriores desventajas sociales y laborales, y en segundo lugar utiliza datos de la Encuesta de Población Activa (EPA) apoyando sus conclusiones en un campo muestral muy amplio. Este análisis del abandono educativo temprano de las personas entre 16 y 19 años utiliza los datos del segundo y cuarto trimestre de la EPA de los años 2010 a 2019, lo que aporta una muestra analítica de 75.821 observaciones, de los que cerca de 61.000, es decir el 80%, son estructuras familiares de familia biparental con progenitores casados. El 20% restante se reparte entre familias biparentales cohabitando, reconstituidas y monoparentales de diversos tipos. En el cuadro que se muestra a continuación se presenta el porcentaje de abandono educativo de los adolescentes en función de la estructura familiar en la que viven y también en función del nivel educativo de sus progenitores.

²⁸⁸ K. GAJARDO ESPINOZA; J. CÁCERES-IGLESIAS, *Soñar grande es soñar juntas en busca de una educación crítica e inclusiva*, Octaedro, Barcelona, 2023.

Tabla 1.*Estructura familiar, nivel educativo más alto de padre o madre y abandono educativo temprano*

	N	%	Abandono educativo (%)
Estructuras familiares			
Familia biparental con progenitores/as casados/as	60817	80.2%	8.1%
Familia biparental con progenitores/as cohabitando	1686	2.2%	17.9%
Familia reconstituida tras divorcio	1713	2.3%	13.3%
Familia monoparental o monomarental tras divorcio	8253	10.9%	11.0%
Familia con un/a progenitor/a que nunca se casó	1518	2.0%	17.2%
Familia con progenitor/a viudo/a	1834	2.4%	12.8%
Nivel educativo más alto de padre o madre			
Secundaria 1 etapa o menos (ESO, Primaria o sin estudios)	27400	36.1%	17.2%
Secundaria 2 etapa (FP, Bachillerato, etc)	18400	24.3%	6.8%
Universitarios (Grado, Licenciatura, etc)	30021	39.6%	2.9%

Fuente. Elaboración propia a partir de la Encuesta de Población Activa (2010-2019). Pesos poblacionales aplicados.

En relación con los resultados de los modelos de regresión, la Figura 1 muestra que vivir en familias alternativas, en comparación con residir en familias biparentales con padre y madre presentes en el hogar, se asocia con probabilidades sustancialmente mayores de abandono educativo temprano para las personas adolescentes (que van de 3 a 10 puntos porcentuales (en adelante p.p.))²¹. Crecer en familias cohabitantes, familias con un padre o madre que nunca se

²¹ El uso de la terminología causal ("efecto", "consecuencias", etc.) es puramente por motivos de estilo, ya que los datos sólo permiten realizar estimaciones descriptivas.

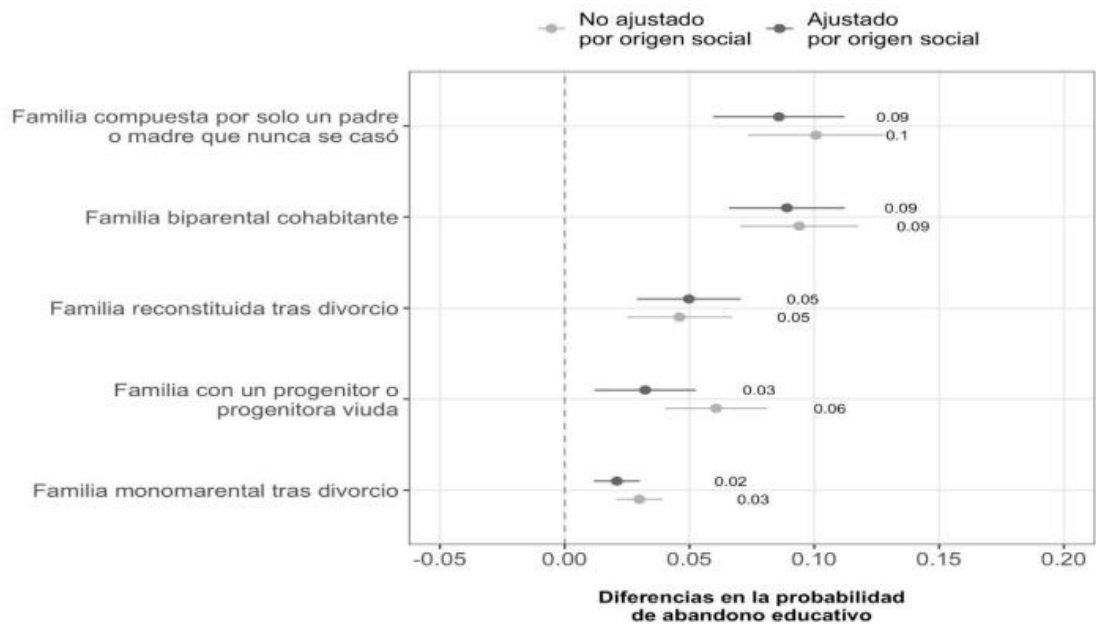
Los adolescentes que viven con sus padres casados presentan la tasa más baja de abandono educativo, 8,1%. Mientras que la tasa más alta, 17,9% nos la encontramos entre aquellos adolescentes que viven con sus padres que cohabitan o que están registrados como parejas de hecho. De nuevo nos encontramos con que el matrimonio importa, porque de hecho es una clave diferencial a la hora de analizar la tasa de abandono. Los adolescentes hijos de padre o madre soltera presentan también una tasa de abandono muy alta: 17,2%. Los que viven con su padre o madre divorciados que permanecen solos tienen una tasa de abandono del 11%. Por lo tanto, esa ruptura familiar supone un incremento del 3% en la tasa de abandono respecto al momento en el que estaban casados, pero el no haber sufrido más que una transición familiar, la de

la ruptura, hace que el impacto en abandono sea menor si lo comparamos con aquellos adolescentes que viven en una familia reconstituida, en la que su progenitor se ha vuelto a casar. En este caso el porcentaje de abandono sube al 13,3%. Son ya dos transiciones en este caso, la de la ruptura más la de la entrada de un nuevo adulto en el hogar. Y son 5,3 puntos porcentuales más los que sube el índice en este caso. Por último, vale la pena comentar una situación que se da en las familias en las que uno de los dos progenitores muere: el adolescente que vive en ese hogar sufre el duelo de la pérdida y hace que la tasa de abandono, que es del 12,8%, sea superior en casi 5 puntos a la situación que tenía cuando sus padres vivían y supere también en casi 2 puntos a la situación que tienen aquellos que viven con su padre o madre divorciados que permanecen solos. Estos resultados deben ser matizados en función de las condiciones socioeconómicas en las que queda la familia después de la muerte de un progenitor.

Cuando se observan estos datos desde la perspectiva del nivel de estudios de los padres se comprueba que la tasa de abandono educativo más alta, el 17,2%, se da entre los hijos de padres con estudios más básicos, mientras que los hijos de padres que alcanzan una educación universitaria presentan una tasa de abandono que no llega al 3%. Resulta revelador, por último, cruzar ambas fuentes de información; es decir: atender a las estructuras familiares diferenciándolas y a las condiciones socioeconómicas y culturales en las que se encuentran. Esto arroja como resultado el cuadro que se presenta a continuación en el que el índice de probabilidad de abandono de los adolescentes estudiados en función de la estructura familiar en la que viven se integra con sus condicionantes sociales.

Figura 1.

Efecto de las estructuras familiares en la probabilidad de abandono educativo temprano



Como puede observarse, una vez ajustado por origen social, los resultados de aquellos grupos de adolescentes que presentaban una mayor tasa de abandono varían muy poco. Así, los adolescentes que viven con sus padres que no están casados presentan un índice de probabilidad del 0,09 y cuando se tiene en cuenta los condicionantes sociales el índice permanece igual. En el caso de los adolescentes que viven con su progenitor que nunca se casó vemos un ligero aumento ya que pasamos del 0,09 al 0,1 cuando se tienen en cuenta los condicionantes sociales. De nuevo este dato no sorprende habida cuenta de que la maternidad o paternidad en soltería suele llevar aparejadas unas importantes desventajas socioeconómicas y en esos hogares el impacto en el rendimiento académico es mayor, por lo cual, sumadas ambas condicionantes, se alcanza la tasa más alta del 0,1. La tasa de probabilidad de abandono en las familias reconstituidas tras el divorcio no varía al tener en cuenta el condicionante social, pero sí hay una importante variación en el caso de los adolescentes hijos de un

progenitor viudo, ya que al combinar los datos de origen social la tasa baja del 0,06 al 0,03 es decir la mitad. No es tan solo el hecho de que haya muerto el padre o la madre, sino más bien el haber caído en una situación de vulnerabilidad económica lo que propicia ese mayor abandono escolar.

El estudio concluye que, en la misma línea de lo que nos podemos encontrar en la literatura científica sobre la materia,²⁸⁹ el índice de abandono escolar es superior en aquellos hogares alternativos también cuando incorporamos las variables socioeconómicas que permitan entender y justificar mejor ciertas situaciones. No obstante, es evidente que esas familias monoparentales o reconstituidas que presentan un nivel socioeconómico superior tienen necesariamente más recursos que acompañan la evolución académica del hijo haciendo menos probable su abandono. Y lo mismo, en sentido contrario, podemos decir de esas estructuras familiares en las que además se suma la escasez de recursos.

En Estados Unidos hay una abundante literatura científica que aborda los efectos negativos del divorcio en los hijos, en un país en el que la prevalencia del divorcio durante muchas décadas ha hecho que aproximadamente la mitad de la juventud americana experimente o haya experimentado el divorcio de sus padres en algún momento de su infancia.²⁹⁰ Dentro de los estudios en la materia resulta de especial interés el realizado por Potter en el Departamento de Sociología de la Universidad de Virginia,²⁹¹ que centró su atención en el impacto que el divorcio tiene sobre el bienestar psicosocial de los hijos, entendiendo que dicho impacto está en la raíz de sus resultados académicos. Potter señala que el divorcio supone un empeoramiento de las condiciones económicas, un declive también en la calidad de la atención parental, un mayor conflicto entre los progenitores y un empeoramiento de la relación de ambos progenitores con sus hijos. La

²⁸⁹ D. SANTÍN; G. SICILIA, «Does family structure affect children's academic outcomes? Evidence for Spain», *The Social Science Journal*, vol. 53, 4, 2016, pp. 555-572.

²⁹⁰ J. E. LANSFORD, «Parental Divorce and Children's Adjustment», *Perspectives on Psychological Science*, vol. 4, 2, 2009, pp. 140-152.

²⁹¹ D. POTTER, «Psychosocial Well-Being and the Relationship between Divorce and Children's Academic Achievement», *Journal of Marriage and Family*, vol. 72, 2010, p. 933.

investigación utiliza los datos del Estudio Longitudinal en la Infancia Temprana, cohorte kindergarden (ECLS-K son sus siglas en inglés) con una muestra de 10.061 niños, de los que 870 experimentaron el divorcio de sus padres en el periodo de estudio, y centra su atención en las edades más tempranas de los niños, por considerar que el impacto que estos niños reciben en su aprendizaje en las fases más tempranas tienen una directa influencia en su desarrollo académico posterior, que a su vez condiciona de una manera muy evidente otros factores del logro personal en el plano profesional y social. El bienestar psicosocial de estos niños se mide con base en los informes que aportaron los padres, los profesores y, a partir de cierta edad, los propios niños. En dichos informes se recogían factores de comportamiento interno tales como su tristeza, estado de ánimo, etc.; factores de comportamiento externo, como su impulsividad y su temperamento; y por último sus habilidades sociales, fundamentalmente el modo en que el niño se relaciona con sus compañeros y compañeras.

En la tabla que se reproduce a continuación, y que forma parte de este informe, aparecen unos interesantes datos acerca del nivel académico en matemáticas, lectura y salud psicosocial. Todos estos datos aparecen en la parte alta de la tabla, en la columna de la izquierda y en orden vertical descendente diferenciando entre los hijos de padres divorciados y los hijos de padres no divorciados. Las siguientes columnas, moviéndonos hacia la derecha, van indicando las distintas edades y cursos académicos en los que se realizó la prueba: comienza con el HK kindergarden (5-6 años) para seguir con primer grado (6-7 años), tercer grado (8-9 años) y quinto grado (10-11 años).

Table 1. *Divorce and Children's Psychosocial Well-Being: Time-Varying Variables and Descriptive Statistics*

Level 1		Kindergarten		Grade 1		Grade 3		Grade 5	
		Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Math	Divorce	32.49	10.21	57.71	15.66	91.49	20.32	112.56	20.36
	Nondivorce	35.25	11.99	60.54	17.10	96.13	21.14	117.34	20.82
Reading	Divorce	39.33	11.26	70.10	20.86	116.54	25.35	137.69	23.49
	Nondivorce	42.58	14.50	74.89	22.83	122.20	24.74	142.82	22.58
Psychosocial	Divorce	3.23	0.33	3.21	0.35	3.06	0.43	3.09	0.42
	Nondivorce	3.27	0.31	3.27	0.32	3.18	0.39	3.21	0.39
Economic resources									
Income	Divorce	10.53	0.92	10.53	0.82	10.46	0.78	10.38	0.83
	Nondivorce	10.79	0.96	10.89	0.75	10.96	0.75	11.01	0.77
Books	Divorce	4.02	0.91	4.14	0.98	4.27	0.94	4.02	0.98
	Nondivorce	4.12	0.97	4.32	1.00	4.46	0.96	4.28	1.02
Parenting practices									
Family routine	Divorce	5.61	1.77	5.02	1.71	4.68	1.71	4.50	1.61
	Nondivorce	5.91	1.73	5.39	1.60	5.17	1.58	4.92	1.56
School change	Divorce	0.05	0.21	0.10	0.30	0.27	0.45	0.38	0.49
	Nondivorce	0.02	0.14	0.10	0.30	0.25	0.43	0.41	0.49
Parental school	Divorce	4.28	1.67	4.56	1.66	4.76	1.58	4.55	1.54
	Nondivorce	4.58	1.59	4.94	1.55	5.12	1.50	4.95	1.52
Child activities	Divorce	1.58	1.31	1.87	1.45	2.00	1.43	2.04	1.40
	Nondivorce	1.82	1.36	2.17	1.51	2.34	1.44	2.36	1.48

Note: All estimates are weighted using the spring kindergarten sampling weight.

Como puede apreciarse las diferencias son notables. Los hijos de padres divorciados obtienen por término medio 3 puntos menos que los hijos de padres no divorciados en la prueba que se les pasó en el kindergarten. Esa diferencia crece a medida que pasan los años y así, al llegar al quinto grado en torno a los 11 años, la diferencia media entre los hijos de padres divorciados es de unos 5 puntos menos. Llama la atención comprobar que, en los parámetros de bienestar psicosocial, las diferencias entre los hijos de padres divorciados y los que viven en familias intactas es prácticamente inexistente en la edad de kindergarten. En años posteriores se observa un ligero empeoramiento del bienestar psicosocial entre los hijos de padres divorciados, pero en parámetros muy inferiores a los vistos en lengua y matemáticas: 3,09 para los hijos de padres divorciados y 3,21 para los hijos de padres en familias intactas. De acuerdo con este informe se

constata que un pequeño descenso del bienestar psicosocial de los hijos supone un importante empeoramiento en su rendimiento escolar.

La Universidad de Pensilvania generó otra investigación realizada por Christopher Anthony y otros²⁹² publicada en el Diario de Psicología Escolar ahondando en las causas del vínculo entre divorcio y empeoramiento del rendimiento académico. Anthony centra su atención en lo que considera la clave del rendimiento académico, que es la actitud ante el aprendizaje, *approaches to learning*. La actitud ante el aprendizaje tiene mucho que ver con el nivel de motivación interior que tenga el alumno y esa motivación está también condicionada por su nivel de bienestar psicosocial. Este estudio también se apoya en los datos que aporta el estudio longitudinal sobre infancia temprana, que incluyó en este caso una muestra de 10.639 niños en el Kindergarten en el curso 1998-99, y se les siguió hasta el grado 8 es decir los 12 años aproximadamente. Estos 10.639 niños fueron seleccionados entre la muestra total atendiendo al criterio de que vivieran con su padre y su madre biológicos y que estos dos estuvieran casados durante el período del estudio. Aproximadamente un 10% de los padres de estos niños se divorciaron y esa fue la comparación que se pudo realizar entre el grupo de los que permanecían en una familia intacta frente a aquellos en cuya familia se producía un divorcio. En el cuadro que se reproduce a continuación se reflejan las diferencias en las pruebas que se hicieron tanto en lectura como en matemáticas entre aquellos niños que habían pasado por un divorcio y los que no. En la tercera línea de la columna de la izquierda aparece también el parámetro *apapproaches to learning*, actitudes ante el aprendizaje, que incluían una serie de variables que se puntuaron del 1 al 4 y que eran su nivel de atención, su entusiasmo, su persistencia, independencia, flexibilidad y organización. Todas estas variables fueron evaluadas por los profesores en el aula.

²⁹² C. J. ANTHONY; J. C. DIPERNA; P. R. AMATO, «Divorce, approaches to learning, and children's academic achievement: A longitudinal analysis of mediated and moderated effects», *Journal of School Psychology*, vol. 52, 3, 2014, pp. 249-261.

Table 2

Means, and standard deviations for key variables by wave (grade) and divorce status.

Variable	Fall kindergarten ^a	Spring kindergarten		Grade 1		Grade 3		Grade 5	
	No divorce (n = 9,794)	Divorce (n = 164)	No divorce (n = 9,202)	Divorce (n = 304)	No divorce (n = 7,384)	Divorce (n = 461)	No divorce (n = 5,712)	Divorce (n = 575)	No divorce (n = 5,316)
Reading Score	37.29 (11.22)	44.99 (9.94)	49.22 (15.21)	78.67 (22.93)	82.77 (23.88)	128.25 (27.41)	135.03 (25.87)	150.36 (25.51)	156.68 (24.22)
Math Score	28.46 (9.57)	36.23 (10.23)	39.54 (12.38)	63.15 (17.76)	65.72 (18.09)	100.83 (23.11)	105.73 (23.18)	124.52 (22.99)	129.94 (22.63)
Approaches to Learning	3.10 (0.64)	3.00 (0.70)	3.24 (0.64)	2.95 (0.71)	3.16 (0.66)	2.97 (0.68)	3.19 (0.63)	3.01 (0.69)	3.20 (0.63)
Age at Assessment	68.55 (4.27)	74.98 (4.25)	74.74 (4.38)	87.19 (4.22)	86.91 (4.22)	111.44 (4.19)	110.98 (4.18)	134.93 (5.32)	134.74 (5.32)

Note. Age reported in months. Standard deviations reported under means in parentheses.

^a Divorce cases not available in this wave due to exclusion criteria.

Los resultados vuelven a marcar una notable diferencia en la lectura que va desde los 5 puntos de los más pequeños, hasta los 7 puntos de diferencia entre los niños de grado 3, es decir 8 o 9 años. En matemáticas también la diferencia es reseñable y encontramos con 3 puntos de diferencia entre los más pequeños de kindergarten, pero en edades superiores hay 5 puntos de diferencia tanto en los niños de grado 3 como en los niños de grado 5, de 10 o 11 años.

En cuanto a las actitudes ante el aprendizaje, que se desglosaban en los puntos que antes hemos mencionado, en esa escala del 1 al 4 encontramos también una diferencia de 0,2 en todas las edades analizadas.

Este estudio añade también la peculiaridad de hacer un análisis diferenciado por sexos y así en el cuadro a continuación se reflejan las diferencias en el test de matemáticas entre chicos y chicas. Los autores del estudio muestran su sorpresa ante la valoración del impacto del divorcio en los niños y en las niñas ya que, en el ámbito de las matemáticas, los chicos prácticamente no ven afectado su rendimiento mientras que para las niñas sí identificamos esos más de 3 puntos de diferencia entre las que han pasado por el divorcio frente a las que no. Ante este sorprendente dato, la reacción fue la de hacer una llamada a continuar ahondando en el futuro en esa aparente diferencia a través de más estudios e investigaciones estadísticas, pero también aportaron algunas ideas de base que

pueden ayudar a entender por qué afecta más a las niñas en el ámbito de las matemáticas. Estas ideas son tan básicas como que existe un mito según el cual las niñas tienen más dificultades con las matemáticas lo que les genera una mayor inseguridad y aquellas niñas que pasaron por el divorcio de sus padres seguramente experimentaron también un menor apoyo en la realización de tareas en casa y en la realización de sus ejercicios de matemáticas, lo que en parte explicaría ese mayor empeoramiento de sus resultados. En todo caso esto no sería más que una explicación parcial y, cómo bien señalan los autores, vale la pena continuar investigando en estas diferencias.

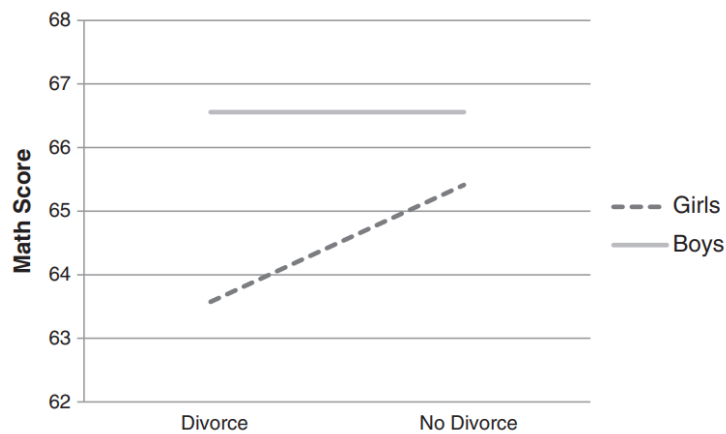
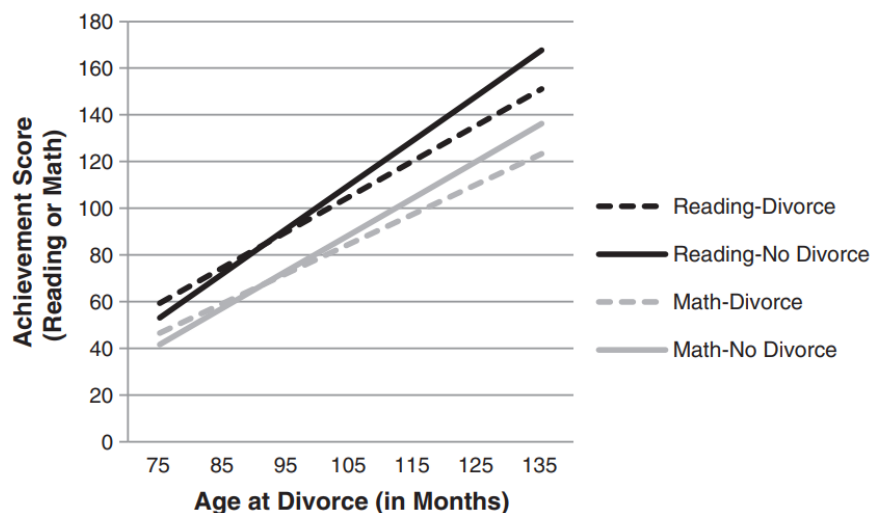


Fig. 1. Graph of the interaction between parental divorce and gender predicting academic achievement in mathematics.

El otro parámetro que también utiliza este estudio, y que aporta una interesante información, es la edad de los niños en el momento del divorcio y en qué medida su rendimiento académico se ve afectado más o menos en cada una de las edades estudiadas. En el cuadro que se reproduce a continuación se identifican esas pequeñas variaciones en función de la edad en el momento del divorcio que aparece en el eje horizontal señalando la edad en meses. Tanto en las pruebas de matemáticas como de lectura de los niños de 6 años, los resultados de aquellos, cuyos padres se divorciaban en ese momento, son incluso algo superiores a los de sus homólogos en familias intactas. Poco a poco, se va igualando con el paso de los meses hasta empezar a descender a partir de la

edad de 8 años, momento en el cual el rendimiento académico se empieza a acusar y es más bajo que la de los niños cuyos padres permanecen casados. La edad hace que el impacto del divorcio sea cada vez mayor: cuanto mayor es el niño en el momento del divorcio de sus padres más afectado se verá en el plano de su rendimiento académico. Obviamente este estudio presenta la limitación, como bien señalan sus propios autores, de cubrir tan solo el rango de edad entre 5 y 11 años. Sin embargo, aporta una información muy importante respecto del modo en que afecta la ruptura familiar a los hijos en función de su edad y en otros estudios ya hemos podido ver el impacto que tiene entre los hijos mayores, en la edad de la adolescencia.

C.J. Anthony et al. / Journal of School Psychology 52 (2014) 249–261



5. Estabilidad familiar y conductas de riesgo en los hijos

5.1. Consumo de alcohol

En este apartado vamos a centrar nuestra atención en las consecuencias que hemos podido observar entre los jóvenes que han pasado por el divorcio de sus padres en términos de mayor propensión a conductas de riesgo y comenzaremos abordando el consumo abusivo de alcohol entre estos jóvenes comparándolos con aquellos que permanecen en hogares intactos. Partimos de un artículo publicado en 2018 en la revista *Health and Addictions* elaborado por Uroz y otros²⁹³ que, partiendo de la base de que la familia es el ámbito más adecuado para prevenir y proteger a los adolescentes ante conductas de riesgo, analiza la relación entre el consumo de alcohol, la estructura familiar y el afecto que los adolescentes perciben de sus padres. El estudio se basa en un muestreo de 2.890 adolescentes entre 12 y 18 años en distintos centros de secundaria de Madrid, tanto públicos como privados. En cuanto a la estructura familiar de estos 2.890 adolescentes el 79,8% pertenecía a una familia nuclear, el 12,3% a una familia monoparental (el 11,1% monomarental y el 1,2 monoparental). El 5,2% estaban en una familia reconstituida, el 0,9% vivía con su familia extensa (abuelos, tíos...); y por último, el 0,2% vivían en un centro de protección de menores.

Los autores informan de que la edad media en el inicio del consumo de alcohol es de 13,8 años y que el 68,2% de los estudiantes de Secundaria, entre 14 y 18 años, han tomado bebidas alcohólicas en los últimos 30 días. Aquellos que practican el denominado *binge drinking*, que consiste en consumir 5 o más copas de bebidas alcohólicas en un periodo aproximado de 2 horas es de un 32,2% en los últimos 30 días de acuerdo con el estudio realizado por el observatorio

²⁹³ J. UROZ OLIVARES, «Estructura familiar y consumo de alcohol en adolescentes», *Health and Addictions/Salud y Drogas*, vol. 18, 1, 2018, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://ojs.haaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=364>.

español de las drogas y toxicomanías en 2016.²⁹⁴ Los adolescentes protagonistas de este estudio se iniciaron en el consumo del alcohol a una edad media de 12,06 años. Entre ellos no se encontró una gran diferencia entre resultados en cuanto al inicio de consumo de alcohol entre aquellos hijos de familias intactas y los hijos de otros modelos familiares. En lo que sí encontramos notables diferencias, como veremos en el cuadro que reproducimos a continuación y que forma parte de este estudio, es en los datos relacionados con el consumo abusivo de alcohol entre estos jóvenes

Tabla 1: Resultados de consumo de alcohol por estructura familiar

	Nuclear 100% (N=2306)	Mono- parental 100% (N=321)	Mono parental 100% (N=35)	Reconst Materna 100% (N=110)	Reconst Paterna 100% (N=9)	Reconst Custodia compartida 100% (N=35)	Familia Extensa 100% (N=27)	Centro de menores 100% (N=6)
Ha bebido alcohol alguna vez en la vida	59,4% (n=2243)	62,5% (n=307)	62,9% (n=35)	62,6% (n=107)	77,8% (n=9)	73,3% (n=30)	80% (n=25)	83,3% (n=6)
Ha bebido alcohol en el último año	64,1% (n=1493)	68,5% (n=213)	66,7% (n=24)	66,2% (n=77)	71,4% (n=7)	59,1% (n=22)	59,1% (n=22)	100% (n=5)
Ha bebido alcohol en el último mes	37,5% (n=1497)	41% (n=212)	41,7% (n=24)	41% (n=78)	42,9% (n=7)	30,4% (n=23)	33,3% (n=21)	100% (n=5)
5 o más copas	5,2% (n=1415)	6,7% (n=210)	19% (n=21)	5,6% (n=71)	12,5% (n=8)	8,3% (n=24)	9,5% (n=21)	40% (n=5)
Hacer botellón	42,8% (n=1430) **	55,2% (n=212) **	54,5% (n=22) **	52,8% (n=72) **	37,5% (n=8) **	37,5% (n=24) **	59,1% (n=22) **	100% (n=5) **
3 o más botellones al mes	7,4% (n=662) ***	12,1% (n=124) ***	23,1% (n=13) ***	7,3% (n=41) ***	0% (n=4) ***	0% (n=9) ***	0% (n=14) ***	80% (n=5) ***
Emborracharse alguna vez en la vida	64,7% (n=629) *	74,4% (n=117)*	69,2% (n=13)*	81,6% (n=38)*	100% (n=3)*	87,5% (n=8)*	84,6% (n=13)*	100% (n=5)*
Edad media 1º vez emborracharse	13,76 (n=410)	13,64 (n=86)	14 (n=9)	13,24 (n=33)	14,33 (n=3)	13,14 (n=7)	13,20 (n=10)	12,20 (n=5)

 Diferencias encontradas indicadas por los residuos corregidos tipificados y $p \leq 0.05^*$; $p \leq 0.01^{**}$; $p \leq 0.001^{***}$

Como puede comprobarse, cuando responden a las primeras preguntas acerca de si han bebido alguna vez en la vida, en el último año o en el último mes,

²⁹⁴ F. ARENAS Y OTROS, «Informe 2016 Alcohol, tabaco y drogas en España», *Observatorio Español de Drogas y toxicomanía*.

aquellos que viven en su familia nuclear, con su padre y madre, registran en torno a 3 puntos porcentuales menos que aquellos que viven solo con su padre o madre divorciados. Sin embargo, cuando atendemos a las preguntas que hacen referencia a un alto consumo, como puede ser el haber consumido recientemente 5 o más copas en una noche, las diferencias son más notables ya que pasamos del 5,2% en las familias nucleares al 19% entre aquellos que viven en una familia monoparental o el 12,5% entre aquellos que viven en una familia reconstituida por su padre y una nueva pareja.

También las respuestas que aportan en cuanto a haber hecho botellón en los últimos tiempos marcan una importante diferencia, ya que los hijos de familias intactas contestan afirmativamente en el 42,8 % mientras que los hijos de padres divorciados responden que si en torno al 55 %. Incluso al ser preguntados sobre si suelen realizar 3 o más botellones al mes también la diferencia es notable: desde un 7,4% entre los hijos de familias intactas hasta un 12% entre los que viven con su madre divorciada o un 23 % entre los que viven con su padre divorciado. Resultan también interesante atender a las razones y motivaciones que pueden tener para consumir alcohol y cruzar las respuestas que dan con la información acerca de su propia estructura familiar. Esta información se refleja en el cuadro que copiamos a continuación, que nos aporta valioso datos acerca de cómo influye el estado de ánimo y la disposición interna del joven ante el consumo de alcohol.

Tabla 2. Motivaciones para consumir de alcohol por estructura familiar

	Nuclear 100% (N=2306)	Monomarental 100% (N=321)	Monoparental 100% (N=35)	Reconst. Materna 100% (N=110)	Reconst. Paterna 100% (N=9)	Reconstituida Custodia compartida 100% (N=35)	Familia Extensa 100% (N=27)	Centro de menores 100% (N=6)
Porque voy de botellón	34,3% (n=621)	32,8% (n=116)	46,2% (n=13)	43,2% (n=37)	33,3% (n=3)	75% (n=8)	33,3% (n=12)	80% (n=5)
Porque me divierto cuando bebo	46,1% (n=622)	43,5% (n=115)	46,2% (n=13)	41,7% (n=36)	33,3% (n=3)	75% (n=8)	54,5% (n=11)	50% (n=4)
Para coger un "pedo"	18,3% (n=618)	24,6% (n=114) *	15,4% (n=13)	24,3% (n=37)	0% (n=3)	25% (n=8)	9,1% (n=11)	80% (n=5) *
Para coger el "punto"	25,5% (n=616)	25,7% (n=113)	7,7% (n=13)	30,6% (n=36)	33,3% (n=3)	0% (n=7)	9,1% (n=11)	40% (n=5)
Porque me gusta el alcohol	37,2% (n=619)	40,9% (n=115)	38,5% (n=13)	38,9% (n=36)	33,3% (n=3)	37,5% (n=8)	27,3% (n=11)	60% (n=5)
Porque si no me aburro	8,2% (n=622)	7,1% (n=112)	0% (n=13)	10,8% (n=37)	33,3% (n=3)	0% (n=8)	9,1% (n=11)	20% (n=5)
Porque me divierto cuando bebo	46,1% (n=622)	43,5% (n=115)	46,2% (n=13)	41,7% (n=36)	33,3% (n=3)	75% (n=8)	54,5% (n=11)	50% (n=4)
Porque cuando fumo me apetece beber	9,3% (n=621)	8,6% (n=116)	23,1% (n=13)	8,6% (n=35)	0% (n=3)	25% (n=8)	0% (n=11)	25% (n=4)
Para desinhibirme	10% (n=603)	9,8% (n=112)	0% (n=13)	20% (n=35)	0% (n=3)	25% (n=8)	0% (n=10)	33,3% (n=3)
Para olvidarme de todo	15,2% (n=620)	16,5% (n=115)	23,1% (n=13)	21,6% (n=37)	0% (n=3)	50% (n=8) **	18,2% (n=11)	75% (n=4) **
Para hacer cosas que no haría sin alcohol	11% (n=617)	12,3% (n=114)	7,7% (n=13)	11,1% (n=36)	0% (n=3)	12,5% (n=8)	9,1% (n=11)	60% (n=5)
Porque me ayuda a relacionarme mejor	12,6% (n=620)	13,2% (n=114)	23,1% (n=13)	11,1% (n=36)	0% (n=3)	12,5% (n=8)	18,2% (n=11)	25% (n=4)
Porque lo hace todo el mundo	3,4% (n=621)	2,6% (n=114)	7,7% (n=13)	2,8% (n=36)	0% (n=3)	0% (n=8)	9,1% (n=11)	0% (n=4)

Diferencias encontradas indicadas por los residuos corregidos tipificados y ps.05*; ps.01 **; ps.001***

Las diferencias más importantes están en la tercera fila de respuestas (intentan “coger un pedo”): frente al 18,3 % de los hijos de familias intactas que contestan afirmativamente nos encontramos con un 24,6% entre los hijos de hogar monomarental, y el 25% entre aquellos que viven en una familia reconstituida y en un régimen de custodia compartida entre su padre y su madre, es decir que pasan tiempo dividido de forma más o menos igualitaria, con su padre y su nueva pareja y su madre y su nueva pareja. También son notables las diferencias a la hora de contestar: “para olvidarme de todo” porque en este caso los hijos de familias intactas contestan afirmativamente en el 15,2% de los casos frente al 23,1 por ciento de los que viven en hogar monoparental o el 50% de los que viven en familia reconstituida con régimen de custodia compartida. Podemos

concluir por tanto que el recurso al alcohol de manera abusiva es mayor entre aquellos que no viven con su padre y su madre biológicos.

5.2. Consumo de drogas

Veamos ahora en qué medida el consumo de sustancias tóxicas y drogas estupefacientes se ve afectado por el impacto que supone el divorcio de los padres. Para ello vamos a utilizar un metaanálisis de gran alcance publicado en 2019 ²⁹⁵ y que abarca una población de 506.299 personas que participaron en 54 estudios a lo largo de un período de seguimiento de 30 años. Los autores de este amplio estudio hacen notar que la última vez que se abordó un metaanálisis de esta naturaleza fue en 1991, año en el que se publicó el informe de Amato y Keith;²⁹⁶ el estudio que publican ahora en 2019 hace un seguimiento de datos y de personas en el periodo que va de 1990 a 2018. Los 54 estudios seleccionados, entre los 3.378 que los autores habían encontrado y que hablaban sobre la materia, tienen en común que las personas encuestadas han cumplido 18 años en el momento de participar en el estudio y que el divorcio de sus padres ocurrió antes de que cumplieran 18 años.

En el cuadro, que reproducimos a continuación y que forma parte de este interesante informe, nos vamos a centrar en la penúltima línea de la columna de la izquierda donde aparece la categoría *Drugs*, que incluye los consumos de distintas sustancias estupefacientes. Los estudios que incluye este metaanálisis sobre el consumo de drogas entre los hijos de divorciados son 6 y la población encuestada son 40. 876. La tabla también señala que el divorcio de los padres de los encuestados ocurrió, por término medio, 10 años antes del estudio.

²⁹⁵ F. AUERSPERG; T. VLASAK; I. PONOCNY; A. BARTH, «Long-term effects of parental divorce on mental health – A meta-analysis», *Journal of Psychiatric Research*, vol. 119, 2019, pp. 107-115.

²⁹⁶ P. R. AMATO; B. KEITH, «Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis», *Psychological bulletin*, vol. 110, p. 26.

Table 2
Study characteristics.

Outcome	studies included	Unadjusted effect sizes	Adjusted effect sizes	n total sample	Range sample	Median sample	Mean years since divorce	Range publication date
Depression	32	18	19	127470	44-33377	1708.5	14	1990-2017
Anxiety	13	8	7	80254	44-33377	2268	12	1998-2017
Suicide-Attempt	8	2	13	27997	254-28935	3797	10	1998-2016
Suicide-Ideation	8	3	13	30853	168-6006	3755	12	2006-2017
Alcohol	10	4	9	88097	1387-43039	4942	17	1992-2014
Smoking	6	6	2	58714	361-25810	5815.5	9	1990-2014
Drugs	6	3	5	40876	125-33377	722.5	10	1990-2016
Distress	5	4	2	52038	165-25810	8340	24	1991-2017

El gráfico que copiamos más abajo nos presenta de forma sucinta los datos concluyentes de este análisis que se concreta en el índice de probabilidades (OR *Odds Ratio* en inglés) que presentan los jóvenes encuestados para cada una de las variables analizadas: Depresión, ansiedad, suicidio, alcohol, tabaco, drogas.

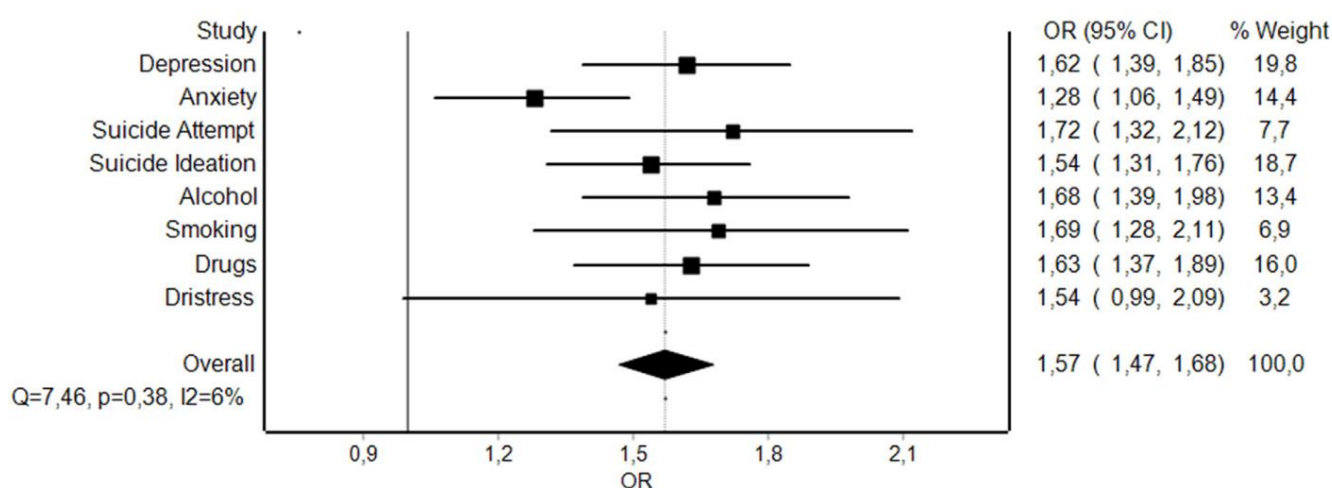


Fig. 2. Odds ratios for outcomes.

En la presentación de resultados finales se indica que todo valor que supere el 1 supone un índice de probabilidad más elevado de que se de cada una de las variables. Entre los estudios encontraron algunos —muy pocos— cuyos índices de probabilidades eran inferiores al 1 y que por lo tanto concluían que no había una mayor tendencia a que se produjera esa variable y en todo caso fueron tenidos en cuenta ya que, en los valores que vemos en el cuadro, lo que encontramos es la media de todos los estudios.

Atendiendo al capítulo drogas se comprueba que el índice de probabilidad de que los hijos de padres divorciados consuman drogas es de 1,63 lo que permite afirmar que el divorcio de los padres tiene un impacto negativo en la salud mental y en el bienestar de los hijos también cuando éstos llegan a edades superiores, en este caso más de 18 años.

Entre la literatura científica sobre la materia en nuestro país queremos fijarnos ahora en la investigación de Pérez Milena y otros²⁹⁷ en el que se encuestó a 386 alumnos de secundaria de ámbito rural y urbano y de una media de edad de 14,3 años. Se reproduce a continuación un cuadro de esta investigación en el que se recogen los datos porcentuales en cada una de las variables analizadas en función de la estructura familiar.

²⁹⁷ A. PÉREZ MILENA Y OTROS, «Estructura y funcionalidad de la familia durante la adolescencia: relación con el apoyo social, el consumo de tóxicos y el malestar psíquico», *Atención Primaria*, vol. 39, 2, 2007, pp. 61-65.

**TABLA
1****Comportamiento de las variables estudiadas según la estructura familiar de los adolescentes encuestados**

	Estructura familiar			
	Nuclear	Monoparental	Ampliada	Binuclear
Distribución (%)	84 ± 1,9	7 ± 1,3	7 ± 1,3	2 ± 0,6
Edad (años)	14,4 ± 0,4	14,0 ± 0,3	14,5 ± 0,3	14,8 ± 0,7
Sexo (varón) (%)	51,7 ± 2,8	51,7 ± 9,3	2,8 ± 9,4	50 ± 20,4
Función familiar				
Puntuación test Apgar-familiar	7,3 ± 0,1	6,9 ± 0,4	7,3 ± 1,3	7,2 ± 0,9
Apoyo social (SSQ-6)				
Satisfacción	4,6 ± 0,1	4,4 ± 0,2	4,5 ± 0,2	5,0 ± 0,1
Apoyo	3,2 ± 0,1	2,9 ± 0,3	3,2 ± 0,4	2,3 ± 0,5
Consumo de sustancias tóxicas				
Alcohol (%)	44,5 ± 2,8	41,4 ± 9,1	42,8 ± 9,3	66,7 ± 19,3
UBE/semana	6,8 ± 0,4	7,5 ± 1,5	6,3 ± 0,9	5,0 ± 0,4
Tabaco (%)	23,8 ± 2,4	27,6 ± 8,3	28,6 ± 8,5	16,7 ± 15,2
Cigarrillos/día	8,4 ± 1,0	8,0 ± 3,3	7,5 ± 2,7	3 (vu)
Uso de drogas (%)	10,8 ± 1,7	24,1 ± 7,9	14,3 ± 6,6	16,7 ± 15,2
Escala de ansiedad-depresión (EADG)				
Ansiedad (%)	91,3 ± 1,3	96,6 ± 3,4	96,4 ± 3,5	83,3 ± 15,2
Depresión (%)	74,3 ± 2,4	65,5 ± 8,8	82,1 ± 7,3	66,7 ± 19,3

UBE: unidades de bebida estándar; vu: valor único.

Los datos se muestran como media ± error estándar de la media o de la proporción.

Los autores de este estudio concluyen confirmando la hipótesis de partida de que la familia nuclear en la que viven padre y madre con sus hijos biológicos es la que mejor preparada está para enfrentarse a las variables que mide este estudio. Examinemos alguno de los resultados relativos al consumo de drogas fijándonos específicamente en la diferencia de datos entre la primera columna (familia nuclear) y la segunda columna (familias monoparentales, fruto del divorcio de sus padres o de la crianza en soltería). La variable “uso de drogas” presenta unos valores de 10,8% entre los adolescentes que viven en familia nuclear y un 24,1% entre los que viven en un hogar monoparental. Entre los adolescentes que viven en un entorno de familia binuclear, que serían aquellas familias reconstituidas en la que padre y madre han vuelto a casarse y los

adolescentes se mueven en un entorno de custodia compartida, el porcentaje en el consumo de drogas es del 16,7% y para aquellos adolescentes que en un porcentaje bastante inferior viven en un entorno de familia ampliada, es decir con otros parientes, el porcentaje es de 14,3%.

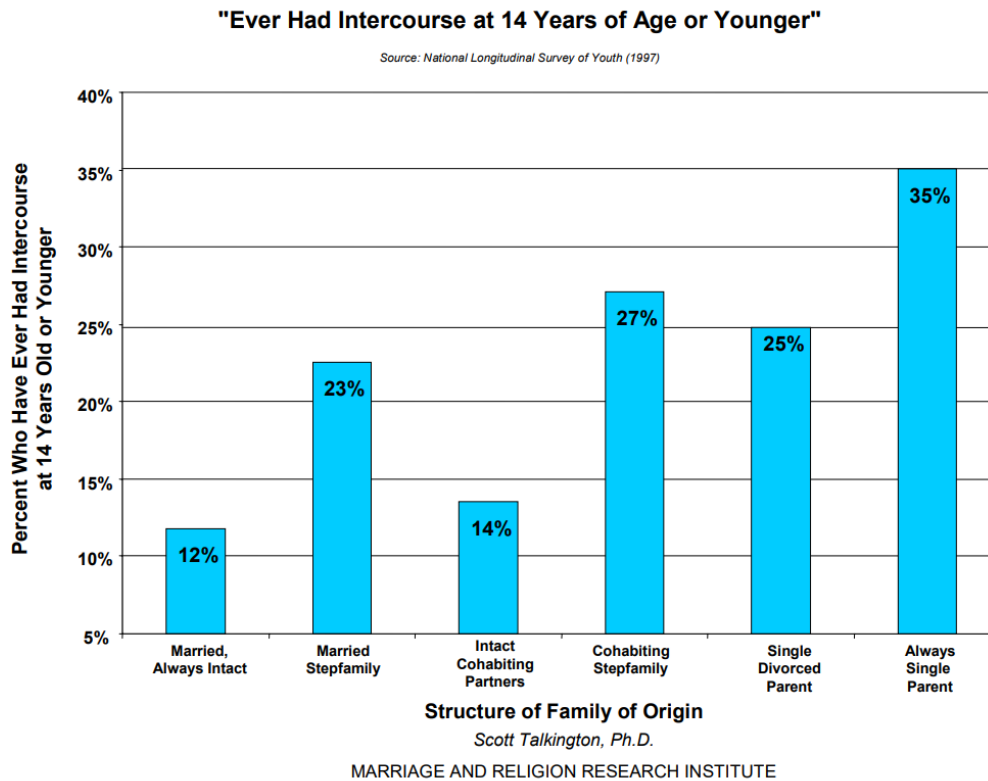
En definitiva, los adolescentes que viven en hogares de familia nuclear están mucho más protegidos frente al posible consumo de drogas ya que sus compañeros con padres divorciados o solteros superan el índice de probabilidades en más del doble, del 10,8 al 24,1 %.

5.3. Sexualidad

Seguimos abordando el impacto del divorcio en la conducta de los hijos para hablar de su comportamiento en el terreno de la sexualidad. Cuando se produce el divorcio de los padres, las actitudes de sus hijos relacionadas con la sexualidad cambian, ven con mejores ojos las relaciones sexuales antes del matrimonio, la posibilidad de cohabitación, así como la posibilidad de llegar ellos mismos a divorciarse. En paralelo se produce una pérdida de popularidad entre estos chicos de la idea de contraer matrimonio y de tener hijos.²⁹⁸ Los hijos de familias divorciadas tienen más probabilidades también de creer que el matrimonio no es un factor decisivo a la hora de tener hijos y por lo tanto estarán más abiertos a tener hijos sin estar casados.

El siguiente cuadro sintetiza estadísticas de la edad de iniciación sexual siguiendo datos procedentes de la Encuesta Nacional Longitudinal de Juventud de 1997 en los Estados Unidos.

²⁹⁸ W. G. AXINN; A. THORNTON, «The Influence of Parents' Marital Dissolutions on Children's Attitudes Toward Family Formation», *Demography*, vol. 33, p.66.



Este gráfico presenta el porcentaje de chicos y chicas que habían tenido ya su primera relación sexual a los 14 años o más joven desglosándolo de acuerdo a la estructura familiar en la que viven. En las familias intactas, ese porcentaje es del 12%. En las familias recompuestas, en las que el chico o chica viven con su progenitor y el nuevo cónyuge de su progenitor, la cifra prácticamente se dobla para llegar al 23%. A continuación, tenemos aquellas familias en las que los progenitores no están casados, pero permanecen juntos en régimen de cohabitación; en este contexto familiar la respuesta que nos dan los hijos en cuanto a si han tenido ya una relación sexual a los 14 años es de un 14%. Sin embargo, volvemos a ver como prácticamente se dobla la cifra para llegar al 27% entre los jóvenes que viven en una familia recompuesta en régimen de cohabitación, es decir con su padre o madre biológica y con la nueva pareja de su progenitor con la que este convive sin estar casado. Los chicos que viven con su padre o madre divorciado y sin nadie más en el hogar contestan afirmativamente en un 25% a la pregunta que plantea este cuadro. Por último, la tasa más alta de iniciación a las relaciones sexuales antes de los 14 años, un 35%, nos la encontramos en el momento en que se hizo este estudio, entre los

chicos y chicas que viven con su padre o madre que son y siempre han sido solteros.

En esta misma línea existen numerosos estudios, realizados tanto en los Estados Unidos como en el Reino Unido demostrando que, en particular, las hijas de padres divorciados tienen una mayor predisposición a mantener relaciones sexuales en su edad adolescente. Parece ser que no es irrelevante la edad a la que el padre de estas niñas ha salido de su hogar como consecuencia del divorcio ya que, en un estudio comparativo entre chicas norteamericanas y de Nueva Zelanda, los investigadores descubrieron que cuanto más temprano se produce la salida del padre del hogar, más probabilidades hay de que su hija se inicie en las relaciones sexuales y pueda por lo tanto tener un embarazo no deseado. En concreto, en Estados Unidos, las niñas cuyos padres desaparecieron de su hogar cuando ellas tenían cinco años presentaban un índice de probabilidad de quedarse embarazada en la edad adolescente ocho veces superior comparado con aquellas niñas que seguían viviendo con sus padres a esa edad.

No solo encontramos con un mayor índice de iniciación temprana a las relaciones sexuales, sino que también se ha podido comprobar que las hijas de padres divorciados tienen una mayor tendencia a presentar conductas de riesgo en el terreno sexual y a tener con mayor frecuencia relaciones sexuales con un mayor número de personas distintas, tal como indica una publicación del Diario de Investigación Sexológica.²⁹⁹

Existe igualmente una interesante investigación acerca de lo que ocurre con los varones adolescentes, que van en la misma línea de anticipar la edad a la que se inician en relaciones sexuales.³⁰⁰ En el caso de los chicos, se ha estudiado

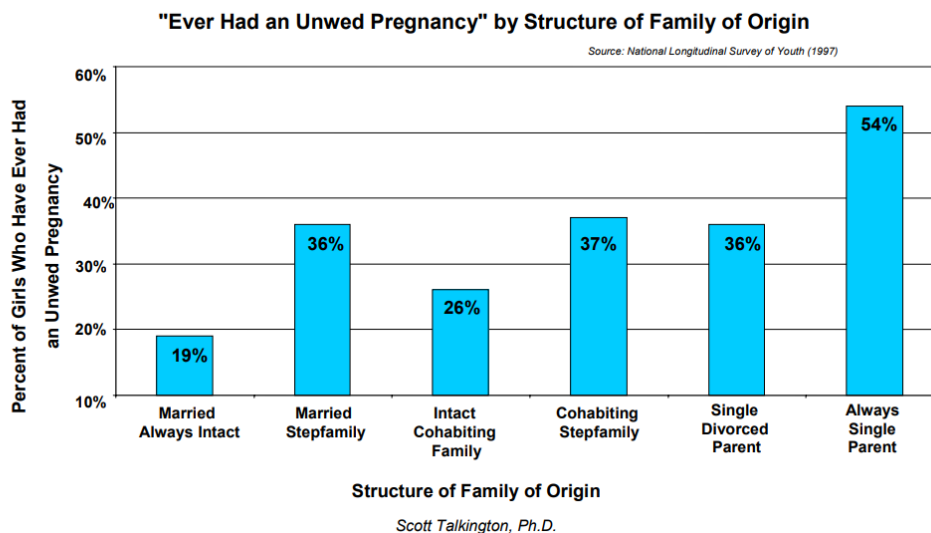
²⁹⁹ J. K. MCGUIRE; B. L. BARBER, «A Person-Centered Approach to the Multifaceted Nature of Young Adult Sexual Behavior», *The Journal of Sex Research*, vol. 47, 4, 2010, pp. 301-313.

³⁰⁰ R. F. ANDA Y OTROS, «Adverse childhood experiences and risk of paternity in teen pregnancy», *Obstetrics and gynecology*, vol. 100, p. 37.

también la mayor prevalencia de las enfermedades de transmisión sexual, algo perfectamente explicable si se entiende que estos chicos adolescentes tienen múltiples parejas sexuales por lo que el riesgo de contraer alguna de esas enfermedades es mayor.

Estos cambios que hemos estudiado, y que se producen en la adolescencia entre aquellas personas que han sufrido un divorcio en su hogar, permanecen con el paso de los años hasta llegar a la edad adulta, según hemos podido constatar gracias al estudio publicado en 2000 en el Diario Escandinavo de Psicología³⁰¹. Este estudio entrevistó a 179 islandeses de entre 20 y 30 años, hijos de padres divorciados, y aportó una interesante información ya que estas personas relataban haber tenido un mayor número de experiencias emocionales negativas y en el momento del estudio presentaban unos vínculos familiares más débiles en comparación con las personas que no han crecido en un hogar de padres divorciados.

Continuando en este contexto de temprana iniciación en las relaciones sexuales, unido a la mayor asunción de riesgos, y a la mayor variabilidad de parejas



³⁰¹ F. JÓNSSON H.; U. NJARÐVIK; G. ÓLAFSDÓTTIR; S. GRÉTARSSON, «Parental Divorce: Long-term Effects on Mental Health, Family Relations and Adult Sexual Behavior», *Scandinavian Journal of Psychology*, vol. 41, 2, 2000 pp. 101-105.

sexuales, parece oportuno abordar también lo que aporta la literatura científica acerca de los riesgos de embarazo fuera del matrimonio. Esto es, precisamente, lo que recoge el cuadro que reproducimos a continuación y que también toma los datos de la Encuesta Nacional Longitudinal de Juventud de 1997 en los Estados Unidos de América.

En el eje vertical de esta gráfica se encuentra el porcentaje de chicas que han tenido un embarazo fuera del matrimonio. En el eje horizontal se diversifican esos porcentajes en función de la estructura de la familia de origen. Una vez más la tasa más baja nos la encontramos entre las hijas de matrimonios intactos que permanecen juntos en el hogar; en ese contexto tenemos un 19%. En las familias recompuestas en las que el padre o madre se ha vuelto a casar, de nuevo el porcentaje prácticamente se duplica para pasar al 36%. Un 26% de las niñas que viven en una familia intacta en la que los padres cohabitan sin estar casados se quedaron embarazadas fuera del matrimonio. El 37% de las niñas que vivían en una familia recompuesta en régimen de cohabitación tuvieron que lidiar con una situación de embarazo fuera del matrimonio. En el contexto de las niñas que se han criado en un hogar monoparental con su padre o madre divorciado el porcentaje es de un 36%. Y por último la cifra más alta la presentan también las niñas criadas en un hogar monoparental, es decir con su padre o madre biológicos que le han criado en solitario: en este caso el porcentaje es tan alto como de un 54%.

Las mujeres cuyos padres se separaron en su niñez tienen más probabilidades de tener un embarazo fuera del matrimonio y así nos lo confirma una investigación que se centra específicamente en la influencia que tiene la ausencia del padre.³⁰² Este estudio analiza de forma retrospectiva la información disponible para 10.847 mujeres norteamericanas. Los resultados indican que existe una correlación directa entre la edad de la niña en el que se produce el

³⁰² R. J. QUINLAN, «Father absence, parental care, and female reproductive development», *Evolution and Human Behavior*, vol. 24, 6, 2003, pp. 376-390.

divorcio de los padres y su comportamiento reproductivo. En concreto el análisis revela que cuando el divorcio se produce antes de los 5 años de la niña, hay una menstruación más temprana, una anticipada actividad sexual, con una mayor incidencia de embarazo y con una menor duración de su primer matrimonio. Cuando la ruptura ocurre en la edad adolescente de la niña, este factor se considera como el mayor predictor del alto número de parejas sexuales que va a tener esa niña.

En el caso de los hombres que han crecido en hogares de padres divorciados encontramos un estudio que concluye que estos chicos tienen también más probabilidades de convertirse en padres en su adolescencia con otra chica adolescente.³⁰³

Dentro de la abundante investigación sobre la materia queremos detenernos ahora en un estudio más reciente publicado en el Diario de Investigación Sexual³⁰⁴ por investigadores de las universidades de Toronto, Brigham Young y Kansas estudiando la conexión entre las conductas sexuales de los adolescentes y adultos jóvenes y sus experiencias en el hogar de origen: fundamentalmente el tiempo que habían podido pasar con su padre su madre y la calidad del ambiente del hogar. La muestra de población utilizada en este estudio fueron un grupo de 2.556 jóvenes demográficamente diversos y de unas edades comprendidas entre los 18 y 19 años de edad, residentes todos en los Estados Unidos. El interés en conocer qué factores incitan al adolescente a iniciarse de manera temprana en las relaciones sexuales se debe a que esa iniciación lleva frecuentemente aparejada la aparición de embarazos no deseados, la transmisión de enfermedades por vía sexual y los comportamientos sexuales de riesgo.³⁰⁵ El estudio comienza constatando que la presencia del

³⁰³ R. F. ANDA Y OTROS, «Adverse childhood experiences and risk of paternity in teen pregnancy», cit.

³⁰⁴ S. ASTLE; N. LEONHARDT; B. WILLOUGHBY, «Home Base: Family of Origin Factors and the Debut of Vaginal Sex, Anal Sex, Oral Sex, Masturbation, and Pornography Use in a National Sample of Adolescents», *The Journal of Sex Research*, vol. 57, n.º 9, 2020, pp. 1089-1099.

³⁰⁵ Z. C. HAWES; K. WELLINGS; J. STEPHENSON, «First Heterosexual Intercourse in the United Kingdom: A Review of the Literature», *Journal of Sex Research*, vol. 47, 2-3, 2010 pp. 137-152.

padre y la madre en el hogar del adolescente están siempre asociados a un retraso en la edad de iniciación sexual³⁰⁶. Pero los investigadores matizan que esa correlación se ha establecido, en investigaciones previas, atendiendo a la actividad sexual coital, pero no a otras conductas sexuales como pueda ser el sexo anal, oral, la masturbación o el consumo de pornografía. Por esta razón ellos en este estudio quieren colmar esa laguna aportando también esa información. Los resultados de este estudio constatan que la mayoría de los participantes en él habían tenido acceso a la pornografía, 80,3%, se habían masturbado 81,3%. Un porcentaje alto habían tenido sexo coital 64,7 % o sexo oral 66,7 % mientras que solo un tercio había tenido experiencia de sexo anal 33,1%. En el cuadro que copiamos a continuación podemos ver esta información desglosada por sexos y por años.

³⁰⁶ S. STURGEON, «The Relationship Between Family Structure and Adolescent Sexual Activity», *The Heritage Foundation*, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://www.heritage.org/marriage-and-family/report/the-relationship-between-family-structure-and-adolescent-sexual-activity>.

Table 3. Age of first sexual experience.

	Pornography	Masturbation	Vaginal	Oral	Anal
Women					
12 or younger	26.9	24.7	3.6	4.2	2.0
13	11.7	11.1	3.7	3.8	.7
14	9.5	9.7	5.1	5.9	1.5
15	9.7	10.1	11.3	12.3	2.5
16	7.7	8.3	13.4	13.4	4.5
17	4.5	4.9	12.7	12.8	7.4
18	3.1	4.2	11.4	10.2	6.7
19	1.9	2.0	4.6	4.1	4.4
Never	25.0	25.0	34.2	33.3	70.3
Men					
12 or younger	38.7	44.4	7.2	8.7	5.6
13	18.8	18.9	4.2	4.3	1.0
14	9.4	10.2	4.8	7.0	3.1
15	8.7	6.1	8.1	10.0	1.9
16	5.2	4.5	15.0	14.4	4.7
17	1.6	1.5	10.4	10.0	7.1
18	2.8	1.5	7.1	6.5	6.5
19	2.0	1.4	4.5	3.5	4.9
Never	12.8	11.5	38.7	35.6	65.2

Como vemos el 26,9% de las chicas y el 38,7% de los chicos afirmó haber tenido acceso a contenido pornográfico a los 12 años o incluso antes. A los 16 años, el 37% de las chicas y de los chicos aproximadamente ya habían tenido su primera relación sexual coital.

En la tabla que se reproduce a continuación se relaciona la calidad de la vida familiar (primera línea), el tiempo que ha pasado el joven con su padre y su madre (segunda línea) y las distintas conductas sexuales, que siguiendo las

columnas de izquierda a derecha son: pornografía, masturbación, sexo vaginal, oral y anal.

Table 6. Final models of how family of origin and control variables predict whether someone had experienced a sexual behavior.

Variable	Pornography		Masturbation		Vaginal		Oral		Anal	
	SE	Odds Ratio	SE	Odds Ratio	SE	Odds Ratio	SE	Odds Ratio	SE	Odds Ratio
Family of Origin Quality	.05	.76***	.05	.73***	.04	.91	.04	.89*	.04	.82***
Time with Biological parents	.02	.96	.02	.97	.02	.91***	.02	.92***	.02	.95**
Female	.05	.34***	.04	.30***	.14	1.43**	.12	1.20	.08	.82
Education	.04	1.00	.04	.99	.03	.92**	.03	.93	.03	.91*
White	.09	.79*	.13	1.11	.13	1.42**	.14	1.43**	.15	1.48***
Heterosexual	.04	.91	.04	.80***	.04	1.03	.03	.98	.03	.91*
Personal Income	.04	.94	.04	.93	.04	1.11**	.04	1.04	.04	1.14***
Parents' Income	.03	1.08**	.03	1.11***	.02	.99	.02	1.04*	.02	1.01
Religious Attendance	.04	.87**	.03	.83***	.03	.90**	.03	.88***	.03	.90**
Politically Conservative	.02	.91***	.03	.92**	.02	1.01	.02	.97	.02	1.02
R ²		.07		.09		.03		.03		.04

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

A lo largo de la primera línea se comprueba que, a medida que mejora la calidad de vida en la familia de origen del joven, desciende el índice de probabilidad (Odds Ratio OR) de haber consumido pornografía (OR .76) también baja la masturbación en un OR .73 el sexo oral OR .89 y el sexo anal OR .82. Sin embargo, lo que no baja es el sexo vaginal o coital que permanece con un índice de probabilidad OR .91. La segunda línea, que hace referencia al tiempo que han pasado con sus dos padres biológicos, muestra que a medida que pasan más tiempo con sus padres desciende el índice de probabilidades de tener cualquier tipo de relación sexual de las tres que aparecen referidas en el estudio; sin embargo, lo que no desciende es ni el acceso a la pornografía ni la masturbación. Podemos concluir por lo tanto afirmando una vez más que la estabilidad familiar importa y mucho a la hora de neutralizar conductas de riesgo entre los jóvenes. Los autores del estudio, por su parte, formulan la hipótesis de que quizás estos chicos que han pasado menos tiempo con su padre y su madre y que han vivido un ambiente familiar menos acogedor parecen responder buscando en otro tipo de relaciones íntimas esa cercanía y ese afecto que quizás les puede estar faltando en su propio hogar.

5.4. Matrimonio y relaciones amorosas

Haber vivido una ruptura conyugal en el hogar de origen va a tener su repercusión en la vida de adulto de chicos y chicas cuando comienzan a plantearse relaciones sentimentales y por supuesto el matrimonio. Se han realizado numerosas investigaciones para valorar ese impacto y apreciar en qué medida aumenta la visión negativa del matrimonio y la mayor predisposición hacia el divorcio entre las personas que han crecido en un hogar roto. Un estudio en particular destaca que las personas cuyos padres se divorciaron tienen un concepto de las relaciones mucho más marcado por la infidelidad y la desconfianza lo que les puede dificultar entregarse completamente en una relación.³⁰⁷ Este dato se puede poner fácilmente en conexión con lo que acabamos de ver en cuanto a la conducta en el terreno sexual de las personas que han experimentado una ruptura en su hogar de origen, que tienden a tener un mayor número de parejas inestables y con las que mantienen una relación de menor duración y menor compromiso.

Huelga decir que con una disposición así resulta mucho más difícil que una relación prospere y sea plenamente satisfactoria para esa persona que parte ya de una actitud desconfiada y temerosa ante el matrimonio, lo que en muchos casos le llevará a esa persona a rehuir el compromiso matrimonial evitando así formar una familia.

Existen un gran número de trabajos que afirman que los hijos de padres divorciados tienen una tendencia a divorciarse ellos mismos en la edad adulta muy superior a la que presentan los hijos de familias intactas. Por citar alguno de esos estudios, el *Diario Americano de Sociología* recogía ya en 1995 un trabajo que indaga los efectos del origen familiar de los casados y del impacto en su estabilidad familiar concluyendo que los hijos de padres divorciados tienen

³⁰⁷ D. J. WEIGEL, «Parental Divorce and the Types of Commitment-Related Messages People Gain from Their Families of Origin», *Journal of Divorce & Remarriage*, vol. 47, 1-2, 2007, pp. 15-32.

más del doble de probabilidades de divorciarse comparado con los hijos de familias intactas.³⁰⁸

Jay Teachman³⁰⁹ desarrolla el concepto de la *transmisión intergeneracional del divorcio* y en su estudio procede también a comparar el impacto de la muerte de uno de los dos progenitores con el impacto del divorcio en los hijos. Resulta interesante constatar que este estudio se suma al coro de informes que avalan la idea de que los hijos de padres divorciados presentan unas mayores probabilidades de pasar ellos mismos por el divorcio, ya que, en este caso tienen un 38% más de probabilidades que los hijos de familias intactas. Por el contrario, cuando analiza el impacto de la muerte de uno de los dos progenitores sobre la estabilidad del futuro matrimonio de esos chicos, se constata que no se produce ese incremento de probabilidades.

³⁰⁸ P. S. WEBSTER; T. L. ORBUCH; J. S. HOUSE, «Effects of Childhood Family Background on Adult Marital Quality and Perceived Stability», *American Journal of Sociology*, vol. 101.

³⁰⁹ J. D. TEACHMAN, «Childhood Living Arrangements and the Intergenerational Transmission of Divorce», *Journal of Marriage and Family*, vol. 64, 3, 2002, pp. 717-729.

6. Estabilidad familiar y patrones de conducta en adultos

6.1. Maltrato infantil

Estudiemos a continuación en qué medida la inestabilidad familiar impacta en los comportamientos y actitudes de los adultos, comenzando por el maltrato infantil. Existe abundante literatura científica que sostiene que los niños que han sido maltratados tienen potencialmente muchas más probabilidades de convertirse en delincuentes en la edad adulta. Nos detendremos en algunos de esos hallazgos en este epígrafe. También constataremos que el maltrato infantil es mucho más probable en el contexto del divorcio de los padres, tal y como demuestra un estudio realizado entre 8.629 adultos que habían sufrido algún tipo de *experiencia adversa en la infancia* (EAI's).³¹⁰ Este estudio, que se centraba en un catálogo de 10 experiencias adversas de la infancia (como el maltrato físico, emocional y sexual, la negligencia también física o emocional, las discusiones de los padres, etc.) no solo confirmó que los hijos de padres divorciados tienen muchas más probabilidades de sufrir alguna de estas experiencias adversas sino que además concluyó que estas experiencias están muy interrelacionadas entre sí, por lo que la mayoría de los encuestados habían sufrido no solo una, sino varias de estas experiencias negativas.

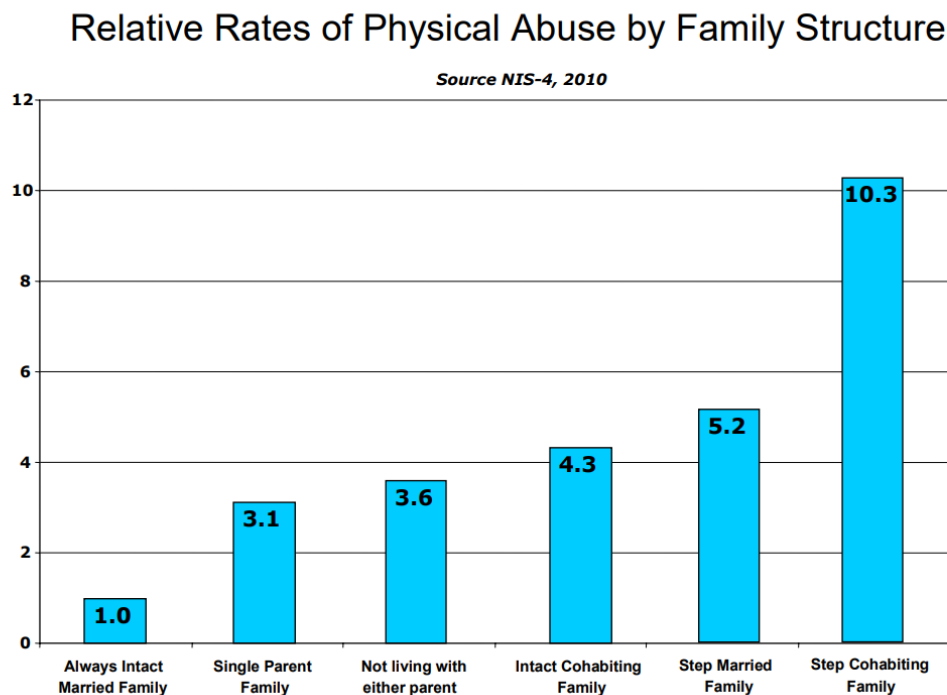
Otro estudio, realizado en Brasil³¹¹ confirma que el maltrato es mucho más alto entre los hijos de familias recompuestas, es decir cuando los padres se han divorciado y se han vuelto a casar, en comparación con los hijos de familias intactas. Las familias brasileñas entrevistadas para este estudio registraron unas mayores tasas de maltrato infantil, que en muchos casos eran atribuibles a la mayor incidencia del maltrato de las madres hacia sus hijos. Según este estudio los niños que viven en familias recompuestas con padrastros tienen 2,7 más

³¹⁰ M. DONG Y OTROS, «The Interrelatedness of Multiple Forms of Childhood Abuse, Neglect, and Household Dysfunction», *Child Abuse & Neglect: The International Journal*, vol. 28, 2004, P 771.

³¹¹ G. C. ALEXANDRE; P. NADANOVSKY; C. L. MORAES; M. REICHENHEIM, «The presence of a stepfather and child physical abuse, as reported by a sample of Brazilian mothers in Rio de Janeiro», *Child Abuse & Neglect*, vol. 34, 12, 2010, pp. 959-966.

probabilidades de ser maltratados que los niños que crecen en hogares intactos con sus padres biológicos.

A continuación, se reproduce un cuadro que aparece en el informe de Fagan³¹² y que nos aporta datos del año 2010 acerca de las tasas relativas de maltrato físico desglosado por el tipo de estructura familiar.



Como puede observarse, se da un crecimiento de izquierda a derecha muy notable comenzando con una tasa de maltrato de 1 para aquellas familias que han permanecido casadas e intactas. Esa tasa se multiplica por 3 para alcanzar el 3,1 en aquellas familias monoparentales. La tercera columna presenta una tasa de maltrato del 3,6 entre aquellos niños que no viven con ninguno de sus dos padres. La tasa sigue ascendiendo hasta un 4,3 entre los hijos de familias

³¹² P. FAGAN, «The Effects of Divorce on Children», cit.

cuyos padres cohabitan sin estar casados. En el caso de las familias recompuestas, es decir aquellas en las que los hijos viven con uno de sus dos padres biológicos que a su vez se ha casado con una tercera persona, la tasa asciende al 5,2. Por último, la tasa más alta representada en la columna de la derecha y que asciende al 10,3 corresponde a esas familias en las que los hijos viven con uno de sus dos padres biológicos que a su vez cohabita sin estar casada con su novio o novia. Por lo tanto, en este último caso, se multiplica por diez las probabilidades para el niño de sufrir un maltrato de diversos tipos.

Otro estudio realizado en el Reino Unido³¹³ aporta datos estremecedores acerca de las situaciones de maltrato infantil que tienen como resultado la muerte de esos niños. Este trabajo hizo un seguimiento de 26 casos de personas que estaban sufriendo condena por haber matado a 26 niños menores de 4 años. El 62% de los perpetradores de ese homicidio eran los padrastros de los niños; de estos, el 81% de los casos se daban en relaciones de cohabitación, solo el 15% de los homicidas que eran los padrastros de los niños, estaban casados con la madre del niño. Y tan solo en uno de los 26 casos se trataba del padre biológico del niño.

Anteriormente en Canadá también se había realizado otro estudio³¹⁴ sobre esta misma terrible situación focalizando la atención en niños de dos años o menos, que son físicamente mucho más débiles y en los que puede darse con más frecuencia la fatal probabilidad de muerte ante un maltrato físico. Los autores de este estudio concluyeron, después de analizar la casuística y los datos que estaban a su disposición, que los niños de esta edad tienen un índice de probabilidad que es entre 70 y hasta 100 veces superior, de morir a manos de sus padres cuando estos son los padrastros y no los padres biológicos.

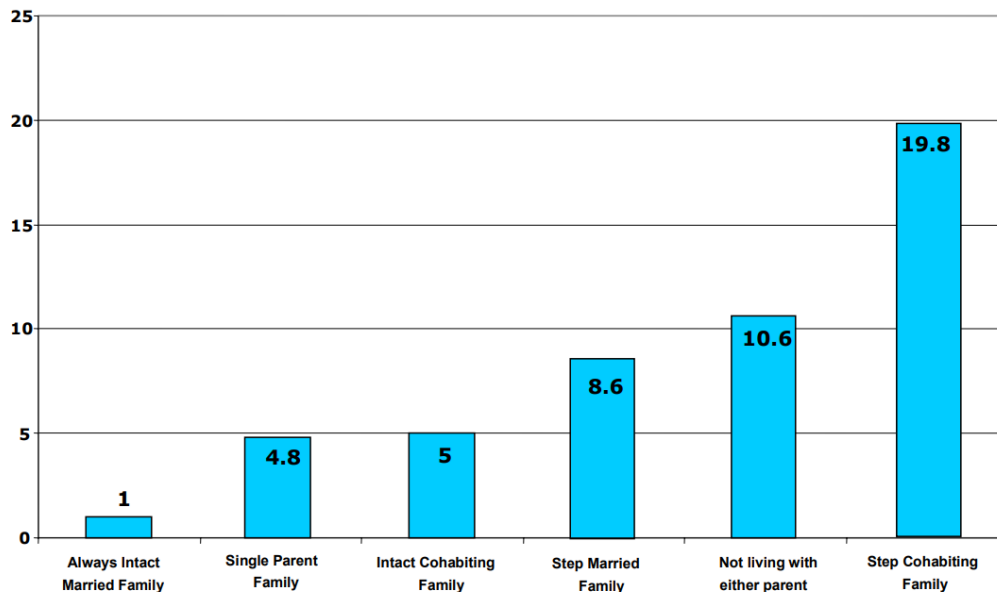
Pasamos ahora a abordar la situación de abusos sexuales en menores.

³¹³ K. CAVANAGH; R. E. DOBASH; R. P. DOBASH, «The murder of children by fathers in the context of child abuse», *Child Abuse & Neglect*, vol. 31, n.º 7, 2007, pp. 731-746.

³¹⁴ J. B. LANCASTER; R. J. GELLES, *Child Abuse and Neglect: Biosocial Dimensions - Foundations of Human Behavior*, Routledge, 2017.

Relative Rates of Sexual Abuse by Family Structure

Source NIS-4, 2010



De nuevo recogemos este cuadro de 2010 procedente del estudio de Fagan y en el que se reflejan las tasas relativas a abusos sexuales que se producen en la familia diferenciando por tipo de estructura familiar. La tasa más baja está en la columna de la izquierda que nos presenta un valor 1 para aquellos niños que crecen en sus familias biológicas con sus padres que permanecen casados. A la derecha vemos la situación de las familias monoparentales en las que la tasa de abuso sube ya al 4,8. Para seguir subiendo ligeramente a un índice de 5 entre los hijos de familias en las que los padres permanecen juntos sin estar casados. Estaríamos hablando de familias intactas cohabitantes. La cuarta columna empezando por la izquierda nos aporta una tasa de 8,6 entre los niños que viven en familias recompuestas en las que su padre o madre se han vuelto a casar. Entre aquellos niños que no viven con ninguno de sus dos padres biológicos la tasa de abusos sexuales asciende al 10,6. Por último, la tasa más alta que se dispara hasta el 19,8 es la de aquellos niños que viven en una familia recompuesta en cohabitación es decir que aquellos niños que viven con su padre o madre biológico además de con el novio o novia de su progenitor. En este

contexto tienen 20 veces más probabilidades de sufrir un abuso sexual en el entorno doméstico que los niños que crecen con sus padres biológicos casados.

6.2. Suicidios

Veamos ahora los vínculos que pueden darse entre la situación marital y las conductas suicidas. Para ello nos fijaremos en un estudio realizado en 2016 por Steven Stack, en la Universidad del Estado de Wayne.³¹⁵

Ya vimos cómo las personas casadas gozan de una mejor salud en todos los planos, también el plano psíquico y mental, que las personas divorciadas. Pues bien, el estudio de Stack constata que las personas divorciadas tienen unos índices de depresión que son en torno al 40% superiores a los que tienen sus homólogos casados. Algo que es muy relevante en este apartado ya que en la base del suicidio con frecuencia está la depresión mayor. Lo mismo podemos decir también del consumo de alcohol que también es superior entre los divorciados y el nivel de morbilidad por esta razón, que se incrementa en el 52% para los hombres y el 43% para las mujeres comparándolos de nuevo con sus referentes casados.

El propio autor Stack, publicó en el año 2000 un metaanálisis³¹⁶ que englobaba 37 estudios publicados entre 1980 y 1994 con el que concluye que las tasas de suicidio eran superiores entre las personas divorciadas en comparación con las casadas. Este dato se pudo constatar en distintos países y en distintos momentos. Por ejemplo, en Austria la tasa de suicidio de los divorciados es de 129 por 100.000 comparado con el 31 por 100.000 en el caso de los casados. El cuádruple.

En estos 37 estudios se recogían 426 resultados que comparaban las tasas de suicidio entre los distintos grupos. Hubo un 86% de esos resultados que decían que las personas divorciadas tenían un índice de suicidio superior al de las

³¹⁵ S. STACK; J. SCOURFIELD, «Recency of Divorce, Depression, and Suicide Risk», *Journal of Family Issues*, vol. 36, 6, 2015, SAGE Publications Inc. pp. 695-715.

³¹⁶ S. STACK, «Suicide: A 15-Year Review of the Sociological Literature Part II: Modernization and Social Integration Perspectives», *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 30, 2, 2000, pp. 163-176.

casadas. Más adelante se hizo una nueva revisión de estudios publicados después de 1994 que aportaban datos de otros lugares, como por ejemplo Checoslovaquia donde la tasa de suicidio entre los hombres divorciados era de 71,7 por 100.000 comparado con 25 por 100.00 entre los casados. Casi el triple. Resultados más extremos los encontramos en India donde la tasa de suicidio de los hombres divorciados es de 346,8 por cada 100.000 frente al 17,3 por cada 100.000 entre los hombres casados; es decir, la tasa se multiplicaba por 20. En el caso de las mujeres indias la tasa se multiplicaba por 10 entre las mujeres indias divorciadas. Esta tasa se denomina coeficiente de agravamiento (COA en sus siglas en inglés *coefficient of aggravation*) interesante herramienta para comparar los datos en los distintos países.

En general el COA se mueve entre 2 y 4 entre los distintos grupos de edad y los países estudiados. Es decir que la tasa de suicidio se multiplica por entre 2 y 4 por término medio entre los divorciados.

También observa el autor de este estudio que el COA es siempre superior entre los hombres, y lo explica por el dato adicional que supone la pérdida del contacto con los hijos ya que en el mayor número de casos permanecen con su madre y a su padre como ya hemos visto también, le verán mucho menos a partir del divorcio.

La presencia de hijos tiene un importante impacto en las probabilidades de suicidio entre los divorciados, de hecho, el estudio señala el caso de Dinamarca donde se sabe que la presencia de un hijo reduce el riesgo de suicidio en un 27% mientras que para aquellos que tienen 5 o más hijos el riesgo de suicidio se reduce en un 51%.

En Australia la tasa de suicidios para mujeres pasa del 12 por 100.000 entre las mujeres sin hijos al 5 por 100.000 entre las mujeres con cuatro hijos.

El estudio concluye que, si bien los sociólogos no le han prestado mucha atención al vínculo en el suicidio y la ruptura conyugal, en el mundo del cine sí que se ha visto reflejado este vínculo sobre el que nos encontramos un estudio

de más de 300 películas americanas que abordan la temática del suicidio y las dificultades familiares.³¹⁷

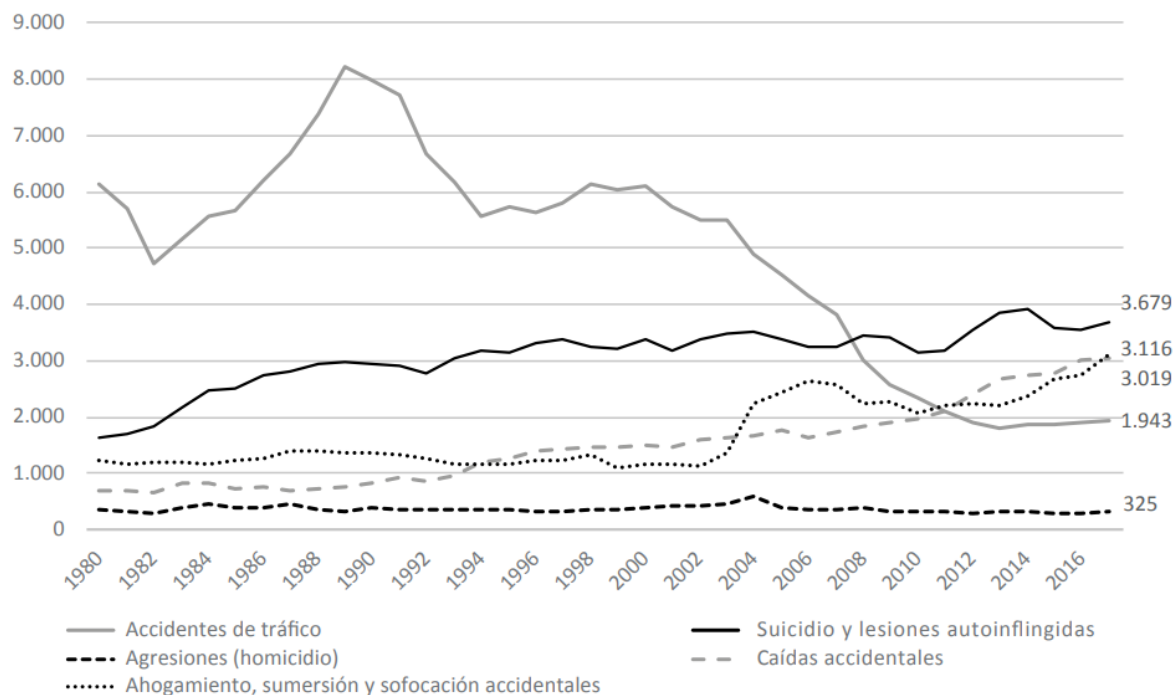
En España, como bien señala Blanco,³¹⁸ el suicidio es la principal causa de muerte externa desde hace ya más de 15 años, como se refleja en el cuadro que reproducimos más abajo y que forma parte de este informe. Sin embargo, como advierte la investigadora, no hay una “autopsia psicológica” que muestre cuál es la situación en la que se encuentran las personas que mueren por suicidio en España. De ese modo sí que podríamos saber más acerca de la incidencia de su estructura familiar.

Completamos esta información recogiendo un gráfico de este informe que muestra la evolución más reciente del suicidio en España.

³¹⁷ S. STACK; B. BOWMAN, *Suicide movies: social patterns, 1900-2009*, Hogrefe, Cambridge, MA, 2012, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en http://bvbr.bib-bvb.de:8991/F?func=service&doc_library=BVB01&doc_number=024594393&line_number=0001&func_code=DB_RECORDS&service_type=MEDIA

³¹⁸ BLANCO, CRISTINA, «El suicidio en España. Respuesta institucional y social», *Revista de Ciencias Sociales*, vol. 33, p.106

Gráfico 3. Evolución de fallecimientos según algunas causas externas de muerte. España, 1980-2017



Fuente: Elaboración propia a partir de datos del INE.

Principales causas de muerte externa. Serie 2017-2021

Datos absolutos y variación porcentual

	2017	2018	2019	2020	2021	Variación 2021/2020
Suicidio	3.679	3.539	3.671	3.941	4.003	1,6%
Caídas accidentales	3.057	3.143	3.297	3.605	3.655	1,4%
Ahogamiento, sumersión y sofocación accidentales	3.116	3.090	3.248	2.913	3.504	20,3%
Accidentes de tráfico	1.943	1.896	1.842	1.463	1.599	9,3%

6.3. Consumo de contenidos pornográficos

Dentro de los patrones de conducta entre los adultos que pueden aparecer, vinculados con la inestabilidad familiar y el divorcio, prestamos ahora atención al consumo de pornografía. Comenzaremos analizando en qué medida la inestabilidad conyugal, la insatisfacción con la vida de pareja, puede conducir a un incremento en el consumo de la pornografía. En ocasiones, tal y como

muestran los estudios científicos, entre ellos el de Willoughby y otros³¹⁹, lo que lleva al consumo de pornografía es precisamente la baja calidad de las relaciones de pareja. Lo que a su vez produce un círculo vicioso porque del propio consumo de pornografía se desprenden toda una serie de efectos negativos que veremos a continuación, que lo que hacen es deteriorar aún más el estado de la relación. El estudio al que acabamos de referirnos, centra su atención en la asociación que existe entre el nivel de satisfacción y estabilidad en la relación y el consumo de pornografía.

El mencionado estudio de Willoughby pretende determinar en qué medida la insatisfacción con la relación de pareja puede llevar a que uno de los dos miembros de la pareja incremente notablemente su consumo de pornografía. El trabajo utilizó una muestra de 1.755 parejas adultas y heterosexuales y los resultados muestran que el recurso a la pornografía en uno de los dos, especialmente el hombre, se da en un contexto en el que ha descendido la satisfacción con la relación, la percepción de estabilidad en la pareja y en el que la comunicación se ha vuelto más negativa. En particular el estudio utiliza parámetros como son los niveles de agresividad del varón, el bajo deseo sexual de la mujer y los bajos niveles de comunicación. Estos parámetros son predictores claros de insatisfacción y están en la base de ese incremento en el consumo de pornografía.

Veamos ahora el otro lado del ciclo, el impacto que tiene el consumo de pornografía en la pareja. Un artículo publicado en 2018 por el Diario de Investigación sobre Sexualidad en Estados Unidos³²⁰ constata que el consumo de contenidos pornográficos en la Internet ha alcanzado cifras muy importantes de acuerdo con las encuestas de ámbito nacional que indican que entre el 55% y 75% de los hombres y entre el 30% y 40% de las mujeres han consumido

³¹⁹ B. J. WILLOUGHBY; J. S. CARROLL; D. M. BUSBY; C. C. BROWN, «Differences in Pornography Use Among Couples: Associations with Satisfaction, Stability, and Relationship Processes», *Archives of Sexual Behavior*, vol. 45, 1, 2016, pp. 145-158.

³²⁰ S. L. PERRY; C. SCHLEIFER, «Till Porn Do Us Part? A Longitudinal Examination of Pornography Use and Divorce», *The Journal of Sex Research*, vol. 55, 3, 2018, pp. 284-296.

pornografía en el último año. Sabemos también que las cohortes más jóvenes, que han crecido ya como nativos digitales, tienen índices superiores de consumo a lo largo de las últimas décadas. Vista la presencia tan incisiva de este tipo de contenidos, el estudio busca analizar en qué medida este consumo puede afectar al matrimonio. Entre los efectos negativos que antes hemos mencionado y que afectan a la vida matrimonial destaca que el consumo de pornografía, especialmente entre los hombres, incide directamente en sus expectativas sexuales y les lleva a una apatía y desidia que se manifiesta en un desinterés y en una baja pulsión sexual con su pareja.³²¹ Ese alejamiento en el ámbito afectivo y sexual se puede traducir fácilmente en un debilitamiento del compromiso con la relación afectiva en el que la persona está inmersa.³²²

Más allá incluso de esta constatación, entre la literatura científica un estudio longitudinal de Wright y otros analiza cómo aumenta la infidelidad y las relaciones casuales extramatrimoniales entre las personas que consumen pornografía.³²³ Incluso en aquellos casos en los que la persona que consume pornografía no llegará a mantener relaciones sexuales extramatrimoniales; el propio consumo de pornografía es ya considerado por muchas personas, especialmente mujeres, como una forma de infidelidad conyugal.³²⁴ En este sentido encontramos también estudios que confirman que las mujeres en una relación heterosexual que son conscientes de que su pareja consume pornografía, se ven profundamente afectadas en el auto concepto en cuanto a su propia imagen

³²¹ C. GROV; B. J. GILLESPIE; T. ROYCE; J. LEVER, «Perceived Consequences of Casual Online Sexual Activities on Heterosexual Relationships: A U.S. Online Survey», *Archives of Sexual Behavior*, vol. 40, 2, 2011. pp. 429-439.

³²² N. M. LAMBERT; S. NEGASH; T. F. STILLMAN; S. B. OLMSTEAD; F. D. FINCHAM, «A LOVE THAT DOESN'T LAST: PORNOGRAPHY CONSUMPTION AND WEAKENED COMMITMENT TO ONE'S ROMANTIC PARTNER», *JOURNAL OF SOCIAL AND CLINICAL PSYCHOLOGY*, vol. 31, 2012, p. 410.

³²³ P. J. WRIGHT; R. S. TOKUNAGA; S. BAE, «More than a dalliance? Pornography consumption and extramarital sex attitudes among married U.S. adults», *Psychology of Popular Media Culture*, vol. 3, 2, 2014, Educational Publishing Foundation, US, pp. 97-109.

³²⁴ C. GROV Y OTROS, «Perceived Consequences of Casual Online Sexual Activities on Heterosexual Relationships», cit.

corporal y física, así como en cuanto al propio desempeño en las relaciones sexuales, lo que con frecuencia hace que disminuya en ella el deseo sexual y la atracción hacia su pareja, lo que redundará en un empobrecimiento de sus relaciones sexuales con las consecuencias negativas que también esto tiene para la vida del matrimonio.³²⁵

Estos impactos del uso de pornografía en las personas casadas que estamos comentando, en definitiva, pueden llevar fácilmente a un incremento del divorcio. Por último, un estudio realizado de 2018 en el departamento de sociología de la Universidad de Oklahoma con el sugerente título de *“Hasta que la pornografía nos separe”* es el primero que se dirige a comprobar directamente cuál es el vínculo entre el consumo de pornografía y la inestabilidad conyugal. Los hallazgos que presenta son resultado de encuestas nacionales de población en los Estados Unidos en 2006, 2008 y 2010. Cada año seleccionaron de forma aleatoria a unos 2.000 norteamericanos que fueron entrevistados y a los que se les hizo un seguimiento bianual durante los 6 siguientes años. Es decir, los 2.000 encuestados en 2006 fueron de nuevo entrevistados en 2008 y en 2010 y los 2.000 encuestados en 2008 fueron objeto de seguimiento en 2010 y en 2012, etc. Estamos por lo tanto hablando de una muestra de más de 6.000 norteamericanos que a su vez habían sido seleccionados entre muestras muy superiores.

³²⁵ D. N. STEWART; D. M. SZYMANSKI, «Young Adult Women’s Reports of Their Male Romantic Partner’s Pornography Use as a Correlate of Their Self-Esteem, Relationship Quality, and Sexual Satisfaction», *Sex Roles*, vol. 67, 5-6, 2012, pp. 257-271.

Table 2. *Entropy Balanced Logistic Regressions of Divorce on Change in Porn Viewership*

Predictors	Began Watching Porn ^a						Stopped Watching Porn ^b					
	Model 1			Model 2 ^c			Model 3			Model 4 ^d		
	Coef.	OR	95% CI	Coef.	OR	95% CI	Coef.	OR	95% CI	Coef.	OR	95% CI
Change in porn viewership												
Began watching porn	0.78*	2.19	[0.1,1.4]	0.61	1.84	[-0.3,1.5]						
Stopped watching porn							-0.17	0.85	[-1.0,0.6]	0.63	1.89	[-0.3,1.6]
Female	0.12	1.13	[-0.7,0.9]	-0.12	0.89	[-0.8,0.6]	0.01	1.01	[-0.8,0.8]	0.91	2.48	[-0.2,2.0]
Interactions												
Began watching porn × Female				0.42	1.52	[-1.0,1.8]						
Stopped watching porn × Female										-1.90*	0.15	[-3.6,-0.2]
Family measures												
Ever had a child	-0.21	0.81	[-1.2,0.8]	-0.19	0.83	[-1.2,0.8]	-0.58	0.56	[-1.5,0.4]	-0.62	0.54	[-1.6,0.3]
Parents ever divorced	0.31	1.37	[-0.5,1.2]	0.25	1.28	[-0.6,1.1]	0.06	1.06	[-0.8,0.9]	0.01	1.01	[-0.8,0.8]
Religious measures												
Slightly religious ^d	0.15	1.16	[-0.9,1.2]	-0.02	0.98	[-1.0,1.0]	-0.62	0.54	[-1.9,0.6]	-0.74	0.48	[-2.0,0.5]
Moderately religious ^d	-0.04	0.96	[-1.1,1.0]	-0.11	0.89	[-1.2,1.0]	-0.58	0.56	[-1.9,0.7]	-0.70	0.50	[-2.0,0.6]
Very religious ^d	-0.37	0.69	[-1.7,0.9]	-0.56	0.57	[-1.9,0.8]	-0.37	0.69	[-2.2,1.5]	-0.60	0.55	[-2.4,1.2]
Religious service attendance	-0.09	0.91	[-0.3,0.1]	-0.05	0.96	[-0.2,0.1]	-0.03	0.97	[-0.3,0.2]	-0.03	0.97	[-0.2,0.2]
Conservative Protestants ^d	0.43	1.54	[-0.6,1.5]	0.39	1.48	[-0.7,1.4]	0.82	2.26	[-0.5,2.2]	0.84	2.33	[-0.5,2.2]
Mainline Protestants ^d	0.44	1.55	[-1.0,1.8]	0.46	1.58	[-1.0,1.9]	-0.59	0.56	[-3.3,2.1]	-0.52	0.59	[-3.5,2.5]
Catholics ^d	0.12	1.13	[-1.2,1.5]	0.01	1.01	[-1.3,1.4]	0.71	2.04	[-0.7,2.2]	0.74	2.11	[-0.7,2.2]
Other religious traditions ^d	-0.76	0.47	[-2.7,1.2]	-0.95	0.39	[-2.7,0.8]	0.26	1.29	[-1.4,1.9]	0.42	1.52	[-1.2,2.1]
Education												
Bachelor's degree ^d	0.36	1.44	[-0.5,1.2]	0.30	1.35	[-0.6,1.2]	0.78	2.19	[-0.2,1.8]	0.86	2.36	[-0.2,1.9]
Advanced degree ^d	-0.81	0.44	[-2.3,0.7]	-0.81	0.44	[-2.0,0.4]	0.94	2.56	[-0.9,2.7]	0.95	2.60	[-0.8,2.8]
Age	-0.06**	0.94	[-0.1,-0.0]	-0.06**	0.94	[-0.1,-0.0]	-0.02	0.98	[-0.1,0.0]	-0.02	0.98	[-0.1,0.0]
Equivalized household income ^c	-0.47*	0.62	[-0.9,-0.0]	-0.42	0.66	[-0.9,0.0]	-0.66**	0.52	[-1.1,-0.3]	-0.67**	0.51	[-1.1,-0.2]
Black ^d	0.16	1.17	[-0.8,1.1]	0.15	1.16	[-0.8,1.1]	-0.17	0.85	[-1.4,1.1]	-0.28	0.75	[-1.7,1.1]
Other race ^d	0.14	1.16	[-1.3,1.6]	0.20	1.22	[-1.2,1.6]	0.41	1.51	[-0.8,1.7]	0.40	1.49	[-0.8,1.6]
South	0.13	1.13	[-0.7,0.9]	0.00	1.00	[-0.8,0.8]	-0.29	0.75	[-1.2,0.7]	-0.31	0.74	[-1.2,0.6]
Urban	-0.25	0.78	[-1.0,0.4]	-0.30	0.74	[-1.0,0.4]	-0.04	0.96	[-1.0,0.9]	0.06	1.06	[-0.9,1.0]
N						2,120						441

En esta tabla se sitúan los datos bajo dos grandes categorías: aquellas personas que empezaron a consumir pornografía y aquellos casos en los que dejaron de consumir pornografía. En el primer grupo diferenciamos también el modelo 1 que son aquellas personas que, cuando empezó el estudio no consumían pornografía y para quienes el hecho de haber empezado a consumir pornografía supuso que el índice de probabilidades (OR Odds rate) de divorcio fuera del 2,19. Es decir, en el supuesto de que tuvieran una probabilidad de divorcio del 5% el empezar a consumir pornografía lo multiplicaría por 2,19 por lo que pasaría a tener una probabilidad de divorcio del 11%. En el modelo 2 se sitúan aquellas personas que al inicio del estudio ya consumían pornografía y comprobamos que a lo largo de los 6 años de estudio ese índice de probabilidades de divorcio es del 1,89, es decir inferior al del modelo 1 pero todavía muy significativo. El

modelo 3 muestra cómo al dejar de ver pornografía el índice de probabilidades baja al 0,89. El modelo 4 muestra ciertas interacciones con el nivel de religiosidad, el grupo racial y nivel educativo, que ahora mismo preferimos dejar de lado.

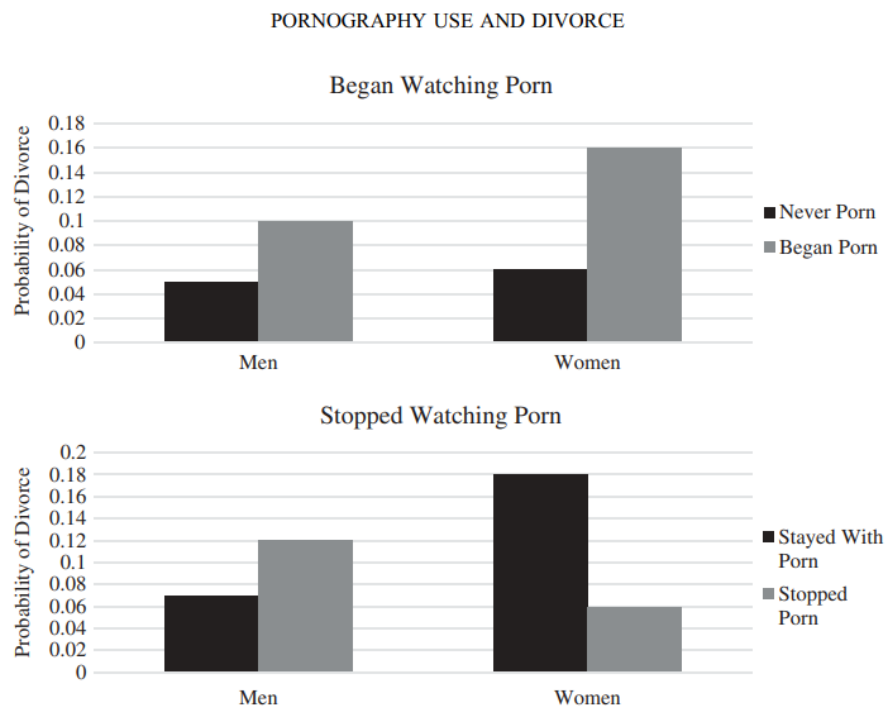


Figure 1. Predicted probability of divorce on change in porn viewership by gender.

En este cuadro se recoge un análisis comparativo en función del sexo en cuanto a las probabilidades de divorcio de hombres y mujeres en función de que empiecen a consumir pornografía, en comparación con aquellos que no consumen pornografía. En la parte alta del gráfico vemos como los hombres que no consumen pornografía tienen una probabilidad de divorcio del 0,05, es decir el 5%, mientras que aquellos hombres que empezaron a consumir pornografía a lo largo de los años del estudio duplicaron sus probabilidades de divorcio que pasaron a ser del 0,1 es decir 10%. Entre las mujeres la diferencia es aún superior, ya que aquellas que no han consumido nunca pornografía en este periodo de estudio presentan un índice de divorcio del 6% frente a aquellas que comenzaron a consumir pornografía en el periodo de estudio cuyo índice de divorcio se disparó al 16%. En la parte inferior de la tabla se refleja el efecto que ha tenido el haber dejado de consumir contenido pornográfico en el periodo de

estudio y sorprende constatar en el caso de los hombres que pese a dejar de consumir pornografía, las probabilidades de divorcio son superiores, 12%, a las que presentan aquellos que continuaron consumiendo pornografía, que son de un 7%. Son diferencias menos significativas, pero igualmente llamativas.

Atendiendo a los dos gráficos se concluye que los hombres que se inician en la pornografía en el periodo de estudio, que como decíamos es de 6 años, tienen una probabilidad de divorcio del 10%, mientras que aquellos que dejaron de consumir pornografía en ese período de estudio tienen una probabilidad de divorcio algo superior, 12%. Quizás podamos encontrar una justificación en el efecto acumulativo y adictivo entre aquellos hombres que han consumido durante muchos años pornografía y que a pesar de dejar de hacerlo en ese periodo de estudio continúan siendo más susceptibles de un posible divorcio, pero sobre este particular el estudio no aporta una explicación.

Entre las mujeres sin embargo la diferencia sí que es muy alta, ya que aquellas que continuaron consumiendo contenido pornográfico presentaban una probabilidad de divorcio del 18% frente a aquellas que dejaron de consumir pornografía cuyo índice de probabilidad de divorcio era del 6%.

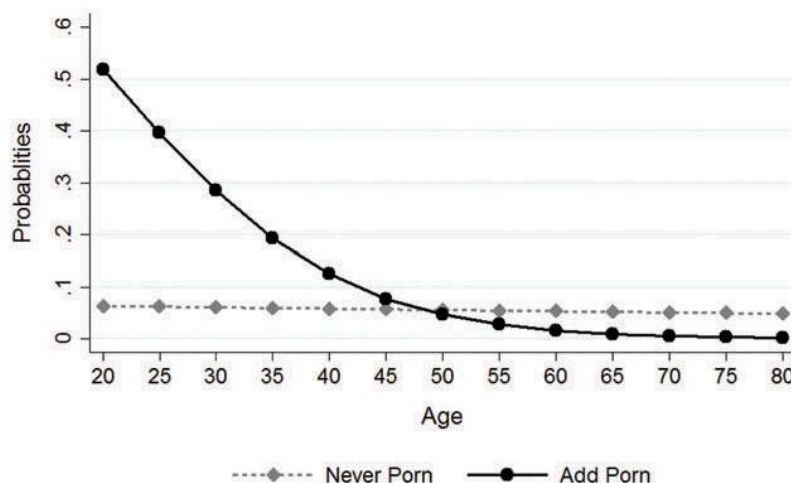
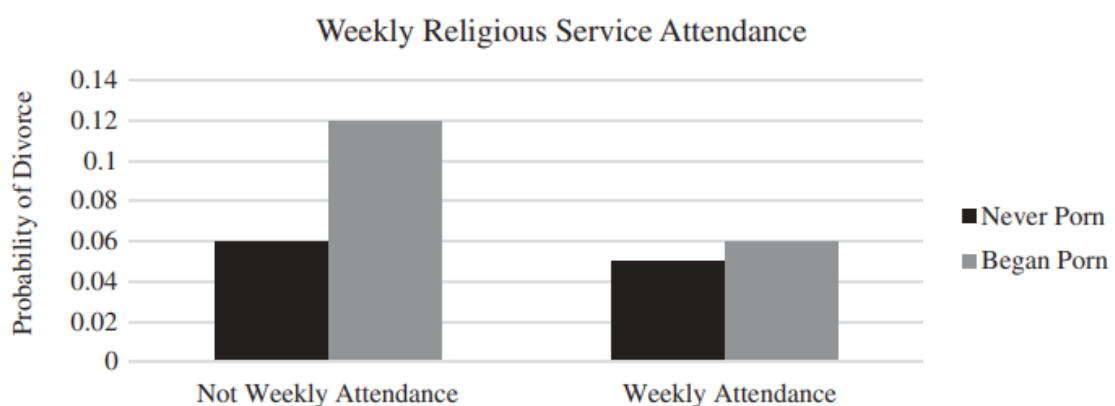


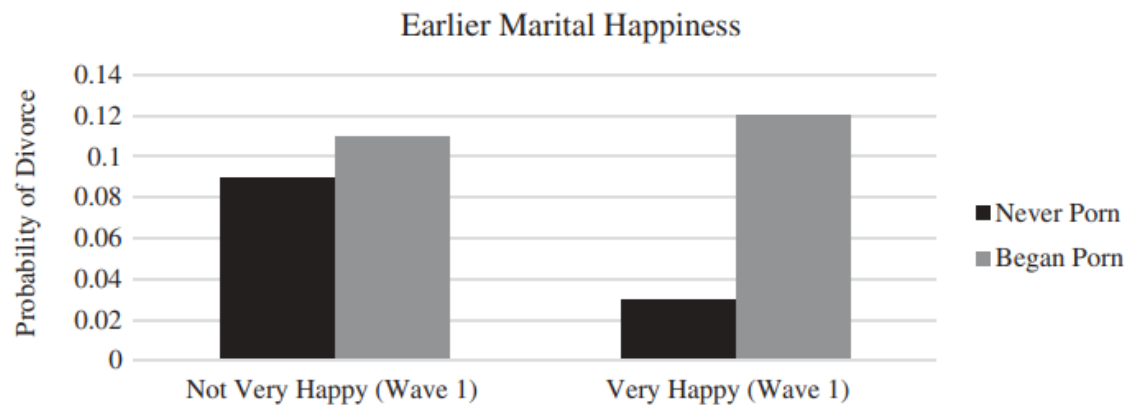
Figure 2. Probability of divorce on beginning to watch porn across age.

Este gráfico nos expone las diferencias por edad en intervalos de 5 años. Así las personas de 20 años que consumen pornografía tienen una probabilidad de divorcio del 51% mientras que aquellos jóvenes de 20 años que no consumen pornografía tienen una probabilidad de divorcio de tan solo el 6%. Entre los de 30 años las probabilidades de divorcio de aquellos que consumen pornografía es del 28% frente a ese también 6% de probabilidades de divorcio entre los que no consumen pornografía en esa misma edad. Las diferencias se van reduciendo con el paso de los años y aquellas personas de 40 años que empiezan a consumir pornografía ven cómo sus probabilidades de divorcio pasan del 5% al 12% que, aunque en términos porcentuales es una diferencia inferior no deja de ser más del doble. Según este estudio, a partir de los 50 años no hay diferencias apreciables en el índice de probabilidades de divorcio entre aquellos que empiezan a consumir pornografía a esa edad y quienes no la consumen.



Ahora vamos a diferenciar, no ya por edad ni por sexo si no en función de que las personas encuestadas participen semanalmente en algún servicio religioso o no lo hagan. Este gráfico constata que entre aquellos que no participan semanalmente en un servicio religioso las probabilidades de divorcio entre quienes no consumen pornografía son del 6% mientras que si empiezan a consumir pornografía en el periodo de estudio se doblan llegando al 12%. Estos datos más o menos replican los que teníamos para la población general sin tener en cuenta la dimensión religiosa. Sin embargo, entre aquellos que acuden semanalmente a un servicio religioso la probabilidad de divorcio si no han

consumido nunca pornografía, en el periodo de estudio, es del 5%. Pero lo llamativo es que aquellos que comenzaron a consumir pornografía y que participaban semanalmente de un servicio religioso presentaban una probabilidad de divorcio de tan solo el 6% frente al 12% del grupo homólogo



entre quienes no practican semanalmente su religión. Los datos revelan que la dimensión espiritual tiene un importante efecto atenuador ante las probabilidades de divorcio, incluso entre aquellos que consumen pornografía.

El último parámetro que nos ofrece este estudio es el de considerar el nivel de felicidad y satisfacción con el propio matrimonio. Aquellos que al arrancar el estudio consideraban que su matrimonio no era muy feliz aparecen reflejados en las columnas de la izquierda que nos dicen que la probabilidad de divorcio para este grupo de población era del 9% entre los que no consumían pornografía y del 11% para aquellos que comenzaron a consumir pornografía en el período de estudio. Como vemos una diferencia de tan solo dos puntos. Por el contrario, aquellos que respondieron al inicio del estudio que su matrimonio era muy satisfactorio y que eran muy felices sí que se vieron profundamente afectados por el consumo de pornografía, ya que entre aquellos que no comenzaron a consumir el índice de probabilidades de divorcio era de tan solo un 3% (el más bajo que hemos observado hasta ahora en todas las estadísticas que aparecen en este informe), mientras que los que comenzaron a consumir pornografía presentan un porcentaje de probabilidades de divorcio del 12%. Es decir, que para un matrimonio que tiene una vida conyugal feliz y satisfactoria, el simple

hecho de comenzar a consumir pornografía multiplica por cuatro sus probabilidades de divorcio.

6.4. Uso de métodos contraceptivos

El *Journal of Divorce and Remarriage* publicó un interesante estudio que aborda la relación entre el uso de métodos de control de la fecundidad en la pareja y las probabilidades de divorcio de esta pareja.³²⁶ En este trabajo se hace una diferenciación entre los métodos contraceptivos más habituales: el preservativo, la píldora, la esterilización de hombre y mujer; y por otro lado los métodos naturales de planificación familiar que son fundamentalmente dos de acuerdo con este informe: el denominado *Ritmos*, que hace referencia al seguimiento del calendario de fertilidad, y el que denominan propiamente *NFP*, Planificación Familiar Natural que incluiría la referencia a la temperatura en la mujer, el estado del moco vaginal y la atención también a la presencia hormonal en orina. Los datos personales necesarios para realizar este análisis fueron tomados de varias olas de la Encuesta Nacional de Crecimiento Familiar (NSFG) entre los años 2015 y 2019. Un total de 5.304 mujeres fueron las destinatarias del estudio. Estas mujeres tenían entre 15 y 50 años con una edad media de 37,06. El 70,8% estaban casadas, el 19,9% estaban divorciadas, el 7,8% separadas y el 1,7% eran viudas. El 48,5% se declaraban protestantes, el 22,3% católicas, el 9,4% otras religiones y el 19,8% manifestaban no pertenecer a ninguna religión. Estas mujeres tenían, por término medio, 1,4 hijos. A continuación, reproducimos un cuadro presente en este informe que nos da los resultados numéricos de esta investigación.

³²⁶ M. D. MANHART; R. J. FEHRING, «The Association of Family Planning Methods With the Odds of Divorce Among Women in the 2015–2019 National Survey of Family Growth», *Journal of Divorce & Remarriage*, vol. 64, 1, 2023, pp. 55-66.

Table 1. Odds Ratios of Ever-Divorce Among Ever-Married Women by Ever-Use Method of Family Planning in the 2015–2019 National Survey of Family Growth (NSFG) by Chi-Square.

Variable	Chi-square	<i>p</i> level	Odds ratio	95% Confidence Interval	
				Lower	Upper
Condom	11.41	.001	1.676	1.238	2.269
Hormonal pill	19.65	.001	1.538	1.270	1.862
Sterilization	57.77	.001	1.783	1.534	2.072
Vasectomy	75.88	.001	2.024	1.723	2.377
Rhythm	19.00	.001	0.663	0.550	0.798
Natural family planning	8.77	.003	0.533	0.349	0.814

La primera columna señala bajo el campo *Variable* las distintas opciones de planificación familiar. En la cuarta columna y bajo el campo *Odds Ratio*, índice de probabilidades, tenemos el dato numérico que nos indica las probabilidades que tienen estas mujeres de divorciarse en función del tipo de método de planificación familiar que han utilizado.

Las mujeres que habían sido esterilizadas, utilizaban la píldora o tenían relaciones en las que el hombre utilizaba preservativo tenían un porcentaje de probabilidades entre el 54% y el 78% mayor de divorciarse en comparación con las mujeres que no se habían sometido a la esterilización, ni utilizaban la píldora, ni el preservativo. Las mujeres que han utilizado en ocasiones los métodos de planificación natural tenían un índice de probabilidades de divorciarse inferior en un 47% con respecto a las mujeres que nunca han utilizado métodos de planificación natural. Las mujeres que han seguido en algún momento los ritmos de calendario de su fertilidad presentaban unas probabilidades de divorcio de un 34% menos que las mujeres que nunca han utilizado métodos naturales.

El informe recoge también una valiosa información del Centro Nacional de Estadísticas sobre Salud (NCHS) al indicar que el porcentaje de primeros matrimonios que terminan en divorcio en el periodo de los diez primeros años se mueve en un rango que va del 23% al 44%.³²⁷ Pues bien, de acuerdo con la

³²⁷ US DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES; CENTERS FOR DISEASE CONTROL (CDC); NATIONAL CENTER FOR HEALTH STATISTICS, «Cohabitation, marriage, divorce, and remarriage in the United States: (372462004-001)».

investigación realizada en este informe que abarca ese grupo de mujeres entre 2015 y 2019, entre aquellas mujeres usuarias de la píldora, el preservativo y la esterilización, tanto masculina como femenina, la tasa de divorcio se mueve entre el 20 y el 30% muy en línea con los datos del promedio nacional aportados por el NCHS. Sin embargo, entre las mujeres que han utilizado en algún momento métodos de planificación natural la tasa de divorcio era en torno a la mitad de la tasa nacional, un 12%. Si tratamos de entender estas fuertes diferencias cabe argumentar que los métodos de regulación natural de la fertilidad requieren una implicación de los dos, hombre y mujer, que deben aprender juntos sobre la fertilidad femenina, ya que estos métodos se fundamentan en los síntomas de fertilidad de la mujer, como hemos dicho antes, en cuanto a su temperatura y a la observación del moco vaginal fundamentalmente. Esa mutua implicación lleva a tener que hablar más y más a fondo acerca de todo lo relacionado con su posible paternidad y maternidad. Además, el abstenerse de tener relaciones sexuales en los períodos fértiles cuando se quieren espaciar los embarazos, aunque es evidente que resulta un fuerte desafío para la pareja, también se ha podido identificar como un elemento de fortaleza entre los dos que les mantiene más unidos persiguiendo ideales mayores.³²⁸

Los autores del informe elaboraron una hipótesis según la cual quizás los usuarios de métodos de planificación natural fueran personas con una visión más conservadora y por lo tanto más tendentes a preservar el vínculo matrimonial y eso podría explicar porque presentaban tasas mucho más bajas de divorcio. Para indagar en esta hipótesis decidieron incluir también en la batería de preguntas, alguna que pretendía identificar un sesgo más conservador o liberal. Estas preguntas eran: ¿está de acuerdo con las relaciones sexuales entre personas del mismo sexo? Y ¿está de acuerdo con la posibilidad de tener un hijo fuera del matrimonio? Al incorporar estas dos preguntas como variable al análisis de respuesta y de la tasa de divorcio se pudo ver que las usuarias de

³²⁸ R. FEHRING, «Contraception and Natural Family Planning: The Impact on the Sexual Lives of Couples?», *Anthropotes*, 2018, fecha de consulta en https://epublications.marquette.edu/nursing_fac/728.

planificación familiar natural no tienen una visión más tradicional o conservadora, por lo que pudieron descartar esa hipótesis que explicara el porqué de su menor tasa de divorcios.

En este informe se pudo también comprobar al analizar las respuestas de las más de 5.000 mujeres entrevistadas que, en línea con otros estudios que ya hemos ido citando, la presencia de hijos menores viene asociada de manera sistemática con una reducción de las probabilidades del divorcio en un porcentaje de hasta el 31%.

Por último, este informe concluye afirmando que existen ciertas pruebas de que el uso de métodos de planificación familiar natural refuerza la estabilidad de la pareja. Señala también que en esta investigación se ha hecho la pregunta de si las mujeres entrevistadas han recurrido en alguna ocasión (*ever used*) a los métodos de planificación natural; por lo que, sugieren los autores, los resultados serían seguramente mucho más llamativos en diferencias de porcentajes si se tuviera en consideración parejas que siempre utilizan métodos de planificación natural.

IV. LOS MODELOS DE MEDIACIÓN

1. De los ADR a los MASC

En la década de los ochenta se produjo el auge de los Métodos Alternativos de Resolución de Disputas (ADR's en sus siglas en inglés, *Alternative Dispute Resolution*) y conviene referirse a ellos como introducción a los distintos modelos de mediación, ya que estos métodos de resolución de conflictos constituyen el antecedente y referente obligado para la mediación.

Tal como señala Barona Vilar,³²⁹ los mecanismos de resolución alternativa de conflictos que se abrieron camino a finales del siglo pasado y se han ido implantando con mayor o menor éxito en la mayoría de los ordenamientos jurídicos, presentan una fabulosa oportunidad para ampliar y diversificar el acceso a soluciones justas en los conflictos. Barona Vilar, no obstante, defiende que se debe mantener el derecho a la tutela judicial efectiva de los ciudadanos y no se debe perder de vista que el acceso a la justicia está dentro de lo público; aunque es bienvenida la introducción de estas fórmulas alternativas, no pueden ir en detrimento de la asistencia judicial siempre que sea necesaria.

³²⁹ S. BARONA VILAR, *Nociones y principios de las ADR (solución extrajudicial de conflictos)*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2018.

Las ADR surgen de manera espontánea en los Estados Unidos, que ya recogían una tradición británica de resolución de conflictos entre los miembros de las comunidades, por lo que en su origen no tenían unas características uniformes ni podíamos decir que tuvieran ningún componente regulado ni científico. Fue la Universidad de Harvard la primera que se dispuso a recoger estas prácticas consuetudinarias, sistematizarlas y articularlas para incorporarlas primero como asignatura de formación en la Facultad de Derecho y más adelante dentro de un programa de capacitación para profesionales de la negociación.³³⁰

Antes de entrar en cada una de las expresiones de las ADR, cabe señalar que, si bien en su origen efectivamente constituían una alternativa al sistema judicial, más lento formal y a veces ineficiente, poco a poco la introducción de estas metodologías en los ordenamientos jurídicos ha hecho que vayan perdiendo su carácter “alternativo” y por eso la A de alternativo ahora, en sus siglas inglesas, se refiere normalmente a “adecuadas” o “apropiadas” formas de resolución de conflicto. Se abre paso así el concepto de *Multi Door Justice System*, que considera los distintos modelos de solución de conflictos como opciones diversas, junto a la asistencia de los tribunales, para la obtención de soluciones justas.

En este mismo sentido, la recientemente aprobada Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia en el Servicio Público de Justicia, Ley 1/2025³³¹, consolida esta visión de los métodos que pasan a denominarse métodos adecuados para la solución de controversias MASC, dejando ya atrás, como superado, el carácter alternativo de estos medios y convirtiéndolos en la mejor opción para la solución de la confrontación y conflicto interpersonal.

Además, la llegada de la era digital ha ofrecido una oportunidad única a la resolución de conflictos que pueden celebrarse a distancia, online, lo que ha

³³⁰ HARVARD UNIVERSITY, «Program on Negotiation», cit.

³³¹ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia*, cit., vol. BOE-A-2025-76.

dado origen a las denominadas *Online Dispute Resolution* (ODR), fundamentalmente en el ámbito comercial.

La propia Unión Europea ha entrado en este ámbito para regular la materia a través del Reglamento del Parlamento Europeo y el Consejo 524/2013 de 21 de mayo de 2013 sobre “Resolución de litigios en línea en materia de consumo”³³² Este reglamento ha llevado a los países miembros a introducir leyes en sus ordenamientos jurídicos que regularán esta práctica. España introdujo la Ley 7/2017, de 2 de noviembre, por la que se incorpora al ordenamiento jurídico español la Directiva 2013/11/UE, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2013, relativa a la resolución alternativa de litigios en materia de consumo.³³³

Al exponer los distintos modelos de ADR, haremos una diferenciación básica entre aquellas prácticas que se consideran de autocomposición (negociación, conciliación y mediación) frente al arbitraje como modalidad de ADR que se caracteriza por la heterocomposición.

Las tres fórmulas de autocomposición mencionadas tienen en común que la toma de decisión final la tienen las partes que están participando en el proceso, sin que en ningún momento deleguen en una tercera persona la toma de esa decisión, por más que se dé la presencia de esa tercera persona para facilitar y ayudar a la consecución del acercamiento y de los acuerdos. Esa tercera persona o personas serían en cada caso: los negociadores que representan a cada parte, el conciliador o el mediador.

³³² COMISIÓN EUROPEA, «BOE.es - DOUE-L-2013-81182 Reglamento (UE) nº 524/2013 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2013, sobre resolución de litigios en línea en materia de consumo y por el que se modifica el Reglamento (CE) nº 2006/2004 y la Directiva 2009/22/CE (Reglamento sobre resolución de litigios en línea en materia de consumo)», fecha de consulta 11 diciembre 2024, en <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-2013-81182>.

³³³ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 7/2017, de 2 de noviembre, por la que se incorpora al ordenamiento jurídico español la Directiva 2013/11/UE, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2013, relativa a la resolución alternativa de litigios en materia de consumo*, vol. BOE-A-2017-12659, 2017, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2017/11/02/7>.

2. La negociación

Es una técnica de relación entre dos o más personas que tienen intereses contrapuestos y que tratan de llegar a puntos de consenso en los que los dos salgan relativamente satisfechos.³³⁴ La negociación se puede desarrollar entre las dos partes de forma directa o a través de negociadores que representan sus intereses y actúan en su nombre.³³⁵

La negociación aparece referida en la citada Ley Orgánica 1/25 que, como ya vimos, en su Preámbulo IV, indica la necesidad de recuperar la “capacidad negociadora” de las partes ante la resolución de una controversia, en el ejercicio de la libertad y de la autonomía personal y en el espíritu de promover la resolución de los conflictos de forma directa entre sus protagonistas. Más adelante, nos encontramos con el siguiente artículo, que reproducimos a continuación y en el que hemos querido subrayar sobre el texto original del artículo la referencia a “cualquier tipo de actividad negociadora” con el que la ley conceptualiza lo que entiende por MASC:

Artículo 2. Concepto y caracterización de los medios adecuados de solución de controversias en vía no jurisdiccional.

A los efectos de esta ley, se entiende por medio adecuado de solución de controversias cualquier tipo de actividad negociadora, reconocida en esta u otras leyes, estatales o autonómicas, a la que las partes de un conflicto acuden de buena fe con el objeto de encontrar una solución extrajudicial al mismo, ya sea por sí mismas o con la intervención de una tercera persona neutral.

³³⁴ M. WHEELER, *The art of negotiation : how to improvise agreement in a chaotic world*, New York : Simon & Schuster, 2013, fecha de consulta 20 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/artofnegotiation0000whee>.

³³⁵ H. RAIFFA; J. RICHARDSON; D. METCALFE; S. FRENCH, «Howard; Raiffa; John; Richardson; David; Metcalfe; Negotiation Analysis: The Science and Art of Collaborative Decision Making; 2002; Harvard University Press; Cambridge, Mass; 0-674-00890-1; xiv+548; £32.95», *European Journal of Operational Research*, vol. 168, 2, pp. 655-656.

Más avanzado el texto, el artículo 5 regula el denominado requisito de procedibilidad.

Artículo 5. Requisito de procedibilidad.

(...)

Se considerará cumplido este requisito si se acude previamente a la mediación, a la conciliación o a la opinión neutral de una persona experta independiente, si se formula una oferta vinculante confidencial o si se emplea cualquier otro tipo de actividad negociadora, reconocida en esta u otras leyes, estatales o autonómicas, pero que cumpla lo previsto en las secciones 1.^a y 2.^a, de este capítulo o en una ley sectorial.

Singularmente, se considerará cumplido el requisito cuando la actividad negociadora se desarrolle directamente por las partes, o entre sus abogados o abogadas bajo sus directrices y con su conformidad, así como en los supuestos en que las partes hayan recurrido a un proceso de Derecho colaborativo.

Llama nuestra atención este último párrafo en el que, después de haber enumerado las distintas fórmulas de negociación reconocidas en esta ley, señala que es posible que las partes cumplan con el requisito de procedibilidad mediante una negociación directa entre los dos. Vista la relevancia procesal de la negociación directa, los artículos siguientes de esta Ley Orgánica determinan los requisitos y las formalidades para la iniciación, conclusión y efectos de la negociación.

Artículo 7. Efectos de la apertura del proceso de negociación y de su terminación sin acuerdo.

1. La solicitud de una de las partes dirigida a la otra para iniciar un procedimiento de negociación a través de un medio adecuado de solución de controversias, en la que se defina adecuadamente el objeto de la negociación, interrumpirá la prescripción o suspenderá la caducidad de acciones desde la fecha en la que conste el intento de comunicación de

dicha solicitud a la otra parte en el domicilio personal o lugar de trabajo que le conste a la persona solicitante, o bien a través del medio de comunicación electrónico empleado por las partes en sus relaciones previas.

(...)

El proceso de negociación arranca con la comunicación de una de las partes a la otra, bien en su domicilio o trabajo, o bien por medio electrónico, de su interés en entablar conversaciones negociadoras. Esto supone detener la prescripción o caducidad de acciones. Sí transcurrido un mes no hay respuesta, se volverían a activar estos plazos.

El artículo 10 define el modo en el que se debe hacer constar el intento de negociación, así como la conclusión de la misma, bien sea con acuerdo o sin él. Se trataría de un sencillo documento que identifique a las partes y que defina específicamente el objeto de la negociación y los contenidos de los acuerdos. Este documento sería firmado por las partes y por los profesionales que hubieran intervenido, en su caso. También determina el plazo máximo de duración del proceso negociador, cuando busca cumplir el requisito de procedibilidad, que serían tres meses.

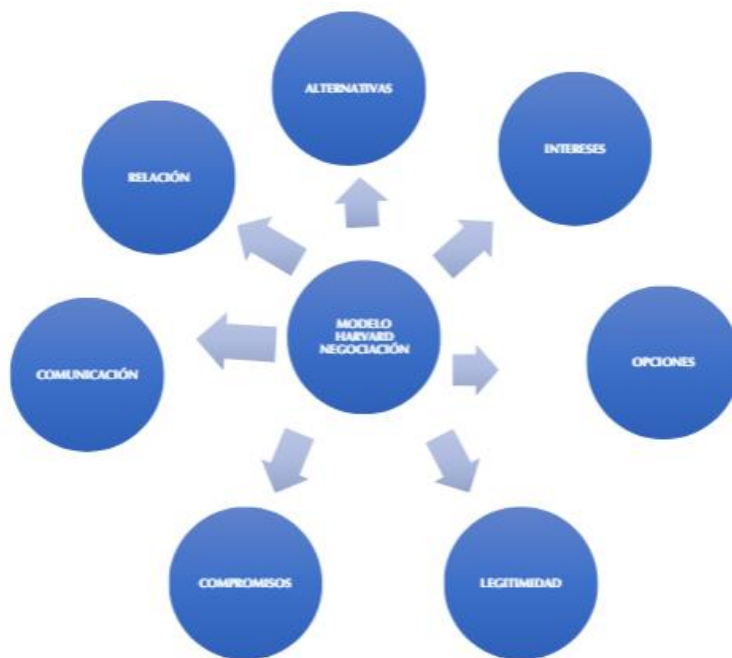
La ley recoge, por último, las condiciones para la validez y eficacia del acuerdo fruto de la negociación que, con carácter general, requerirá su elevación a escritura pública, que convierte este acuerdo privado en un título ejecutivo con plena validez, además de la homologación judicial o la certificación registral.

Artículo 13. Validez y eficacia del acuerdo.

(...)

2. Para que tenga valor de título ejecutivo el acuerdo habrá de ser elevado a escritura pública, o ser homologado judicialmente cuando proceda en los términos previstos en el artículo anterior, o bien constar en la certificación a que se refiere el artículo 103 bis de la Ley Hipotecaria si es consecuencia de una conciliación registral.

Como acabamos de ver, la negociación ha sido objeto de atención especial para los legisladores en fechas recientes, sin embargo, en el mundo académico, hace ya décadas que los expertos desarrollan estudios y análisis sobre los modos de negociación³³⁶, técnicas, estilos³³⁷ ... dirigidos a perfeccionar una práctica necesaria y a optimizar sus resultados, presentando también programas de capacitación y de formación del más alto nivel.³³⁸ En ese sentido, merece una atención particular el modelo Harvard de negociación que evolucionó para convertirse en la primera forma de mediación.



El modelo Harvard introduce como novedad abogar por una negociación cooperativa frente a lo que venía siendo práctica habitual hasta el momento, la negociación adversarial, que buscaba la victoria de uno frente a la derrota de la

³³⁶ J. MATOS, «Review of *The Mind and Heart of the Negotiator* (2nd Edn)», *The Journal of the Operational Research Society*, vol. 57, 7, 2006, Palgrave Macmillan Journals. pp. 882-883.

³³⁷ L. L. THOMPSON, *The mind and heart of the negotiator*, Upper Saddle River, N.J. : Prentice Hall, 2009, fecha de consulta 20 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/mindheartofnegot0004thom>.

³³⁸ H. RAIFFA Y OTROS, «Howard; Raiffa; John; Richardson; David; Metcalfe; Negotiation Analysis», cit.

otra parte. El estilo de negociación colaborativa de Harvard tiene en cuenta los intereses del otro, facilita la comunicación para la toma de decisiones, aporta elementos de creatividad para buscar soluciones de interés mutuo y trata de trabajar cuando es posible con criterios de objetividad. Todos estos elementos los veremos más desarrollados cuando abordemos el modelo de mediación Harvard.

3. La conciliación

La conciliación³³⁹ es un modo de resolución de conflictos auto compositivo en el que las dos partes buscan llegar a un acuerdo mutuamente satisfactorio contando con la ayuda de una tercera persona que desde la imparcialidad tratará de modo activo de ayudarles a llegar a un acuerdo con sus argumentos, sugerencias y propuestas.³⁴⁰

Continuamos en un ámbito en el que la toma de decisión final sobre el posible acuerdo o conciliación sigue estando absolutamente en manos de los protagonistas, independientemente de que se vean acompañados por terceras personas en el proceso. Dicho esto, existen algunas diferencias con la negociación que conviene tener en cuenta.³⁴¹

En primer lugar, la negociación puede ser llevada a cabo directamente por los protagonistas o por terceras personas que actuarán en todo caso el nombre de los protagonistas y que por lo tanto nunca tendrán un rol de imparcialidad o neutralidad. Por el contrario, en la conciliación siempre está presente la figura de una tercera persona, el conciliador, que necesariamente tendrá esa posición de imparcialidad, equidistancia y falta de interés en el conflicto para poder ayudar a las dos partes a comprenderse mutuamente y al llegar a una fórmula conciliadora.

³³⁹ L. CORREA, «La conciliación en derecho civil», fecha de consulta 20 diciembre 2024, en https://www.academia.edu/12784537/LA_CONCILIACION_EN_DERECHO_CIVIL.

³⁴⁰ P. CHICO DE LA CÁMARA; N. ALONSO, *Las medidas alternativas de resolución de conflictos (ADR) en las distintas esferas del ordenamiento jurídico*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2018.

³⁴¹ M. E. COBAS COBIELLA, *Mediación, arbitraje y conciliación: una puesta al día*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2019.

En segundo lugar, en la negociación las partes tienen una actitud proactiva, empleando todo tipo de técnicas en sus tácticas negociadoras, que como ya hemos comentado, son objeto de enseñanza en importantes escuelas especializadas en ese sector. Por el contrario, no existe ninguna formación específica para el conciliador, que debe intervenir utilizando sus buenas artes sin ningún otro soporte académico ni científico. Se ha afirmado en ocasiones que esta es una de las razones por las que la conciliación tiene tan poco éxito.

En cuanto al paralelismo entre la conciliación y la mediación, merece la pena destacar algunos matices diferenciadores, como es, en primer lugar, lo que señala el artículo 15 de la Ley 1/2025³⁴² en su primer apartado.

Artículo 15. Conciliación privada. 1. Toda persona física o jurídica que se proponga ejercitar las acciones legales que le corresponden en defensa de un derecho, puede requerir a una persona con conocimientos técnicos o jurídicos relacionados con la materia de que se trate, para que gestione una actividad negociadora tendente a alcanzar un acuerdo conciliatorio con la parte a la que se pretenda demandar.

Efectivamente al profesional conciliador se le requieren ciertos conocimientos técnicos o jurídicos relacionados con la materia de la conciliación, mientras que en el caso del mediador no es así. El mediador es un profesional neutral e imparcial que, respetando las reglas de confidencialidad, interviene facilitando el acuerdo entre las partes.

Además, el artículo 16, cuando describe las funciones del conciliador, hace un elenco de atribuciones que son similares a las del mediador excepto en una muy concreta y que marca la diferencia con el mediador.

³⁴² JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia*, cit., vol. BOE-A-2025-76.

g) Formular directamente a las partes posibles soluciones e invitarlas a que formulen posibles propuestas de solución que construyan un eficaz acuerdo común.

Como sabemos, el mediador no propone soluciones concretas, sino que facilita la comunicación, reflexión y consenso entre los dos, lo que ayuda a que ellos mismos tomen las mejores decisiones; sin embargo, el conciliador sí que realiza propuestas concretas. Ahí radica otra importante diferencia.

Con la mirada hacia atrás, observamos que en las últimas décadas, la conciliación ha ido perdiendo carta de identidad, quizá debido a que nunca adquirió un perfil propio con su formación y sus técnicas específicas. En todo caso, comenzando en el entorno de los países anglosajones y continuando con la propia Unión Europea, cada vez se ha ido hablando menos de conciliación y se ha empezado a hablar de la mediación como término sustitutivo que ha sucedido en el tiempo a la finalidad y funciones de la conciliación.

Pero también hay alguna diferencia entre la conciliación y la mediación que conviene reseñar. La principal diferencia entre estas dos instituciones reside en el papel del mediador y el conciliador. En la conciliación, el interlocutor de las dos partes que está entre ellas tratando de facilitar el acuerdo tendrá una actitud muy proactiva buscando el acuerdo, sea cual sea este, y con ese fin irá haciendo sugerencias y propuestas conciliadoras hasta dar con la fórmula que los dos acepten. El mediador, sin embargo, tiene una función menos proactiva y en sus intervenciones normalmente no hará propuestas concretas, sino que irá acompañando el proceso de la toma de decisiones con preguntas y con llamadas a la reflexión de las partes que les hagan, a ellos mismos, aterrizar en las fórmulas más favorables para los dos. El mediador no será el que explícitamente les de la fórmula hecha por así decirlo.

Es interesante señalar este desarrollo histórico reciente que conecta la institución de la conciliación con la mediación, objeto del estudio de esta tesis. Creemos que sirve para entender aún mejor la finalidad de la mediación y en qué medida incorpora esas pretensiones conciliadoras que en origen buscaba la institución de la conciliación, que por su parte hoy se ha quedado limitada a un

procedimiento previo a la interposición de una demanda judicial. Tiene, por lo tanto, un carácter instrumental, aunque no pequeño, y que recibe reconocimiento como título ejecutivo incorporado al procedimiento judicial.

El acto de conciliación se rige por lo establecido en el Título IX de la Ley 15/2014 de la Ley de Jurisdicción Voluntaria.³⁴³ Cuando las personas tienen algún tipo de diferencia que quieren resolver sin tener por ello que acudir a un contencioso ante los tribunales, pueden solicitar la celebración de un acto de conciliación ante el juez de primera instancia o el juez mercantil. Recibida y examinada esa solicitud desde el juzgado se procederá a convocar el acto de conciliación en los cinco días siguientes a la recepción de la solicitud para que de manera inmediata se celebre ese acto de conciliación que busca el acuerdo entre los dos. No pueden pasar más de diez días desde que se recibe la solicitud hasta que se celebra el acto de conciliación como tal. Se trata por tanto de un procedimiento voluntario y ágil que mantiene en las manos de los protagonistas la toma de decisiones; pero si llegan a un acuerdo éste es, por así decirlo, validado por el juez que lo eleva a documento público, lo convierte en un título ejecutivo de validez plena.

3. El arbitraje

El *Multi-rooms Justice System*, el sistema judicial con múltiples puertas, ofrece a los ciudadanos distintos modos de acceder a soluciones justas. Hasta ahora hemos estudiado las fórmulas auto compositivas como la negociación, la conciliación y la mediación. Pero también existen fórmulas denominadas heterocompositivas en las que hay una tercera persona que es la encargada de tomar una decisión que ponga fin a la controversia.

Tenemos básicamente dos modelos heterocompositivos. En primer lugar, el proceso judicial, en el que el juez, conocida la causa y escuchadas las partes toma una decisión que se traduce en una sentencia que los dos deben obedecer

³⁴³ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2015, de 2 de julio, de la Jurisdicción Voluntaria*, cit., vol. BOE-A-2015-7391.

y acatar. Y junto al proceso judicial, en segundo lugar, nos encontramos con el proceso arbitral qué pasamos ahora a estudiar brevemente.³⁴⁴

El convenio arbitral es el acuerdo al que llegan las dos partes para voluntariamente someter su controversia al dictamen de un tercero, o terceros en el caso de instituciones, que procederán a elaborar un posicionamiento ante su controversia que se condensará en una decisión final con una forma específica llamada laudo arbitral, que tiene plena fuerza ejecutiva para los firmantes, lo que implica, como es bien sabido, que el laudo es de obligado cumplimiento para los dos y si una de las partes no lo cumple, la otra puede acudir a los tribunales para solicitar su cumplimiento y ejecución.

El arbitraje constituye una fórmula alternativa al procedimiento judicial porque de hecho lo excluye. Es decir, las personas que elaboran su convenio arbitral determinan al mismo tiempo su renuncia a la resolución por vía judicial de su controversia. Esto no ocurre en el caso de la mediación,³⁴⁵ que en muchos casos se celebra antes del proceso judicial o incluso durante el mismo, que se interrumpe para que tenga lugar la mediación y que se reanudará terminada la misma. Paralelismo y complementariedad de la mediación frente al carácter alternativo del arbitraje.³⁴⁶

Las características del arbitraje se pueden resumir en las siguientes notas:

1. Contractual. Las dos personas protagonistas de ese conflicto son las que libremente deciden o no acudir a un procedimiento arbitral y también son las que libremente pueden decidir salir del procedimiento arbitral y entrar en la vía judicial. Es una expresión clara del principio de autonomía de la voluntad que asiste a los ciudadanos y que en este caso les permite optar por la vía de obtención de una solución justa a través de este sistema.

³⁴⁴ I. ESTEBAN MONASTERIO, *Ley de arbitraje*, 1ª ed., cerrada a 22 de en. de 2015, Aranzadi, Cizur Menor, Navarra, 2015.

³⁴⁵ WOLTERS KLUWER ESPAÑA, *Jurisdicción voluntaria, arbitraje y mediación*, Wolters Kluwer España, Las Rozas, Madrid, 2021.

³⁴⁶ F. J. BAUZÁ MARTORELL; J.-E. SORIANO, *Mediación y arbitraje en la Administración Pública: por una conciliación entre la legalidad y la eficacia*, 1ª ed, Bosch, Las Rozas, 2022.

2. Rapidez. Frente a la demora habitual de los procesos judiciales, el arbitraje se presenta como una solución más ágil en la que los propios protagonistas pueden establecer en la elaboración del convenio arbitral un plazo máximo de duración. La mayoría de las legislaciones que regula la institución arbitral suelen indicar como conveniente un plazo de unos seis meses, pero en todo caso la decisión está en manos de los firmantes del convenio.
3. Flexibilidad. El procedimiento del arbitraje es menos formal en sus requisitos que el procedimiento judicial y esto hace entre otras cosas que las partes se encuentren más cómodas y que vivan en el proceso como algo menos confrontacional y más facilitador del encuentro.
4. Confidencialidad. Este es un principio básico que abarca todo el procedimiento arbitral lo que aporta una enorme seguridad a los participantes que saben que todo lo que allí ocurra y toda la información que allí se vierta no saldrá de ese entorno.
5. Menos coste. El proceso arbitral lleva aparejados unos costes más livianos en comparación con los procedimientos judiciales, entre otras cosas existe una única instancia arbitral lo que evita la implicación de más personas en los procesos de apelación.
6. Favorece los pactos. Por todo lo dicho anteriormente en relación con la agilización en los tiempos, abaratamiento de costes y flexibilidad en las formas convierten al proceso arbitral en un lugar más grato en el que las partes con mayor probabilidad van a encontrarse en un clima de suficiente cercanía como para poder contemplar la posibilidad de acuerdos que pongan fin a la controversia.

La regulación legal vigente del arbitraje en España es de 2003, una Ley de Arbitraje³⁴⁷ que sigue el modelo elaborado por la Comisión de las Naciones Unidas para el Derecho Mercantil Internacional, de 21 de junio de 1985 (Ley

³⁴⁷ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 60/2003, de 23 de diciembre, de Arbitraje*, vol. BOE-A-2003-23646, 2003, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2003/12/23/60>.

Modelo de CNUDMI/UNCITRAL), recomendada por la Asamblea General en su Resolución 40/72, de 11 de diciembre de 1985.

4. La mediación y sus distintas modalidades

4.1. El modelo Harvard (Fisher y Ury)

El modelo de mediación que toma como referencia la obra “Getting To Yes” de Fisher y Ury³⁴⁸ está más bien orientado hacia la negociación. De hecho, los autores en todo momento se refieren a ese ámbito, más específicamente a la negociación de los abogados representando a sus clientes. Pero más tarde se importó esta metodología al ámbito de la mediación y constituyó la base para el modelo utilizado por muchos mediadores desde los años 80.

Los autores proponen un modo de negociación llamado “principled negotiation”, como algo distinto a la negociación adversarial caracterizada por el clásico modelo de negociación “*a cara de perro*”, en la que cada uno pelea por conseguir sus propios intereses y salir victorioso de la confrontación. Esta negociación con principios “principled negotiation” es distinta. Veamos sus componentes fundamentales.

4.1.1. El “win-win” que salva la relación entre las partes

Seguro que todos hemos oído esta expresión que dice que las mejores soluciones a los problemas con los que podamos enfrentarnos son aquellas en las que las dos partes pueden obtener un cierto beneficio. Es, por así decirlo, como si no hubiera vencedores y vencidos. Serían soluciones que proporcionan una salida al conflicto con una fórmula de compromiso que, si bien no cubre al cien por cien las expectativas de ninguna de las dos partes, permite abandonar el *ring* razonablemente satisfecho.

Si trasladamos estas reflexiones iniciales sobre el modo de abordar el conflicto a nuestra MFR[®] se deduce que la formula vencedor-vencido no es la que en ningún caso buscamos, sino más bien la del *win-win*, porque es la que resulta

³⁴⁸ R. FISHER; W. URY; B. M. PATTON, *Getting to Yes Negotiating Agreement Without Giving In*, [Summary version], Copyright © Roger Fisher, William L. Ury and Bruce M. Patton, 1981. Used by arrangement with Penguin Group (U.S.A.), Inc, New York, 1991.

menos dañina para la relación entre las dos partes. Y ya que nuestra mediación busca restaurar esas relaciones dañadas, si debemos negociar, será siempre tratando que los dos salgan más o menos contentos con la solución. Si uno de los dos resulta dañado o humillado, esa frustración hará seguramente inviable la restauración de la relación.

El modelo Harvard pone el foco en el objeto de la disputa, tratando de separar a las personas protagonistas del conflicto del hecho que les enfrenta, aunque no se ocupe de sanar esa relación como fin propio de la intervención.

Fisher y Ury proponen cuatro pasos a la hora de intervenir en un conflicto. Esos cuatro elementos constituyen la base de su modelo y procederemos a su estudio para ver en qué medida colabora con nuestros objetivos restauradores. Los cuatro pasos son: separar a las personas de los problemas, trabajar con los intereses y no las posiciones, generar opciones satisfactorias para ambos y guiarse por criterios objetivos en la búsqueda de esas soluciones.

4.1.2. Separar a las personas de los problemas

Separar a las personas de los problemas resulta especialmente difícil cuando estamos hablando de una relación de pareja en la que todo está teñido de subjetividad y donde las autorías de los hechos importan tanto. El modo en el que cada uno entiende y percibe lo que le está ocurriendo va a ser medular en el desarrollo de la gestión de las diferencias entre los dos. Percibir tiene que ver con el modo en el que codificamos internamente los hechos que nos acontecen. Y esa codificación tiene también mucho que ver con nuestra sensibilidad, sistema de creencias y acervo cognitivo. Estos componentes son necesariamente distintos en los dos protagonistas de la mediación por lo que, asumida una distinta percepción de los hechos, lo que se impone es la aceptación de un modo distinto de sintonizar con la realidad que puedan tener ambos. Y para esto es necesario que la empatía se cuente entre las cualidades de los dos. Por tanto, los dos deberán hacer un esfuerzo para hacerse cargo de que el otro ha percibido los acontecimientos de modo diverso y de modo diverso también le ha afectado en su interior.

Sin duda las emociones van a estar presentes en el proceso y todo lo que hemos visto anteriormente aplica aquí en su totalidad. Lo importante es identificarlas, normalizarlas, aceptarlas e impedir que sean las que nos guíen de manera exclusiva. En este proceso de tratar de diferenciar hechos y personas. Detrás de los hechos surgirán reacciones subjetivas en ambos lados que debemos manejar.

Veamos algún ejemplo: si ella llega tarde sin avisar, él, que está tratando de seguir estos principios, se esforzará en tratar de separar ese retraso que le está poniendo nervioso de la persona de su mujer utilizando pensamientos tipo: “Seguro que está en medio de un atasco y no puede avisar” o “algún problema de última hora ha debido surgir”. Pero, con frecuencia ocurrirá que no pueda controlarlo y se vaya alterando, le entrará la impaciencia, le vendrán pensamientos que le recordarán la poca atención que da su mujer a la puntualidad...y el enfado puede aparecer.

En un proceso de MFR® cuando aparezcan las emociones es fundamental “etiquetarlas” desde que las reconozcamos haciendo comentarios como: “Veo que estás realmente molesto por esto ¿verdad?” Una vez etiquetadas, ya podemos asumirlas y manejarlas con más comodidad, sin que creen tensión o al menos será una tensión controlada. Además, para el que está experimentando esa emoción, verla reconocida e identificada le servirá para dejar salir presión, lo que le aliviará. Pero como no debemos dejarnos llevar por las situaciones de alta tensión emocional, si estas se dan, será importante que la otra parte mantenga bajo control su reacción para no ascender por la espiral de la emoción por la que está escalando uno de ellos. Es importante que no reaccione en el mismo código emocional.

Vehículo conductor de todo lo que va a ocurrir en nuestra mediación es lo que se dicen, como se lo dicen y más importante aún: Cómo se escuchan para entenderse bien. Desde el primer encuentro, y en los primeros minutos, es importante establecer ciertas reglas de comunicación que tendrán que ver con la corrección y educación en las formas, así como con la escucha atenta del uno al otro. Por eso cuando se interrumpan será importante asegurar que el que ha sido interrumpido acabe lo que iba a decir. También habrá que estar atento a que

cuando uno esté interpretando erróneamente lo que el otro ha dicho, será necesario parar la discusión pidiéndole al que ha sido malinterpretado que vuelva a repetir su idea. Será también función del mediador recordar, cuando sea necesario, que con decir las cosas una, o a lo sumo, dos veces es suficiente para evitar reiteraciones innecesarias que hacen perder el tiempo y la paciencia al otro. En definitiva, este modelo busca una comunicación lineal en la que el emisor tiene la oportunidad de lanzar su mensaje de modo completo e inequívoco, sin que el ruido del sistema provoque una distorsión del contenido y asegurando que el receptor realmente escucha. Para asegurar esto último será importante que el mediador acompañe, utilizando técnicas de escucha activa que le lleven a hacer preguntas reformulando lo que el emisor ha dicho y así, poniendo el mediador en su boca las ideas que ha pronunciado una parte, a la otra parte le resulta más digerible ese mismo mensaje y nos aseguramos de que realmente ha comprendido. Por último, recordaremos que *menos es más* y lo que se puede explicar en dos minutos no debe ocupar quince.

¿Y qué hacer cuando la persona es el problema? Es algo relativamente frecuente en mediación familiar, podemos oír cosas como esta: “No es tanto que no estemos de acuerdo en cómo organizarnos por la mañana para repartirnos quién lleva a quién al colegio, sino que es su actitud y sus comentarios lo que me ponen muy nervioso/a.” Son situaciones en las que los elementos sustantivos de la discusión han dejado de ser tan importantes o al menos no se ven como esenciales porque lo que está bajo escrutinio es la propia personalidad, carácter o temperamento de la pareja. Es la visión y percepción del otro como persona lo que nos está impidiendo avanzar y lo que puede estar llevando a cuestionar la propia supervivencia de su relación.

La carga emocional y subjetiva es muy alta y por lo tanto no están siendo eficaces los esfuerzos para mejorar la comunicación en todas sus fases, para ser capaces de conectar con el modo en el que el otro está percibiendo las cosas y en definitiva para mantener las emociones bajo control, con las riendas bien agarradas. Nos encontramos ante actitudes de rechazo. Parece que nada

funciona. Entramos en el complicado campo en el que lo que se “negocia” es la misma relación.

En esas situaciones a través del modelo MFR[®] que veremos en detalle, puede que sea conveniente confrontar con cada uno de ellos en privado planteando cuál es su BATNA. BATNA quiere decir “Best Alternative To a Negotiated Agreement”, es decir, cuál es el mejor escenario que contemplan si no llegan a conseguir acercarse, si no llegan a un acuerdo. Si es la relación como tal la que está en juego, el BATNA necesariamente sería la ruptura. Y es eso lo que hay que explorar con cada uno de ellos. Hacerles reflexionar sobre si es eso lo que de verdad desean. Con frecuencia dicen que no; y entonces lo que hay que hacer es una llamada a la responsabilidad haciéndoles ver a cada uno por separado que con su conducta y su actitud de rechazo están conduciendo el coche hacia el precipicio en el que dicen que no quieren caer. Les pediremos coherencia y esfuerzo.

Si es sólo uno de los dos el que muestra esta actitud de rechazo, al otro le recomendaremos que no reaccione del mismo modo. Es decir que, aunque su pareja esté enfocando las cosas de un modo aparentemente irracional, él o ella no deben subirse al mismo carro y responder en el mismo lenguaje. Como dicen Fisher y Ury no es recomendable que, en un hospital psiquiátrico, los médicos pierdan los nervios.³⁴⁹ Valga la comparación, no tomada en su literalidad porque estaríamos tildando al otro de enfermo, pero sí para hacer entender que aquél de los dos que esté más sereno, debe mantener la calma. Resumiendo: les pondremos delante de las consecuencias de su rechazo para que puedan reaccionar de manera consecuente si no desean la ruptura. Les recordaremos que deben ejercer un importante autocontrol para impedir que sus emociones nublen por completo su mente. Insistiremos en continuar abiertos al diálogo para poder explorar alternativas y escuchar propuestas. A aquél de los dos que esté

³⁴⁹ R. FISHER; W. URY; B. PATTON; E. GARCÍA DE ENTERRÍA, *Getting to yes: negotiating agreement without giving in*, Penguin Books, New York, N.Y., 1983, p. 162.

más calmado le ayudaremos a ser comprensivo con las emociones del otro y a continuar trabajando con confianza.

4.1.3. Focalizar en los intereses, no en las posiciones

En el conflicto las posiciones normalmente son irreconciliables: “No vamos a casa de tu madre este sábado.” “Si no vienes conmigo me llevo a los niños y me voy yo”. O también: “Este verano iremos a la playa —¡Ni hablar! ¡A la montaña!” Además de irreconciliables, llevan a una posición de bloqueo de la que es difícil salir.

Fisher y Ury utilizan el ejemplo, muy apropiado, del conflicto entre Egipto e Israel que bloqueó la Cumbre de Camp David en 1978 en la que trataban de resolver la crisis desatada por la invasión por parte de Israel de la Península del Sinaí en territorio egipcio. El bloqueo era total porque Egipto no aceptaba ninguna solución que no fuera la retirada del ejército israelí, y el gobierno de Israel se negaba insistentemente. Las posiciones de cada país estaban claras. Hubo que descender a los intereses para lograr el desbloqueo. Para Israel su interés fundamental era su seguridad. La presencia del ejército egipcio en el Sinaí le generaba inseguridad por la cercanía geográfica. Egipto, por su parte, tenía como interés fundamental su integridad territorial como país por lo que no toleraba perder ese territorio. La solución consistió en la retirada del ejército israelí con el compromiso egipcio de mantener desmilitarizada la península para tranquilidad de Israel. Así las dos partes quedaban razonablemente satisfechas. No cien por cien satisfechas, porque ambos hacían cesiones, pero sí con una fórmula de compromiso que salvaba los intereses de los dos y era aceptable.

En la MFR® también se ahonda en los intereses que subyacen a la confrontación entre los dos. El mediador no puede dejarse bloquear por las posiciones, por encontradas que estas sean. Como se suele decir, al mediador no le asusta el bloqueo del proceso porque normalmente cuando la pareja llega al mediador ya están bloqueados. Lo primero será escuchar las posiciones, que es lo que más fácil y rápidamente verbalizan, y a través de las preguntas guiadas ir ahondando en las razones de su posición.

Para conseguir llegar a las razones que fundamentan las posiciones de ambos tendremos que hacer la pregunta fundamental: ¿Por qué? ¿Por qué necesitas que cambie de trabajo? ¿Por qué te niegas a volver a casa de tus padres? ¿Por qué te aferras a que vayan a ese colegio?

Estas preguntas señalan una situación de posicionamiento confrontacional sobre el que se tendrá que trabajar averiguando esos “*por qués*” y al facilitar la escucha entre los dos acerca de los razonamientos que les llevan a la posición, habrá esperanza de conducirles por la vía del mutuo entendimiento y una mayor aceptación del otro como persona y de sus razones. Desde el nivel de los intereses reales y personales que sienten y entienden cada uno de los dos es posible acercar esas posiciones inamovibles, trabajando con esos elementos subyacentes que son articulables y que pueden enmarcarse en las siguientes categorías: seguridad personal, bienestar, desarrollar el sentido de vinculación mutua, necesidad de reconocimiento, mantener el control sobre la propia vida.

4.1.4. Generar opciones que beneficien a ambos

Si se cuida la comunicación, como vimos en el primer punto, y se han identificado las emociones que surgen (ojalá también de mantenerlas bajo control), resultará más fácil entrar en esta fase, que sin duda se apoya en la anterior en la que se ha desplegado un esfuerzo por ahondar en las razones de fondo que llevan a hacer ciertos planteamientos: los famosos intereses subyacentes.

Ahora se trata de generar alternativas y posibles soluciones al tema que se plantea como problemático. Para eso es fundamental tener en cuenta varios factores.

En primer lugar, dar tiempo al tiempo. Esa serenidad de la que antes se hizo mención, con frecuencia requiere de un tiempo de reposo antes de avanzar a esta fase. No hay que precipitarse ni dejarse llevar por la prisa. Por más que una de las emociones frecuentes sean precisamente la de la ansiedad por obtener una respuesta que ponga fin al sufrimiento que genera la confrontación. Los tiempos son fundamentales. No sólo dejar que trascurra el necesario sino también no procrastinar y saber elegir el momento adecuado.

En segundo lugar, pensar *fuera de la caja*, como se suele decir. Contemplar alternativas diferentes, aunque a priori nos puedan parecer disparatadas, pero que al ponerlas sobre la mesa pueden añadir luz, por contraste quizás. Por ejemplo: si el motivo de disparidad es la norma que quieren dar a su hija de quince años sobre el uso del móvil. Una opción que podemos contemplar es quizás la de eliminar cualquier control y dejar que lo use libremente. Aunque quizás esa no es la opción deseada por ninguno de los dos, y de hecho ni la contemplan, al ponerla sobre la mesa probablemente les haga reflexionar acerca de los perjuicios que algo así acarrearía y por tanto aquel de los dos que tiende a ser más laxo en esto, vea ángulos que antes no veía.

En tercer lugar, evitar caer en el error de: “A ver qué se le ocurre proponerme”, como si fuera problema del otro ser creativo y traer algo distinto sobre la mesa. Es responsabilidad de los dos y la aportación de ambos refleja un compromiso de ambos en la búsqueda de un punto de encuentro a la situación que están viviendo. Por tanto, la pasividad negativa que denota esta posible actitud que acabamos de describir implicaría una falta de compromiso en el proceso.

En cuarto lugar, tener siempre presente el interés del otro. Ese interés que ya se ha descubierto en un momento anterior, debe estar presente cuando el mediador invite a idear posibles propuestas. No puede plantearse algo que se sabe va directamente en contra de los intereses manifestados por el otro. De nuevo, se estaría enviando el mensaje de que quiere dinamitar el proceso o, al menos, se dejaría claro que no se cree en la posibilidad de encontrar una fórmula para los dos.

4.1.5. Utilizar criterios objetivos

Para dos personas que están tratando de negociar algo, el modo más sólido de fundamentar sus pretensiones es poner encima de la mesa argumentos objetivos, como puede ser el valor de mercado, la referencia a teorías publicadas por personas de alta reputación en el ámbito científico, etc. Pero para quienes están en un proceso de MFR® la garantía de objetividad que buscan y que obtienen se la debería proporcionar en buena medida el propio mediador que,

entre las características fundamentales de su código deontológico, tiene la de ser imparcial y neutral en todo el proceso a lo largo del cuál mantendrá la debida equidistancia entre los dos. Este es uno de los principales valores añadidos para quien acude a la mediación: tener la certeza de que los mensajes que está recibiendo del mediador no están teñidos de cualquier vínculo personal o afectivo con ninguno de los dos. Eso transmite seguridad, tranquilidad y confianza en el mediador.

4.2. El modelo transformativo

Robert Bush, Profesor de Resolución Alternativa de Disputas en la Facultad de Derecho de la Hofstra University de Nueva York, y Joseph Folger, profesor de Comunicación de la Temple University, publicaron en 1994 su obra “La Promesa de Mediación”³⁵⁰ que marcó un tono distinto en el abordaje de la mediación que hasta entonces y desde los ochenta venía siendo inspirada por “Getting To Yes” de Fisher y Ury.

El modelo transformativo pone el foco en la necesidad de que la relación entre las dos partes en mediación cambie, de tal forma que el modo de comunicarse y percibirse mutuamente, así como las emociones que surgen en esa interacción, sean también muy distintas y así las partes se posicionen en mejor situación para encontrar la solución a sus desavenencias. Este enfoque se fija no tanto en el objeto del conflicto como tal y en su resolución a través de la metodología que hemos visto en el epígrafe precedente, sino en el modo en que se desarrolla y transforma esa relación para lograr entenderse de un modo distinto y así ellos mismos puedan encontrar mucho más fácilmente las posibles soluciones a los temas que les puedan enfrentar.

4.2.1. La teoría del conflicto

Para adentrarnos en el enfoque transformativo, tomamos como punto de partida el estudio del desarrollo del conflicto, que generará una situación en la que el mediador esté llamado a intervenir. Ese conflicto se plantea entre dos personas

³⁵⁰ R. A. B. BUSH; J. P. FOLGER, *La promesa de la mediación: cómo afrontar el conflicto a través del fortalecimiento propio y el reconocimiento de los otros*, Granica, Barcelona, 1996.

que están enfrentadas, por las razones que sean del caso, y que presentan en mayor o menor grado dos características.

Por un lado, debilidad: porque la situación le está haciendo sufrir y le está menoscabando al experimentar carencias o actitudes que le producen dolor. Ese dolor le afecta profundamente y le hace perder control de la situación. Sus emociones a veces se descontrolan y sus conductas se desajustan llevándole a hacer y decir cosas de las que se puede arrepentir, lo que le producirá aún más sufrimiento y dolor. Por eso va perdiendo fuerzas y se va encontrando cada vez más débil, cansado y perdido, sin saber hacia dónde ir. Es algo muy frecuente que quien acude a la mediación te diga cosas como: “No puedo más” “Estoy agotado/a” “No voy a poder aguantar esto mucho más” “Estoy totalmente perdido/a y no sé hacia dónde tirar...”

En segundo lugar, ensimismamiento. Ese sufrimiento y debilidad hace que la persona se repliegue y se cierre como en un círculo sobre sí misma que le impide ver al otro, percibirle y mucho menos entenderle. Es normal: si lo pensamos, cuando nos duele el estómago nuestro gesto es el de doblarnos o plegarnos sobre nuestro propio cuerpo, acurrucándonos para tratar de aliviar el dolor. En el reino animal, el caracol nos lo ilustra de un modo muy visible cuando reacciona retrocediendo para meterse en su concha cuando quiere defenderse de algún peligro exterior, al igual que la tortuga que se encuentra segura dentro de su duro caparazón desde el que, por supuesto, no ve nada ni a nadie que esté en el exterior.

En estas condiciones, pese a una posible apariencia de fuerza traducida en ira, la persona se encuentra más desprotegida que nunca y ha perdido el control sobre su propia situación e incluso, en ocasiones, sobre su propia persona.

La espiral descendiente, que se va acelerando cada vez más, viene marcada por cuatro factores determinantes: la negatividad, la alienación, la actitud destructiva y la demonización del otro. En un contexto así —explican los defensores de este modelo— un proceso legal no haría más que acelerar la espiral y llevar a las

partes a un punto de lejanía y enfrentamiento del que les resultaría mucho más costoso retroceder.

La mediación transformativa va a tener como objetivo devolverles las riendas del caballo, por desbocado que esté, para tratar de serenarlo y conducirlo por los caminos más adecuados y frenar esos saltos incontrolados que hacen peligrar a todos. Como señalábamos antes, no se trata de resolver a cualquier precio las diferencias y continuar, sino que en la transformación de la relación estamos buscando dos fines fundamentales.

En primer lugar, la revalorización, así llamada por los autores (*empowerment* en inglés) que no es ni más ni menos que hacer todo lo posible para poner a cada una de las partes en posición de recuperar la capacidad de abordar y gestionar con calma y equilibrio lo que les está ocurriendo. Se trata de hacer que la persona vuelva a creer en sí misma y en su habilidad para gestionar su vida y sus emociones y decisiones.

En segundo lugar, el reconocimiento del otro. Ya que, una vez que la serenidad ha vuelto y con ella el diálogo, vuelven a hablarse mirándose a los ojos y tratando de comprender al otro. La ceguera provocada por el dolor de las propias heridas ya no impide escuchar y atender a los intereses y peticiones del otro.

En las sesiones de MFR[®] esto es algo que se busca desde las primeras sesiones y, de hecho, resulta muy gratificante cuando ocurre comprobar que, en esa olla a presión que representa la relación de las dos partes, pronto se consigue que “baje la presión” al colocar convenientemente las válvulas que hacen que ese vapor salga de manera controlada. Una vez que esto ocurre, recuperada la serenidad, no es extraño que ante la pregunta de cómo van las cosas, seamos testigos de diálogos como: “Juan está haciendo un esfuerzo y se nota. Tiene una actitud mucho mejor, colabora más y con mejor cara...Y claro, así yo estoy mejor, pero es que él ha cambiado. —Pero Ana, si estoy haciendo lo mismo que siempre, lo que pasa es que ahora tu sí que te estás dando cuenta...”Y si te descuidas pueden seguir con esa conversación en la que el uno “culpa” al otro de la mejoría, pudiendo incluso complicarse... Será recomendable que el mediador corte con cierta simpatía ese intercambio poniendo en evidencia

precisamente que se están “culpando” de estar mejor. Es mejor cortarla porque existe el peligro que la conversación derive en reproches del pasado o lamentos del estilo de “si hubieras querido hacer las cosas así antes nos habríamos ahorrado mucho sufrimiento.” Por eso la clave es detener la conversación en ese punto de valoración mutua positiva que realmente supone un cambio de tendencia y de visión del otro.

En el fondo lo que está ocurriendo es que Ana ahora sí tiene ojos para ver lo que Juan hace de un modo más objetivo, y por otro lado Juan, al percibir esa mejor clima y actitud de Ana, casi sin querer, se ve estimulado a salir más de sí mismo para ir al encuentro de Ana y hacer lo que ella espera de él, porque él, más sereno ahora, lo ve como algo razonable. En fin, este sería un ejemplo de *círculo virtuoso* que hace que las cosas mejoren.

4.2.2. Los recursos del mediador transformativo

Como bien señalan Folger y Bush, el primer recurso es precisamente la humanidad de ellos dos, su fortaleza innata y su capacidad para la compasión. A eso es a lo que el mediador más se debe agarrar. Pero debe saber cómo hacer aflorar esos buenos sentimientos y esa actitud positiva y colaborativa.

No nos engañemos, no es esta una visión ni mágica ni ingenua —como bien nos lo señalan los autores— pero sí muy anclada en la profundidad del ser personal, porque lo que se busca es que cada una de las partes se encuentre a sí misma y así consigan encontrarse los dos.

Veamos a continuación algunos recursos que el mediador transformativo puede emplear.

La escucha.

Las personas que acuden a mediación no están en condiciones óptimas para escucharse, por lo que el mediador deberá redoblar su esfuerzo en la escucha para identificar fundamentalmente los comentarios de cada uno que denoten debilidad y ensimismamiento porque sobre esos comentarios habrá que trabajar para que recuperen la confianza en sí mismos acompañada de un mayor

autocontrol y equilibrio en las reacciones. Esto no resolverá por sí solo las diferencias, pero sí que les pondrá en la ruta adecuada fortaleciéndoles para darles seguridad y paz. Del mismo modo, el trabajo del mediador se dirige a que cada uno identifique los gestos positivos que el otro está haciendo, lo cual tampoco aporta la solución, pero predispone a colaborar más y a tener una actitud mucho más positiva respecto al otro. Por todo ello, la escucha de lo que dicen y de cómo lo dicen con especial atención al lenguaje no verbal, es crucial. El mediador, si bien tendrá su sesión “preparada”, deberá ajustarse a lo que las partes aporten cuando “se suba el telón”.

El reflejo.

El mediador reproduce algo que uno de ellos ha dicho, especialmente cuando el lenguaje es fuerte o negativo, con palabras similares a las que ha empleado, con el fin de darle la oportunidad, a quien lo ha dicho, de escucharse a sí mismo y para que así, después de un breve silencio, si fuera oportuno, tenga la ocasión de rectificar o ampliar lo que ha dicho. Ambas cosas pueden ocurrir, y de hecho ocurren. Si rectifica al escuchar sus propias ideas en otra boca se habrá avanzado al suavizar el mensaje, y si abunda en negativo en lo que ha dicho, también se avanza porque se sigue profundizando cada vez más en la senda de exploración de aquellas cosas que realmente duelen, crisan o incomodan. Es importante que el mediador transformativo no tenga miedo a las discrepancias porque hasta que no se llegue al fondo de la cuestión no se podrá emprender el camino de sanación y de recuperación de la tranquilidad y el autocontrol. Pero también se debe ser prudente para no permitir que las llamas sean tan altas que quemen por completo el edificio en el proceso.

El resumen.

A diferencia del reflejo, en el resumen el mediador se dirige a las dos partes que han desarrollado una conversación o discusión más o menos larga o que quizás ha derivado en cuestiones ajenas al tema de debate. En esas ocasiones es recomendable que el mediador intervenga para repasar y volver a centrar los argumentos principales para evitar así dilatar innecesariamente la sesión. También es importante el resumen cuando las partes se encuentran estancadas

y quizás dando vueltas a lo mismo. Es necesario que un parón del mediador con su resumen les sitúe en dónde están y en lo que han dicho sin necesidad de seguir repitiéndolo durante más tiempo.

La revisión.

Puede ser la culminación del resumen, pero también puede aparecer por sí sola. Se trata de la situación en la que el mediador hace ver a las partes que han llegado a un punto en el que hay que tomar una decisión y les traslada su responsabilidad sobre el proceso con preguntas como: “¿Qué creéis que podemos hacer ahora?”

Las preguntas.

Pueden ser de todo tipo, pero quizás lo importante es que el protagonista del proceso no es el mediador, por lo tanto, si pregunta no es tanto porque el propio mediador quiera saber o conocer más, sino para tratar de propiciar la conversación fructífera entre los dos que aclare cualquier malentendido: “¿Crees que José entiende lo que quieres decir con esto?” O para dar la oportunidad de que hable aquél de los dos que es menos locuaz: “¿Querías añadir algo más?” O para poner en bandeja una autorrevelación: “¿Cómo te sentiste en ese momento?” También puede ser un modo de obtener indicaciones importantes para el otro: “¿Qué es lo que esperas ahora mismo de Sandra?” En definitiva, las preguntas son quizás la mejor herramienta o al menos la más versátil, pero hay que utilizarlas muy bien. Ni preguntar cosas irrelevantes, ni hacer preguntas que parezcan sugerencias, ni dirigir la conversación con las preguntas. Deben ser modos de facilitar el diálogo no de pilotarlo.

4.3. El modelo narrativo

4.3.1. Contenido y premisas

Este modelo surge de la mano de Sara Cobb³⁵¹ en Estados Unidos en la década de los noventa y trata de ser un punto intermedio entre los dos modelos antes descritos, ya que si bien busca un acuerdo (Harvard), además trata de que mejoren su percepción y conceptualización recíproca, el uno respecto a la del otro, y en eso podría tener ecos de la mediación trasformadora.

Cobb propone desmontar esa narrativa que cada parte en conflicto tiene y que conduce al bloqueo y desentendimiento.

Las premisas sobre las que se basa la autora para desarrollar su modelo son las siguientes.

En primer lugar, la psicología del yo: trata de reforzar y liberar al yo estimulándole para que pueda avanzar hacia el cambio, reduciendo sus temores y su ansiedad.

En segundo lugar, la teoría general de sistemas y la pragmática de la comunicación humana: la intervención sistémica nos indica que, para variar la dinámica en un determinado contexto, familia o pareja, cada vez que incidimos en un elemento, el resto también se ven afectados. En ese sentido, cuando reinterpretemos un fragmento de la narrativa o la entendemos de modo diverso, la totalidad del relato se ve alterado. Y todo ello se produce a través de los intercambios comunicativos entre las partes que se aportan mutuamente nuevos datos.

En tercer lugar, la causalidad circular. Frente a la causalidad lineal que indica que cuando ocurre A la consecuencia es B, así de sencillo (si llueve el suelo se moja), la causalidad circular nos habla de que a veces lo que uno hace impacta en el otro de modo que el otro reacciona de una manera que me lleva a repetir o intensificar el acto inicial, que a su vez provoca una respuesta cada vez más intensa en el otro...y así continúa. Solemos llamarlos circuitos de

³⁵¹ S. COBB, *Hablando de violencia: la política y las poéticas narrativas en la resolución de conflictos*, 1ª ed, Gedisa, Barcelona, 2016.

retroalimentación tanto en positivo (círculo virtuoso) como en negativo (círculo vicioso). Veamos un ejemplo que nos ayudará a entenderlo mejor: Luis dice: “Ahora cuando llego a casa me recibe mucho mejor y no con la escopeta cargada, por eso me resulta mucho más fácil arremangarme y ponerme a trabajar en el punto en el que se encuentren, baños, deberes, cenas...” María contesta: “ ¡Claro, es que verte entrar con actitud positiva y ganas de unirse al lío es lo que me anima a recibirte bien!” Efectivamente aquí hay circularidad causal inmediata, porque se ve que la sonrisa de uno estimula de modo casi instantáneo la buena disposición del otro, ante lo cual la sonrisa es cada vez más abierta y produce una mejor disposición aún... y ese proceso además no se detiene, sino que sigue creciendo en la medida que los dos se van dando ese feedback positivo. En un ejemplo así, si lo enfocamos desde la causalidad lineal equivaldría a que Luis pensara lo siguiente: “Cuando vea que me recibe con una sonrisa, entonces me pondré manos a la obra, pero mientras eso no ocurra no pienso esforzarme, ¡sólo faltaba! ¡Que yo también vengo de trabajar!” La causalidad lineal recorre el tiempo del pasado hacia el presente y el análisis sigue ese orden, mientras que en la causalidad circular el foco está en el hoy y ahora, porque es ahora cuando se tiene la perspectiva completa y la información suficiente para saber entender todo el proceso. Por eso no es recomendable analizar los hechos pasados ciñéndonos a ese momento específico sino teniendo en cuenta la evolución de los hechos a lo largo de la vida. Seguramente entenderemos más y mejor.

En cuarto lugar, la construcción de historias de protagonistas responsables e interdependientes. Con tramas, personajes, roles, responsabilidades y culpables y víctimas e inocentes...Al mediador le toca deconstruir las historias negativas y culpabilizadoras en las que “yo soy víctima” porque “me han ocurrido muchas cosas en la vida” para identificar un nuevo relato basado en la responsabilidad personal de cada uno y eliminando los roles de víctima y victimizador. Historias en las que, en definitiva, el protagonismo recae en la persona y no en el contexto. Y es la persona quien deja de sentirse dependiente y de modo responsable asume su protagonismo en su propia historia y la responsabilidad que le

corresponde respecto a los resultados a los que hoy nos enfrentamos, dejando de lado la postura culpabilizadora del otro. La interdependencia entre los dos que nos habla de una culpa compartida, si bien es mucho más constructivo hablar de responsabilidad.

Por su parte, la mediadora argentina Marinés Suárez³⁵² ha desarrollado también este modelo adaptándolo al contexto de su entorno sociocultural y aportando interesantes metodologías y técnicas. En este punto, resulta interesante este texto, de autor anónimo, muy conectado con la denominada psicología positiva y que viene muy al caso para ilustrar cómo deben provocarse pensamientos que aporten:

*Cuidado con los pensamientos: estos se transforman en palabras,
cuidado con las palabras: estas se transforman en acción,
cuidado con las acciones: estas se transforman en hábitos,
cuidado con los actos: estos moldean el carácter,
cuidado con el carácter: este controla tu destino.*

4.3.2. Técnicas del modelo narrativo

Nos acercaremos a las técnicas propias de este modelo siguiendo a Pilar Munera en su estudio.³⁵³

La escucha activa

*“Cuando te pido que me escuches, y tú empiezas a darme consejos,
no has hecho lo que te he pedido.*

*Cuando te pido que me escuches, y tú empiezas a decirme por qué no
tendría que sentirme así, no respetas mis sentimientos.*

³⁵² M. SUARES, *Mediación*, cit.

³⁵³ MUNUERA GÓMEZ, PILAR, *El modelo circular narrativo de Sara Cobb y sus técnicas = Sara Cobb's circular narrative model and its techniques*, Universidad de Huelva, 2009, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://hdl.handle.net/10272/580>.

Cuando te pido que me escuches, y tú sientes el deber de hacer algo para resolver mi problema, no respondes a mis necesidades.

¡Escúchame! Todo lo que te pido es que me escuches, no que hables ni que hagas. Sólo que me escuches.

Aconsejar es fácil. Pero yo no soy un incapaz. Quizás esté, desanimado o en dificultad, pero no soy un inútil.

Cuando tú haces por mí lo que yo mismo podría hacer y no necesito, no haces más que contribuir a mi inseguridad (...)"

O'DONNELL R., "La escucha"

La escucha activa supone fundamentalmente una escucha empática, con actitud tanto corporal como mental, de atención al otro. Hemos hablado ya de la escucha en el modelo anterior y también de las principales técnicas de escucha activa que son también de aplicación aquí tales como el reflejo, la paráfrasis, el resumen, la confrontación...

Las preguntas circulares

Son preguntas a las que no se responde con un si o un no, ni con un estoy o no estoy de acuerdo. Son preguntas que tratan de seguir el hilo de la cuestión vinculándolo con los hechos y personas relevantes en el presente y en el pasado. Puede haber preguntas de muchos tipos, mencionamos algunos:

- Retroacción a la acción: "¿Qué hace su mujer cuando usted se enfada?"
- Sobre el contexto: "¿Su marido es igual en el trabajo que en casa?"
- Sobre el tiempo. "¿Cómo era vuestra dinámica entonces?"
- Sobre historias: "¿Qué cuenta tu pareja sobre su infancia?"
- Sobre pautas: "¿Qué comportamiento tiene tu marido con su madre en comparación contigo?"
- Sobre relaciones: "¿qué relación tienes con tus cuñados?"

Preguntas presuposicionales

Son preguntas que plantean un futuro diferente y le llevan a la persona a elaborar lo que ocurriría si dentro de dos meses las cosas se hubieran resuelto.

Algunas preguntas en esta línea serían las siguientes:

- Preguntas centradas en el por qué ahora: “¿Qué ha ocurrido para que busquéis ayuda ahora?” “¿Qué es lo más urgente que necesitas abordar ahora?”
- Preguntas sobre la excepción: “Háblame de cuando no ocurre eso...”
- Pregunta milagro: “Imagínate que mañana os despertáis y todo se ha resuelto, como si hubiera ocurrido un milagro, ¿qué percibiríais de distinto?”
- Preguntas sobre la escala: “Del 1 al 10 ¿cómo calificarías el nivel de confianza que tienes en resolver el problema?”
- Preguntas sobre el porcentaje. A veces es útil para medir la progresión en la mejora: “¿Cómo diríais que estáis a nivel de comunicación? ¿Al 60%?”
- Preguntas conversacionales. El propio mediador se sitúa en conversación con ellos y les pregunta: “¿Si estuvierais en mi lugar que haríais para ayudar a una pareja como vosotros?”
- Preguntas para consolidar el cambio: “¿Qué tendríais que hacer para que la situación actual perdure? ¿Qué debería pasar para que retrocedáis a cómo estabais?”

Acabamos con un relato de autor anónimo que dice así:

Le preguntaron al Maestro:

- “ *La gente dice que eres un genio, ¿es verdad?* “,
- “ *¡Ya lo creo!*,
- “ *¿Y qué es lo que convierte a uno en un genio?*”,
- “ *La capacidad de reconocer*”,
- “ *¿Reconocer qué?* -

- *“Reconocer a la mariposa en el gusano; al águila en el huevo; y al Santo en el hombre egoísta”*

Ojalá como mediadores sepamos ayudarles a crear nuevas historias en las que se pueda reconocer a la mariposa en el gusano.

V. PROPUESTA Y DESARROLLO DEL MODELO DE INTERVENCIÓN MFR[®]

En este nuevo capítulo nos disponemos a presentar el modelo de Mediación Familiar Restauradora MFR[®], que apoyándose en una visión del hombre como un ser relacional que busca su felicidad y su plenitud a través de la apertura a los demás y a lo trascendente, trata de dar respuesta a ese anhelo personal de pertenencia y de permanencia. MFR[®] es una propuesta de mediación que pretende no solo dirimir el conflicto, sino mejorar también la relación entre esas dos personas, haciendo que vuelvan a mirarse a la cara y a reconocerse como lo hicieron en el pasado.

Este modelo tiene muy presente el importante efecto que tiene la estabilidad familiar en la persona, tanto en los adultos como en los niños. Por esta razón se esmera en trabajar los puntos de conexión y de interacción entre los dos protagonistas del conflicto o crisis familiar para, con gran delicadeza y respeto a la libertad personal, establecer puentes que faciliten la restauración de esas relaciones a través de distintas técnicas de intervención que iremos viendo en cada una de las fases. No existe hasta la fecha una escuela o modelo de intervención en mediación familiar que reciba ese nombre, “Mediación Familiar Restauradora”, y que trate de integrar los elementos más relevantes de los tres modelos clásicos de mediación que ayuden y sirvan al propósito de la recuperación de la comunicación y entendimiento entre los dos, de ahí que

aparezca con el signo de marca registrada, como ya explicamos en las primeras páginas.

En lo tocante a las técnicas, la MFR[®] incorpora metodologías y modos de hacer que hacen referencia, principalmente, a la intervención cognitivo conductual y a la intervención focalizada en las emociones, además de, por supuesto, a las tres escuelas principales de mediación familiar. El modelo quiere hacerse un hueco, en definitiva, en el mundo de la mediación como una llamada a la esperanza ante situaciones complejas, ofreciendo un entorno de restauración de la relación mediante esta práctica profesional.

Hemos hablado de la específica y novedosa aportación del modelo de intervención como tal, pero sí que podemos referirnos a autores concretos que, en años precedentes, han preconizado algunas de las ideas que subyacen al modelo MFR[®].

Así, Escrivá Ivars, durante muchos años director del Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Navarra, ahonda de un modo muy interesante en este modo de intervención ante las crisis familiares.³⁵⁴ En primer lugar, presenta las crisis o conflictos familiares como oportunidades para comunicar mejor y para facilitar una mayor conexión entre los miembros de esa familia. No duda en acogerse a la tradicional diferenciación que hace la terapia sistémica entre las crisis normativas y las crisis no normativas en el ámbito familiar a las que él se refiere como *crisis fisiológicas*, de propio crecimiento, y *crisis patológicas*. Ante unas y otras, los esposos deben conocerse a sí mismos y conocer al otro para identificar cuáles son los mejores modos, las mejores herramientas, para abordar esa situación crítica y salir de ella. El problema es que esto no siempre es así y, cuando no consiguen por sí mismos salir de esa situación, procede buscar una ayuda externa, profesional y objetiva que les acompañe en la superación de esa

³⁵⁴ J. J. ESCRIVÁ IVARS, «Mediación y restauración de la vida familiar», en *La formación de la voluntad matrimonial: anomalías, patologías y normalidad : actas del X Simposio Internacional del Instituto Martín de Azpilcueta (Pamplona, noviembre de 2012)*, 2014, ISBN 978-84-313-2973-0, págs. 217-264, EUNSA. Ediciones Universidad de Navarra, S.A., 2014, fecha de consulta 15 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4860015>.

crisis, que normalmente tendrá un componente multifacético y desde luego será absolutamente original e irrepetible. En este contexto recuerda el autor una célebre frase de León Tolstoi que al comienzo de *Ana Karenina*³⁵⁵ nos recuerda que normalmente las familias felices se parecen, mientras que entre las desdichadas encontramos muy diferentes modos de sufrir. De ahí la importancia del trabajo creativo y respetuoso del propio mediador familiar que busca dar con las fórmulas que sirvan para esa pareja concreta. Pareja que, como el propio Escrivá afirma³⁵⁶, está fundada en una comunidad conyugal con una enorme fuerza creadora que hace que, aunque su convivencia se haya visto debilitada, o incluso interrumpida, puedan encontrar los recursos necesarios para remontar esa situación y analizar juntos y con serenidad el modo de continuar con su proyecto de vida, restaurando así esa maltrecha convivencia.

Otro de los ejemplos que queremos traer a colación y que tiene también esa visión restauradora de la mediación nos lo propone García Tomé, representante de España ante el Parlamento Europeo con motivo de la transposición de la Directiva Europea 2008/52/CE.³⁵⁷ Comienza afirmando con rotundidad desde su resumen introductorio:

La desestabilización de la familia supone una grave amenaza para el bienestar de las sociedades, especialmente para los miembros más débiles: los niños. Por ello, la mediación familiar se presenta como una vía de prevención, gestión y resolución positiva de conflictos familiares en todos los ámbitos donde esta se relaciona.

En apartados posteriores del artículo García Tomé elabora el concepto de mediación familiar que propone, acentuando su dimensión preventiva y su función de restablecer la comunicación constructiva, lo que hará que mejore su

³⁵⁵ L. TOLSTÓI, *Ana Karenina*, 1ª edición 2019, Albor Libros, Madrid, 2019.

³⁵⁶ J. ESCRIVÁ-IVARS, *Matrimonio y mediación familiar*, cit.

³⁵⁷ M. GARCÍA TOMÉ, «La mediación familiar como atención de los más débiles», *Corintios XIII: Revista de teología y pastoral de la caridad*, 142, 2012, Cáritas Española pp. 175-193.

relación pudiendo restaurarla de una forma eficaz y abriendo el abanico de opciones para salir de la crisis, más allá de la ruptura. Y en aquellas situaciones en las que no se pueda evitar la ruptura, al menos se mejora la comunicación entre los dos, facilitando su entendimiento en el futuro y cara a los hijos.

Siguiendo a Jean Francois Six, director del Centro Nacional de Mediación en Francia, García Tomé afirma que el mediador profesional debe estar convencido de la pertinencia del carácter preventivo y reconciliador de la mediación familiar³⁵⁸ y por tanto esta será la misión fundamental: la atención y cuidado de los más vulnerables, que como sabemos son los niños. García Tomé recuerda que en España el número de niños que han pasado por una situación de divorcio supera ya los dos millones. Ellos son sin duda los más débiles y los más profundamente afectados por el creciente número de rupturas familiares. Esa tendencia al alza se vio agudizada con la publicación de la Ley 15/2005, de 8 de julio, como ya vimos en el capítulo normativo de este trabajo. La autora denuncia la eliminación de ese tiempo de reflexión que antes sí que estaba presente en el proceso de divorcio y que ayudaba a la pareja a contemplar alternativas, entre las que podía encontrarse una segunda oportunidad para su relación.

Nos estamos deteniendo en estas consideraciones antes de abordar el desarrollo del modelo específico de MFR[®] porque, como sostiene García Tomé, importa mucho el concepto de mediación familiar que el mediador tenga al desarrollar su modelo de intervención. Es decir si la intervención va dirigida a realizar una certera incisión en el tejido del matrimonio para hacer un corte limpio que facilite una ruptura que se pretende poco cruenta, el enfoque, el método y las técnicas empleados serán muy distintos al abordaje en el que el mediador tiene en mente el acercamiento de posiciones, la reconducción del modo de comunicarse entre ellos, que está basado en cómo se perciben el uno al otro, en lo que les provoca dolor y les impide pensar en los intereses de su cónyuge, etc. Si el mediador trabaja esas emociones tratando de aterrizarlas de manera más objetiva y equilibrada, está también preparando el terreno para que ellos dos

³⁵⁸ J.-F. Six, *Dinámica de la mediación*, Paidós, Barcelona, 1997.

sean más capaces de comprenderse y de acercarse. El mediador que trabaja así se convierte en ese portador de esperanza en un contexto normalmente bastante desesperado.

García Tomé incide en la importancia de la protección de los más débiles: los niños. Hijos de esas parejas que manifiestan su añoranza por la estabilidad familiar y un potente deseo de que los padres sigan juntos. Sentimientos estos que todos los autores consultados han encontrado en los hijos del divorcio.³⁵⁹

1. Áreas de evaluación e intervención

Dentro de los ámbitos de intervención propios de la mediación familiar, el más frecuente es el de las relaciones de pareja, por esta razón, en el desarrollo que hacemos a continuación de las posibles áreas de intervención, nos centraremos en el ámbito de la pareja, si bien la mayoría de los ítems que vamos a abordar son perfectamente aplicables a las demás relaciones familiares, que también son objeto de mediación.

A lo largo de las primeras sesiones, que veremos descritas en el apartado siguiente que habla de las fases de la MFR®, el mediador hace su evaluación preliminar, recogiendo la información que le permita identificar cuáles son los ámbitos deficitarios en esa pareja, las áreas de su relación que necesitan ser trabajadas y mejoradas. A esos ámbitos los denominaremos *áreas de intervención*.

Sin ánimo de ser exhaustivos, trataremos ahora de definir y abordar cuáles son esas áreas más frecuentes que requieren el trabajo de evaluación del mediador con sus clientes para llegar a identificar sus puntos débiles. Esas áreas de necesaria intervención para poder restaurar su relación de pareja.

³⁵⁹ R. CLOUTIER; L. FILION; H. TIMMERMANS, *Cuando los padres se separan--: guía para superar el dolor y ayudar a los hijos*, Lectorum : Quarzo, México, 2003.

1.1. La comunicación

Resulta algo evidente decir que la comunicación es uno de los pilares fundamentales de la relación de pareja.³⁶⁰ De hecho, podríamos afirmar que el proceso completo de intervención que pasamos a describir en las próximas páginas, así como la mayoría de las técnicas a las que haremos referencia, tienen como finalidad que los protagonistas del conflicto recuperen su capacidad de conectar en el plano comunicativo. Por eso, con frecuencia, el mediador comenzará su tarea de evaluación de la pareja atendiendo a cómo se encuentra la comunicación entre los dos. Esto será un requisito indispensable para avanzar por el camino del acercamiento, del consenso, de la escucha mutua, de la mayor comprensión del otro etc. Para avanzar, en definitiva, siguiendo la hoja de ruta que tenga trazada esa pareja en el proceso de mediación.

Varios aspectos de la comunicación deben ser atendidos como principal área que evaluar. Para ello volvemos a seguir a Díaz Morfa.³⁶¹

En primer lugar, y desde los primeros minutos que compartamos con la pareja, debemos prestar atención al lenguaje verbal y al lenguaje no verbal, que nos aporta muchas veces incluso más información que el anterior. Antes incluso de que empiecen a hablar, tan solo por cómo entran en el despacho y cómo se dirigen al sofá, como se sientan y en qué medida se percibe alguna mínima interacción entre ellos dos, nos está diciendo ya mucho. Una vez que empiezan a contestar a las preguntas, se trata de atender a lo que dicen y a cómo lo dicen. No es lo mismo que, si uno de los dos hace un comentario negativo sobre el otro en clave de reproche, al tiempo que lo verbaliza alargue su brazo para tocarle el brazo al otro o le dirija una mirada cariñosa. Ese lenguaje no verbal atenúa mucho la posible beligerancia del reproche.

Las diferencias entre hombres y mujeres a la hora de comunicar es otro de los aspectos elaborados por Díaz Morfa y que deben tenerse muy presentes desde los momentos iniciales. La primera diferencia gira en torno a las preguntas. Con

³⁶⁰ N. TORNEL, *Enparejarte: el arte de vivir con éxito tu relación*, 1ª ed, Planeta, Barcelona, 2016.

³⁶¹ JOSÉ. DÍAZ MORFA, *Prevención de los conflictos de pareja*, cit.

frecuencia cuando una mujer pregunta lo que está haciendo es trasladar una muestra de interés por el otro y un modo de mostrar y generar confianza, por eso tienden a preguntar más. Mientras que entre los hombres se observa una menor inclinación a preguntar por considerar que eso es algo así como entrometerse, lo que puede resultar invasivo en la propia privacidad. La segunda diferencia consiste en que la mujer con frecuencia interrelaciona lo que ella está contando con lo que el otro está relatando, generando así una conexión dialógica, mientras que el hombre tiende más a elaborar su propio mensaje de forma casi unilateral, sin tener tanto en cuenta el mensaje que está recibiendo de su interlocutor. Esto con frecuencia se puede identificar como una falta de empatía.

Otra diferencia y muy importante es el modo tan distinto en el que manejan la agresividad en la conversación. Las mujeres, de manera casi invariable, identifican esa agresividad con un ataque hacia su persona, mientras que muchos hombres se expresan de esa forma sencillamente como un modo de manifestar con intensidad y fuerza sus emociones, sus frustraciones, etc. Este aspecto es importante porque en no pocas ocasiones puede suponer el final de la comunicación.

Encontramos una diferencia más, y de mucho peso, en la psicología diferencial entre el hombre y la mujer. Se trata de un planteamiento clásico, y al mismo tiempo frecuentemente constatado de manera empírica, que indica que compartir sentimientos y emociones es un campo en el que normalmente la mujer se encuentra mucho más a gusto que el hombre. Esta realidad es una de las causas por las que los hombres se muestran con frecuencia reacios a acudir a pedir ayuda profesional a un mediador o terapeuta.

Por último, una creencia muy generalizada y abordada en distintos ámbitos de la literatura científica y narrativa³⁶² sostiene que la finalidad de la comunicación difiere entre hombres y mujeres, siendo así que para ellas dicha finalidad es

³⁶² J. GRAY, *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus: la guía definitiva para entender a tu pareja*, Penguin Random House, Barcelona, 2018.

compartir lo que llevan dentro buscando cierta solidaridad, mientras que entre los hombres el formato más presente es el de buscar resolver y solucionar cualquier cuestión problemática que se esté planteando. Esto que, *a priori*, no parece incompatible, en la práctica resulta un potencial generador de distancia entre los dos.

Siguiendo la senda de numerosos autores precedentes, Díaz Morfa recoge de Liberman³⁶³ los principios para la comunicación efectiva en la pareja; pero antes señala también cuáles son las principales actitudes y lenguajes de bloqueo que pueden obstaculizar la comunicación eficaz a través de mensajes destructivos a los que el mediador debe estar atento para evitar que se incendie el proceso comunicativo.

Estos serían los principales bloqueos:

- Dar órdenes.
- Amenazar.
- Moralizar.
- Imponer soluciones.
- Reprender.
- Criticar.
- Ridiculizar.
- Interrogar.
- Retirarse de la conversación.

Y los principios fundamentales para una buena comunicación a los que antes nos referíamos y que pueden guiar muy bien la actividad del mediador que trata de reestructurar la comunicación entre la pareja serían los siguientes:

- Hacer peticiones y no demandar ni reprochar.
- Preguntar para saber y no sacar conclusiones propias ni acusar.
- Referirse a la conducta de la pareja por lo que *hace* y no por lo que *es*.
- No etiquetarle.

³⁶³ R. P. LIBERMAN, *Manual de terapia de pareja: un enfoque positivo para ayudar a las relaciones con problemas*, 6. ed, Desclée de Brouwer, Bilbao, 2000.

- Ventilar y dejar salir las emociones y sentimientos, de lo contrario se quedarán atascados y en cualquier momento pueden explotar.
- Centrar la discusión en ese tema que ha provocado el debate y no aprovechar para traer otros a colación.
- Evitar generalizar hablando de *siempre* y *nunca*. De nuevo, suele suponer etiquetar a la persona identificándola con una conducta que es supuestamente permanente.
- Saber callar. A veces es fundamental. Para no empeorar las cosas.

Por último, y no menos importante, hablaremos de un elemento de la comunicación que es crucial: la escucha. Torralba en *El Arte de saber escuchar*³⁶⁴ da orientaciones acerca de los componentes de esta actitud que debemos vigilar en los mediados para asegurar que sus “oídos” estén funcionando correctamente en el modo escucha.

Escuchar bien es liberarse de los prejuicios internos que se puedan tener para dejarse sorprender por el otro. Podríamos hablar de una escucha *en blanco*. Un modo de prestar atención que no tiene ya una estructura de respuesta preconcebida en la cabeza que está a su vez diseñada en base al concepto que tenemos de esa persona. Ante la pareja, es complicado ejercer esa disposición a asombrarse porque se trata de una persona a la que se conoce bien hace mucho tiempo. Pero no es por ello menos necesario cultivar esta disposición de escuchar en blanco.

Escuchar requiere tiempo. Por eso frecuentemente cuando abordemos la escucha en mediación habrá que trabajar en qué marco pueden tener el tiempo y espacio necesarios para que pueda fluir esa comunicación que se vea vertebrada por una escucha atenta. También debe prestarse atención a que elijan el momento adecuado de la jornada o de la semana. Muchas tensiones en la comunicación se producen por no haber elegido el momento oportuno.

³⁶⁴ F. TORRALBA ROSELLÓ, *El arte de saber escuchar*, Milenio, Lleida, 2009, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=95500&view=global&lang=es>.

Torralba habla de tres tiempos: el tiempo de la expresión, el tiempo de la comprensión y el tiempo de la respuesta. Es importante respetar el desarrollo de estos tiempos porque unas y otras personas requerimos de más o menos tiempo para poder desarrollar estas tareas.

Desinflar el ego. Escuchar es sin duda interesarse por la vida del otro, dejar que su relato llene el espacio propio que se ha vaciado de uno mismo para acoger lo que está contando. Por eso es importante disponerse a la escucha con humildad sin querer aportar constantemente la opinión y el criterio propios y menos aun escuchando al mismo tiempo que se está pensando lo que se va a contestar.

Crear silencio. Otro de los requisitos es ese silencio interior, pero sin perder de vista la necesidad también de mantener un silencio exterior. Saber callar activamente escuchando, sin interrumpir. Un silencio que además tiene que suponer que la pareja, que está dedicando ese rato a comunicar escuchándose, no deba verse sometida a interferencias externas que provengan de terceras personas.

Comprender lo que el otro dice es algo a lo que también el mediador debe estar atento. En primer lugar, el propio mediador tiene que estar comprendiendo, pero también tiene que asegurarse de que ellos dos se entienden entre sí. Para eso una técnica fundamental son las preguntas. Escuchar en silencio, preguntar para entender y seguir escuchando.

1.2. El perdón que devuelve el respeto y la admiración

Las parejas que se someten a un proceso de mediación familiar no solo deben recuperar su comunicación y aprender a escucharse con respeto y de manera empática. También es necesario atender al contenido de fondo de esa comunicación.

Desde las primeras sesiones el mediador deberá averiguar cuál es el discurso interno que cada uno tiene respecto del otro. Es importante saber si existe una lista de agravios pasados. La identificación temprana de este posible factor será crucial en esta fase de evaluación. Esto es algo muy frecuente, por eso no se debe perder de vista desde el arranque la posibilidad de que exista ese germen de reproche o de rencor hacia el otro. De hecho, el mediador tendrá como

objetivo prioritario atender esa herida y acompañar hacia el perdón, requisito insoslayable para que esa persona vuelva a encontrarse en condiciones de vivir su relación de pareja como una relación de amistad, como bien señala el modelo de Gottman.³⁶⁵ Este psicólogo norteamericano fundamenta su desarrollo terapéutico y sus planteamientos en el seguimiento de más de 700 parejas a lo largo de 16 años en lo que el mismo denomina el “laboratorio del amor, *love lab*,” consistente en observar a estas parejas que de manera voluntaria se prestan a someter sus intercambios y su relación de pareja al escrutinio y estudio científico del equipo de Gottman. En el *love lab*, no solo observarán a través de cámaras sus interacciones y grabarán sus conversaciones, sino que también medirán sus constantes vitales y realizarán análisis de sangre y otras medidas para conocer desde dentro cómo se está relacionando esa pareja y poder así ayudarles siendo capaz de prevenir la llegada del divorcio.

La idea de Gottman sobre lo que son los matrimonios felices se resume en el párrafo que reproducimos a continuación:

*Los matrimonios felices están basados en una profunda amistad. Los cónyuges se conocen íntimamente, conocen los gustos, la personalidad, las esperanzas y los sueños de su pareja. Muestran gran consideración el uno por el otro y expresan su amor no solo con grandes gestos, sino con pequeños detalles cotidianos.*³⁶⁶

No se puede caer en el error de considerar que referirse a la amistad como la línea de fondo fundamental en el matrimonio lleva a reducir el alcance de éste convirtiéndolo en “solo somos amigos”. Precisamente la buena amistad entre los dos, conociéndose bien por dentro, dándose mutuo apoyo, estando siempre al lado el uno del otro, es el mejor modo de cimentar la pasión amorosa.

³⁶⁵ J. M. GOTTMAN; N. SILVER, *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, 1a. ed, Debolsillo, Barcelona, 2010.

³⁶⁶ Ibid. p. 35

Burggraf ayuda con su obra a entender la trascendencia del perdón que aplicaremos a nuestra práctica como mediadores sin ninguna dificultad, ya que como dice citando un dicho árabe:³⁶⁷

El único dolor que destruye más que el hierro es la injusticia que procede de nuestros familiares.

Así, desarrolla la idea del perdón partiendo de su definición como un modo de reaccionar ante el mal que alguien me ha hecho según el cual, con libertad, no olvido la injusticia, sino que renuncio a la venganza y quiero, a pesar de todo, lo mejor para el otro. Ante una acción mala no se cierran los ojos, sino que, con plena conciencia de que esa acción es mala, se quiere perdonar. Quien perdona actúa con libertad, no está obligado a ello, lo hace porque quiere y de ese modo libera al ofensor, pero también se libera a sí mismo del yugo del rencor y del resentimiento. Actuar con libertad es compatible con sentir un inmenso dolor a pesar del cual uno decide pasar página perdonando. Como afirma Burggraf, renunciar libremente a la venganza no supone librarse del dolor. Se puede perdonar llorando.

Perdonar es compatible con recordar. El que perdona no experimenta una especie de amnesia que le lleve a olvidar esos hechos que le han causado dolor. Lo que ocurre es que se pone en camino para que esa memoria pueda ser cada vez menos hiriente y llegue un momento en el que pueda recordar esos hechos y encajarlos como perdonados. Pero entretanto, quién perdona, seguirá teniendo pensamientos recurrentes que le hagan recordar lo que pasó.

Al perdonar se restituye la dignidad personal al agresor. El secreto fundamentalmente estriba en no identificar al ofensor con su obra. En entender que la persona es mucho más que sus actos y en particular que sus errores. Burggraf ilustra esta idea recordando lo que escribió Albert Camus en una carta pública dirigida a los nazis; haciendo referencia a los crímenes cometidos en Francia, Camus les decía:

³⁶⁷ J. BURGGRAF, «Aprender a perdonar», *Nuestro tiempo*, 643-644, 2008, Servicio de Publicaciones. pp. 101-109.

Y a pesar de ustedes, les seguiré llamando hombres...Nos esforzamos en respetar en ustedes lo que ustedes no respetan en los demás.

Otro acercamiento al perdón nos lo aporta Ugarte en su obra sobre el perdón³⁶⁸ en la que, ahora desde el concepto del “resentimiento”, explica que ese “re-sentir, volver a sentir” hace que la herida que la persona tiene se vuelva a poner en presente y continúe siendo la que gobierne nuestro modo de actuar. Max Scheler se refiere a ese sentimiento como intoxicación psíquica³⁶⁹, otros lo refieren como un veneno que me tomo yo esperando que intoxique a otros. Ugarte señala la importancia del papel que juegan tanto la inteligencia como la voluntad de quien ha sufrido esa ofensa y que trata de avanzar liberándose de las emociones tan negativas que encuentra en sí misma como respuesta a ese comportamiento ofensivo que ha sufrido. La inteligencia es la que debería ayudarle a entender, desde la humildad, que ese acto no identifica plenamente al que lo ha cometido, que a su vez ha manifestado un arrepentimiento eficaz y que los dos están trabajando para que esa situación no se vuelva a repetir en el futuro. La voluntad es la que opera en el sentido de ayudarle a moverse en la dirección que quiere y que ha decidido libremente; que es la de pasar página, perdonar y continuar con la relación.

El problema es que, a pesar de tener clara esa decisión, la voluntad muchas veces se resiste a avanzar y se ve debilitada porque pesa demasiado la dimensión emocional por el dolor y el sufrimiento que está experimentando. Serán necesarias grandes dosis de fortaleza interior y de firmeza para perseverar en este camino.

Ugarte hace su aportación, basada en una antropología humanista cristiana, en este proceso del perdón, recordando que es de gran ayuda el olvido de uno

³⁶⁸ F. UGARTE CORCUERA, *Del resentimiento al perdón: una puerta a la felicidad*, 5ª ed, Rialp, Madrid, 2016.

³⁶⁹ M. SCHELER, *El resentimiento en la moral*, Espasa-Calpe, Buenos Aires, 1944.

mismo. En esta misma línea de liberarse del egocentrismo cita al psiquiatra Enrique Rojas, quien afirma:

una de las cosas que entristecen más al hombre es la egolatría, origen muchas veces de sufrimientos inútiles, producidos por una excesiva preocupación por lo personal, exagerando en demasía su importancia.³⁷⁰

En cuanto a la voluntad, no se trata de librar un pulso constante contra uno mismo del que seguramente se sale vencido, sino de querer con todas las potencias; lo que supondrá acompañar con nuestros sentimientos: el amor, la comprensión, la empatía, la compasión, etc.

Concluye Ugarte que hay tres momentos fundamentales en el proceso del perdón:

- Modificar los sentimientos negativos. Esa decisión personal de cancelar la deuda a quien nos ha ofendido implicará la renuncia al odio, la venganza y el resentimiento. Es un camino de largo recorrido, con altos y bajos, pero que debemos emprender con paso firme.
- Medidas de prudencia. Quiere esto decir que, aunque se haya perdonado, es necesario tomar las suficientes medidas para que no se vuelva a producir la ofensa que acaba de ser perdonada. La generosidad del perdón no excluye el requisito de poner los medios para que no vuelva a ocurrir.
- Olvidar. Perdonar no es olvidar sino más bien es querer olvidar. Algo que no va a ocurrir de forma automática pero que sí que ocurrirá gradualmente con el paso del tiempo, haciendo que los hechos se presenten en nuestra mente de forma menos recurrente y poco a poco los vayamos perdiendo de vista.

1.3. Compromiso: cuestión de prioridad

El tercer punto en esta fase de evaluación para identificar las áreas en las que necesitan trabajar en el proceso de mediación es el nivel de compromiso que

³⁷⁰ E. ROJAS, *Una teoría de la felicidad*, 35. ed, CIE-DOSSAT 2000, Madrid, 2003.

tienen los dos miembros de la pareja, que se concretará en el modo en que uno y otro priorizan su relación frente a el resto de los aspectos de su vida.

El mediador debe ser capaz de identificar en las entrevistas iniciales cuál es el nivel de implicación en la relación de pareja, de compromiso y de dedicación que tienen cada uno.

Comenzamos el análisis de este punto con un estudio realizado en el Departamento de Sociología de la Universidad de Oslo, Noruega³⁷¹ que nos parece de particular interés por realizarse en uno de los países nórdicos en los que desde hace décadas que se pone un gran énfasis en la igualdad entre el hombre y la mujer.³⁷² Los propios autores de este informe identifican una antigua perspectiva feminista en el modo de analizar la contribución de hombres y mujeres a su relación de pareja, según la cual el hombre ha podido siempre priorizar su propia independencia y por lo tanto su menor contribución tanto emocional como práctica a la pareja; mientras que la mujer, en una posición de subordinación, ha contribuido más. Este estudio pretende avanzar en el tiempo y en el debate incorporando tanto esos viejos esquemas como los más actuales, que se apoyan en estudios como el de Connell y Messerschmidt³⁷³ en el que se destacan los cambios que se han producido en el concepto de las hegemonías masculinas y lo que esto ha supuesto en los nuevos roles de género en las parejas; algo que ha redundado en un concepto novedoso denominado *matrimonio de camaradería*.

En estos nuevos roles, los miembros de la pareja se mueven entre dos polos: el compromiso y la independencia. En función de hacia dónde se incline la balanza,

³⁷¹ T. THAGAARD; K. STEFANSEN, «Expressions of commitment and independence: Exploring men's emotional responsibility in heterosexual couple relationships», *Nordic Journal of Social Research*, vol. 5, 1, 2014, pp. 21-38.

³⁷² E. MAGNUSSON, «The Rhetoric of Inequality: Nordic Women and Men Argue against Sharing Housework», *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, vol. 16, 2, 2008, pp. 79-95.

³⁷³ R. W. CONNELL; J. W. MESSERSCHMIDT, «Masculinidade hegemônica: repensando o conceito», *Revista Estudos Feministas*, vol. 21, n.º 1, 2013, pp. 241-282.

nos encontraremos ante distintos tipos de pareja desde el punto de vista de su nivel de compromiso.

Giddens escribió en 1992 una obra de gran trascendencia en este ámbito bajo el título *La transformación de la intimidad*,³⁷⁴ en la que identifica lo que considera la *relación pura* (*the pure relationship*); que consiste en un modo de relacionarse basado en la reciprocidad y en la apertura mutua del ser íntimo mediante la revelación personal. La intimidad, así concebida, no es compatible con el esquema tradicional, basado en los roles de género, según los cuales la mujer es la que aporta más a la hora de mantener el vínculo emocional con el hombre. En este modelo de *relación pura* se habla de la apertura del uno hacia el otro, para profundizar más en el conocimiento y comprensión de la pareja, mediante el diálogo y la escucha, compartiendo los pensamientos y mostrándose los sentimientos. Esta *intimidad reveladora* (*disclosing intimacy*) que acabamos de esbozar es compatible también con otro modo de vivir la intimidad cual es la *intimidad silenciosa* (*silent intimacy*), que consiste más en hacer y en estar que en hablar. Al hablar del “hacer y estar” nos estaríamos refiriendo a todas las aportaciones de los dos miembros de la pareja a su unidad familiar: tanto en términos económicos, como de servicio, atención y dedicación, etc.

Resulta que estos son los modos más habituales del varón para mostrar su implicación y su compromiso en su relación de pareja, mucho más que verbalizar sus sentimientos y emociones. Esta realidad ha sido señalada por Cancian³⁷⁵ que ha afirmado que el nivel de compromiso en la relación se mide con frecuencia con parámetros más femeninos, dejando de lado los modos de expresión más masculinos.

En definitiva, Giddens propone superar los estereotipos de género para vivir los dos en la pareja una relación pura, fundamentada en la revelación de la intimidad

³⁷⁴ A. GIDDENS, *The transformation of intimacy sexuality, love, and eroticism in modern societies*, Polity Press, Cambridge, UK, 1992, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.aspresolver.com/aspresolver.asp?SOTH;S10023090>.

³⁷⁵ F. M. CANCIAN, «The Feminization of Love», *Signs*, vol. 11, p. 692.

del uno al otro, sin perder de vista la contribución al compromiso desde la *intimidad silenciosa*.

En el *Journal sobre el Matrimonio y Familia* encontramos también un artículo sobre el compromiso en las relaciones interpersonales³⁷⁶ que parte de la herramienta elaborada por Johnson denominada “Inventario del Compromiso”³⁷⁷ Este *Commitment Inventory* (CI) trata de evaluar a través de una serie de ítems agrupados por subescalas, cuál es el nivel de compromiso de una determinada pareja. Para ello hace una diferenciación inicial en dos grandes escalas:

- *Dedication commitment*. El *Compromiso Dedicación* sería el deseo de la persona de mantener y mejorar la calidad de su relación para beneficio mutuo. Se manifiesta por su disposición a invertir en su relación, sacrificarse por ella, vincular sus objetivos personales a la relación y procurar el bienestar de su pareja, no solo el propio. El CI incluye una serie de preguntas en este apartado divididas en varias subescalas: (1) la *agenda de la relación*, es el grado en el que la persona desea que su relación perdure en el tiempo; (2) la *primacía de la relación*, nivel de prioridad que tiene la relación en la jerarquía personal de cada uno de los miembros de la pareja; (3) la *identidad con la pareja*, grado en el que la persona piensa en la relación como un equipo y no como dos individuos separados; (4) la *satisfacción con el sacrificio*, en qué medida él y ella están dispuestos a hacer cosas que le resulten costosas por el beneficio del otro; (5) el *seguimiento de posibles alternativas*, que evalúa si los miembros de la pareja están atentos y pendientes de terceras personas como alternativa a su pareja actual; (6) el *meta compromiso*, la

³⁷⁶ S. M. STANLEY; H. J. MARKHAM, «Assessing Commitment in Personal Relationships», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 54, 1992, p. 595.

³⁷⁷ M. P. JOHNSON, «Personal, Moral, and Structural Commitment to Relationships», en Jeffrey M. Adams, Warren H. Jones (eds.) *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability*, Springer US, Boston, MA, 1999, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4773-0_4.

trascendencia que cada uno da a su propio compromiso de acuerdo con sus valores personales.

- *Constraint commitment*, Compromiso Obligación, se refiere a las fuerzas que obligan a la persona a mantenerse en su relación, con independencia de su dedicación personal a la misma. Tendría que ver con las presiones, tanto internas como externas, que favorecen la estabilidad de la relación haciendo que poner fin a la misma sea más complicado desde el punto de vista económico, social y psicológico. El CI distingue en este caso entre las siguientes subescalas: (1) las *inversiones estructurales*, todas aquellas posesiones materiales en las que han invertido y las que temen perder en caso de ruptura; cuantas más sean las inversiones, mayor será la limitación que éstas suponen para plantear la ruptura; (2) la *presión social*, la familia, los amigos...personas que quizás ejerzan este tipo de influencia sobre la pareja animándoles a permanecer juntos o a divorciarse; (3) los *procedimientos de ruptura*, en función de que sean más o menos ágiles, se estarán poniendo más o menos limitaciones a la decisión de romper; (4) el *cambio de estilo de vida*, valorar el impacto que tiene en la persona que se plantea el divorcio la consideración de los recortes que va a tener que imponer en su vida social, económica, lugar de residencia, etc.; (5) las *posibles parejas alternativas*, puede considerarse como un incentivo al divorcio que exista la posibilidad de poder iniciar relación con otra persona; (6) la *moralidad del divorcio*, de acuerdo con los valores morales de cada uno, verán el divorcio como algo malo y negativo o no necesariamente así.

Como podemos ver la dedicación personal estaría directamente ligada con la calidad de la relación y la dimensión de obligación del compromiso tendría más que ver con la estabilidad de esa pareja. Pero obviamente ambos conceptos van de la mano, de hecho, podríamos decir que una mayor dedicación hoy supone una mayor limitación mañana para romper ese matrimonio por lo tanto le daría mayor estabilidad.

A continuación, algunas de las conclusiones a las que llegaron los autores de este estudio, reflejadas en unos gráficos. El estudio tuvo una muestra de 279 personas, 162 mujeres y 117 hombres. El criterio de selección tuvo en cuenta que pudiésemos conocer el posicionamiento de personas más conservadoras y personas de planteamientos más liberales. Entre esas 279 personas había 79 parejas. La edad media de las personas entrevistadas fue de 32,07 años.

TABLE 4. CORRELATIONS OF CI SCALES AND RELATIONSHIP SATISFACTION WITH KEY VARIABLES

Measure	Relationship Satisfaction (n = 143)	Disclosure (n = 188)	Months Known (n = 176)	Religiosity: Marrieds (n = 106)	Relationship Stage (n = 189)
Morality of divorce	.14	.04	.05	.41***	.16*
Availability of partners	.21*	.09	.27***	.06	.24**
Social pressure	.35***	.28***	.52***	.23*	.68***
Structural investments	.08	.06	.27***	.08	.31***
Unattractiveness of alternatives	.04	.09	.22**	.09	.46***
Termination procedures	.04	.04	.43***	.19	.69***
Relationship agenda	.51***	.30***	.33***	.12	.53***
Meta-commitment	.36***	.36***	.36***	.24*	.38***
Couple identity	.40***	.37***	.39***	.23*	.51***
Primacy of relationship	.37***	.36***	.34***	.14	.49***
Satisfaction with sacrifice	.44***	.42***	.06	.28**	.03
Alternative monitoring	.57***	.38***	.32***	.11	.38***
Total constraint	.24**	.12	.48***	.33**	.71***
Total dedication	.57***	.49***	.41***	.26**	.51***
Relationship satisfaction	1.00	.52***	.28**	.26**	.07

La segunda columna desde la izquierda de este cuadro (*relationship satisfaction*) nos presenta la correlación entre las diversas subescalas del CI y el nivel de satisfacción con la relación. La puntuación más alta está vinculada a la mayor dedicación a la relación, 0,57 sobre 1, empatado con aquellas personas que no están haciendo un seguimiento a posibles parejas alternativas. Por lo tanto, cuanto mayor sea la dedicación a la relación mayor es también la satisfacción con la misma.

La variable menos vinculada a la satisfacción con la propia relación es la que tiene que ver con el concepto moral del divorcio, tan solo puntúa en un 0,14, lo que indica que nuestro nivel personal de satisfacción en nuestra relación tiene poco que ver con el juicio moral que hagamos del divorcio.

Una puntuación también muy alta obtiene la *agenda de la relación*, que como recordamos valora la visión de largo plazo y de permanencia en el tiempo de nuestra relación, eso está altamente vinculado y puntúa en 0,51.

La capacidad para el propio sacrificio en favor de la relación 0,44 y el ver a la pareja como una identidad como un equipo único, 0,40 están también entre los elementos más importantes que fundamentan la satisfacción con la propia relación.

La tercera columna analiza los ítems en conexión con la disposición a la auto revelación de la intimidad personal al otro. Recordamos ese concepto de intimidad reveladora. Pues bien encontramos que esa actitud para compartir con el otro el mundo interior está altamente vinculada a la satisfacción con la relación, 0,52, seguido por la dedicación personal a la relación 0,49 y seguido por la disposición al sacrificio personal por la felicidad del otro 0,42. Son estos los tres factores que más nos predisponen a la apertura de nuestra intimidad a nuestra pareja.

Omitimos ahora el análisis de las columnas tercera y quinta porque tienen que ver con el tiempo de duración de la relación y la fase en la que esta se encuentra, y estos factores los veremos con más detalle en un cuadro posterior.

Por último, la columna cuarta analiza las subescalas vinculándolas con el nivel de religiosidad de los miembros de la pareja. El factor más vinculado a la religiosidad sería la moralidad del divorcio 0,41, seguido de la disposición personal al sacrificio 0,28.

TABLE 5. CONTRASTING RELATIONSHIP STAGE GROUPS ON RELATIONSHIP SATISFACTION AND COMMITMENT

	Regular / Exclusive Dating	Engaged / Planning Marriage	Married, No Children	Married, Some or All Children Under 21	Married, All Children 21 or Over
Relationship Satisfaction (MAT) ^a					
<i>M</i>	114.73	121.53	113.45	108.13	130.86
<i>SD</i>	21.92	24.22	22.64	22.23	17.26
<i>n</i>	15	15	42	55	22
Total Constraint ^b					
<i>M</i>	-4.43	-0.45	-0.23	1.64	3.01
<i>SD</i>	2.43	2.34	3.13	2.40	2.86
<i>n</i>	49	22	28	49	18
Total Dedication ^c					
<i>M</i>	-4.17	0.63	0.79	0.52	4.14
<i>SD</i>	4.20	3.69	4.35	3.35	2.26
<i>n</i>	50	23	41	55	17

En este cuadro podemos ver cómo evoluciona el nivel de satisfacción con la relación, la dimensión compromiso obligación y la dimensión compromiso dedicación, vistas las tres variables en función de la fase en la que se encuentra la relación.

Comenzando por la satisfacción con la relación, resulta alentador constatar que el mayor nivel de satisfacción 130,86 lo tienen aquellas parejas casadas con hijos mayores de 21 años; lo que nos dice que esas parejas que han madurado su relación, superando las dificultades y el paso del tiempo, son las que mayor satisfacción encuentran en su propia relación. La puntuación más baja, por otro lado, la obtienen esas parejas casadas que tienen hijos menores de 21 años; podemos fácilmente inferir que esos años de crianza de niños y de esfuerzos permanentes en el plano profesional y económico pasan su peaje a la relación haciendo que la satisfacción con la misma caiga.

Analizando todas las variables que tienen que ver con la dimensión de compromiso obligación, el estudio concluye que las parejas que puntúan más alto en este enfoque del compromiso son de nuevo aquellas que llevan más tiempo casadas, hijos de más de 21 años que obtienen una puntuación de 3,01. En el extremo opuesto estarían las parejas en una relación formal pero que aún no se han comprometido, que puntúan negativo: -4,43.

Observamos una diferencia importante entre las parejas casadas sin hijos que obtienen una puntuación también negativa de -0,23 HD y aquellas parejas casadas que ya tienen hijos entre quienes la puntuación sube al 1,64. Es evidente que los hijos nos hacen mucho más presente la vinculación comprometida que tenemos los padres.

Por último, la revisión de las subescalas relacionadas con la dimensión de compromiso dedicación personal a la relación de pareja tampoco nos sorprende al presentarnos unos datos en los que la más alta puntuación la tienen esas parejas con hijos mayores, 4,14 frente a una puntuación negativa -4,17 entre aquellas parejas que están en una relación formal no comprometida aún.

Llaman la atención los datos de las parejas casadas con hijos menores de 21 años entre quienes los valores de dedicación personal a la relación de pareja son muy bajos, de tan solo 0,52. Más bajos incluso que las parejas comprometidas con un matrimonio a la vista en breve plazo 0,63. E inferiores también a los valores de las parejas sin hijos 0,79. Parece que esos matrimonios con hijos menores que puntúan en 0,52 tienen serias dificultades para reforzar los elementos que componen esa dimensión del compromiso como dedicación personal al matrimonio: la visión de permanencia a largo plazo, el dar al matrimonio una prioridad total frente al resto de elementos de la propia vida, el buscar la comunión con la pareja haciendo que de verdad sea un equipo, la disposición personal a sacrificarse por el otro, el despejar de la cabeza cualquier fantasía con una tercera persona y por último el valor trascendental del compromiso como una apuesta personal.

1.4. Afectividad

Las parejas que se acercan a la mediación, normalmente se encontrarán en un momento de distancia afectiva que será mayor cuanto mayor sea la magnitud de su conflicto o la gravedad de su crisis. Por esto es evidente que un área de evaluación obligada es el tejido afectivo de la relación de pareja. Este tejido afectivo se compone del intercambio de gestos de cariño y de ternura básicos — en el ámbito doméstico y cotidiano— para pasar a otros gestos de mayor intimidad entre los dos, que les vayan acercando a la interacción en el plano

sexual. Estamos ante una expresión muy concreta e importante de la necesaria comunicación. En este caso se comunican su apreciación, su valoración mutua, su atracción, en definitiva, su amor. Y lo hacen a través de unos gestos que manifiestan un ingrediente fundamental de la relación de pareja que la hace distinta a cualquier otro género de relación interpersonal por el tipo de manifestaciones de afecto, de cariño y de deseo que se dan en ella.

Se convierte así en *el aceite lubricante de la relación*,³⁷⁸ es decir, ese componente que se desliza entre todos los engranajes de la vida de pareja, haciendo que las piezas funcionen, giren, se deslicen de forma suave y quizás menos costosa. Esa maquinaria lubricada con ese aceite se resentirá terriblemente si retiramos el aceite; y comenzará pronto a rozar de manera ruidosa e incómoda, con el peligro de deterioro y rotura de materiales; empezará a chirriar y a oxidarse, con el consiguiente peligro para la vida de toda la maquinaria. Por eso es tan importante valorar desde el principio de la intervención, cuál es el estado del lenguaje afectivo entre los dos.

Podemos anticipar que ese lenguaje será pobre y el mediador deberá estar muy atento para que, en cuanto sea posible, puedan recuperar desde una posición de mínimos ese modo de comunicar tan peculiar y propio de la pareja.

En el terreno afectivo en la pareja es necesario proceder escalón a escalón y comenzando, obviamente, por el más bajo. Por esta razón, cara a esa posible recuperación del lenguaje afectivo, lo habitual será que el mediador deba guiarles comenzando por los gestos fundamentales de apreciación, de saludo afectivo, de manifestación de la valoración del otro, etc. Para poder ir ascendiendo gradualmente, escalón a escalón, a lo largo de toda la escalera.

Como bien apunta el psiquiatra Enrique Rojas³⁷⁹ las relaciones sexuales deben comenzar con actos de ternura.

³⁷⁸ N. TORNEL, *Enparejarte*, cit.

³⁷⁹ E. ROJAS, *El amor inteligente: corazón y cabeza : claves para construir una pareja feliz*, 1ª ed. en esta presentación en Colección Booket, Booket, Barcelona, 2012.

Esta idea aporta también un interesante concepto que es entender la *sexualidad como encuentro personal*. Un encuentro personal que se producen a través de las manifestaciones de los sentidos entre los dos: la mirada, el tacto, el oído atento a lo que el otro dice... Y esa ternura, de la que habla Rojas, se manifiesta a través de las caricias y los besos. Gestos que poco a poco van incrementando su intensidad y que, lentamente, van acelerando la excitación en ambos para acercarse de forma paulatina y acompasada al encuentro sexual en el coito. Pero sin perder de vista que la dimensión fundamental de la sexualidad es precisamente la de facilitar la conexión íntima entre los dos en el plano interno, en la apertura del uno al otro, en la entrega exclusiva del ser personal.

En las últimas décadas ha habido un interés creciente en el estudio científico del ámbito de la sexualidad. A nosotros nos interesan fundamentalmente aquellas aportaciones que ponen el foco en la sexualidad como parte integrante e integradora de la relación personal entre los dos y que es fundamento de la satisfacción conyugal y de la estabilidad. Dentro de la literatura científica sobre este punto, queremos recoger lo que nos aporta un estudio que revisa una década entera de aportaciones de gran interés sobre la sexualidad en el matrimonio y en otras relaciones comprometidas y duraderas.³⁸⁰ Comienza el informe analizando la frecuencia de las relaciones sexuales; y nos dice que, por término medio, las parejas casadas tienen relaciones entre cuatro y cinco veces al mes. Este promedio abarca todo el arco de la vida y como bien indica el informe, el paso del tiempo hace que las parejas vayan teniendo cada vez una más baja frecuencia en sus relaciones sexuales en comparación con los primeros años de la relación. Esa reducción la frecuencia de relaciones que produce el paso de los años puede estar justificada por razones de energía física, también por razones de desgaste psicológico, etcétera. Pero hay un factor determinante para que esas relaciones se mantengan: la satisfacción conyugal (*marital satisfaction*).

³⁸⁰ F. S. CHRISTOPHER; S. SPRECHER, «Sexuality in Marriage, Dating, and Other Relationships: A Decade Review», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, p. 999.

En el campo de muestra que utiliza el informe hay parejas casadas y parejas cohabitantes y los resultados de la investigación muestran que el nivel de satisfacción en la vida de pareja es más alto entre las parejas casadas que entre las parejas cohabitantes y entre los solteros. Además, el informe indica que el nivel de satisfacción conyugal no decae tan rápidamente en el tiempo como ocurre con la frecuencia de las relaciones.

En cuanto a la diferenciación entre el hombre y la mujer los datos reflejan que las mujeres reportan un más bajo nivel de placer sexual a partir de los cuarenta en comparación con los niveles presentados antes de esa edad. Mientras que en el caso del hombre no se aprecia ese descenso con el paso de los años. Además, el informe señala que el nivel de placer sexual obtenido en las relaciones está muy directamente ligado también a la frecuencia de las mismas.

De acuerdo con estudios referenciados, a mayor satisfacción sexual mayor satisfacción marital. Pero también matiza el informe que la intimidad sexual no es el mayor predictor de la buena calidad de una relación, sino que otras formas de intimidad ganan el pulso: en concreto el nivel de afecto expresado y la comunicación comprensiva y de apoyo.³⁸¹

Por último, el informe también presenta hallazgos relacionados con la manera en que se puede vincular la satisfacción en el terreno sexual como predictor de la estabilidad conyugal frente a la ruptura. Así presenta conclusiones que se basan en el llamado “Proyecto de los años iniciales del matrimonio” (*Early Years of Marriage Project*)³⁸² que demuestra que entre aquellas parejas que reportaron insatisfacción sexual en el primer año de su matrimonio, con frecuencia la ruptura conyugal se incrementaba hacia el cuarto año de matrimonio.

³⁸¹ S. SPRECHER; S. METTS; B. BURLESON; E. HATFIELD; A. THOMPSON, «Domains of Expressive Interaction in Intimate Relationships: Associations with Satisfaction and Commitment», *Family Relations*, vol. 44, 2, 1995, p. 203.

³⁸² J. OGGINS; D. LEBER; J. VEROFF, «Race and gender differences in black and white newlyweds' perceptions of sexual and marital relations», *The Journal of Sex Research*, vol. 30, 2, 1993, pp. 152-160.

Otro importante informe³⁸³ centra su atención en el declive de la actividad sexual entre las parejas con el paso de los años y de en qué medida esto influye en la aparición y frecuencia de las relaciones sexuales extramatrimoniales que tantas veces están en la base de la ruptura conyugal. Utiliza este informe la teoría de los rendimientos marginales decrecientes; como es sabido, según esta teoría el consumo de un bien determinado nos reporta cierta satisfacción, satisfacción que va descendiendo a medida que vamos consumiendo más unidades de ese bien. También emplea la teoría de la elección racional, según la cual el individuo va a tomar decisiones utilizando sus propios recursos para obtener ciertos bienes en función de la satisfacción que esos bienes le reportan. Y adjudicará más o menos recursos a obtener un bien en función de la utilidad marginal que le aporte ese bien, es decir la satisfacción adicional que una unidad adicional de ese bien le reporta.

Pues bien: la autora del informe afirma que la mayoría de los estudios que han tratado de justificar esa reducción en el mundo afectivo sexual de la pareja, lo justifican en base a razones de envejecimiento biológico, sobrecarga de trabajo, las actitudes personales respecto al sexo, la presencia de niños y el nivel de satisfacción con la relación conyugal en general además de otros datos como la raza, género y afiliación religiosa. Ella, sin embargo, más allá de estos datos, alude a la “pérdida de novedad” que se introduce en las relaciones sexuales de las parejas con el paso de los años. Algo a lo que con frecuencia se alude como el *efecto luna de miel*. Además, la pareja, que normalmente tiene deseos de ser padres, no dudará en adjudicar su energía y dedicación al cultivo de sus densas relaciones íntimas. Pero una vez que son padres, esa energía y dedicación derivaría hacia la crianza de los hijos. Esta explicación solo sería válida para aquellas parejas que quieren procrear, pero hoy en día, como sabemos, muchas parejas deciden no tener hijos, por lo cual no se aplicaría a ellas. Pero quizá se pueda aplicar a otros ámbitos de desarrollo en su vida como pueda ser la ambición profesional, la buena forma física a través del deporte, etc.

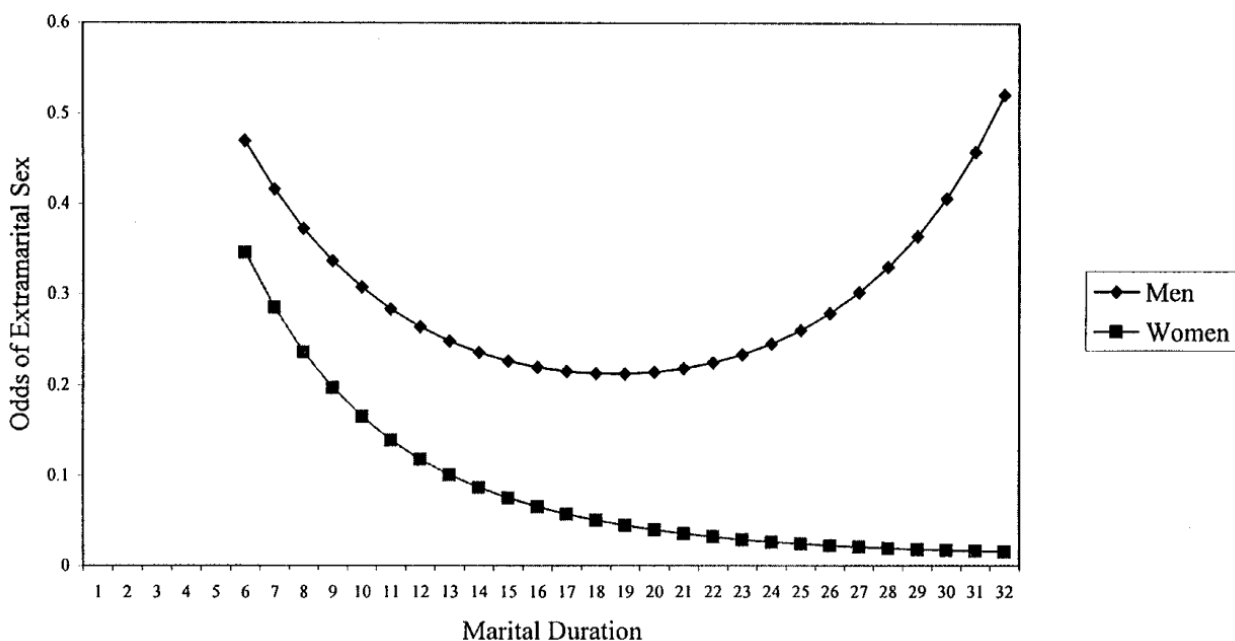
³⁸³ C. LIU, «A Theory of Marital Sexual Life», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, 2, 2000, pp. 363-374.

En fin, no podemos llegar a conclusiones definitivas, pero es interesante reparar sobre este factor que puede estar en la base del descuido y abandono de las relaciones sexuales en el matrimonio. Relaciones que, de acuerdo con todos los estudios revisados, van decayendo con el tiempo y van exponiendo a la pareja a una situación de mayor vulnerabilidad en cuanto a su estabilidad y permanencia en el tiempo como veremos a continuación.

En efecto en la gráfica que copiamos desde este informe a nuestro estudio, observamos en el eje vertical, cuantificado en puntos decimales, las probabilidades de relaciones sexuales extramatrimoniales. En el eje horizontal se van contando los años desde 1 hasta 32. La curva superior con rombos se refiere al hombre y la curva inferior con cuadrados se refiere a la mujer.

El estudio comienza a medir pasado ya el efecto luna de miel, a partir del sexto

FIGURE 1. ODDS OF EXTRAMARITAL SEX DURING THE PAST 5 YEARS BY MARITAL DURATION AND BY GENDER



año, y como podemos observar las probabilidades de que se den esas relaciones extramatrimoniales van cayendo en picado en esos años de matrimonio tanto en el hombre como en la mujer; partiendo eso sí de unas probabilidades mayores en él que en ella desde el principio y a lo largo de todo el estudio.

Sin embargo, la diferencia se va presentando de forma cada vez más acusada entre los dos con el paso de los años, ya que el hombre a partir del año 20 o 21, empieza a registrar un aumento de las probabilidades de tener relaciones sexuales extramatrimoniales y esas probabilidades no paran de crecer de una forma no muy aguda pero sí paulatina para incrementarse con mucha fuerza a partir de los años 27 o 28 de matrimonio. En paralelo la mujer registra unas probabilidades que no dejan de descender con el paso de los años hasta ser prácticamente nulas a partir de los 28 o 29 años de matrimonio.

Estos datos estadísticos pueden resultar sorprendentes y en cierto modo preocupantes cara a la estabilidad conyugal. Por eso la persona que intervenga para ayudar a un matrimonio debe tener en cuenta esta realidad que conecta con lo que hemos visto antes en cuanto a la pérdida de interés de la mujer en el terreno sexual a medida que pasan los años; realidad que no se verifica en el hombre que no pasa por un proceso de menopausia y que mantiene su interés sexual a pesar del envejecimiento biológico.

Esta realidad contribuye a comprender la comentada estadística, según la cual, se constata de forma consistente una reducción de la frecuencia de las relaciones sexuales en el matrimonio con el paso de los años lo que, de acuerdo con la idea anterior, dejaría en muchos casos más o menos indiferente a la mujer, pero pondría al hombre en un estado de carencia y de necesidad que podría favorecer la búsqueda de su satisfacción sexual fuera de sus relaciones conyugales. Bien sea a través del autoerotismo, tan incentivado con la proliferación de los contenidos pornográficos cada vez más ampliamente accesibles. O a través de las relaciones sexuales extramatrimoniales, que tanto y de forma tan negativa impactan en la estabilidad conyugal y por lo tanto familiar.

En conclusión, el mundo afectivo sexual de la pareja es un área de evaluación obligada para conocer cuál es el estado de la relación conyugal en su totalidad. El mediador podrá en muchos casos ayudar a la mejoría en este terreno informando y formando a los dos en la importancia de cuidar este aspecto medular de su relación conyugal. En muchas ocasiones será conveniente que les recomiende la lectura de bibliografía que les ilustre y cuando sea necesario,

deberá tener algún profesional de referencia especializado en la materia si es que hubiera cuestiones más intrincadas que resolver en este ámbito y que requieran una derivación profesional para que reciban una intervención especializada.

1.5. Los “círculos concéntricos”

Hay *círculos concéntricos* que rodean a la pareja, ámbitos a los que la pareja debe enfrentarse en su día a día y que pueden cuestionarla o al menos retar su unidad y estabilidad. El primero de estos círculos, el más ceñido y pegado al núcleo principal, es el constituido por los hijos.³⁸⁴ También existe otro círculo en el siguiente perímetro que sería la familia de origen de él y de ella, que con frecuencia están presentes, sobre todo en los comienzos de la vida de la pareja y que pueden suponer un verdadero desafío. Un tercer círculo adicional lo constituye el mundo del trabajo y su implicación a la hora de conciliarlo con la vida familiar, que es también otro trabajo en el que los dos deben participar de una manera implicada y corresponsable. El cuarto círculo estaría formado por todo el ámbito de desarrollo personal de cada uno de los dos miembros de la pareja, como es la formación personal, intelectual o espiritual; así como las aficiones y deportes que cada uno pueda practicar sin olvidar también las relaciones sociales que cada uno de los dos mantenga con su círculo de amigos.

1.5.1. Parentalidad

Analicemos ahora el primer círculo. Para todas aquellas parejas que son padres la parentalidad constituye uno de los principales desafíos a los que se enfrentan y en el que pueden ponerse en evidencia las distintas visiones de cada uno. Por esta razón, los criterios de patentabilidad deben ser también objeto de la evaluación inicial, porque cuando la pareja tiene hijos, los criterios en el abordaje de la educación de estos son, con frecuencia, un motivo de discusión. Por eso

³⁸⁴ N. TORNEL, *Relacionarte: el arte de convertir tu pareja en una alianza imbatible*, Primera edición: febrero de 2023, Editorial Planeta S.A., Barcelona, 2023.

incluimos también este factor de evaluación para conocer mejor a esta pareja desde el principio.

Ante los hijos, él y ella tienen un firme propósito de hacer las cosas bien; el problema es que, especialmente para padres primerizos, no existe una guía de instrucciones certera a la que adecuarse, sino que son los padres y las madres los que deben ir dilucidando como resolver cada situación y para ello aportarán sus experiencias vividas en su hogar de origen y los principios y valores de acuerdo a los cuales han crecido y se han formado ellos dos.

La falta de coincidencia en las experiencias, así como en esos principios y valores, unido a las diferencias temperamentales, pueden dar lugar a una disparidad de criterios, por lo que es muy frecuente que el mediador deba evaluar este ámbito de posible fricción e intervenir a través de las técnicas que veremos más adelante para ayudarles a generar un criterio de actuación que evite el enfrentamiento y que les haga presentarse como una unidad ante sus hijos, que es lo que resulta absolutamente necesario para poderles educar bien. Esa necesidad de ir al unísono se presenta desde el mismo anuncio del embarazo, momento en el que ya los dos deben hacer un esfuerzo para sintonizar y estar en una longitud de onda cercana. De lo contrario el padre puede empezar a partir de ese momento a encontrarse gradualmente cada vez más lejos de la madre lo que obviamente afectará al estado de su relación de pareja, que puede ir enfriándose a medida que se distancian el uno del otro. Los dos deben ser plenamente conscientes, desde el momento en el que saben que van a ser padres y a lo largo de toda su vida parental, que son *pareja antes que padres* y que por lo tanto deben cuidar y nutrir su relación, dándole siempre prioridad, incluso ante sus propios hijos.

Gottman³⁸⁵ aporta interesantes datos a este ámbito de intervención cuando indica que el 70% de las mujeres experimentan una bajada precipitada en su satisfacción matrimonial durante el primer año tras el nacimiento del primer hijo. El hombre solo empieza a acusar esta reducción en su satisfacción años

³⁸⁵ J. M. GOTTMAN; N. SILVER, *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, cit.

después por efecto de la infelicidad de su mujer. En cierto modo, como explica este psicólogo, podríamos fácilmente justificar este dato pensando en el desgaste que implica la falta de sueño, la preocupación habitual por el bienestar del bebé, el estrés de tener que compatibilizar la vida laboral con la maternidad... pero, como bien añade, lo más interesante es averiguar por qué hay un 30% de mujeres que no experimentan esa caída en su satisfacción matrimonial al convertirse en madres. Pues bien: la respuesta que nos da es que, en esos matrimonios, el marido ha ido en paralelo con la mujer en esa vía de transformación que supone convertirse en padres. Es decir, el distanciamiento entre los dos como consecuencia del nacimiento del hijo se produce fundamentalmente sí el hombre no es capaz de evolucionar como lo hace la mujer adaptando toda su vida a la existencia de ese nuevo ser. De algún modo, esta idea viene en línea con lo que se analizaba antes acerca de la necesidad de que los dos estén en longitudes de onda cercanas ya desde el momento del anuncio del embarazo y a lo largo de su vida como padres.

Gottman aporta una serie de consejos, prácticos como siempre, sobre lo que los dos pueden y deben hacer en estas circunstancias:

- Centrarse en la mutua amistad; se trata de no perderse de vista y estar muy atento a lo que el otro siente o necesita en esta nueva etapa.
- No excluir al padre del cuidado del hijo; especialmente para las madres primerizas, su propia inexperiencia les lleva a una inseguridad que les dificulta relajarse y dejar que el padre haga a su manera. Si ella se empeña en hacer todo por sí misma, estará dejando fuera al padre que cada vez será más periférico; lo que le generará una profunda sensación de soledad que le llevará a actuar aún más en solitario apartándole más. Círculo vicioso que puede ser de verdad pernicioso.
- El padre como compañero de juegos: muchas veces este ámbito es el que más facilita el encuentro entre el padre y su bebé sin necesidad de esperar a que este bebé pueda ya caminar y esté preparado para juegos ya de mayor envergadura.

- Reservar tiempo para ambos; ese *tiempo blindado*³⁸⁶ que necesita la pareja para mantener viva su unión y seguirse mirando como pareja y no solo como padres.
- Ser sensible a las necesidades del padre; es más que probable que el marido eche de menos a la mujer en este periodo en que ella se ve tan absorbida por su hijo. Aunque él deba intelectualmente entender esta situación; emocionalmente le puede seguir afectando por lo que es muy bueno que ella esté atenta a eso.
- Un descanso para la madre: el padre debe en todo momento procurar darle descanso a su mujer que se encuentra en un momento muy intenso hormonal, emocional y físicamente, por el desgaste que supone la crianza en esas primeras semanas de lactancia y poco sueño.

1.5.2. Familia extensa

El segundo círculo concéntrico, siguiendo la terminología a la que nos hemos referido antes, lo constituye la familia de origen de ambos miembros de la pareja.

En España gozamos de una muy buena salud en cuanto a las relaciones intergeneracionales. La familia extensa constituye una fundamental red de apoyo informal, sobre todo para las parejas jóvenes, en sus años iniciales de vida en común y de crianza de hijos. Por esta razón, entre los factores de evaluación de la pareja es preciso incluir la interacción con las familias de origen y su posible influencia en la relación de pareja.

Partamos de la base de que esa red de apoyo informal, que constituye la familia de origen de los dos, no puede ser más que considerado como una riqueza de nuestra sociedad y que además marca la diferencia con la inmensa mayoría de nuestros países vecinos en los que no encontramos esta vinculación intergeneracional. Es por lo tanto un motivo de celebración. Pero esta cara tan positiva de la moneda también tiene su cruz, que se presenta en aquellas situaciones en las que la familia de origen interfiere en la vida de la pareja. Esta interferencia se produce normalmente porque el hijo o hija no ha sabido gestionar

³⁸⁶ N. TORNEL, *Enparejarte*, cit., p. 31.

bien la relación con su familia de origen, una vez que ha establecido su relación de pareja y no ha sido capaz, o no ha sido consciente, de la necesidad de delimitar de forma clara la zona de no intervención para proteger a su recién creada familia: ellos dos.

Por esta razón y para poder entender bien, resulta relevante detenernos como punto de partida, en el estilo de vinculación que cada uno de los dos miembros de la pareja tiene con sus respectivas familias de origen. Para ello será muchas veces necesario conocer en qué entorno crecieron. Qué tipo de relaciones se tejieron en su infancia y juventud. De acuerdo con los estudios que veremos a continuación, podemos ya anticipar que resulta muy relevante, aunque no necesariamente vinculante, la correlación que existe entre nuestro recorrido personal en la familia de sangre en la que nacimos y el modo en el que hacemos familia en el núcleo familiar que creamos.

Hace ya décadas que la investigación psicológica presta atención a la “teoría del apego” desarrollada por John Bowlby³⁸⁷ que atiende al estilo de crianza y de generación de vínculos con la madre y el padre, para entender como crece ese niño en términos de autoestima y seguridad personal; y en qué medida estos factores afectan al modo en que tejerá sus relaciones de adulto. Como pudimos ver al hablar de la Terapia Centrada en las Emociones identificamos tres tipos de apego que ahora volvemos a señalar:

- El *apego seguro* es aquel experimentado por el niño que ha sido cuidado y atendido de manera constante por la persona a su cargo, normalmente su madre y su padre. Esto le aporta seguridad y libertad. Como adulto establecen relaciones sanas y equilibradas sin un exceso de dependencia ni de autonomía.

³⁸⁷ J. BOWLBY, «The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. An expanded version of the Fiftieth Maudsley Lecture, delivered before the Royal College of Psychiatrists, 19 November 1976», *The British journal of psychiatry : the journal of mental science*, vol. 130, p. 201.

- El *apego ansioso* lo vive el niño que en ocasiones ve atendidas sus necesidades emocionales y afectivas, pero en otras ocasiones se siente solo y desamparado en ese sentido. Son personas que al llegar a la edad adulta experimentan notables signos de ansiedad y de demanda sobre su pareja y tienen por tanto mayores dificultades para establecer relaciones sólidas.
- El *apego evitativo* lo encontramos en aquellos hogares en los que el niño no ve atendidas sus necesidades emocionales, y vive y crece con esta carencia que le acompaña a lo largo de todos esos años convirtiéndole en su adultez en una persona excesivamente independiente y autónoma y con dificultades para conectar con los demás en el plano afectivo y emocional, ya que son ámbitos prácticamente inexplorados en su crianza. Las relaciones de pareja que puedan desarrollar se verán muy afectadas también por este patrón de conducta que generará importantes lagunas en su modo de vivir la relación.

El estilo de apego en el que una persona ha crecido influye sin duda en el desarrollo del carácter de esa persona, pero se puede modular en los años posteriores si la persona decide aprender otros modos de comportamiento y de relación con los demás.

Continuemos analizando los efectos que tiene el estilo de crianza y de cultura familiar en el que hemos crecido, sobre la capacidad de los dos miembros de la pareja para afrontar los desafíos y tensiones propios de su nuevo hogar. Para ello nos detendremos ahora en el estudio realizado en la Facultad de psicología de las Universidades de Lisboa y Coimbra³⁸⁸. Se trata de una investigación en el que participaron 467 adultos en relación conyugal y a los que se les cuestionó para estudiar su capacidad de *afrontamiento diádico* (*dyadic coping*); es decir, las habilidades que tenían cada uno de ellos para gestionar el estrés y la tensión

³⁸⁸ S. COSTA-RAMALHO; A. MARQUES-PINTO; M. T. RIBEIRO, «The retrospective experience of climate in the family-of-origin and dyadic coping in couple relationships: pathways to dyadic adjustment», *Journal of Family Studies*, vol. 23, n.º 3, 2017, pp. 371-388.

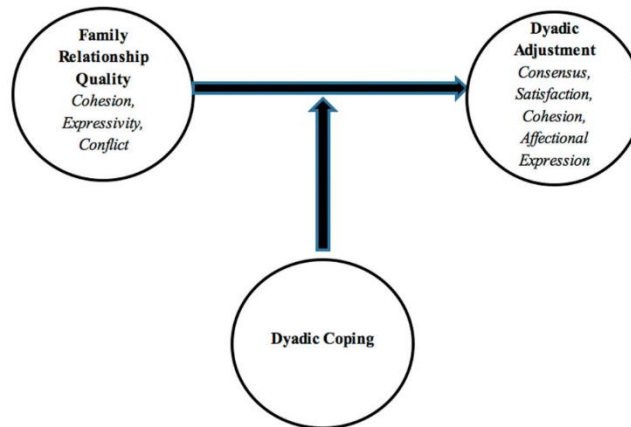
que surge en la cotidianidad de la vida de pareja y ver en qué medida este estilo de afrontamiento de hoy está influido por la propia crianza de los dos.

La *teoría de aprendizaje social* sostiene que en nuestros años de crecimiento en el hogar de origen adquirimos las habilidades y herramientas necesarias para, años más tarde, crear nuestro propio hogar. Los defensores de esta teoría señalan que hay aún un largo camino en la investigación y aprendizaje acerca de en qué modo, ese estilo de crianza, puede ser un predictor de la felicidad conyugal.³⁸⁹ A la hora de evaluar la dimensión retrospectiva de la vida familiar de cada miembro de la pareja, este estudio luso se fijó en los siguientes aspectos: (1) *cohesión*, es decir, grado de compromiso, el apoyo y ayuda mutua que se prestan los miembros de la familia; (2) expresividad, en qué medida los miembros de la familia se expresan de manera libre genuina y espontánea acerca de sus propios sentimientos; (3) conflicto, o grado de agresividad, ira y enfado expresados en el entorno familiar.

Para evaluar la capacidad de *afrontamiento diádico* que tienen actualmente los dos miembros de la pareja, este estudio utilizó el Inventario de Afrontamiento Diádico (DCI en sus siglas en inglés) de Bodenman³⁹⁰ que está dividido en 9 subescalas que miden la comunicación entre los dos en situaciones de estrés, la capacidad de prestarse apoyo en el afrontamiento del estrés, y las actitudes negativas de ambos en ese contexto. Por último, los participantes también fueron evaluados de acuerdo con una “Escala de Ajuste Diádico” (DAS), en la que se incluían cuatro ítems: consenso, satisfacción, cohesión y expresión afectiva.

³⁸⁹ G. L. TOPHAM; J. H. LARSON; T. B. HOLMAN, «Family-of-Origin Predictors of Hostile Conflict in Early Marriage*», *Contemporary Family Therapy*, vol. 27, 1, 2005, pp. 101-121.

³⁹⁰ GMELCH S. Y OTROS, «Dyadisches Coping Inventar (DCI): Ein Fragebogen zur Erfassung des partnerschaftlichen Umgangs mit Stress», *Zeitschrift für Familienforschung*, vol. 20, 2008, P.185.



En el cuadro que reproducimos a continuación, y que aparece en el informe que estamos trabajando, vemos cuál es la correlación entre las variables estudiadas.

Table 1. Family relationship quality, dyadic coping, and dyadic adjustment dimensions: Correlations (women above and men below the diagonal) and Descriptive Statistics ($N_{\text{women}} = 350$, $N_{\text{men}} = 156$).

Measure	1a	1b	1c	2	3a	3b	3c	3d
1a.Cohesion	–	0.79**	–0.65**	0.23**	0.15**	0.21**	0.11*	0.21**
1b.Expressivity	0.69**	–	–0.50**	0.25**	0.12*	0.13*	0.14*	0.19**
1c.Conflict	–0.63**	–0.40**	–	–0.19**	–0.15**	–0.24**	–0.11	–0.17**
2. DCI	0.22**	0.24**	–0.12	–	0.59**	0.61**	0.54**	0.38**
3a. Consensus	0.21**	0.25**	–0.13	0.55**	–	0.68**	0.52**	0.39**
3b. Satisfaction	0.18**	0.17*	–0.13	0.65**	0.62**	–	0.47**	0.44**
3c. Cohesion	0.22**	0.25**	–0.13	0.52**	0.54**	0.48**	–	0.37**
3d. Affect Express	0.14	0.14	–0.10	0.47**	0.55**	0.55**	0.50**	–
M_{women}	4.68	4.20*	2.67	3.80	4.82	4.87*	4.39	3.28
M_{men}	4.60	4.06*	2.62	3.74	4.83	4.99*	4.48	3.22
SD_{women}	0.92	0.84	0.95	0.53	0.54	0.55	0.74	0.50
SD_{men}	0.89	0.64	0.91	0.46	0.51	0.47	0.73	0.56

*Significant mean differences (t-test) for: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$.

Encontramos diferencias en el nivel de expresividad de la familia de origen — más alto entre las mujeres que entre los hombres— y en el nivel de satisfacción con la relación actual —mayor para los hombres que para las mujeres. Tanto hombres como mujeres reportaron una correlación positiva entre la percepción de cohesión actual en la pareja y de expresividad en la familia de origen. En

ambos sexos se observa que, a menor conflicto reportado en la familia de origen, mayor cohesión en la pareja actual. Esto está muy en línea con la perspectiva psicopatológica conforme a la cual, las personas que han experimentado hostilidad en la familia de origen pueden presentar una actitud evitativa a la hora de afrontar discusiones en su pareja, así como una mayor hostilidad en esa relación.

La columna número 2, en cuarto lugar, desde la izquierda, se refiere a las estrategias de afrontamiento diádico y en qué modo afectan al estado de salud de la pareja. Como se puede comprobar, impactan de un modo muy positivo especialmente en la satisfacción 0,65, consenso 0,55 y cohesión 0,52.

El estudio concluye afirmando que, si bien es cierto que los patrones de conducta en la familia de origen influyen en el desarrollo posterior de ese niño en adulto que a su vez crea un hogar, no es menos cierto que ese adulto tiene un gran margen de maniobra, por lo que no estará necesariamente condicionado por su crianza y podrá siempre poner mucho de su parte para contribuir del mejor modo posible a su relación actual. En esa misma línea, Busby y otros emplean la expresión del *parachute model* ³⁹¹ que aparece más abajo representado en un diagrama. Según este modelo, todos aterrizamos en nuestra relación de pareja actual con un paracaídas que es el aprendizaje que hemos hecho en nuestro hogar de origen. Ese paracaídas puede estar en buen estado o bien deteriorado, roto, etc. Y en ese caso, es cada persona la que debe encargarse de reparar su paracaídas para que el aterrizaje sea suave y controlado. Como bien explica Busby, huyendo de cualquier determinismo, las relaciones actuales son mucho más poderosas que las relaciones pasadas, especialmente si las personas son conscientes de ciertos patrones de su pasado que quieren evitar en el presente y mejorar, para lo cual estarán muy dispuestos a participar en programas de formación y enriquecimiento personal.

³⁹¹ D. M. BUSBY; B. C. GARDNER; N. TANIGUCHI, «The family of origin parachute model: Landing safely in adult romantic relationships *», *Family Relations*, vol. 54, n.º 2, 2005, pp. 254-264.

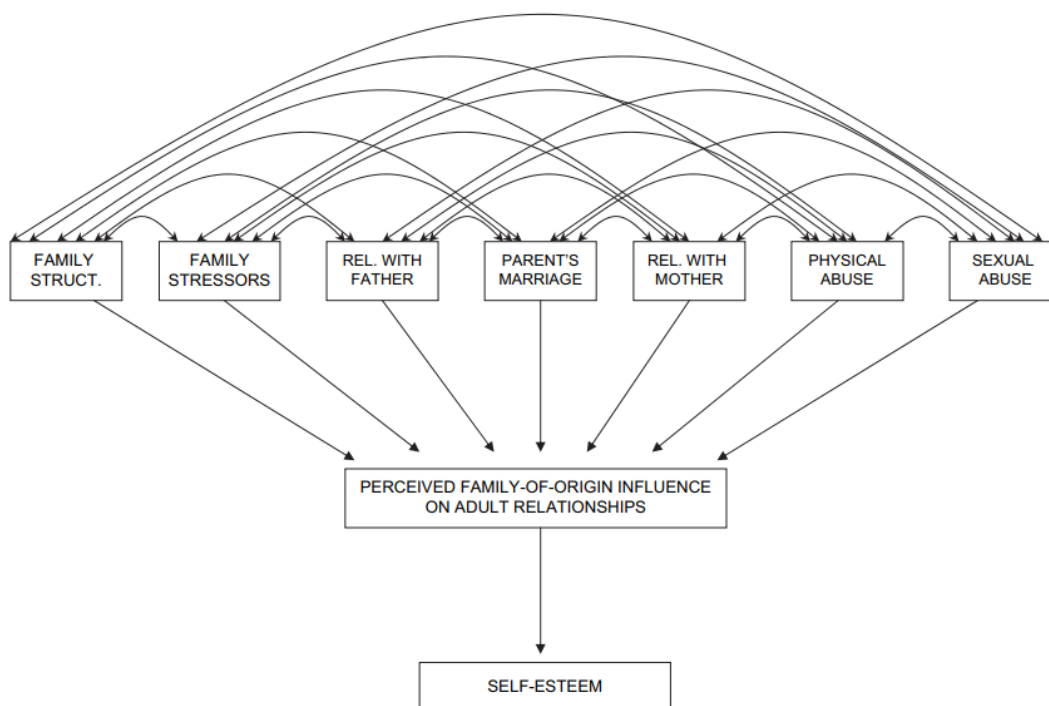


Figure 1. The family of origin parachute model.

Leyendo de izquierda a derecha los distintos componentes del paracaídas encontramos: estructura familiar, estresores familiares, relación con el padre, el matrimonio de los padres, relación con la madre, maltrato físico y abuso sexual. Estos siete factores componen la percepción que tiene la persona acerca de la influencia de su familia de origen en sus relaciones como adulto y en su propia autoestima.

Amato, en un documento diferente, explica en qué medida se puede producir una “transmisión intergeneracional del divorcio”³⁹² a través de un estudio que, siguiendo a una muestra nacional de 2.033 personas a lo largo de un periodo de doce años, constata que el divorcio de los padres incrementa las probabilidades de ruptura en los matrimonios de los hijos en un 70% en los 5 primeros años, hallazgo que va en línea con la literatura científica en la materia.

³⁹² P. R. AMATO, «Explaining the Intergenerational Transmission of Divorce», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 58, 3, 1996 p.628.

Este dato estadístico y sociológicamente comprobado le lleva al autor a querer investigar más sobre las razones que están detrás de este llamativo impacto. En ese sentido y siguiendo el *modelo de inestabilidad conyugal de los descendientes* elaborado por Levinger³⁹³, Amato identifica ciertas reacciones en los hijos ante el divorcio de sus padres que afectan directamente al matrimonio que ellos mismos creen.

El divorcio de los padres afectaría en tres campos: las variables socioeconómicas y el estilo de vida, la propia actitud ante el divorcio y los comportamientos interpersonales problemáticos.

Veamos qué ocurre con las variables socioeconómicas:

- La edad al contraer matrimonio es un componente importante y la investigación concluye que los hijos de padres divorciados se casan antes porque, con frecuencia, experimentan mayores necesidades emocionales; ese adelantamiento en la edad del matrimonio, a su vez, es también un predictor de mayor divorcio.
- La cohabitación, segunda variable estudiada, también se presenta como mucho más habitual entre los hijos de divorciados desde el punto de vista estadístico y también supone un incremento en las probabilidades de divorcio de aquellos que han cohabitado antes de casarse.³⁹⁴
- El nivel socioeconómico sería la tercera variable y sobre este punto ya nos hemos detenido de manera prolija cuando veíamos en qué medida los hijos de hogares monoparentales tenían condiciones socioeconómicas inferiores a los que permanecían en hogares intactos. Este estudio también destaca el vínculo entre esa dificultad socioeconómica y un mayor índice de ruptura en el matrimonio.

³⁹³ G. LEVINGER, «A Social Psychological Perspective on Marital Dissolution», *Journal of Social Issues*, vol. 32, 1, 1976, pp. 21-47.

³⁹⁴ W. G. AXINN; A. THORNTON, «The relationship between cohabitation and divorce: Selectivity or causal influence?», *Demography*, vol. 29, n.º 3, 1992, pp. 357-374.

- La vida laboral de la esposa es la cuarta variable abordada. Goldscheider y otros ³⁹⁵ constataron en su estudio que las hijas de las familias monoparentales fruto de la separación o divorcio tienen una mayor orientación hacia el mundo del empleo y tienden también a plantearse un número inferior de posibles hijos.

El segundo campo lo constituyen las actitudes hacia el divorcio de los hijos de divorciados que según este informe tendrían una mayor propensión a creer que las relaciones no son necesariamente para toda la vida y por lo tanto serían más proclives a contemplar una ruptura. Este posible hecho lo valorarían de forma menos negativa que sus homólogos que son hijos de hogares intactos.

Y el tercer campo son esos comportamientos problemáticos en las relaciones interpersonales que se pueden identificar en cada uno de los miembros de la pareja. De acuerdo con este informe, estos comportamientos se identifican de manera más acusada entre los hijos de padres divorciados que quizás no han podido desarrollar ciertos rasgos que favorecen la relación interpersonal sana, como son la confianza, la apertura hacia el otro, la disposición hacia el compromiso... Señala también el estudio que estos hijos de padres divorciados, en bastantes ocasiones, han crecido en un entorno que no les ayude a aprender a comunicar de manera eficaz y respetuosa y a desarrollar la capacidad de una escucha empática.

A continuación, se reproduce un cuadro de este informe que refleja el porcentaje de matrimonios que terminan en divorcio a lo largo del periodo de seguimiento, diferenciando distintas situaciones en las que se puedan encontrar los miembros de la pareja. En la primera línea los padres de ambos esposos permanecían juntos; en la segunda línea los padres del marido están divorciados; en la tercera línea los padres de la mujer están divorciados y en la cuarta línea los padres de ambos cónyuges están divorciados.

³⁹⁵ F. K. GOLDSCHIEDER; L. J. WAITE, *New families, no families?: the transformation of the American home*, University of California Press, Berkeley, CA.

TABLE 1. PERCENTAGE OF MARRIAGES ENDING IN DIVORCE
OR PERMANENT SEPARATION BETWEEN 1980 AND 1992
BY PARENTAL DIVORCE

		All Marriages	First Marriage for Both	Second Marriage for One or Both
Neither spouse's parents divorced	% (n)	13 (1,271)	11 (1,064)	23 (207)
Husband's parents divorced	% (n)	19 (194)	14 (138)	32 (56)
Wife's parents divorced	% (n)	19 (192)	16 (146)	28 (46)
Both spouses' parents divorced	% (n)	37 (54)	28 (39)	60 (15)
Chi-square		29.22***	13.08**	10.56*

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

La segunda columna numérica se refiere a aquellas parejas que se casaban por primera vez. En este grupo y a lo largo de los 12 años de seguimiento se comprueba que las parejas cuyos padres permanecían casados se divorciaron en un 11%, las parejas en las que los padres del marido estaban divorciados vieron incrementarse el porcentaje de divorcio a un 14% y las parejas en las que los padres de la esposa están divorciados tienen un porcentaje de divorcio del 16%. Por último, en aquellas parejas en las que los padres de ambos cónyuges están divorciados sus probabilidades de divorcio se incrementan al 28%, casi el triple que las parejas del primer grupo: hijos de padres que permanecen casados.

La tercera columna recoge los datos de aquellas parejas en las que uno de los dos miembros de la pareja, o los dos, se casan por segunda vez. Comprobamos, a lo largo esos 12 años de seguimiento, que las parejas cuyos padres permanecen casados presentan un porcentaje de divorcios del 23% (más del doble que sus homólogos que se casan por primera vez), las parejas en las que los padres de él están divorciados, el porcentaje es del 32%, frente al 14% de los que se casaron por primera vez, y las parejas en las que los padres de ella

están divorciados, el porcentaje es del 28% frente al 16% en el grupo anterior, primer matrimonio.

Las parejas en las que los padres de ambos esposos están divorciados el porcentaje de divorcio es altísimo, un 60% frente al 28% de aquellos que se casaban por primera vez en su vida.

Como ya vimos en otro estudio, las parejas en las que para uno de los dos no es su primer matrimonio tienen unas probabilidades de divorcio que superan en más del doble a las parejas en las que los dos se casan por primera vez. Si añadimos el dato del divorcio en sus progenitores los porcentajes son muy altos.

En fin, los datos estadísticos y numéricos no dejan lugar a dudas del importante efecto que tiene el divorcio de los padres sobre la futura estabilidad matrimonial de los hijos; por eso Amato no duda en titular su informe llamándolo *La transmisión intergeneracional del divorcio*.

Sin embargo, lejos de asumir un cierto efecto determinista, las conclusiones que arroja este estudio y otros muchos, son una llamada de atención que nos pone en situación de mayor alerta en función del histórico biográfico personal para tener así una mayor concienciación que predisponga a cuidar más la dimensión preventiva y restauradora, cuando sea necesario, de las relaciones conyugales, como un modo eficaz de evitar el camino hacia la ruptura.

Esa es precisamente la línea del trabajo que estamos desarrollando a lo largo de esta tesis sobre MFR[®].

1.5.3. El trabajo dentro y fuera de casa

El tercer círculo concéntrico en torno a la pareja lo constituye el modo en que ambos interactúan con su entorno laboral y lo adecúan a sus responsabilidades domésticas que serán asumidas por los dos y entre los dos. Este será un ámbito de evaluación obligado para conocer el estado de salud de la relación.

Es evidente que, en un hogar, especialmente en un hogar con hijos, existe una multiplicidad de tareas y funciones que ambos progenitores deben repartirse. Pues bien, en función de que ese reparto se realice de una manera equilibrada y con un resultado final con el que los dos se encuentren razonablemente contentos, él y ella se encontrarán más satisfechos con su relación. A sensu contrario, en la medida en que uno de los dos sienta una sobrecarga en este ámbito el malestar está servido.

El mediador familiar es, entre otras cosas, agente de objetividad que les aporta una visión externa, desafectada y objetiva sobre la realidad que están viviendo. Por eso en este ámbito será muy útil, en ocasiones, descender a los detalles concretos de las responsabilidades de cada uno en el hogar para valorar en qué medida ese equilibrio es mejorable. Un equilibrio que lleve a una verdadera corresponsabilidad de los dos.

El mediador se puede servir, para hacer esta valoración, de una herramienta denominada “Índice de Responsabilidad Familiar” (FRI en sus siglas en inglés)³⁹⁶ que recoge 54 ítems distribuidos entre diez categorías independientes que hacen referencia a las responsabilidades domésticas más habituales. En cada ítem, cada uno de los esposos se autoevalúa entre 0 y 5 puntos en función del grado de responsabilidad que considere que tenga para esa determinada tarea.

Las áreas evaluadas serían las siguientes:

- Cuidado del jardín.

³⁹⁶ P. M. ALLEY, «The Family Responsibility Index: a behavioral measure of marital work allocation», *Journal of personality assessment*, vol. 48 p.3.

- Ropa: lavado y planchado.
- Mantenimiento de la casa: pequeñas reformas, pintura...
- Limpieza de la cocina.
- Cuentas y finanzas.
- Limpieza de la casa.
- Cuidado del coche.
- Tareas de limpieza a fondo del hogar.
- Atención familiar: médicos, cuidados de bebé en el hogar, comprar ropa y calzado, seguimiento académico y disciplinario de los hijos, organizar el ocio familiar, gestionar las relaciones con las familias de origen, etc.
- Comida: menús, compra y cocinado.

No es una lista exhaustiva y además debe ser adaptado al entorno social y familiar de cada pareja, pero puede servir como referencia y para aterrizar de una manera objetiva la situación entre los dos.

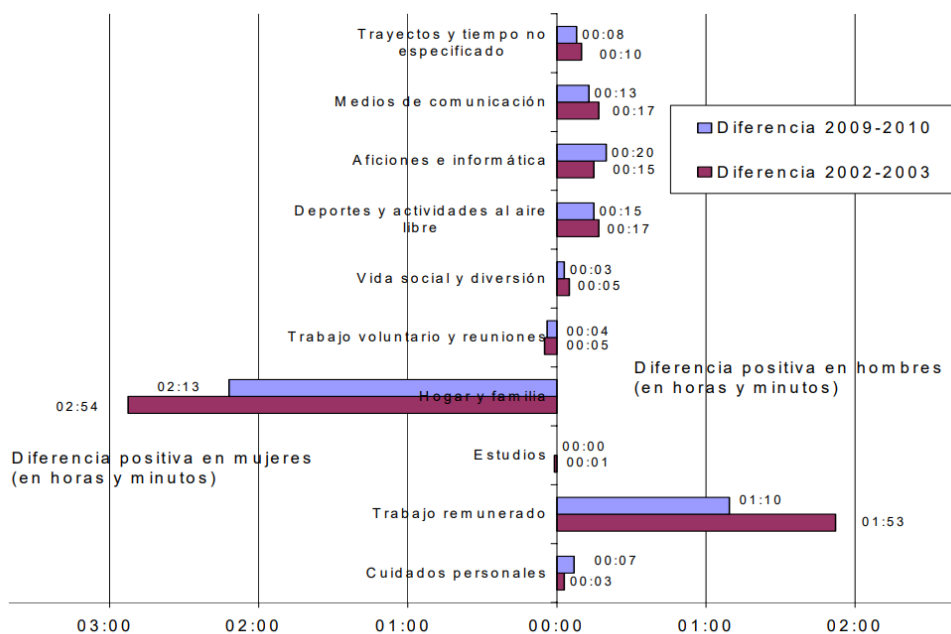
En este ámbito existe algo que se ha venido en denominar la *carga emocional* de las tareas domésticas que no reside tanto en quién hace cada tarea sino en quién tiene en la cabeza la gestión y organización de todo lo que se hace en casa. Esa responsabilidad históricamente ha recaído de modo casi exclusivo en la mujer. Hoy en día avanzamos hacia una distribución de tareas más igual, pero indudablemente esa carga subjetiva sigue pesando más en la cabeza de la mujer y madre, lo que supone con frecuencia un importante desafío en la relación conyugal. Es necesario que entre los dos encuentren su punto de equilibrio para obtener esa mutua satisfacción con la relación de pareja.

Veamos en cualquier caso dónde nos encontramos actualmente en los hogares españoles en cuanto a ese equilibrio entre los dos en la gestión de las necesidades domésticas. El Instituto Nacional de Estadística, a través de su “Encuesta Sobre el Uso del Tiempo”,³⁹⁷ nos aporta una interesante fotografía

³⁹⁷ INE, «Encuesta de Empleo del Tiempo 2010», *INE*, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en https://ine.es/buscar/searchResults.do?Menu_botonBuscador=&searchType=DEF_SEARCH&startat=0&L=0&searchString=Encuesta%20de%20Empleo%20del%20Tiempo.

acerca de la dedicación de los hombres y mujeres españoles a la atención del hogar. Como podemos ver en el gráfico que reproducimos a continuación, y que aparece en el informe mencionado, las mujeres dedican 2:13 h más por término medio que los hombres, todos los días, a la atención del hogar y la familia. Esa diferencia, no obstante, se ha acortado en 41' en relación con el último estudio de 2003, momento en el cual la diferencia era de 2:54 h.

Diferencias en horas y minutos de la distribución de actividades en un día promedio por sexo. Años 2002-2003 y 2009-2010



Estos datos nos dicen que, a pesar de la participación de la mujer en el mercado de trabajo, la realidad es que sigue siendo ella la que asume una buena parte de las tareas relacionadas con la atención del hogar y la familia, lo que en muchas ocasiones genera un alto nivel de estrés en la mujer que debe asumir dos empleos a tiempo completo, el que tiene en su vida profesional y el que desempeña en su hogar. Ese estrés provocará fácilmente un malestar que traslada a su relación de pareja porque, entre otras cosas, considera que parte de su ansiedad viene generada por el hecho de que su pareja no está asumiendo

una mayor cuota de responsabilidad, que le corresponde y que le descargaría a ella.

En este sentido, un estudio realizado en 1995 muestra que las mujeres que consideran que la división del trabajo en el hogar no es equitativa y resulta injusta, experimentan el mayor nivel de conflicto y enfrentamiento en la pareja. Por el contrario, aquellas mujeres que consideran que ese reparto desequilibrado tiene una justificación objetiva y razonable presentan el nivel más bajo de conflicto y confrontación.³⁹⁸

Muy recientemente en España, el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) publicó en enero de 2024 un informe acerca del estado de la igualdad en España y la percepción de los estereotipos entre hombres y mujeres.³⁹⁹ Este informe nos confirma el desequilibrio entre hombres y mujeres con una constatación estadística que recogemos en su literalidad:

En un día laborable, las mujeres dedican más tiempo a las tareas del hogar (limpiar, cocinar, compra...) que los hombres, ellas ocupan 172 minutos (casi 3 horas) de media al día y ellos 126,76 minutos (2 horas). Pero al preguntar por el cuidado de los hijos durante un día laborable la distancia entre ambos sexos aumenta, mientras las mujeres dedican 412,25 minutos (6,7 horas) a sus hijos, ellos ocupan unos 228,88 minutos (3,7 horas) de su tiempo.

Esta situación se da también en los Estados Unidos, donde las mujeres siguen realizando la mayor parte de las tareas domésticas a pesar de trabajar en la mayoría de los hogares tanto el hombre como la mujer.⁴⁰⁰ De hecho, los datos del Departamento de Trabajo del Gobierno norteamericano de 2018 nos dicen

³⁹⁸ T. N. GREENSTEIN, «Gender Ideology, Marital Disruption, and the Employment of Married Women», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 57, 1, 1995, P.31.

³⁹⁹ CIS, «“Percepciones sobre la igualdad entre hombres y mujeres y estereotipos de género”», CIS, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.cis.es/-/disponible-el-estudio-3428-percepciones-sobre-la-igualdad-entre-hombres-y-mujeres-y-estereotipos-de-genero->.

⁴⁰⁰ J. C. FETTEROLF; L. A. RUDMAN, «Gender Inequality in the Home: The Role of Relative Income, Support for Traditional Gender Roles, and Perceived Entitlement», *Gender Issues*, vol. 31, 3-4, 2014, pp. 219-237.

que el 74,5% de las mujeres de edad comprendida entre 25 y 44 años están trabajando frente al 89,7% de hombres en el mismo rango de edad. Porcentajes que no han dejado de crecer desde los años 60. Si nos fijamos en los padres y madres trabajadores, los datos que aporta el Departamento nos informan de que en aquellos hogares en los que hay al menos un hijo menor de 18 años, los padres trabajan en el 93,6% de los casos y las madres en el 67,9%. Si el hijo que reside en el hogar tiene menos de 3 años las cifras son distintas ya que en el caso de los padres varones, el 95% de ellos están trabajando fuera de casa mientras que las madres presentan un porcentaje de 59,5%. ⁴⁰¹

Estos datos estadísticos indican que la presencia de la mujer en el mundo laboral es incontestable y que, a pesar de ello, la carga de trabajo del hogar sigue recayendo más sobre sus hombros. ⁴⁰²

2. Fases y técnicas del modelo MFR®

Nos disponemos a presentar las distintas fases del proceso de Mediación Familiar Restauradora. Para cada una de las fases se van indicando algunas posibles técnicas que pueden ser pertinentes en esa fase, pero que normalmente también son susceptibles de ser utilizadas en otros momentos o fases de la intervención.

2.1. Fase cero

Comenzamos por lo que se puede denominar *fase cero*, momento inicial en el que el mediador se dispone a arrancar con su actividad sin todavía no cuente con una cartera de clientes.

⁴⁰¹ J. CARREIRO, «Gender Role Beliefs, Household Chores, and Modern Marriages - ProQuest», fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.proquest.com/openview/d9819f5f1eaca55e79764c01d902375d/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>.

⁴⁰² K. LOSCOCO; S. WALZER, «Gender and the Culture of Heterosexual Marriage in the United States», *Journal of Family Theory & Review*, vol. 5, 1, 2013, pp.1-14

2.1.1. La exposición del mediador⁴⁰³

La mediación familiar es una disciplina relativamente nueva y por eso es fundamental que los potenciales usuarios lleguen a conocer la existencia de la mediación y del mediador familiar en particular. Por eso la necesidad de exposición del profesional de la mediación familiar por medio de intervenciones en debates, en medios de comunicación, artículos de prensa, presencia en redes sociales, etc. Para conseguir una exposición correcta, el mediador debe hacerse un hueco en este entorno de la intervención y acompañamiento familiar.

Al principio como en cualquier ámbito, no será fácil: no hay una notoriedad social ni una relevancia profesional que acompañe al recién llegado mediador familiar.

En la fase cero puede parecer que no se ha empezado a trabajar; sin embargo, toda esta fase de exposición al público es el mejor modo de ir creando un perfil personal dentro de una profesión. Es necesario traducir en palabras y en texto escrito los principios fundamentales que llevan al mediador a intervenir en situaciones familiares de conflicto. Desde esos principios se podrá claramente identificar cuál es la finalidad del trabajo del mediador, qué busca en su intervención, qué valores considera protegibles y custodiables: todo eso es lo que necesita saber el posible cliente antes de contactar por teléfono o por correo; una persona que está sufriendo por su conflicto familiar y quiere superarlo, debe necesariamente buscar un profesional que esté en línea con sus principios y valores y que acompañe sus esfuerzos por mejorar su situación y salir fortalecido de esa crisis.

En definitiva, en la fase cero el mediador familiar está creando su *marca personal*.

2.1.2 La derivación y referencia

Es el proceso por el cual una persona recomienda a otra que acuda al servicio de mediación familiar. Puede ser un familiar o un amigo el que haga esa recomendación, en ese caso hablamos de referencia, pero también puede

⁴⁰³ Á. GARCÍA BLANCO, *La exposición, un medio de comunicación*, 1ª reimp, Akal, Tres Cantos (Madrid), 2009.

tratarse de un profesional que conociendo el caso y la situación considere que es conveniente que la persona o la pareja acudan a la mediación familiar. Esta sería en sentido estricto la derivación de profesional a profesional.

En el caso del amigo o familiar es frecuente que esa persona que recomienda la mediación no solo hable con el potencial cliente recomendándole que nos llame, sino que él mismo tenga la iniciativa de ponerse en contacto con el mediador para ponerle en antecedentes o para pedirle orientación sobre cómo tratar de ayudar. En tales situaciones, lo mejor es que el mediador anime a ese amigo o familiar a que se limite sencillamente a hacer de enlace, pero retirándose a un discreto segundo plano acto seguido. No hay duda de la buena intención de esa persona que trata de dar una explicación y aportar información; sin embargo, es importante hacerle entender que la intervención es profesional, que es mejor partir de cero con el interesado, que en todo caso hay elementos como la imparcialidad que presiden todo el proceso y que recomiendan que amigos y familiares queden al margen. Normalmente lo entienden. Hasta les resulta un alivio salir de la escena y dejar que un profesional se haga cargo e intervenga. Pero a veces les resulta costoso; es preciso transmitir correctamente las ideas que hemos comentado antes para que no se sientan heridos ni menospreciados en ningún momento.

La derivación profesional, por otro lado, puede provenir de un profesor, de un ministro de culto, de un médico, de un terapeuta... Es muy bueno que existan contactos profesionales con personas de confianza con los que la derivación puede ser recíproca, es decir, tanto ellos pueden derivarnos a su contacto, como nosotros a ellos en un momento determinado. Por eso es muy recomendable tejer una buena red de relaciones con profesionales. Con estos rigen los mismos principios que hemos comentado anteriormente para las derivaciones de familiares y amigos: ese acompañamiento del profesional que deriva termina en el momento en el que el mediador inicia su intervención, salvo que sea recomendable —e incluso pedido por el interesado— que el mediador y el profesional que ha derivado se mantengan en contacto para ir informando y aportando datos.

2.1.3. *Primer contacto: Correo, llamada, abordaje...*

Desde el momento de la referencia o derivación hasta el momento en el que se produce la llamada, correo o primer contacto del interesado con el mediador, pueden pasar días, semanas o meses. Es normal que pase un tiempo, porque la decisión de buscar ayuda en este ámbito no resulta nada fácil: por un lado, a nivel personal supone el reconocimiento de la incapacidad para resolver solo un determinado problema; y por otro, como esa situación es cosa de dos, requiere la concurrencia de las dos voluntades para decidir buscar ayuda juntos.

Como bien señala Parkinson, mediadora inglesa y fundadora del primer Servicio Nacional de Mediación en el Reino Unido, en su obra sobre la mediación⁴⁰⁴, resulta fundamental el buen desempeño del mediador en este arranque del proceso en el que, sobre todo, debe generar acogida y confianza.

Lo normal es que el profesional dé a conocer su teléfono para que puedan ponerse en contacto con él, será el teléfono del despacho o gabinete. Si el mediador trabaja solo y no cuenta con nadie que atienda el teléfono en su nombre, tendrá que establecer un protocolo de atención devolviendo las llamadas que queden en el contestador grabadas o contratando un servicio de atención telefónica externo. Lo que no es recomendable es que sea el teléfono móvil particular del mediador el modo de contactar. Esto generaría una disponibilidad de atención telefónica prácticamente absoluta, en cualquier momento del día y supondría una invasión en la vida privada del mediador, que además estaría dando mal ejemplo al no delimitar bien su vida profesional y familiar. Dado que la mayoría de las personas que acuden a buscar este tipo de ayuda lo hacen desde una situación de ansiedad y de sufrimiento, tenderán fácilmente a llamar con insistencia o a tratar de desahogar toda su preocupación a través del teléfono: por esta razón es muy importante dejar claro lo que se va a atender por teléfono y lo que no. La idea es que el teléfono, si lo atendemos personalmente, será para dar citas o para modificarlas y prácticamente para

⁴⁰⁴ L. PARKINSON, *Mediación familiar: teoría y práctica : principios y estrategias operativas*, 1ª ed, Gedisa, Barcelona, 2005.

nada más. Es importante evitar que los clientes relaten su historia al mediador a través de interminables conversaciones telefónicas. No solo porque restan tiempo a la jornada del profesional, sino porque además no es el modo adecuado de comunicar para poder interpretar bien lo que dice, hablar desde una mayor serenidad y poder ayudar también a modular sus emociones. El enfoque habitual es que el cliente se dirija al mediador solicitándole hablar por teléfono para explicarle la situación asegurándole que “no serán más que cinco minutos”. Lo cierto es que no existen conversaciones de cinco minutos cuando se trata de explicar a un profesional la situación que uno está pasando y para la que busca ayuda profesional, por eso el criterio tiene que ser evitar este tipo de versiones telefónicas apresuradas y entrecortadas. De hecho, cuando la persona insista en contarnos debemos animarle a que lo ponga por escrito y nos envíe un correo en el que nos relate aquello que crea que debemos conocer.

Ese es otro medio de contacto habitual: el correo electrónico. Sentarse a escribir es una manera muy eficaz de ordenar los pensamientos, de estructurarlos y de poner cada cosa en su sitio. A la persona que escribe le desahoga transmitir todas esas ideas, pensamientos y preocupaciones al profesional. Al profesional también le ayuda conocer una versión de los hechos reflexionada y por escrito. El contenido de ese correo también le servirá al profesional para confirmar a la persona que le escribe, que efectivamente el mediador puede intervenir profesionalmente en la problemática por la que está pasando. En caso contrario, el mediador también puede utilizar este medio para derivarle a un profesional de la especialidad que considere oportuna. En su respuesta por escrito, el mediador explicará fundamentalmente quién es y el trabajo que puede desempeñar sin entrar en detalles específicos, ofreciéndole la posibilidad de tener una primera sesión cuando las agendas lo permitan. Dejará que sean los clientes quienes vuelvan a escribir confirmando su deseo en cerrar esa primera cita. Es muy importante desde el principio dejar que sean los clientes los que avancen buscando una ayuda profesional. El mediador debe estar seguro de contar con la voluntad decidida de quien busca ayuda. No debe darse nunca la situación en la que quien escribe se sienta casi envuelto en una situación en la que acaba

pidiendo una cita sobre la que no está totalmente convencido. La mediación es no sólo voluntaria, sino que requiere la implicación completa de la voluntad de los que acuden a ella.

Algo menos frecuente, pero que también puede ocurrir es que, al terminar una conferencia o una intervención pública, alguien se acerque a decir al mediador que les gustaría pedir cita. En esos casos, lo mejor es indicar a quien aborda al mediador que le escriba un correo explicándole la situación, que con mucho gusto le contestará y tratará de organizar cuanto antes esa primera sesión. Quizás insista en querer contar; es mejor serenar a la persona en ese momento y después de escucharle brevemente, animarle a escribir para concertar una cita en las debidas condiciones. Así se ayuda también a que no se pongan quizá en evidencia delante de otros que pueden percibir que está revelando su situación personal.

Es fundamental insistir desde el principio en la necesidad de preservar la intimidad canalizando bien esa conversación al entorno adecuado de privacidad.

2.2. Fase uno: acogida

2.2.1. Joining

Vamos a partir de la base de que es el propio mediador el que atiende la puerta.⁴⁰⁵ Debe el mediador entender que seguramente a esta primera sesión vienen nerviosos, es bastante habitual que uno esté más convencido de acudir a la mediación que el otro; esto ha podido generar tensión entre los dos en esos mismos momentos, por lo tanto, en el trayecto desde la puerta hasta el despacho es importante ir saludándoles y haciéndoles preguntas para ir relajando el ambiente tipo:

¿habéis llegado bien? ¿os ha costado encontrarlo?...

Al entrar en el despacho e indicarles dónde deben sentarse, es muy oportuno continuar manteniendo una conversación fluida, pero no forzada ni nerviosa

⁴⁰⁵ C. PANICELLI, «Humor, Joining, and Reframing in Psychotherapy: Resolving the Auto-Double-Bind», *The American Journal of Family Therapy*, vol. 41, 5, 2013, pp. 437-451.

como para rellenar silencios. Esa fluidez lo que busca es que ellos dejen de pensar en la tensión que llevan encima a la hora de venir a un sitio *así* y empiece de este modo el proceso natural de *joining*, de la necesaria conexión con el profesional.

Una vez sentados el mediador les da la bienvenida de una manera calurosa y sentida y les explica que el proceso comienza con la presentación del profesional, que expondrá de una manera breve su modo de trabajar.

2.2.2. La presentación del mediador

El mediador comienza presentándose literalmente, nombre y apellido, tiempo que lleva dedicándose a esta actividad en el despacho... puede hacer referencia también a otras actividades que desempeña, si resultan relevantes en el ámbito de la mediación y la familia.

A continuación, pasa a explicar la naturaleza de la MFR® que busca fundamentalmente ahondar en la situación para entender cuál es la mejor solución, establecer puentes, crear puntos de unión y ayudar al entendimiento mutuo cara a una sanación de la problemática que está afectando a la relación. Es importante destacar este enfoque porque, como se ha indicado antes en varios puntos, es abundante la literatura que enmarca la mediación familiar sobre todo en el contexto del divorcio.⁴⁰⁶

Después abordará el modo de trabajar, haciendo hincapié en que es un proceso que se apoya en las dos narrativas iniciales, no necesariamente coincidentes, y que busca una transformación que se apoye en la renovada percepción que lleguen a tener el uno del otro y de su propia relación. Seguimos en este sentido a Folger en su visión transformadora de la mediación.⁴⁰⁷

⁴⁰⁶ A. B. ALCARAZ RIAÑO, «El valor de la mediación familiar en los procesos de separación y divorcio», *Anales de Derecho*, vol. 25, 2007 pp. 493-503

⁴⁰⁷ R. A. B. BUSH; J. P. FOLGER, *La promesa de la mediación*, cit.

Para conseguir esa nueva percepción cuentan con la ayuda del mediador que es un profesional que les debería aportar fundamentalmente dos cosas. En primer lugar, objetividad respecto a las visiones que ellos aportan, necesariamente subjetivas; el mediador no tiene ningún vínculo previo con ninguno de los dos y por lo tanto parte de cero con ambos. Les aportará una visión profesional, experimentada y equilibrada desde una objetividad que solo busca lo mejor para los dos. Y, en segundo lugar, el mediador aporta comprensión mutua: les ayudará a empatizar con el otro a través de una comunicación mucho más fluida y eficaz en un momento en el que, muy probablemente, les está costando mucho llegar el uno al otro.

El mediador actúa como una correa de transmisión, como la cinta que transporta las maletas en el aeropuerto y que hará que la maleta de uno, pasando por el mediador, le llegue al otro tal y como la preparó. Y viceversa. Se trata en definitiva de ayudarles a entender cómo se siente el otro, por qué dice lo que dice... a generar más empatía entre los dos.

Es esencial asegurarse de que están ahí de un modo voluntario, que no quiere decir sólo que nadie les ha obligado, sino que libremente van a poner su dedicación en que la situación mejore.

Se les confirmará la absoluta confidencialidad de toda la mediación: el mediador no revelará absolutamente nada de lo que allí ocurra, ni tan siquiera el hecho de que han acudido al despacho buscando una mediación. Además, esa misma confidencialidad se aplica a las sesiones individuales que puedan tener cada uno de ellos con el mediador. Vale la pena señalar que la confidencialidad está recogida específica y claramente en la regulación legal de la mediación.

Por último, el mediador les recordará que tiene como compromiso profesional con ellos dos mantener la neutralidad y la equidistancia en todo momento como garantía de éxito del proceso.

También es importante señalar desde el principio, qué si el mediador identifica la necesidad de que uno de los dos, o incluso los dos, deban acudir a un especialista distinto, se lo dirá a cada uno de ellos de manera privada e individual.

Los aspectos organizativos, logísticos, plazos y honorarios serán también explicados en esta intervención inicial. Es de particular interés dejar claro desde el principio que es necesario mantener un ritmo de sesiones, que inicialmente será semanal o cada diez días para después irse espaciando cada vez más a dos, tres semanas. Las últimas sesiones normalmente están separadas un mes entre sí en un periodo que ya consideramos de seguimiento y de afianzamiento de los logros y mejoras obtenidos. La duración de las sesiones ordinarias será de sesenta minutos, excepto la primera que será una sesión larga para la que hay que reservar en torno a noventa minutos.

Concluida la presentación, que no debería durar más de quince minutos, el mediador se dirige a los clientes para preguntarles si tienen alguna duda o si hay alguna cuestión que deba ser explicitada. Si tuvieran alguna pregunta el profesional se la resolvería de manera puntual y sin entrar en materia del tema o temas que les traen a la mediación. En ocasiones, los clientes pueden llegar a hacer alguna pregunta de índole personal al mediador, con la que éste pueda sentirse un poco incómodo: por ejemplo, acerca de sus creencias o de su condición familiar...En estas situaciones es importante destacar el enfoque profesional de la intervención y dejar claro de un modo delicado que las notas referidas a la vida privada del mediador no son realmente relevantes.

Resueltas las cuestiones pertinentes que hayan podido plantear, sería el mediador el que preguntaría a los clientes si están de acuerdo en iniciar el proceso. Este momento es importante porque una vez escuchado el planteamiento del mediador, su modo de trabajar, condiciones, etc. tienen ya los suficientes elementos de juicio para saber si quieren confiar inicialmente a este profesional y a este procedimiento su problemática para tratar de buscar juntos una solución. Si los dos responden de una manera espontánea e inmediata y claramente afirmativa podemos decir que ha empezado ya el proceso. Pero si uno de ellos, o los dos, presentan dudas, el mediador debe dejar muy claro que es necesario que estén los dos convencidos para arrancar. En ese contexto es recomendable dejarles solos unos minutos para que, en total privacidad, puedan manifestarse sus dudas o perplejidades y tomar juntos y a solas la decisión de

quedarse o marcharse. El mediador estaría esperando en otra sala hasta que los clientes le avisaran de que ya han tomado una decisión.

Si los clientes deciden iniciar la mediación, tanto después de una reflexión en privado como de manera espontánea, se procederá a la toma de datos inicial.

2.2.3. *La narrativa inicial*

A partir de aquí, van a ser ellos los que hablen fundamentalmente en la sesión inicial. Se les explica que van a comenzar, primero uno y luego otro, en el orden que ellos decidan. En esta intervención inicial deben contestar en abierto a las preguntas:

¿por qué estoy aquí? ¿qué busco en la mediación?

La psicóloga y mediadora argentina, Marinés Suares, a quien ya nos referimos en la definición de la escuela de mediación narrativa, nos orientará a través de su obra *Mediación, conducción de disputas, comunicación y técnicas*.⁴⁰⁸

El mediador les dará libertad para proceder del modo que les resulte más cómodo: cronológicamente explicando el desarrollo de la relación a lo largo de los años. O bien de delante a atrás comenzando por los hechos recientes que han puesto en evidencia el deterioro de la relación y la necesaria ayuda profesional. A veces intervendrán de forma errática, haciendo referencias al pasado desde el presente, de un modo desordenado...No importa. Es un momento difícil en el que están abriendo a un perfecto desconocido su más honda intimidad y su más profunda frustración.

El mediador irá tomando notas y confeccionando el “puzle” con el que irá comprendiendo la historia desde el ángulo subjetivo de cada uno de los dos.

Esa intervención puede durar diez o quince minutos o quizás cincuenta por lo que es recomendable que una primera sesión, que siempre es una de las denominadas sesiones largas, sea la última del día para que el timbre no fuerce el final de la sesión.

⁴⁰⁸ M. SUARES, *Mediación*, cit.

Cuando el mediador exponga el modo de proceder en esta primera sesión explicará que la persona que escucha mientras el otro vierte su primera narrativa, lo que debe hacer es precisamente eso: escuchar. Escuchar en silencio. Sin intervenir, sin apostillar ni matizar nada. Ya habrá tiempo de matices. Es tiempo de “abrir el grifo” y dejar que las cosas vayan saliendo.

La persona que acude a la mediación, como hemos dicho, estará nerviosa y desde luego no es una situación a priori placentera. Por eso deben comprender que es preciso respetar el fluir de su versión sin hacérselo más difícil teniendo al lado a la otra parte puntualizando. Normalmente entienden bien esta norma. Pero también es más o menos normal que los más impulsivos tengan dificultades para controlarse y hagan breves intervenciones en las que el mediador deberá terciar para solicitar silencio.

2.2.4. El cierre de la primera sesión

Acabada la primera intervención, y después de que el mediador haya podido hacer alguna pregunta para entender mejor o para completar la primera intervención si es que esta ha sido escasa, continúa la sesión sin ningún comentario valorativo, dando paso a la intervención de la otra persona que ha estado pacientemente escuchando.

Al término de la segunda intervención el mediador hace sus comentarios finales de cierre de la sesión inicial. Aparte de alguna consideración general que pueda ser oportuna, será siempre obligado pedirles que, por el bien del proceso, se comprometan a no continuar esa conversación fuera del despacho. A no pedirse explicaciones del por qué han dicho tal cosa. Es muy bueno dirigirse a ellos con imágenes y metáforas como veremos luego, en ese sentido se les puede indicar que sería como “tirar del hilo” para que al final deshilar por completo el jersey. Si ellos dos hablan a solas de lo que allí han contado con toda certeza será para discutir y reprocharse todavía más cosas por lo que empeorarían en vez de comenzar ya a sentirse mejor, al menos más aliviados al saber que alguien más se ocupa de su problemática.

Al acabar, como en cada sesión, el mediador fijará con ellos en la agenda el hueco de la siguiente cita.

2.2.5. Técnicas

Manejar emociones

Una vez que ellos dos están sentados delante del mediador, por así decirlo, se destapa la caja de los truenos. Comienzan a emerger todos los motivos de malestar que les han llevado a buscar una intervención profesional que les ayude a mejorar su situación. Y en este contexto, potenciado además por los nervios que experimentan, es frecuente que afloren emociones negativas e intensas. Por eso hemos querido hablar desde el primer momento de cómo manejar las emociones en la mediación. Ese aflorar de las emociones muchas veces lleva a que en el desarrollo de la sesión se produzcan situaciones de inundación emocional, en las que la persona prácticamente no se puede contener y muestra sus emociones de una manera muy directa y abierta. Ante esto, el mediador no debe sentir incomodidad, forma parte de su trabajo, y quizás es una buena idea comentar directamente el momento emocional que se está viviendo. La intervención del mediador en esta fase inicial del proceso es fundamental para recoger y tratar de reestructurar los esquemas emocionales de la persona a la que está tratando. Para ello el mediador puede hacer varias cosas, como veremos a continuación.

Etiquetar la emoción.

Este es un eficaz método para desescalar la tensión, como bien recoge Douglas Noll.⁴⁰⁹ De nada sirve actuar como si no hubiera un “elefante verde” en la sala cuando realmente el elefante está ahí. Lo primero es identificar la presencia de esa emoción y verbalizarlo de forma natural y serena con frases como:

Veo que estás realmente enfadado por esto

No tienes mucha energía para continuar ¿verdad?

⁴⁰⁹ D. NOLL, *Desescalar: cómo calmar a una persona furiosa en menos de 90 segundos*, Arpa práctica, Barcelona, 2023.

Te asusta contemplar esta hipótesis por lo que estás diciendo...

Noll insiste en que es fundamental no escuchar las palabras y atender a las emociones. Quiere esto decir que cuando una persona está muy alterada dirá muchas cosas a las que quizá no hay que prestar tanta atención en su literalidad, que quizás sea devastadora, sino más bien estar muy atento a las emociones, negativas, que está experimentando en ese momento. Así, la respuesta del interlocutor no entra en materia, sino que se limita a decir alguna de las frases que hemos nombrado antes:

estás muy irritado ¿verdad?

lo que estás contando te frustra profundamente

Esto es lo que se llama etiquetar la emoción. “*Affect labelling*” en inglés.

La idea es que cuando la persona constata que el interlocutor está entendiendo cómo se siente, experimenta un cierto alivio que le ayuda a calmar y serenar los ánimos.

Veamos a modo de ejemplo un posible contexto en el que la escalada de tensión se produce en el transcurso de la propia sesión. Ella está comentando la escasa colaboración de él en el momento de la mañana con los desayunos, los uniformes... a lo que él está argumentando que, en ese momento, se está dedicando a otras cosas, frente a lo cual ella se enfada y le reprocha que no tenga más sentido común... la conversación se va volviendo tensa, el tono de voz es más bien alto, el mediador bien podría intervenir dirigiéndose a ella diciéndole:

Veo que hoy estás realmente enfadada

Aunque parezca una evidencia y pueda resultar un tanto redundante a ojos externos, lo cierto es que a ella le sirve para sentirse comprendida y quizás también rebaje un poco el tono de su enfado. Podemos actuar así tanto en sesión de mediación, recogiendo, acogiendo y etiquetando esa emoción, ayudando así a la persona a liberar esa rabia que lleva dentro y recuperar la calma. Pero

también podemos aplicar esto a una situación en la que nos podamos encontrar a nivel de personal ante una persona enfadada.

Noll en particular, ha desarrollado su tesis sobre esta materia y toda su extensa práctica en el entorno de la población reclusa de un buen número de prisiones en Estados Unidos.

Validar emociones

No solo manifestar que nos estamos dando cuenta de que el cliente se está sintiendo de una determinada manera, sino que, lejos de censurar o cuestionar esas emociones, el mediador valida al decirle que entiende que se sienta así.

Normalizar emociones

En la línea de lo que hemos dicho antes, muchas veces les ayuda a entender que lo que les pasa es totalmente normal y frecuente en situaciones similares que han vivido otras personas y parejas. Que son emociones absolutamente ajustadas en el contexto del proceso en el que se encuentran. Les ayuda a no sentirse raros y les lleva a afirmar cosas como:

Bueno por lo menos veo que no estoy loco/a

Es necesario tener presente que, con frecuencia, el tema que les trae a mediación no lo han comentado con casi nadie, por eso este momento de normalización puede tener mucho peso positivo porque alivia pensar que aquello por lo que yo estoy pasando es absolutamente normal.

Por ejemplo, para las personas que han sufrido una infidelidad, resulta normalmente un cierto alivio saber que, aunque vaya pasando el tiempo, el dolor permanece y la inquietud, la inseguridad, la desconfianza y las dudas se hacen presentes casi como el primer día. Decirles que eso es normal y que gradualmente se irá mitigando ese sufrimiento, para llegar a un momento en el que sean capaces de pensar en lo que pasó sin verse sumidos en la tristeza ni entrar en situación de ansiedad, frecuentemente les supone un descanso y una razón para la esperanza.

Identificar intereses

Como ya vimos al estudiar la escuela de mediación Harvard, Fisher⁴¹⁰ propone, como uno de los postulados fundamentales, que debemos centrarnos en los intereses y no en las posiciones de las personas que acuden a la mediación.

Para conseguir llegar a los intereses de fondo que tienen cada una de las personas el mediador deberá proceder con preguntas que ayuden a desentramar el porqué de esas posiciones tan férreas que les tienen bloqueados.

Para ello será fundamental haber rebajado la tensión y conseguir que las emociones estén más reguladas, porque así será más fácil apelar a la parte más racional de cada uno de ellos, y poder así argumentar con mayor serenidad las razones que subyacen a su posición.

Atendiendo a esas razones, que son sus intereses personales, será siempre más sencillo lograr un terreno en común en el que los intereses de ambos sean razonablemente tenidos en cuenta, aunque nunca al cien por cien por supuesto, porque en esa hipótesis uno saldría ganador y el otro vencido. Y ese nunca es el resultado de una buena mediación.

El silencio

El silencio es un buen aliado y compañero del mediador familiar, así nos lo presenta Parkinson que en su obra se refiere al silencio,⁴¹¹ que puede tener varios usos en este arranque del proceso y en todo momento en el que se considere oportuno. A veces se trata de dejar un espacio para que la persona que está hablando pueda reflexionar, ordenar ideas y continuar exponiendo. El mediador no debe rellenar esos huecos, aunque *a priori* puedan parecer incómodos. Otras veces, ellos se callan y miran al mediador como si fuera él el que tuviera que intervenir y dar soluciones o continuar con la conversación. El

⁴¹⁰ R. FISHER Y OTROS, *Getting to yes*, cit.

⁴¹¹ L. PARKINSON, *Mediación familiar*, cit.

silencio del mediador a su vez devuelve la batuta a los mediados que son normalmente los que tienen que intervenir.

Ese silencio, que debe respetarse, cuando uno de los dos está sufriendo una inundación emocional y ha empezado a llorar o a sobrecogerse. De nuevo, no es necesario introducir frases huecas en un momento de alta intensidad. Si será conveniente normalizar y tranquilizar a la persona ofreciéndole también un poco de agua, un kleenex...

Caso distinto sería aquel en el que los dos se encuentran en una intensa discusión y uno de ellos dice cosas que provocan en el otro un enmudecimiento, por rabia o incluso hasta por temor. En ese contexto, el mediador sí que puede intervenir dirigiéndose al que ha quedado en silencio haciéndole preguntas que le ayuden a retomar el diálogo.

Además, si el mediador observa que ese silencio se debe a un cierto temor deberá abordarlo en sesión individual con esa persona que se ha sentido atemorizada para hacer todo lo necesario para poder equilibrar la situación en la mediación. De otro modo la mediación quizás no pudiera continuar. Es necesario que las dos personas que participan en la mediación se encuentren en posición de igualdad y con capacidad para decir lo que necesiten decir, sin miedo.

Preguntas hipotéticas. Esperanza de futuro

Decimos muchas veces que el mediador es agente de objetividad para las personas que acuden en busca de ayuda, porque les ayuda a aterrizar en una realidad mucho menos apasionada y subjetiva. Pero el mediador también debe ser para ellos un agente de esperanza, debe ser la persona que les ayude a superar sus dificultades y la persona que en un momento determinado les diga que es posible mejorar, que es posible cambiar. Por eso, en el momento oportuno, puede ser muy interesante deslizar una pregunta hipotética que les haga recrearse en una situación en la que todo se hubiera resuelto.

Imaginaros que pasan unas semanas y realmente las cosas se solucionan entre vosotros dos, ¿qué pasaría en vuestra casa? ¿cuál sería vuestra forma de relacionaros? ¿qué habría pasado entre vosotros dos?

Una vez recreado ese ambiente optimista de futuro, inventado de momento, pero deseable y realista, podríamos hacerles alguna otra pregunta del tipo:

¿Qué puedes poner tú de tu parte hoy para que las cosas cambien?

Este tipo de preguntas aparecen también recogidas en el manual de Lisa Parkinson sobre mediación familiar al que ya nos hemos referido.

2.3. Fase dos: las sesiones individuales

En la presentación inicial el mediador ya les habrá indicado que después de una primera sesión conjunta, que es la que acabamos de terminar, tendrá lugar una sesión individual con cada uno de ellos.

Esta sesión individual, también llamado *caucus*,⁴¹² permite al mediador conocer cuanto antes y mejor a cada uno de los dos, preguntándole aquellas cuestiones personales que hayan surgido en la narrativa inicial y que le hayan llamado la atención. En los casos de mediación de pareja, también será una oportunidad muy buena para recorrer la historia biográfica de cada uno de ellos en privado, conociendo cuál es su origen familiar, cómo fueron sus relaciones en el hogar de origen, etc. Recordamos que, a la hora de evaluar su patrón familiar de origen, habría que atender a tres factores fundamentales:⁴¹³ cohesión (grado de compromiso, el apoyo y ayuda mutua que se prestaban), expresividad (en qué medida era expresar de manera libre genuina y espontánea sus sentimientos), conflicto (grado de agresividad, ira y enfado expresados en el entorno familiar)

Además, para la persona que acude a la mediación es una gran ayuda poder hablar a solas con el profesional, no porque vayan a salir normalmente secretos,

⁴¹² S. ROZENBLUM DE HOROWITZ, *Mediación: convivencia y resolución de conflictos en la comunidad*, 1a ed, Graó, Barcelona, España, 2007.

⁴¹³ R. H. MOOS; B. S. MOOS, *Family environment scale manual*, 2nd ed, Consulting Psychologists Press, Palo Alto, Calif., 1986.

sino porque en una situación de sufrimiento es importante poder hablar de tú a tú.

Al hablarles de la neutralidad y de la equidistancia en la charla introductoria, ya les habremos hecho notar que en las sesiones individuales el mediador puede *perder* esa neutralidad, en el sentido de confrontar a la persona, es decir, hacerle ver y hacerle reflexionar sobre lo que está diciendo o haciendo, particularmente si su conducta nos está alejando del buen puerto del consenso al que nos queremos dirigir.

En ocasiones en esa sesión individual, habrá que reforzar a la persona con la que hablamos para que mantenga el paso firme en una situación de dificultad. Es particularmente importante en aquellas situaciones equilibrar el proceso. Quiere esto decir, que cuando uno de los dos se presenta más fuerte, o al menos se mantiene más firme e inalterable en su posición, valdrá la pena equilibrar al otro para restaurar un poco sus fuerzas.

Del mismo modo, cuando haya que sugerir una derivación a un especialista, se hará precisamente en una sesión individual. Si el mediador recomienda a uno de los dos que debe tratarse cualquiera de los síntomas que pueda estar evidenciando, de algún modo puede quedar como implícito que mientras esa persona no resuelva lo que le pueda estar afectando no se podrá avanzar en la mediación, cosa que no tiene por qué ser necesariamente así y que en todo caso rompe el equilibrio.

Además de esta sesión individual en el comienzo de la intervención, será habitual que, en el curso de las sesiones ordinarias, de vez en cuando a petición del mediador (o también si lo sugieren las partes) tendrán lugar lo que llamamos el *caucus*, que es una reunión de tú a tú entre el mediador y el cliente en una sala contigua a la sala de mediación, durante unos minutos, para después reanudar el proceso de mediación como tal. Obviamente, cada vez que tenga lugar un *caucus* con uno de ellos se debe tener también con el otro. De nuevo, la posibilidad de que existan estas reuniones privadas en el transcurso de las sesiones ordinarias deberá ser explicado al principio cuando les pongamos al corriente de la dinámica de funcionamiento de la mediación. Así, cuando el

mediador proponga interrumpir la sesión para ver a cada uno a solas, nadie se sorprenderá. Ellos también tienen la libertad de sugerirlo al mediador escribiéndole antes de la sesión pidiéndole verle a solas.

A continuación, se detallan algunas técnicas particularmente referidas a estas sesiones individuales, pero aplicables también a las otras fases.

2.3.1. Preguntas circulares

Son aquellas preguntas que no buscan obtener un sí o un no, ni tampoco tienen como finalidad fundamental obtener información, sino más bien provocar en el destinatario de la pregunta una reflexión. Se trata de que pueda establecer conexiones que no ha realizado hasta entonces. Veamos su tipología:

- Conexiones en el tiempo; haciéndole pensar en lo que pasó o en cómo pasó, ayudándole a elaborar posibles alternativas en ese momento:

¿Desde cuándo identificaste esa conducta y cómo eran las cosas antes?

¿Crees que en el pasado habéis intentado resolver este problema de manera seria?

¿Por qué buscas ayuda en mediación ahora?

- Conexiones entre las personas, proponiéndole qué traten de interpretar las intenciones, los pensamientos, o las emociones de la otra persona. Son de especial utilidad en los momentos en los que el protagonista se está acalorando en un tono acusador hacia el otro. Una pregunta de este tipo puede ayudarle a tratar de empatizar con lo que estaba sintiendo la otra persona en esas mismas circunstancias. Serían preguntas así:

¿Cómo crees que se sintió tu mujer cuando descubrió esto?

¿Cómo piensas que te considera tu marido en el plano profesional?

Si yo le preguntara a tu mujer qué espera de ti, ¿qué crees que me diría?

Como bien indica Marinés Suares⁴¹⁴, estas preguntas muchas veces es preferible hacerlas en las sesiones individuales, especialmente si consideramos que esa reflexión puede resultar negativa en el sentido de culpabilizar aún más al otro. Dependerá de cada caso concreto si conviene hacerlas en sesiones conjuntas o en sesiones privadas.

2.3.2. Desempantanando

Suares nos presenta también esta metáfora, que puede ser muy útil para que los mediados entiendan desde el principio que están iniciando un proceso en el que deben hacer cosas distintas. La autora propone presentar una posible situación de pareja como la de dos personas que han dejado el coche aparcado en un terreno húmedo y cuando quieren ir a retirar el coche, resulta que es imposible. El paso del tiempo, la humedad del terreno y las aguas que han ido cayendo, además del propio peso del coche, han hecho que las ruedas estén hundidas en el barro y por eso cuanto más tratan de acelerar el motor el movimiento rápido de las ruedas lo único que provoca es un mayor hundimiento del coche, para mayor frustración de la pareja. Además, normalmente al aparcar habrán tenido que maniobrar y seguramente hayan dejado las ruedas torcidas, por lo que, al intentar impulsar hacia adelante el coche con la fuerza del motor, se encuentra con la resistencia de que esas ruedas torcidas impiden avanzar.

Lamentablemente, la pareja que está cada vez más nerviosa por su impotencia al no conseguir ningún resultado, lo que hará será desgastarse cada vez más y más haciendo lo mismo una y otra vez acelerando y moviendo hacia adelante y hacia atrás el coche empeorando cada vez más la situación. Lo que agravará aún más su frustración y su desesperanza.

Esta metáfora es muy buena para ayudarles a entender que deben dejarse aconsejar para que ellos mismos con sus maniobras, esta vez bien guiadas y eficaces, sean capaces de salir del empantanamiento.

⁴¹⁴ MARINÉS. SUARES, *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*, 1ª ed., 9ª reimp, Paidós, Buenos Aires [etc.], 2016.

El mediador no es la grúa que les va a remolcar a la fuerza sacándoles del barro, sino la persona que, desde su posición objetiva, experimentada y serena, les irá dando pautas para que enderecen las ruedas, pongan una tablilla detrás de la rueda de atrás para evitar que se hunda más, vayan acelerando muy poco a poco, etc. y conseguir así salir del barro.

2.3.3. Externalización

Dentro de las aportaciones a la mediación de la Terapia Familiar Sistémica, Suares sugiere también otro enfoque práctico en la intervención de mediación que puede resultar de utilidad en estas sesiones individuales, aunque también puede encajar muy bien en las sesiones conjuntas. Dependerá de la valoración del mediador en el caso concreto. Suares va en la misma línea que nos presentaba la Terapia Centrada en Emociones (TCE) cuando señala el *baile* entre los dos, para identificar ese ciclo negativo en el que entraban él y ella en el modo de interactuar y de tratarse. Como recordamos, la TCE sostiene que el problema no es ni él ni ella, sino el modo de relacionarse, esa dinámica perniciosa en la que entran y que desencadena emociones cada vez más negativas.

Pues bien, Suares habla de la externalización del conflicto para ayudar a la pareja a entender que la problemática que tienen es algo externo a ellos. Se trataría de *cosificar* el conflicto de pareja, al mismo tiempo que cada vez *personalizamos* más a sus protagonistas.

Es un concepto muy interesante en el que se acentúa el protagonismo de él y ella en su relación, y por lo tanto su responsabilidad. Al mismo tiempo que van identificando esos modos de actuar y de reaccionar tan negativos y que constituyen como un tercer ente enfermo que es su relación. Si trabajan en esta línea en el proceso de mediación, cada vez se irá reduciendo más la culpabilización del uno al otro; y cada vez más irá aumentando su voluntad en identificar esas dinámicas negativas y en averiguar el modo de evitarlas y neutralizarlas.

La utilidad práctica de un enfoque así en estas primeras sesiones es muy relevante, ya que puede darse que uno de los dos considere que el comportamiento y las reacciones que tiene el otro miembro de la pareja son patológicas y requieren de una intervención y tratamiento psicológico o psiquiátrico. Dejando aparte todas aquellas situaciones en las que el mediador deba derivar a un especialista a uno o a los dos mediados, en otras ocasiones esas reacciones de ira, desesperación, pánico o frustración que pueden presentarse con rasgos obsesivos o paranoides, remiten y van mitigándose hasta prácticamente desaparecer, a medida que el proceso avanza y la forma de relacionarse los dos va mejorando.

2.3.4. *El reencuadre*

Como principal representante de la escuela de mediación narrativa, Suares nos propone esta técnica que consiste fundamentalmente en trabajar el contexto en el que se produjeron ciertos actos que han provocado conflicto o distancia en la pareja. Si con una mirada constructiva y retrospectiva se consigue, a través del proceso de mediación, entender cuál era el contexto entonces y cuál es el contexto hoy, muchas veces llegarán a la conclusión de que en un contexto mejorado no se deben volver a producir los hechos negativos que les distanciaron.

Además, esa visión retrospectiva les puede ayudar a entender mejor por qué el otro actuó de una determinada manera en un momento concreto. Tiene mucho que ver con la creación de una nueva narrativa; se trata de tener en cuenta datos que en su momento no se valoraron y que nos posicionan en lugares distintos, lo que ayuda más a entender mejor a la otra persona.

Iba a dar a luz y no vino. Era nuestro segundo hijo... él estaba muy agobiado por la presión del trabajo... y habíamos tenido ya unas cuantas falsas alarmas de parto.

No se trata de justificar nada sino más bien de comprender un poco más y mejor los procesos internos de cada uno en las tomas de decisiones del pasado que generaron agravios hacia el otro. Si los dos consiguen explicarse y entender al

otro mejor, probablemente puedan llegar a un relato distinto en algo al que tenían en la cabeza y que les ayude alcanzar la paz interior y a mejorar la actitud hacia el otro.

Parkinson⁴¹⁵, a quien ya nos hemos referido, contribuye también a valorar las ventajas del reencuadre positivo en el proceso de mediación; subraya la importancia de conceder el beneficio de la duda al otro, a la hora de interpretar hechos pasados. Sería algo así como la presunción de inocencia, en el sentido de que el reencuadre positivo asume que los motivos podían ser buenos, aunque los actos desencadenaran consecuencias negativas. Como bien apunta la mediadora, las personas se sienten mejor cuando reciben una explicación positiva de un contexto negativo.

2.3.5. La confrontación

Parkinson señala el “desafío y enfrentamiento directo con los participantes” como una de las técnicas que puede emplear el mediador. Aunque, apunta la mediadora, es una técnica de alto riesgo porque puede causar la percepción en el otro de que ha perdido la neutralidad, y así provocar incluso su salida del proceso de mediación. Sin embargo, será necesario que en aquellas situaciones en las que uno de los dos este obstaculizando el proceso, por su actitud, por su falta de compromiso, por su incapacidad para reaccionar mejor... el mediador debe sentarse a solas con él o ella y hacerle entender en que puntos se encuentran.

Como ya hemos visto, en las sesiones individuales el mediador puede perfectamente dirigirse al cliente comentando de forma muy directa e incisiva su modo de actuar o de comportarse. Es algo que los mediados normalmente aceptan bien porque saben que hay un interés genuino detrás, un interés en ayudarles y sacarles de la situación que les está haciendo sufrir.

⁴¹⁵ L. PARKINSON, *Mediación familiar*, cit.

Imaginemos una sesión en la que uno de los dos se está comportando de una forma muy impositiva y no está demostrando ninguna capacidad de acercamiento a la otra persona, aparte de que sus tonos sean en ocasiones un tanto irónicos. El mediador podría muy bien decirles que es conveniente verles a solas diez minutos y separarles para hablar a solas con cada uno de ellos. Una vez a solas con quien estaba manteniendo un tono inadecuado, el comentario podría ser el siguiente:

Tu actitud de control y dominación unido a la ironía que empleas nos saca del tablero, me gustaría sugerirte que pensaras si es conveniente continuar con esa actitud.

En otras situaciones, en las que el mediador piense que uno de los dos no está diciendo la verdad, sería bueno —a solas por supuesto— abordar esa difícil situación. Como señala Parkinson, en vez de confrontar y mucho menos acusarle de mentir, el mediador puede mostrarse “perplejo” ante la falta de coherencia o la disparidad de los datos...

En ese contexto será muy bueno también que el mediador muestre una gran empatía hacia la persona que pueda estar ocultando algo, haciéndole entender que el mediador se hace cargo de la enorme dificultad que tiene para esclarecer las cosas, etc.

En alguna ocasión, menos frecuente, puede ser oportuno hacer una confrontación a los dos en plena sesión. Podría darse, por ejemplo, en una situación en la que la pareja lleva ya cuatro o cinco sesiones viniendo a mediación, pero no están llevando a cabo ninguna de las pautas o acuerdos a los que llegamos en las sesiones por lo que se encuentran exactamente igual que al principio, completamente estancados y por lo tanto están perdiendo esperanza en mejorar. Así se lo hacen saber al mediador, el cual podría muy bien confrontarles juntos para hacerles entender que su responsabilidad es cumplir con las pautas que establecemos en la sesión para poder ir avanzando y si no las cumplen es normal que no avancen y si no avanzan es normal que se desesperen y planteen abandonar. Por eso, llegado a este punto, no tendría nada de extraño que el mediador les dijera algo así como lo siguiente:

Si no vais a trabajar en la línea de lo que vemos juntos y acordamos aquí, quizás convenga que valoremos interrumpir este proceso por ahora.

Puede entenderse como una actitud un tanto provocadora por parte del mediador, que en realidad lo que busca es que se reaccionen en positivo y tomen ellos las riendas del proceso como corresponde. Si se produce esa esperada reacción positiva, lo más práctico es que el mediador marque algunas tareas concretas que deben realizar antes de la siguiente sesión y con plazos más bien estrechos para que se pueda comprobar su compromiso con el proceso de mediación.

Parkinson alude por último a las situaciones que ella considera como “conflictos de alto nivel”, en los que el mediador puede verse desbordado por una confrontación abierta de los dos en la sala que se presenta como incontrolable. Ante eso, la mediadora sugiere que el profesional se ponga de pie y mirándoles con serenidad les diga algo así como:

“lo siento muchísimo pero no os puedo ayudar”.

Un comentario y acción como esta desde luego cortará la situación y quizás lleve a que ellos dos tomen conciencia de que no pueden continuar con ese comportamiento y que siendo adultos, no pueden esperar que otro adulto les tenga que llamar al orden. De nuevo, es una medida extrema y desesperada para tratar de reconducir la mediación y poder continuar si es posible.

2.3.6. Su Batna

El *Batna* es la *Best Alternative to Negotiated Agreement*, la mejor alternativa al acuerdo negociado. O lo que es lo mismo: ¿qué pasaría si no llegan a acercar sus posiciones?, ¿cuál sería la mejor alternativa que contempla nuestro cliente en el caso de abandonar el proceso de mediación sin ningún tipo de acercamiento ni de acuerdo entre los dos?

Esta técnica se puede usar a veces en la sesión individual con la persona que es muy refractaria y se muestra muy negativa y crítica frente a la otra parte. No es un planteamiento de altas miras ni muy inspirador, porque apela a la mala

situación a la que se enfrentaría en el caso de no progresar con la mediación, pero en algunas ocasiones es el único móvil que puede tener una persona para seguir esforzándose y no abandonar.

Recordemos que Fisher,⁴¹⁶ de la escuela de Harvard, advertía que, en ocasiones, en el proceso de mediación, para uno de los dos, la otra persona es el problema, por más fórmulas alternativas o posibles soluciones que se planteen. Estamos en una situación de antagonismo total entre los dos, con emociones tan negativas que nublan, en cierto modo, el entendimiento e impiden trabajar de una forma más racional poniendo soluciones. Es en ese contexto cuando, quizás, se puede confrontar con nuestro cliente haciéndole recrear la situación en la que no llegaran a ningún tipo de acercamiento y pensando en lo que ocurriría después.

En los casos de parejas que tratan de resolver conflictos de convivencia, con frecuencia, la alternativa que tienen delante es la separación. Porque, llegados a este punto, necesitan mejorar y progresar. Si no ven una mejoría probablemente opten por disolver su relación porque continuar con el *status quo* que tenían normalmente no es una opción.

2.4. Fase tres: hoja de ruta inicial

Una vez que han concluido las dos sesiones individuales en las que hemos tenido la oportunidad de cotejar la información recibida en la sesión inicial, y de conocer mucho mejor a la persona también a través de sus orígenes biográficos y familiares, estamos ya en condiciones de arrancar el proceso con bastante más información de la que teníamos cuando les recibimos inicialmente.

Normalmente, en este nuevo arranque con los dos juntos, el mediador les presentaría una hoja de ruta inicial en la que aparecerían señalados los principales temas que serán objeto de la intervención.

⁴¹⁶ R. FISHER Y OTROS, *Getting to yes*, cit.

Basado en las narrativas de los dos y con la información con la que cuenta ahora el mediador lo que hace en esa hoja de ruta es señalar las áreas que conviene trabajar en el proceso de mediación.

Esas áreas de intervención, a las que nos hemos referido ya anteriormente, con la mente puesta sobre todo en los conflictos de pareja, pueden ser de distinta índole:

- La comunicación y la toma de decisiones.
- El respeto y las discusiones.
- La recuperación de la confianza, en particular cuando ha habido alguna traición.
- La afectividad y la sexualidad.
- La relación con la familia de origen de uno o ambos.
- La atribución de tareas domésticas y de atención a los hijos.
- La parentalidad: Consensuar los criterios educativos.
- La economía familiar.
- Las relaciones sociales y con amigos.
- El mundo de las aficiones y el equilibrio con la vida familiar.
- Mejorar el modo en el que concilian su trabajo dentro y fuera de casa.

El mediador identifica previamente qué áreas necesitan ser trabajadas en la intervención y pedirá el asentimiento de los mediados, que podrán confirmar la selección de áreas hecha por el mediador, matizar o añadir algún tema que haya podido escapar a la atención del mediador.

Para hacer esta presentación, se puede utilizar un rota folios o una pizarra blanca sin más en la que se vayan dibujando cada una de las áreas de intervención rodeadas por un círculo y en ocasiones con flechas de las que salen mini áreas o que vinculan un área con otra. Hecha esta presentación y comentada con ellos dos, podemos empezar.

Lo habitual será empezar abordando el área que resulte más general entre las cuestiones problemáticas señaladas. Muchas veces, es necesario arrancar con la comunicación para asegurar que los canales de diálogo son los adecuados,

que se cuidan los tiempos, que se dedican un espacio específico para que esa comunicación fluya y sea serena. A veces habrá que incidir en el respeto y sus líneas infranqueables... Desde luego no hay fórmulas generales, y será necesario adaptarse a la realidad concreta de esos mediados.

Merece particular atención el caso de la pareja que acude al mediador en una situación muy crítica y de alta tensión. Esa situación tan tensa puede venir provocada por que uno de los dos acaba de descubrir la infidelidad del otro. Pero también podría darse porque salen de una situación de confrontación fuerte, quizás porque acaban de estar con la familia de uno de los dos y ha habido fuerte discusión. En situaciones así el mediador debe actuar “como un bombero”, ponerse el casco y entrar en la zona catastrófica con cuidado de que no le caiga algún madero ardiendo y al mismo tiempo tratando de salvar a las personas que se encuentran en esa catástrofe. En cuanto baje la intensidad de las llamas el mediador podrá intervenir de acuerdo con el programa establecido y, por así decirlo, pondrá fin al *programa de intervención en zona catastrófica*.

Si no nos encontramos con una situación como la que acabamos de aludir y los ánimos están razonablemente serenos, el mediador procederá con orden e irá punto por punto de los que ha presentado en su hoja de ruta.

Al comenzar a trabajar con ellos quizás valga la pena señalar que ya no se aplica el criterio de la primera sesión según el cual era necesario mantener silencio mientras el otro hablaba. Ahora deben hablar con naturalidad y, por supuesto, pueden intervenir al hilo de lo que dice el otro, pero respetando los turnos de intervención, por así decirlo, fundamentalmente para asegurar que se escuchan el uno al otro y que cada uno de ellos tiene la oportunidad de expresarse con tranquilidad y sin pelearse por el uso de la palabra.

Es fundamental ayudarles a entender lo importante que es que se escuchen el uno al otro, y por supuesto si es necesario habrá que recordarles que no hay que elevar el tono y hay que mantener en todo momento un lenguaje respetuoso en el que no haya ningún tipo de referencias ofensivas para el otro.

A continuación, y siguiendo el mismo esquema de la fase dos, se detallan las técnicas más usuales.

2.4.1. La reformulación

Consiste en que después de haber escuchado lo que uno de los dos ha dicho, el mediador repite las mismas ideas parafraseando, para asegurar así que ha entendido bien y para hacer hincapié en el mensaje que esa persona ha querido transmitir. Tiene básicamente dos funciones.

En primer lugar, facilitar la comunicación y el entendimiento entre los dos. Es un buen modo de ayudar a que la persona que escucha, reciba esa misma idea, pero verbalizada por el profesional mediador para quien, por así decirlo, tiene más capacidad de escucha y de entendimiento.

Y en segundo lugar, acrecentar el sentimiento de ser escuchado y comprendido. Para el cliente sin duda, es una manera clara de demostrar que estamos escuchando de forma activa. Además, ayuda a que la persona que está hablando se sienta acogida y recogida. Para el mediador es un modo muy eficaz de asegurarse de que está entendiendo bien la narrativa que está recibiendo. Esta técnica es probablemente de las más comúnmente empleadas entre los mediadores, porque expresa de manera muy directa la disposición de escucha activa del mediador hacia su cliente; algo clave para animar a este a seguir hablando y vaciando lo que lleva dentro. Suares habla en este contexto de las “rejas” para referirse a los filtros que cada uno tenemos y a través de los cuales vemos y percibimos los hechos que nos rodean. En este sentido la reformulación sería expresar los mismos hechos a través del filtro del mediador; por eso, como bien señala Suares, cuando el mediador reformula y el cliente asiente, de algún modo está aceptando la visión de los hechos que le presenta el mediador que siempre será en algo distinta a la suya porque lo ha filtrado a través de una distinta “reja”. Por tanto, no se trata sencillamente de repetir parafraseando exactamente lo mismo que ha dicho el cliente sino, de algún modo, enfocararlo ya desde un prisma más sereno y objetivo que es lo que aporta el mediador. Sin cambiar nada del contenido, pero con ese filtro y contexto distinto.

Parkinson habla en este mismo contexto de “marcos” (*frames*) que la mediadora inglesa concibe como aquella estructura interna que nuestros mediados tienen

en su cabeza y que les lleva a concebir y a entender los hechos desde una perspectiva muy concreta. Perspectiva que, en estas primeras fases de la mediación de manera casi invariable, es bastante negativa. Por eso la función del mediador al reformular es tratar, ya desde el inicio, de ir limando y neutralizando esas asperezas en el lenguaje que pueda estar utilizando nuestro cliente.

2.4.2. La connotación positiva

En ocasiones, esa reformulación debe ser un poco más trabajosa, y debe dedicarse previamente a eliminar los elementos especialmente negativos y críticos que puede haber en el comentario de uno de los dos, para proceder entonces a esa reformulación que, diciendo lo mismo, aportando la misma información, lo hace desde un enfoque y con un lenguaje bastante más positivo.

Ella se queja:

Mi marido jalea mucho a los niños al llegar a casa después de trabajar, se pone a jugar con ellos, hacer el bruto, y rompe el ritmo y el orden que yo tengo con mis hijos desde horas antes...

Connotación positiva:

Por lo que cuentas, cuando llega tu marido a casa se produce un momento de juegos y de diversión para los niños que reciben con ganas a su padre y veo que a tu marido aún le quedan energías para jugar y divertirse con ellos. Tú desearías que esto no interfiera en el orden que quieres vivir en casa al final del día.

Díez y Tapia⁴¹⁷ también se han detenido en valorar la connotación positiva; afirman que presenta notables ventajas por acompañar en la dirección adecuada a nuestros clientes, ayudándoles a entender más y mejor las intenciones del otro y a facilitar por lo tanto el acercamiento y el encuentro entre los dos; sin embargo, añaden, esta práctica no puede ser un intento por parte del mediador de maquillar la realidad negativa que nos están presentando. Por eso, la

⁴¹⁷ F. DÍEZ; G. TAPIA, *Herramientas para trabajar en mediación*, 1ª ed, 3ª reimp, Paidós, Buenos Aires, 2005.

connotación positiva debe tener siempre un *anclaje*, una base muy clara, en lo que ha dicho uno de los dos mediados. De lo contrario, podría dar la impresión de que el mediador no ha captado el alcance de los hechos y por eso los presenta como más *leves*.

Otro factor al que también el mediador debe estar atento al utilizar esta técnica es que, al expresarse, en ningún caso de la impresión de que está perdiendo la imparcialidad en favor del otro, por haber suavizado demasiado la versión negativa de su pareja.

Es en definitiva una técnica muy útil para los mediadores que partimos de esa información para reenmarcarla, eliminando el lenguaje y las atribuciones negativas, formulándolo de una forma que el otro sí que pueda escuchar sin sentirse ofendido, acusado o reprochado.

2.4.3. *El reflejo*

Le hacemos el *espejo* al cliente repitiendo exactamente lo que ha dicho, de manera textual, muchas veces con la idea de que se escuche a sí mismo y le demos la oportunidad de retractarse o reafirmarse sobre lo que acaba de decir.

Si se reafirma, y el tono es muy negativo, podría ser interesante hacer una connotación positiva, para ayudar al desarrollo de la narrativa en un tono menos crítico.

El afirma con rotundidad:

Yo desde luego este verano no pienso pisar la casa de mis suegros ni un solo día.

El mediador dice:

Entonces este verano no vas a poner los pies ni una sola vez en casa de tus suegros ¿verdad?

Ante eso él podría contestar de modos:

- *Desde luego mientras no consigamos resolver lo que pasó con mi cuñada en Navidad, yo no pienso volver a reunirme con ellos, exijo una disculpa y una aclaración.*
- *Eso es, bajo ningún concepto pienso estar con ellos.*

En la primera respuesta vemos ya el interés que subyacía a la posición de no querer ir bajo ningún concepto a casa de sus suegros. Por lo tanto, tenemos materia de trabajo para elaborar un punto de encuentro entre los dos, en el sentido de establecer qué tipo de disculpa requiere y también profundizar un poco más, para lograr un mejor entendimiento de lo que ocurrió entre la cuñada y él. En la segunda respuesta, en cambio, se refleja una reafirmación del tono tajante de la primera intervención, sin que haya dado ninguna pista más de por dónde conseguir desbloquear. Es en esta última circunstancia en la que el mediador debería introducir de algún modo una connotación más positiva o al menos más posibilista del estilo siguiente:

Entiendo que no estás nada cómodo con esta situación y que sería bueno que trabajáramos juntos en modo en el que tú puedas volver a entrar con tranquilidad en casa de tus suegros.

También sería oportuno, en este caso, introducir a su pareja en el modo de deshacer este nudo que se ha planteado en Navidad y que le dispone tan en contra de volver a reunirse con su familia política. El planteamiento que se le podría hacer sería el siguiente:

¿Qué hubieras esperado tú de tu pareja en el contexto de lo que te pasó con tu cuñada en Navidad? ¿Qué podría hacer tu pareja hoy para ayudar a resolver esta situación?

De este modo, por un lado, abordamos la herida que sintió en casa de su familia política en navidades, para adentrarnos en ella y ver cómo curarla. Y por otro lado enfocamos ya en el presente, para averiguar qué espera de su pareja en la actualidad para solventar esa situación.

Parkinson habla de este modo de repetir lo que ha dicho el cliente y también de la técnica que se verá a continuación, el resumen, como modos que ayudan a

centrar bien el debate, rebajar la tensión y de algún modo, situar de forma muy clara en qué punto nos encontramos.

2.4.4. El resumen

Resulta muy útil utilizarlo sobre todo cuando los dos se han enfrascado en una larga conversación en la que están dando vueltas a lo mismo, con distintas palabras, pero las mismas ideas. Sería como un comodín que tiene el mediador para poder interrumpir esa interminable conversación y tratar de ayudarles a avanzar.

El resumen ayuda a identificar de nuevo y de forma clara, cuáles son las ideas que están sobre el tablero y ver el modo en el que pueden desbloquear, progresar o llegar a un acuerdo en según qué situaciones.

El mediador debe tener la sensibilidad suficiente para entender que no es nada productivo que él esté allí delante como testigo mudo mientras ellos dos continúan diciendo las mismas cosas una y otra vez. También es importante encontrar el equilibrio para no cortarles demasiado pronto y que dé la sensación de que no es importante lo que están diciendo. El criterio sería intervenir cuando percibamos que están empezando a repetir las mismas ideas sin aportar elementos nuevos.

2.4.5. Ante el bloqueo, generar opciones. Brainstorming

Parkinson aborda en su manual la posible situación de bloqueo a la que podemos llegar en el proceso de mediación. En primer lugar, señala acertadamente que el mediador nunca debe sentirse responsable de esa situación de bloqueo que tienen los dos. De hecho, normalmente, cuando una pareja acude a la mediación el bloqueo “ya estaba servido”. Por lo que es fundamental el autocontrol del mediador para no dejar que le invada la ansiedad y le lleve a intentar a toda costa desbloquear.

El mediador podrá intentar varias cosas.

Puede comentar en voz alta lo que está pasando, de forma que se pueda evidenciar que es plenamente consciente del bloqueo en el que se encuentran

en ese momento; es un modo también de mantener claramente la responsabilidad del lado de los mediados.

A nivel práctico, valorar si conviene hacer una pequeña pausa, si hay tiempo para estirar las piernas y coger aire fresco. A veces nos puede parecer que estamos perdiendo 10 minutos, pero realmente puede ser muy eficaz para retomar la sesión de otra manera.

Es importante evitar el dramatismo, considerando este bloqueo como una fatalidad; quizás se puede interpretar como una llamada a la necesidad de reflexionar más y más profundamente sobre las posiciones de cada uno. Este parón reflexivo les puede llevar a modificar su actitud para poder continuar con el proceso.

También puede ser el preludio del final del proceso, y así lo debe anunciar el mediador, no como amenaza, sino constatando que quizás no sea ese el mejor momento para continuar buscando el acercamiento y convenga interrumpir la mediación hasta que ellos se encuentren en mejor posición.

Si el clima es más constructivo que negativo, el mediador puede sugerir que dediquen unos minutos a decir, en voz alta, posibles fórmulas y soluciones que ayuden a salir del bloqueo. Sería un *brainstorming* abierto y libre.

Recordemos que en la escuela de Harvard uno de los elementos con los que trabaja el enfoque negociador era precisamente el de ser capaces de generar opciones que sean mutuamente satisfactorias. Esto es particularmente útil en situaciones de bloqueo.

Si estamos en un callejón sin salida es preciso pensar de manera creativa y ser capaces de presentar posibles opciones, aunque parezcan disparatadas pero que den alternativas a ese callejón sin salida. Esta generación de ideas podría tener como fruto positivo poder cambiar el contenido de la discusión y del debate abordando nuevas ideas y propuestas.

2.4.6. La legitimación

Se trata de establecer, más bien de dejar claro, que una persona tiene derecho y es apropiado que diga o haga algo.

La legitimación, desde un punto de vista estrictamente jurídico, sería la posición en la que se encuentra una persona a la que le asiste el derecho a hacer o decir. Pero en el mundo de la mediación vamos a atender a una acepción más amplia de la legitimación.

Díez y Tapia, a quienes ya nos hemos referido, dedican un capítulo entero de su manual a este punto.⁴¹⁸ Las personas que se acercan a la mediación tienen normalmente una posición antagónica y su confrontación les lleva a no ver ni validar los puntos que esgrime la otra parte. Pues bien, a través de la técnica de la legitimación, lo que busca el mediador es que, al menos, uno y otro se reconozcan recíprocamente el derecho a intervenir, opinar y también discrepar sobre los puntos que tienen que tratar. Esto, en el terreno familiar y de pareja no resulta algo evidente. Cuando se reconoce que la otra persona está legitimada para actuar u opinar de una determinada manera, no se está afirmando estar de acuerdo con esa actuación u opinión, sino que se admite el derecho a actuar u opinar así. Y como bien recuerdan estos autores, este principio entronca directamente con la escuela de mediación negociadora de Harvard,⁴¹⁹ que en su segundo axioma nos proponía separar a las personas del problema.

Ese sería el camino a seguir con esta técnica: lograr que uno y otro sean capaces de discrepar, pero sin que esto suponga invalidar la posición y legitimidad del otro en el debate o confrontación que tienen. *A sensu contrario*, cuando una persona piensa que su pareja es un irresponsable, un inmaduro, un egoísta, etc. le está implícitamente deslegitimando para que pueda participar e intervenir en la vida familiar y en las decisiones de la pareja.

Se puede presentar el caso en temas sencillos en el ámbito de la educación de los hijos, por ejemplo, si una madre se opone a que vayan sus hijos a clases extraescolares de un segundo idioma:

⁴¹⁸ *Ibid.*

⁴¹⁹ R. FISHER Y OTROS, *Getting to Yes Negotiating Agreement Without Giving In*, cit.

¡No estoy dispuesta a que les exija el segundo idioma!

Ante la insistencia del padre, que considera muy conveniente que aprendan el segundo idioma, probablemente sea necesario poner de manifiesto la legitimación que tiene el padre para intervenir en la educación y también en las extraescolares de sus hijos. Pero para ello habrá que ir trabajando para que la percepción que tenga ella de él sea más favorable y positiva. De otro modo será más complicado que pueda llegar a admitir que él, como padre que es de sus hijos, puede y debe opinar y su opinión debe ser tenida en cuenta.

2.4.7. El filtro de la objetividad

Recordamos que el modelo Harvard establece, como cuarto elemento, acudir a criterios de objetividad. Esto se aplica más a cuestiones de mercado donde puede haber baremos o tasas que nos sirvan. En el ámbito de la familia y de las relaciones de pareja no suele haber tantas referencias objetivas externas. Pero hay ocasiones en las que se puede acudir a estudios realizados o publicaciones conocidas que den cierto apoyo a los temas que estemos abordando.

Por ejemplo, en una discusión entre los dos sobre cuestiones relacionadas con la parentalidad, más en concreto con la exposición de sus hijos a las pantallas a diario, puede ser pertinente hacer referencia a los estudios —cada vez más numerosos y científicos— que analizan el impacto de las pantallas en el cerebro de los niños y jóvenes. Un caso concreto se dio en una sesión en la que él se encontraba muy ofuscado al no entender por qué había que restringir el uso de pantallas y dirigiéndose al mediador le dijo:

¿Pero por qué tienes tanta manía a las pantallas?

El mediador le contestó algo así como:

Abundan estudios que demuestran que la corteza prefrontal del cerebro...

2.4.8. Normalización

Cuando dos personas acuden a la mediación, sienten que están en un agujero del que no pueden salir. Eso les genera ansiedad, angustia y desde luego convierte esa situación en una de las peores del mundo para ellos. Por eso muchas veces resulta de ayuda que el mediador les explique que lo que están

sintiendo en esos momentos es normal, les ayuda a no sentirse raros, y aunque desde luego el mal de muchos no es consuelo para nadie, es cierto que al menos les da cierta paz pensar que lo que les pasa está dentro de la normalidad.

Por ejemplo, en los casos de infidelidad una de las primeras cosas que hay que explicarles es que es un proceso lento y pesado. Lento porque van a pasar muchas semanas o meses antes de que se vean mejor, y pesado porque cuando creen que van mejor pueden fácilmente recaer y tener sensación de retroceso.

Por eso el mediador tendrá que decirles frases que tiendan a la normalización de su situación cómo puede ser la siguiente:

Tras la infidelidad, pasan muchos meses hasta que se acabe la montaña rusa de emociones que te hacen sentirte a veces muy arriba, creyendo que ya está superado y pasados pocos días, o pocas horas...muy abajo, más hundida que nunca.

2.4.9. Ejercicio de escucha activa

Parkinson menciona en su manual la escucha activa, una técnica básica en la mediación, consistente en mantener en todo momento una posición centrada y atenta a lo que está diciendo la persona que tenemos delante.

La escucha activa implica que el interlocutor mantenga contacto visual con el que está hablando y acompañe su intervención con gestos de asentimiento o con comentarios del estilo “aha” “ya veo” o quizás con alguna pregunta breve de reafirmación como: “¿ah sí?”, “y ¿cómo fue?, ¿desde cuándo?”.

Por tanto, se trata de una cualidad propia del mediador, que éste debe ejercitar de una forma natural y no impostada. De hecho, las indicaciones aportadas más arriba no siempre son de aplicación porque hay mediadores que prefieren sencillamente mantener el silencio, pero asegurando que el cliente perciba su atención a través de la mirada y de la posición corporal.

Pero el mediador, además de escuchar de forma activa, debe asegurarse de que ellos dos se presten atención. Por eso, si observamos que existe dificultad entre los dos miembros de la pareja para escucharse el uno al otro, o bien si esta

dificultad la experimenta solamente uno de los dos, se puede interrumpir brevemente la sesión para proponerles el siguiente ejercicio, que recoge Gottman⁴²⁰:

Cada uno de ellos tendrá su turno para exponer sus ideas acerca del tema que estemos abordando. Una vez que termine el que está hablando, el otro deberá recoger de manera resumida las principales ideas que ha comentado su pareja, reformulándolas a su manera, pero identificando los contenidos principales con claridad. Solo entonces, una vez que haya aportado ese breve resumen, podrá comenzar con su intervención presentándonos sus ideas y pensamientos personales. Cuando acabe, el otro deberá proceder exactamente igual, haciendo ese breve resumen antes de poder continuar interviniendo en la discusión.

Aunque pueda parecer un tanto artificial, es un modo eficaz de asegurar una escucha atenta a lo que el otro está diciendo, poniendo los cinco sentidos en lo que está escuchando y sin estar al mismo tiempo elaborando los propios argumentos. Si la cabeza está ocupada en argumentar y explicar las propias ideas, no habrá margen para la escucha empática que ayude a hacerse cargo de lo que el otro dice, porque lo dice en ese tono emocional, etc. Además, al mediador le sirve para controlar mucho más la situación en entornos donde la conflictividad puede ser alta y el nivel de confrontación verbal y de agitación de los dos corre riesgo de dispararse. Estos parones provocados ayudan a mantener la temperatura ambiental y emocional controlada.

2.4.10. Las metáforas

Parkinson menciona las metáforas como técnicas útiles para evitar seguir repitiendo los mismos argumentos e ideas. Sí la metáfora está bien elegida ayudará a que los dos se identifiquen con esa situación o imagen ideada para reflejar lo que ellos están pasando. De algún modo es como externalizar su

⁴²⁰ J. M. GOTTMAN; N. SILVER, *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, cit., p. 105.

problema personalizándolo o simbolizándolo en algo ajeno a ellos donde se vean representados.

Ya nos hemos referido a algunas como *el coche empantanado* que cuanto más aceleramos el motor más se hunden las ruedas en el barro... Pero hay bastantes más que pueden ser útiles al mediador. Veamos algunas.

- El espacio neutral. Se refiere mucho a la mediación como un espacio en el que los dos pueden abordar los temas que les enfrentan en un ámbito neutral, seguro y protegido por el acompañamiento del mediador.
- Caminos. Hay muchas referencias al camino, en cuesta empinada, al cruce de caminos en el que hay que tomar una decisión, al hecho de que quede mucho o poco camino por recorrer...
- Puentes. De nuevo, una imagen muy clásica del modo en que se pueden generar conexiones entre los dos.
- La goma o la cuerda. Hablamos de estirar mucho la cuerda o de si la goma elástica está demasiado tensa y hace que todo pueda saltar por los aires.

Como es evidente, cada mediador desarrollará su propia serie de metáforas que tengan sentido para él y que le ayuden a transmitir a sus clientes el mensaje de que les ha entendido y les devuelve lo que el mediador ha captado de su problemática a través de una imagen ejemplificadora que es la metáfora.

2.5. Fase cuatro: las sesiones ordinarias. Caucus

Situados ya en pleno “periodo crucero” de la intervención, que comenzó con esa sesión en la que les hemos presentado su hoja de ruta inicial, corresponde ahora un número de sesiones ordinarias, que variará en función de la situación en la que se encuentren y el avance que vayan haciendo. En estas sesiones ordinarias se van abordando uno a uno los temas enunciados por el mediador como áreas de intervención.

Se empieza por aquellos temas que ayudan a restablecer la comunicación y a rebajar el nivel de tensión entre ellos dos. Fundamentalmente pautas de

comunicación y modos de abordaje de la gestión de la disparidad o el conflicto entre ellos.

El *beneficio terapéutico inicial* que experimentan muchos mediados es grande sin haber prácticamente empezado a trabajar con ellos. Sencillamente experimentan un alivio, que es real, al sentir que han manifestado todo lo que llevan dentro, acumulado muchas veces durante años. Han percibido que la otra parte les ha escuchado y quizá ha entendido un poco más. Valoran mucho el esfuerzo del otro por estar allí y por último también se sienten reconfortados por saber que alguien con mirada profesional se está adentrando en su problemática con la idea de encontrar una solución. Por eso es importante aprovechar bien este “viento de cola”.

Cuanto antes empiecen a percibir un cambio de actitud en el otro y una capacidad para restablecer la comunicación en lo más ordinario, y quizás vetando también algunos temas que se consideran más espinosos, más rápido avanzarán en la dirección adecuada.

El ritmo de sesiones en esta altura de la intervención tendrá que ser adaptado a la situación que estén viviendo: si la tensión es alta y las discusiones frecuentes no se debe dejar pasar más de una semana entre sesión y sesión. Si se espacian demasiado se corre el peligro de que se enquisten algunas de esas discusiones y tengan la sensación de estar bloqueados y de que la intervención no está sirviendo para nada.

Sí por el contrario estamos ante unos clientes cuya problemática tiene más que ver con cuestiones de fondo...en esos casos a lo mejor ya podemos empezar a espaciar un poco más las sesiones y tenerlas cada diez o catorce días.

2.5.1. *El caucus*

Está previsto en la intervención que en distintos momentos el mediador proponga hablar a solas con cada uno de ellos durante unos minutos durante la sesión, al comienzo o al final: es el *caucus*,⁴²¹ al que ya nos hemos referido en la fase

⁴²¹ S. ROZENBLUM DE HOROWITZ, *Mediación*, cit.

inicial. Y al igual que en la fase inicial, estos momentos son fundamentales en el desarrollo y en el avance del proceso de mediación. Dan la oportunidad de hablar en tono personal y preguntarles cómo se sienten realmente por dentro, de estado de ánimo, de nivel de esperanza, etc.

No hace falta prevenirles de que eso ocurrirá en la siguiente sesión, pero tampoco hay impedimento para que, si el mediador lo ve claro, se lo anuncie comentándoles que “en la siguiente sesión os veré un rato a solas.”

Es un buen momento para trabajar con cada uno de ellos en qué aspectos deben cambiar y mejorar personalmente para aportar un input más positivo y de mayor crecimiento a su relación. Por supuesto, si hay asuntos confidenciales que uno de los dos, o los dos, han comentado al mediador, es importante aprovechar y provocar estos encuentros a solas para preguntarle por cómo están yendo las cosas en ese aspecto particular.

En el caucus el mediador acentúa más un papel de coach o acompañante.

Todo el contenido de las conversaciones privadas entre el mediador y el cliente a solas se queda entre ellos dos sin que pueda emerger nada de lo que ahí se aborde en la sesión conjunta.

En el manual de Beyebach y otros,⁴²² que recoge técnicas en terapia breve con parejas, nos encontramos algunas que pueden ser de utilidad en la intervención del mediador especialmente en esta cuarta fase. Comenzamos hablando de las técnicas del manual cuya finalidad es la de estimular los pensamientos positivos en los dos miembros de la pareja.

⁴²² M. BEYEBACH; M. HERRERO DE VEGA, *200 tareas en terapia breve: individual, familiar y de pareja*, 1a. edición digital, Herder, Barcelona, 2016, fecha de consulta 25 septiembre 2024, en <http://www.digitaliapublishing.com/a/61343/>.

2.5.2. *El radar positivo*

Se le explica a la pareja que todos tenemos un radar negativo que ayuda a detectar las cosas que nos hacen daño y un radar positivo que capta todas aquellas señales que nos hacen sentir bien.

Como tarea para la próxima sesión se les propone que cada uno de ellos elabore una nota bajo el nombre *radar positivo*, en la que van a ir escribiendo aquellos gestos que día a día vean en el otro y que les hagan sentir bien. Puede ser la sensación placentera de ver guapo o guapa a tu pareja, el sentimiento de gratitud porque ha preparado una buena cena, o la satisfacción de ver cómo se porta con tus seres queridos.

La idea obviamente es tratar de cambiar el prisma.

Normalmente las parejas que vienen a la mediación están demasiado acostumbradas a fijarse en todo aquello que no le gusta del otro. Se quedan muy bloqueados por los sentimientos negativos que el otro provoca en uno mismo. Pues bien, con esta sencilla práctica lo que se pretende es revertir esa situación haciendo hincapié en todo aquello que me gusta de mi pareja y al mismo tiempo poniendo en valor los gestos positivos que el otro hace. Esto último, el sentirse reconocido por la pareja en los esfuerzos que está haciendo, es algo muy estimulante para continuar en esa misma senda.

A la hora de trabajar en la sesión con los resultados de esta pequeña actividad, el mediador puede elegir entre pedirles las tarjetas a cada uno y leerlas él en voz alta, o pedirles a ellos mismos que la lean y le preguntaremos al otro si es consciente de haber hecho esos actos que ha identificado su pareja, con la intención de agradar.

2.5.3. *La lista de cuidados*

Durante la sesión, se le pide a cada uno de los dos que enumeren una serie de actos del otro que le ayudan a sentirse cuidado y querido. Pueden hacerlo por escrito reflexionando unos minutos. Después se les pide que lo lean en voz alta y si se considera oportuno, por el clima que tiene en ese momento la pareja, se lo pueden intercambiar y así en la siguiente sesión cada uno podrá comentar

cuáles de esos actos o gestos se han producido y el impacto que ha tenido en él o ella personalmente. Este tipo de tarea está muy indicado para parejas o para personas que reconocen abiertamente que no saben qué hacer para agradar al otro. Aunque pueda parecer que al dar estas pistas podría perder el valor la propia acción de servicio o de atención a la pareja, lo cierto es que en el día a día, el hecho de estar dispuesto a esforzarse por hacerlas no se puede entender sino como una muestra de amor y atención hacia el otro. Y así le llega a la pareja, lo que contribuye a generar un mayor número de actos que puedan ser captados por el radar positivo.

2.5.4. Sesión de fotos

Como tarea para la siguiente sesión deben dedicar un buen rato a sentarse juntos en el sofá y dedicarse a ver fotos de los dos en tiempos pasados. Cuando eran novios, fotos de la boda, de los primeros años de casados, con los bebés, en viajes que hayan hecho, etc.

Como pauta fundamental deben tener prohibido hacer referencia al presente estableciendo comparaciones en las que lamenten la situación actual y echen de menos esos buenos momentos juntos. No puede haber ningún tipo de reproche en la sesión de fotos. Deben tan solo recrearse en los buenos recuerdos que les evoca tal o cual foto y comentar de manera narrativa los hechos que las fotos evocan.

Esta tarea tiene como finalidad hacer presentes también los buenos momentos que han pasado juntos, para aportar una dosis de realismo y objetividad en el momento actual en el que están sufriendo una crisis y pueden caer en el error de pensar que su relación fue siempre infeliz y negativa.

2.5.5. La sorpresa

En un momento de sesión individual, el mediador propone a cada uno de los dos en privado que en los próximos días prepare una sorpresa para su pareja haciendo algo que sepa que le gusta. Puede ser algo muy sencillo como comprarle su postre favorito, o más elaborado como reservar en el restaurante

en el que se conocieron... En todo caso algo que de verdad sea sorpresivo por inhabitual y que rompa por completo la rutina entre los dos.

Vale la pena detenerse unos minutos para asegurarse de que nuestro cliente entiende la naturaleza de la acción que se espera de él o ella, porque quizás la imaginación no le aporte ningún gesto suyo que pueda sorprender a su pareja positivamente. En ese caso sería bueno dedicar unos minutos a hablar sobre los gustos y preferencias de su pareja en privado, ayudándole así a evocar momentos o situaciones del pasado que hayan hecho disfrutar a su pareja y poder por lo tanto replicarlos.

A veces la dificultad para dejar volar la imaginación y pensar en algún gesto que pueda de verdad sorprender al otro, viene del estado de ánimo en el que se encuentra la persona que le impiden poner ilusión en organizar esa sorpresa. Por eso es tan importante abordar esta actividad en privado, para poder enmarcarla bien dentro del trabajo que estamos haciendo y animar a la persona a hacerlo, aunque no se encuentre especialmente motivada. Será esencial ayudarle a entender que no se trata de hacer un teatro, sino de poner esfuerzo en generar una dinámica más positiva y en agradar a la otra persona.

2.5.6. La cita

Cada uno preparará una cita romántica un día de la semana y lo irán haciendo así por semanas alternas. El que se esté encargando esa semana debe prever todo: la reserva del lugar, la cobertura de los niños si fuera necesario... El propósito de esta técnica es hacer que los dos tomen responsabilidad acerca de la propuesta de planes lúdicos que estimulen su vida de pareja y que les saquen de la rutina y estimular emociones quizás dormidas.

En el desarrollo de esa velada no deben hablar de cuestiones problemáticas entre ellos ni tampoco de logística doméstica. Deben recuperar la actitud que tenían cuando eran novios y tenían una cita.

Beyebach presenta también en su manual algunas técnicas que sirven para bloquear las interacciones negativas. Ese modo de relacionarse tan habitual entre las parejas que acuden a mediación y que les tiene bloqueados en un círculo vicioso de acción y reacción negativa de uno respecto del otro.

2.5.7. Caminar a ciegas

Cuando la comunicación entre los dos es complicada y beligerante, se puede plantear esta fórmula según la cual los dos se irían a un lugar tranquilo donde poder caminar y hablar solos. Con la peculiaridad de que lo harían del siguiente modo: él va caminando al lado de ella, cierra los ojos y se agarra del brazo de ella, que es realmente quién le va a guiar, ya que él no ve ni siquiera por dónde va pisando. Con los ojos cerrados empieza a hablar, abriendo su corazón y vaciando lo que lleva dentro. Así pueden transcurrir unos cuantos minutos mientras van caminando tranquilamente, pero sin pararse hasta que él haya terminado. A continuación, ella hará exactamente lo mismo.

Con esta técnica se trabajan varios elementos:

- La introspección, ya que el cerrar los ojos ayuda a mirarse por dentro y poder ir verbalizando todo lo que va fluyendo en un contexto tranquilo en el que se sabe escuchado y con la seguridad de que no va a ser interpelado ni interrumpido.
- La escucha. La persona que mantiene los ojos abiertos y va guiando el camino estará prestando total atención a lo que dice el otro, consciente de que no puede intervenir ni aportar nada en ese momento.
- La confianza. Cerrar los ojos y confiar en que la persona que va a tu lado conoce el camino genera una especie de abandono confiado en el otro.
- El vaciado. Actuar así favorece mantener un discurso propio, genuino y no reactivo a los comentarios o a los gestos o mímicas del otro

2.5.8. Transformar quejas y reproches en deseos

Sobre todo en las primeras sesiones, conviene destapar los temas que más generan conflictividad entre ellos. Para ello, se les puede proponer que elaboren una lista de quejas y reproches hacia el otro en una primera columna; y al lado en otra columna transformar esos reproches en deseos. Como ejemplo, estamos hablando de situaciones como la siguiente:

Queja: ¡no te encargas de nada de la casa!

Deseo: necesito mirarte como la persona con la que hago equipo.

Queja: Me has vuelto a dejar tirada cuando tu hermana me estaba poniendo verde.

Deseo: Lo único que te pido es que muestres que estás de mi lado y le pares los pies a tu hermana, ya sé que ella no va a cambiar. A mí me bastaría con verte de mi lado.

Este tipo de actividad es preferible realizarla durante la sesión. Muchas veces será recomendable que cada uno se ponga en un sitio distinto de la sala, para no interferir en lo que hace el otro, ni cruzar miradas... para facilitar en definitiva que se puedan concentrar bien en la actividad.

2.5.9. Agravios y desagravios

Cuando una pareja se encuentra en crisis, la convivencia es muy compleja y confrontacional. Además, existe un histórico de situaciones de desencuentro y de enfrentamiento entre los dos que se siguen poniendo en pie e interfiriendo en la relación actual.

Muchas veces al mejorar la convivencia, renovar el compromiso y la dedicación a la relación y cuidar y esmerar el trato entre los dos, se produce un efecto que diluye los malos recuerdos del pasado. Pero en otras ocasiones esas malas experiencias pasadas siguen demasiado presentes, a pesar de haber ido avanzando en el proceso de mediación y en la mejora de la relación.

Para esas situaciones puede ser útil pedirle a cada uno que elabore una lista de agravios del pasado que aún duelen dentro y que al lado de cada agravio escriba que actos de desagravio pueden ayudarle a pasar página y dejar atrás esa situación de agravio. Puede que sea oportuno que trabaje esa relación individualmente con el mediador para que le ayude a identificar en qué modo puede superar y dejar atrás el dolor que le infligió tal conducta de su pareja.

2.5.10. *La separación terapéutica*

En aquellos casos en los que no hay avance y la pareja contempla la ruptura, puede ser una opción presentarles la posibilidad de separarse durante un período de tres meses. Vivirán en casas separadas, pero mantendrán la fidelidad entre ellos exactamente igual que cuando vivían juntos.

Durante ese periodo los dos se comprometen a luchar por la relación y a trabajarla como si fueran novios: proponiendo citas, cuidándose especialmente el uno al otro, intentando tener detalles y dar sorpresas... Después de cada cita al llegar a casa escribirá cada uno en un diario personal cuáles son las emociones que ha vivido respecto a la otra persona y como se siente él o ella mismo. Acudirán quincenalmente al mediador para reunirse en privado y poder comentar los contenidos del diario y la evolución de la situación.

El mediador podrá prever, si lo considera oportuno, una sesión o varias conjuntas en las que participen los dos miembros de la pareja. Transcurridos los tres meses se reunirán con el mediador para valorar el punto en el que se encuentran y tomar decisiones.

2.5.11. *Time out*

Esta técnica clásica para el mediador ofrece una salida en situaciones en las que no puedan encontrar la respuesta a la cuestión que se está planteando. Efectivamente, el mediador no tiene respuesta para todo y siempre, es decir, que a veces la respuesta es precisamente: no tenemos una respuesta.

Esto lo tenéis que pensar más. Le damos una vuelta y lo volvemos a hablar en la próxima sesión.

Hay que procurar que una situación así no se dé al final de la sesión para no cerrar con una situación de incertidumbre y que se vayan de la sala de mediación con la impresión de que no están llegando a abordar los temas importantes.

2.6. **Fase cinco: en modo ITV y el alta**

En la explicación inicial del proceso de mediación se les informó que este proceso tiene una duración determinada; seguramente incluso se hizo referencia

a lo que se contiene en algunas regulaciones jurídicas de la mediación, que establecen una duración máxima del proceso de mediación de tres meses o doce sesiones, lo que antes ocurra.

Si estamos trabajando en un despacho privado, evidentemente no existe una obligación de poner fin a la mediación en ningún momento concreto, pero sí que será muy recomendable que quede claro que el proceso tiene un comienzo y un fin.

En ese sentido, a medida que se avanza con las sesiones y se logra una mejoría, se espacian las sesiones a dos semanas, después a tres semanas, para pasar después a sesiones mensuales cuando ya están de verdad más cerca del final. En esas circunstancias, cuando el mediador percibe que ya están en condiciones de ir acabando, puede ser oportuno comentárselo a ellos. Pero incluso, aunque el mediador no haya hecho ese comentario, esa misma realidad estará en el ambiente entre los tres, si están ya viéndose en sesiones más espaciadas y en las últimas sesiones el progreso era bueno. A nadie sorprenderá entonces que, en una sesión, el mediador les manifieste precisamente que han conseguido los objetivos que se planteaban inicialmente y que pueden ya estar en un momento cercano al final de la intervención.

Si vemos que este anuncio les genera cierta ansiedad, podemos tranquilizarles explicando que la idea es tener todavía otra sesión más, quizás dos, cada seis semanas. Pero si no reaccionan con preocupación, que es lo más habitual, se alegrarán mucho de que el profesional constate que les va muy bien.

Es muy recomendable que el mediador manifieste que está allí para ayudarles si fuera necesario en el futuro, anticipando que no es probable que sea necesario porque ya tienen una idea clara de dónde puede agrietarse el casco de su barco y también tienen las herramientas para poder reaccionar con prontitud e impedir que las cosas vayan a más. En esa sesión que anticipa el final, el mediador habrá preparado una revisión de todos los puntos que eran áreas de intervención inicialmente, de acuerdo con lo que habían abordado juntos en las sesiones iniciales. Irá recorriendo cada uno de los puntos preguntándoles cómo están y dónde se encuentran. Es el momento de recordarles aquellas áreas a las que

deben prestar siempre atención especial, sobre todo ahora que comienzan a caminar más en solitario.

Comienza una etapa que podría denominarse ITV, por semejanza con la inspección técnica de vehículos, pautando una reunión de revisión a los dos meses de acabar o a los 3 meses. Será muy importante que en esa sesión recorramos precisamente esos puntos concretos que fueron áreas de intervención al inicio, para saber exactamente cómo están. Pero también, como es normal, habrá que preguntarles cuál es el tono general de su relación y si hay algún asunto más que quieran abordar.

2.7 El estatuto del mediador y su código deontológico

Como ya vimos en la sección de legislación, desde la Comisión Europea se ha elaborado un Código de Conducta que recoge una serie de principios y normas de actuación a los que los mediadores de los países miembros de la Unión Europea pueden adherirse de forma individual y voluntaria ⁴²³

En este contexto del estatuto del mediador queremos mencionar a Javier Escrivá, catedrático de la Universidad de Valencia, en su publicación sobre la mediación familiar⁴²⁴ nos habla de las virtudes primarias del mediador familiar y el autor se refiere a la modestia y a la sensatez.

Estas dos virtudes fundamentales son después desarrolladas en tres aspectos que, de acuerdo con el autor, deben inspirar y guiar la actuación de los mediadores cuando se sienten delante de una pareja para abordar el conflicto que tienen y para el que piden ayuda:

- seamos realistas
- seamos idealistas
- seamos responsables

⁴²³ COMISIÓN EUROPEA, «Portal Europeo de e-Justicia -Código de conducta europeo sobre mediación», cit.

⁴²⁴ J. ESCRIVÁ-IVARS, *Matrimonio y mediación familiar*, cit.

Realistas.

El mediador debe mantener los pies en la tierra y ante su intervención debe hacerse las siguientes preguntas:

- a) ¿Se beneficiarán las partes del proceso de mediación?

El mediador no puede pecar de entusiasmo y abocar a un proceso a dos personas que quizás no se encuentran en situación de poder beneficiarse del mismo; o lo que es peor que les pueda resultar perjudicial.

- b) ¿Han elegido libremente estar en ese proceso de mediación los dos?

Conviene que el mediador reafirme ese principio de libertad y de voluntariedad de los dos para estar allí, por más que pueda haber un promotor de la mediación, que será quien tenga la iniciativa, y otro que se una a la misma, pero los dos deben estar allí haciendo uso de su libertad personal. De otro modo no servirá de nada la intervención.

- c) ¿Hay igualdad entre los dos de manera efectiva?

Habrà que estar atento a las condiciones en las que acuden cada uno de ellos a la mediación; si el mediador identifica cierta falta de igualdad deberá ser él el agente de equilibrio y de compensación reforzando a uno y llamando la atención al otro acerca de su posición de exceso de poder o autoridad.

- d) ¿Hay terceros implicados, cuáles son sus intereses?

Estamos hablando por supuesto de los hijos, pero no solo de ellos, cualquier tercera persona que se pueda ver afectada por los resultados del proceso deberá hacerse presente alguna manera a través de la persona del mediador.

- e) ¿Es aconsejable que el mediador se entreviste con los hijos u otros familiares? En caso afirmativo se trabajará minuciosamente el contenido de esa entrevista, las necesarias condiciones de confidencialidad y cualquier otro aspecto relevante.

Idealistas

Todos los elementos mencionados en la relación anterior no nos pueden hacer perder de vista que el mediador familiar tiene ante sí un desafío muy alto, cuál es el de intervenir en un proceso de dificultad familiar seria, en el que él o ella pueden ser factores clave para que esas personas vuelvan a encontrarse.

Por estas razones, la visión antropológica y humanista que tenga el mediador debe impulsar su actuación, sabiendo que lo que está en juego es fundamental para la felicidad de las personas para las que trabaja.

Podemos incluir también aquí, en este párrafo dedicado al idealismo, el elenco de virtudes y características del buen mediador que nos propone Escrivá, porque probablemente cualquier mediador que lea esta relación, deseará poder encontrarse en posesión de todas estas características:

“flexible, dúctil, inteligente, sagaz, paciente, tolerante, persuasivo, digno de respeto, no defensivo, objetivo, desapasionado, libre de prejuicios, honesto, sincero, oyente eficaz, imaginativo, creativo, hábil, enérgico, dinámico, honrado, probo, íntegro, empático, con sentido del humor, de buen talante, perseverante, etc.”

Responsables

La actuación responsable del mediador le llevará a asumir plenamente el peso de la intervención con todas sus implicaciones y posibles impactos, como veíamos; pero también le hará ser muy consciente de sus propias limitaciones, por lo que siempre que lo vea oportuno y necesario procederá a la denominada derivación.

En este contexto Escrivá nos recuerda el consejo de Hipócrates:

“Médicos, por lo menos no causéis daño”

En su intervención el mediador debe limitarse a hacer aquello para lo que se siente preparado y competente profesionalmente; cuando identifique una necesidad de intervención que le exceda buscará un profesional de su confianza, psiquiatra terapeuta, abogado, etc. al que remitirá a su cliente.

VI. PROPUESTA DE MODIFICACIÓN LEGISLATIVA

Corresponde en esta fase final de la tesis hacer una propuesta de modificación legislativa en la regulación de la mediación familiar para incorporar esa dimensión restauradora a la que nos hemos referido de manera reiterada en el desarrollo de los apartados de este trabajo.

Hemos querido argumentar acerca de la pertinencia del enfoque restaurador en el trabajo con las familias en situación de conflicto, basándonos tanto en cuestiones antropológicas, psicológicas y sociológicas. Y atendiendo además a la regulación legal de la mediación en distintos entornos, para identificar los elementos de esos textos legales que van en línea con el modelo de mediación restauradora.

Conviene ahora recordar cuáles son esas referencias que nos sirven como fundamento para presentar nuestra propuesta de modificación legislativa.

En primer lugar, el art. 39 de nuestra Constitución que establece la protección social, jurídica y económica de la familia. Como ya vimos en el apartado correspondiente, el desarrollo del texto constitucional se ha centrado más en las disposiciones dirigidas a asegurar la cobertura desde el punto de vista social, con medidas que atienden a esas necesidades sociales de la institución familiar. Sin embargo, la protección jurídica, que es la que queremos destacar ahora, no

aparece desarrollada de una forma tan nítida. Por eso es menester acudir a la interpretación del texto constitucional. Parece razonable que la protección a la familia del art. 39 se ponga en conexión con el art. 32 sobre la institución matrimonial, por su intrínseca y frecuente conexión, aun cuando el concepto de familia de nuestra Constitución no es explicitado expresamente en el texto constitucional. Por tanto, si vamos en esa línea de entender la familia como institución basada en los vínculos conyugales y de sangre, la protección jurídica de la familia incluiría necesariamente la protección jurídica del matrimonio como elemento fundante de la misma. Así, si aceptamos este planteamiento de López Muñiz⁴²⁵, resulta coherente concluir que, para la proyección de la familia, la institución del matrimonio y su estabilidad merece la atención de los poderes públicos y del legislador con el fin de arbitrar medidas que acompañen, cuando sea deseado y solicitado por los interesados, el mantenimiento de esa estabilidad.

Preservar la estabilidad del matrimonio y de la familia es un aspecto medular de la MFR® que hemos desarrollado a lo largo de este trabajo. Frente a una extendida visión de la mediación familiar como herramienta que interviene en las actuaciones relacionadas con la toma de acuerdos dirigidas a la separación, entendemos que la mediación cumple su relevante función, además de en esas instancias, en cualquier situación de confrontación familiar. En efecto, la mediación familiar restauradora no solo interviene ante el estallido de un conflicto abierto para tratar de superarlo y atender la relación entre las partes, sino que, con una intencionalidad aún más ambiciosa, buscará intervenir de manera preventiva para evitar que ese conflicto llegue a estallar. Potenciando esta finalidad preventiva de la mediación se hace efectivo un gran servicio a la persona, como ya hemos visto, evitándole tanto deterioro y sufrimiento en el proceso de confrontación, y a la sociedad que se vería libre de las nefastas consecuencias de la crisis familiar que también hemos recogido profusamente.

⁴²⁵ J. L. MARTÍNEZ LÓPEZ-MUÑIZ, *La familia en la Constitución española*, cit.

Nuestra propuesta de modificación legislativa de la Ley de Mediación pretende una dimensión verdaderamente restauradora al servicio de las familias. Las nuevas propuestas de redacción que aparecen señaladas a continuación están escritas en negrita y el párrafo a eliminar, si procede, aparece entre paréntesis.

PREÁMBULO I

Una de las funciones esenciales del Estado de Derecho es la garantía de la tutela judicial de los derechos de los ciudadanos. Esta función implica el reto de la implantación de una justicia de calidad capaz de resolver los diversos conflictos que surgen en una sociedad moderna y, a la vez, compleja. En este contexto, desde la década de los años setenta del pasado siglo, se ha venido recurriendo a nuevos sistemas alternativos de resolución de conflictos, entre los que destaca la mediación, que ha ido cobrando una importancia creciente como instrumento complementario de la Administración de Justicia. Entre las ventajas de la mediación es de destacar su capacidad para dar soluciones prácticas, efectivas y rentables a determinados conflictos entre partes y ello la configura como una alternativa al proceso judicial o a la vía arbitral, de los que se ha de deslindar con claridad.

(La mediación está construida en torno a la intervención de un profesional neutral que facilita la resolución del conflicto por las propias partes, de una forma equitativa, permitiendo el mantenimiento de las relaciones subyacentes y conservando el control sobre el final del conflicto.)

La mediación está construida en torno a la intervención de un profesional neutral que facilita la resolución del conflicto por las propias partes, de una forma equitativa, conservando el control sobre el final del conflicto y permitiendo el mantenimiento de las relaciones subyacentes, en particular protegiendo la estabilidad familiar.

Se propone añadir un último punto al Preámbulo

PREÁMBULO VII

Por último, se considera necesario incorporar un largo periodo de vacatio legis, de tres años, con varios objetivos, entre ellos permitir la máxima difusión de las reformas que se introducen, dejar margen temporal para la adaptación reglamentaria necesaria y, sobre todo, fomentar la presencia de mediadores en todos los partidos judiciales.

Se modifica el art. 1, que queda redactado con el añadido propuesto a continuación:

Artículo 1. Concepto. Se entiende por mediación aquel medio adecuado de solución de controversias en que dos o más partes intentan voluntariamente, a través de un procedimiento estructurado, alcanzar por sí mismas un acuerdo con la intervención de un mediador.

En los supuestos de mediación familiar el objetivo será prevenir o minimizar los conflictos intrafamiliares, evitar la apertura de procedimientos judiciales de carácter contencioso y preservar y restaurar en todo caso las relaciones entre los protagonistas del conflicto.

Se modifica el apartado 1 del art. 6, que queda redactado como sigue:

Artículo 6. Requisito de procedibilidad y libre disposición.

1. La mediación es uno de los medios adecuados de solución de controversias a los que las partes pueden acudir para intentar encontrar una solución extrajudicial a la controversia y cumplir con el requisito de procedibilidad previsto en el artículo 403.2 de la Ley 1/2000, de 7 de enero, de Enjuiciamiento Civil.

(A efectos procesales, se entenderá cumplido este requisito con la celebración, al menos, de una sesión inicial ante el mediador, siempre que quede en ella constancia del objeto de la controversia y de los demás requisitos establecidos en el artículo 17. A dicha sesión habrán de asistir

las partes, personalmente si se trata de personas físicas, y el representante legal o persona con facultad para transigir, si se trata de personas jurídicas.)

A efectos procesales, se entenderá cumplido este requisito e intentada la mediación, al menos, con la celebración ante el mediador de una sesión informativa y otra sesión exploratoria, que se habrán celebrado en dos días distintos, separados por un mínimo de setenta y dos horas y dentro de los seis meses anteriores a la presentación de la demanda. A dichas sesiones habrán de asistir las partes, personalmente si se trata de personas físicas, y el representante legal o persona con poder para transigir, si se trata de personas jurídicas.

Se modifica el apartado 2 de la Disposición adicional segunda, que queda redactado como sigue:

Disposición adicional segunda. Impulso a la mediación.

1. Las Administraciones públicas competentes para la provisión de medios materiales al servicio de la Administración de Justicia proveerán la puesta a disposición de los órganos jurisdiccionales y del público de información sobre la mediación como alternativa al proceso judicial.

(2. Las Administraciones públicas competentes procurarán incluir la mediación dentro del asesoramiento y orientación gratuitos previos al proceso, previstos en el artículo 6 de la Ley 1/1996, de 10 de enero, de Asistencia Jurídica Gratuita, en la medida que permita reducir tanto la litigiosidad como sus costes.)

2. Las Administraciones públicas competentes incluirán la mediación dentro del asesoramiento y orientación gratuitos previos al proceso, previstos en el artículo 6 de la Ley 1/1996, de 10 de enero,

de Asistencia Jurídica Gratuita ⁴²⁶ , en la medida en que esta mediación se realice con la finalidad de cumplir el requisito de procedibilidad dispuesto en el artículo 5 de la Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia.

Se añade una nueva disposición final décima con la siguiente redacción:

Disposición final décima. Modificación de la Ley 1/1996, de 10 de enero, de asistencia jurídica gratuita.

La Ley 1/1996, de 10 de enero, de asistencia jurídica gratuita, queda modificada como sigue:

Se modifica el apartado 11 del artículo 6, que queda redactado como sigue:

(11. La asistencia gratuita de profesional de la abogacía en cualquiera de los medios adecuados de solución de controversias permitidos por la ley que tenga por objeto dar cumplimiento al requisito de procedibilidad dispuesto en el artículo 5 de la Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, cuando en el eventual proceso judicial la intervención de este profesional sea legalmente preceptiva o cuando, no siéndolo, la parte contraria actúe con él.)

11. La asistencia gratuita de profesional de la abogacía en cualquiera de los medios adecuados de solución de controversias permitidos por la ley que tenga por objeto dar cumplimiento al requisito de procedibilidad dispuesto en el artículo 5 de la Ley Orgánica de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia.

Se modifica el encabezado de la disposición final décima con la siguiente redacción:

Disposición final (décima) **undécima**.

⁴²⁶ JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 1/1996, de 10 de enero, de asistencia jurídica gratuita*, vol. BOE-A-1996-750, 1996, fecha de consulta 3 febrero 2025, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1996/01/10/1>.

Entrada en vigor. La presente Ley entrará en vigor a los veinte días de su publicación en el «Boletín Oficial del Estado».

CONCLUSIONES

Tras el largo recorrido de investigación que se ha plasmado en las páginas anteriores, corresponde a continuación condensar, del mejor modo posible, las conclusiones de este trabajo dedicado a la MFR®.

El punto de partida es la constatación de que la actual regulación de la mediación familiar es insuficiente y no alcanza a satisfacer las necesidades e intereses de una sociedad en la que el conflicto y ruptura familiar no ha dejado de crecer, con sus innegables y demostradas consecuencias negativas.

Esta insuficiencia se hace evidente tanto desde el plano normativo, con una ley de mínimos, como desde el plano de la implantación de una cultura de mediación que sigue siendo muy escasa debido, entre otras razones, a la falta de apoyo y promoción desde los poderes públicos con programas y partidas destinadas a la mediación.

Ante esta realidad, el objeto de esta tesis es contribuir al desarrollo de la mediación familiar, proponiendo un modelo concreto de intervención llamado Mediación Familiar Restauradora MFR® que busca, no sólo dirimir el conflicto y superar la confrontación entre las partes, sino además atender especialmente a la preservación y restauración de las relaciones entre quienes están unidos por

un vínculo familiar. La finalidad, por tanto, es el consenso y la pacificación de las relaciones, además del robustecimiento de la estabilidad.

Este modo de intervención se ha demostrado eficaz en los cientos de parejas atendidos a lo largo de estos diecinueve años de práctica de la mediación familiar y con este trabajo pretendemos fundamentar la validez del modelo desde varios ángulos:

- Desde la dimensión antropológica y psicológica, viendo como la naturaleza relacional del hombre se beneficia de una mediación restauradora que le facilita el mantenimiento de relaciones cercanas y satisfactorias, que le resultan necesarias para su felicidad personal.
- Desde el estudio del impacto que la estabilidad familiar tiene en las personas: tanto en su salud física o psíquica, como en otros indicadores de bienestar personal tales como rendimiento laboral, nivel socioeconómico, etc.
- Desde el análisis de la regulación de la mediación en el derecho nacional, comparado y en la normativa autonómica e internacional, en busca de las mejores expresiones legislativas que inspiren una adecuada regulación de la mediación familiar, lo que culmina con una propuesta de modificación de la actual ley de mediación que amplíe y robustezca el recurso a la mediación y que incorpore esa dimensión restauradora.

Comencemos entonces nuestras conclusiones remontándonos al inicio de la regulación jurídica de la mediación familiar, que tuvo su punto de partida en 1998, cuando los ministros europeos manifestaron a través de la Recomendación R98(1), la necesidad de desarrollar esta forma específica de mediación. Lo hicieron afirmando que las crecientes separaciones y divorcios tienen efectos perjudiciales, en especial para el menor. Por esta razón, el pronunciamiento del Consejo Europeo incidió en la necesidad de atender a las relaciones entre los protagonistas de las disputas en el ámbito familiar porque son relaciones que están llamadas a perdurar en el tiempo. Siempre resulta mejor para la sociedad, para el Estado y para su ordenamiento jurídico, en cualquier esfera de actuación, la preservación pacífica y continuada de las relaciones humanas creadas en su seno, que su sistemática precariedad y destrucción. Por último, ese texto del

Consejo Europeo aportó una definición de la mediación familiar en términos muy amplios, refiriéndose a la resolución de conflictos entre miembros de la misma familia.

Tuvieron que pasar diez años para que viera la luz la Directiva sobre la mediación en asuntos civiles y mercantiles, que se limitó a regular las cuestiones relacionadas con las mediaciones transfronterizas con protagonistas residentes en distintos países. El texto encargaba al Parlamento Europeo un estudio para que hiciera un seguimiento de la implantación de la mediación en los países miembros de la Unión Europea.

El Parlamento Europeo, efectivamente, realizó esa revisión y publicó sus informes en 2011, 2014 y 2017. En ellos constata la escasa implantación de la mediación, llegando en 2014 a tildar la situación de *paradoja de la mediación* en el sentido de que, a pesar de las enormes ventajas de esta institución (también en términos económicos y de tiempo), se utiliza en menos del 1% de los conflictos tanto civiles como mercantiles. En ese mismo informe de 2014 el Parlamento llama a “relanzar” la mediación con algunas propuestas concretas que van desde la *obligatoriedad mitigada*, que haría que la mediación fuera requisito indispensable antes de iniciar la vía procesal en ciertos litigios, hasta la inclusión de la mediación como asignatura en las facultades de derecho. El informe aporta ejemplos de universidades americanas que presentan iniciativas tales como la implantación de incentivos a la mediación, creación de embajadores de la mediación para propagar buenas prácticas, etc.

Como hemos podido comprobar, las instituciones europeas desde 1998 promueven y favorecen la mediación por sus innegables ventajas.

En el ámbito nacional, la Constitución Española en su art. 39 consagra la protección social, económica y jurídica de la familia como un deber del Estado, en la misma línea que lo han hecho las declaraciones y textos internacionales sobre los derechos de la persona. Sin embargo, en los artículos siguientes de la Constitución, que recogen las medidas de protección social y económica, no hay mención expresa a la familia. La experiencia del tiempo transcurrido desde 1978

demuestra que todas las medidas —tanto de políticas sociales como fiscales— han atendido más a una necesidad de intervención social para personas en riesgo de exclusión social, que a una acción dirigida expresamente a fortalecer la institución familiar. Si esto decimos del plano social y económico, en el plano jurídico la protección de la familia se ha especificado aún menos, desde el momento en que el ordenamiento jurídico ni siquiera aporta una definición de lo que se entiende por familia. ¿Cómo se puede proteger eficazmente aquello que ni siquiera se puede definir o conocer?

Si interpretamos, como hace algún sector doctrinal, que la familia se origina de forma mayoritaria en el matrimonio, regulado en el art. 32 de la Constitución, la conclusión sería que la protección jurídica de la familia se concretaría en la protección del vínculo conyugal, es decir la protección jurídica de su estabilidad y, con ella, de la familia. Algo a lo que la mediación familiar restauradora contribuye, al contemplar la estabilidad familiar como un bien a proteger.

Esa protección de la estabilidad conyugal es lo que encontramos fuera de nuestro país con el surgimiento del denominado *matrimonio alianza*, que se aprobó en la legislación de tres estados norteamericanos y que supondría un compromiso reforzado de los contrayentes con la estabilidad de su matrimonio, comprometiéndose a poner las medidas necesarias de prevención y de refuerzo tanto en la constitución del matrimonio como ante una posible crisis.

Este enfoque, protector de la estabilidad familiar, no aparece de modo explícito en ningún rincón de la normativa española, tan solo hallamos referencias al “interés de la familia” o al “supremo interés del menor”. Tampoco encontramos mención en la reciente Ley de Familias de 2023, que por primera vez recoge y unifica todas las disposiciones dirigidas a la protección de la familia.

En efecto, si estudiamos la normativa nacional actual en materia de familia, arrancaríamos con la Ley 30/1981, de 7 de julio, por la que se modifica la regulación del matrimonio en el Código Civil y se determina el procedimiento a seguir en las causas de nulidad, separación y divorcio; en definitiva, introduce el divorcio en nuestra legislación. Años después la ley de divorcio de 2005 afectó directamente al estado de la cuestión en lo que a estabilidad matrimonial y

familiar se refiere. Eliminó el divorcio causal, de manera que la sola voluntad de uno de los contrayentes es suficiente para sustanciar un proceso de divorcio, agilizó los plazos y eliminó el requisito de periodo de separación previa. Todo esto se plasmó en un fuerte incremento de los divorcios en España que se multiplicaron por 2,5 pasando de ser unos 50.000 en 2004 a más de 126.000 en 2006.

Fue precisamente en el preámbulo de esta ley en el que se mencionó, por primera vez en la legislación española, la mediación familiar, pero más bien circunscrita a su función como instrumento de consenso que evite la litigiosidad en los procesos conyugales y palíe los efectos negativos de la ruptura. Se apuntaba en dicho preámbulo a la conveniencia del desarrollo de la mediación, algo que no ocurrió hasta siete años después.

La Ley de Mediación aprobada en 2012 vino a dar cumplimiento, con cierto retraso, al mandato de la directiva comunitaria y se convierte en la primera ley nacional de mediación. No aporta gran novedad frente al derecho comparado o la normativa de las comunidades autónomas, que en su mayoría ya habían legislado en la materia. Mantiene un concepto amplio de mediación e incide en sus componentes fundamentales de imparcialidad, confidencialidad y voluntariedad. La realidad es que esa mediación invocada en la ley de 2005 y regulada en la ley de 2012 no constituye una verdadera herramienta con potencialidad restauradora de las relaciones entre los dos protagonistas de un conflicto, sino que se limitó, con un enfoque de mínimos, a cumplir los requisitos de transposición de la Directiva Europea y con celeridad para evitar una sanción porque ya había cumplido el plazo. La mediación, de hecho, no ha ganado gran presencia en la sociedad española. Por esta razón, y haciéndose eco de la Recomendación del Parlamento Europeo de 2014, el Gobierno español elaboró un Anteproyecto de Ley de Impulso a la Mediación en 2019 que podría haber constituido una apuesta firme por la mediación. Este texto comienza por identificar *una falta de cultura de mediación* en España, por lo que no duda en proponer medidas más comprometidas como, entre otras cosas, la

obligatoriedad de tener al menos la sesión informativa y constitutiva de mediación en un gran número de procesos.

Dicho anteproyecto no vio la luz porque el periodo legislativo llegó a su fin sin que se llegara a tramitar. Sin embargo, podría marcar la senda a seguir en el futuro.

Así, en enero de 2025 se publicaba la Ley Orgánica de medidas de eficiencia en el Servicio Público de Justicia, que promueve de forma decidida el acceso a los métodos adecuados de solución de controversias, en los que las partes recuperan las riendas del conflicto para resolverlo del mejor modo posible, con el acompañamiento de profesionales expertos como los mediadores.

Si descendemos al panorama normativo autonómico, comprobamos un gran paralelismo en los contenidos de las leyes que aluden invariablemente a los principios generales de la mediación y a ese concepto amplio de la misma.

La tesis ha analizado dichas leyes, destacando algunos elementos de las normas autonómicas que aportan a la visión restauradora de la mediación, sirviendo por tanto de referencia. Ese es el caso de la ley madrileña que destaca el carácter preventivo de la mediación familiar, que no solo minimiza los conflictos y evita los procesos judiciales, sino que está llamada a intervenir antes de que estos puedan presentarse. También destaca la ley Balear que menciona el “preservar la estabilidad familiar” concepto, como hemos comentado, muy poco presente en los textos legales y tan medular, sin embargo, en el concepto de mediación restauradora. Y por último la ley valenciana que al tratar de la finalidad de la mediación afirma buscar “la recomposición y preservación de la unidad familiar”, o en todo caso “minimizar los efectos negativos de la ruptura.”

Investigando más allá de nuestras fronteras se encuentra, en el derecho comparado, el caso de Italia, que destaca en el entorno UE por tener el más alto número de mediaciones por año, más de 200.000. Consecuencia, qué duda cabe, del carácter obligatorio de la mediación en un número tasado de procedimientos. El caso italiano ilustra una posible aplicación de esa “obligatoriedad mitigada” a la que se refiere el Parlamento Europeo en su informe

de 2014, como ya hemos comentado, y que también aparece en el citado anteproyecto español de ley de promoción la mediación.

El Reino Unido es la cuna de la mediación; por tanto, a pesar de estar prevista la obligatoriedad de acudir a mediación sólo en reclamaciones de cantidades inferiores a 10.000 libras, la práctica, en el ámbito de familia, por ejemplo, es que se acude de forma mucho más natural y frecuente a los servicios de mediación. Esa fuerte presencia cultural de los métodos alternativos de resolución de conflictos se concreta también en que los abogados tienen la obligación de informar a sus clientes de la existencia de estos métodos antes de iniciar un proceso.

Alemania por su lado introduce el carácter obligatorio de la mediación tan solo en disputas vecinales, al igual que Austria, por difamación o si se reclaman cantidades inferiores a 750€.

En los Estados Unidos de América identificamos la presencia de la mediación desde la llegada de los colonos ingleses, por lo que no resulta necesario promover la cultura de mediación, a diferencia de lo que sucede en Europa. Los servicios estatales aportan datos llamativos de eficacia al constatar que los métodos alternativos de resolución de conflictos alcanzan acuerdos en el 75% de los casos produciendo importantes ahorros en tiempo y dinero que también cuantifican estos informes.

Australia cierra este breve recorrido por el mundo anglosajón y de nuevo se constata una fuerte presencia de la cultura de mediación de ascendencia inglesa. La ley Australiana de Familia data de 1975. Su reforma más reciente es de 2019. Dicha ley distingue entre los servicios públicos de acompañamiento y consejo familiar, dirigidos a resolver y restaurar, y los servicios de resolución de disputas que persiguen acuerdos consensuados en el proceso de ruptura. Un ejemplo del enfoque reforzador de la ley australiana sería la obligada referencia a una “posible reconciliación” que están llamados a hacer los profesionales que trabajan en los procesos de ruptura, en los servicios públicos de familia.

Cerramos el capítulo relativo a la regulación legal de la mediación con una referencia al ámbito canónico. Ya desde la Exhortación Apostólica *Amoris Laetitia* la Santa Sede ha mostrado una enorme preocupación por los matrimonios en crisis, que se ha concretado más recientemente con el Itinerario Catecumenal para Matrimonios en el que se aborda la necesidad de intervenir desde el acompañamiento para sanar las heridas y superar las disputas conyugales.

Con la aportación de todos estos datos, apostamos por la conveniencia de la mediación, no sólo para atender las necesidades relacionales de la persona y de su proyecto familiar, sino también en ámbitos más materiales, en los que las ventajas son igualmente notables.

La mediación presupone la existencia de un conflicto o de un disenso entre personas. De ahí que su necesidad se apoye también en elementos cuya investigación pertenece a la antropología y a la psicología. Por eso una referencia a esas ciencias se hace necesaria junto al estudio jurídico del tema. La antropología y la psicología que estudiamos en este trabajo presentan a un ser personal relacional. Esto ofrece el terreno en el que fundamentar nuestra propuesta de mediación familiar restauradora, porque precisamente por ese “ser con los demás” propio de la persona, adquiere sentido el tratar de restaurar las relaciones más íntimas y personales, que son aquellas en las que encontramos la mayor plenitud y felicidad.

Con esta premisa y para entender el contexto del pensamiento actual nos adentramos en una revisión que arranca con la filosofía moderna, desde Descartes, y que presenta diversas corrientes que tienen en común la focalización en el individuo como fundamento, principio y fin. Identificamos en ese siglo XVII un pensamiento racionalista, voluntarista, empírico, idealista e ilustrado que surge como una reacción ante un modo de entender al hombre con un enfoque trascendente y anclado en la figura de Dios Padre Creador, como había venido ocurriendo en épocas precedentes. El hombre moderno, según estas corrientes filosóficas, no necesita de Dios, pero tampoco necesitaría de los demás. Ni el racionalismo ni el voluntarismo posterior serán capaces de dar respuestas a las cuestiones trascendentes del hombre. Tampoco la filosofía

existencialista del comienzo del siglo XX conseguirá responder a esas preguntas, dejando al hombre sumido en una profunda tristeza y desesperación. El posmodernismo, corriente de pensamiento imperante en la segunda mitad del siglo XX y del XXI, abdica ya totalmente de encontrar las respuestas profundas y presenta la figura del *antihéroe* que es un individuo que sencillamente trata de pasar la vida lo mejor posible.

Se llega en este contexto a la sociedad actual que se caracteriza como materialista, consumista, activista, hedonista, emotivista y muy fundamentalmente individualista. Una sociedad en la que el hombre busca obtener el placer y satisfacción inmediatos como único modo de tratar de alcanzar una felicidad efímera y limitada. Una sociedad en la que este planteamiento antropológico que aísla, ha hecho que cada vez más personas vivan y mueran en soledad absoluta.

Este hombre posmoderno e individualista, cuya existencia gira en torno a sí mismo, necesariamente va a entronizar su propia libertad individual haciendo de esta prácticamente un absoluto, y perdiendo de vista incluso la propia dignidad personal. Solo así se entienden decisiones individuales en aplicación de esa sacrosanta libertad, que llevan a poner fin a la propia vida, a comerciar con el propio cuerpo o con los propios órganos... Ese mismo individualismo libertario ha tenido como consecuencia la aparición de una lacra, que ya es considerada como un problema de Estado, que es la soledad no elegida. Vivir y morir en soledad es también un caldo de cultivo favorable para la pérdida de la dignidad de la persona.

Como una luz en este panorama sombrío surge, entre otras corrientes alentadoras, la Antropología Trascendental de Leonardo Polo en la segunda mitad del siglo XX. Polo habla de un hombre que trasciende, que se abre a sí mismo. Se abre también a los demás con los que coexiste, y se abre al ser superior y creador que es Dios. Así, en esa apertura, el hombre que existe en relación con los demás, que coexiste, se mueve con libertad para buscar y perseguir su destino en este mundo; esa libertad personal le lleva a actuar y a

conocer: conocerse a sí mismo, conocer al otro, conocer su universo... Y en última instancia el hombre que actúa libre y responsablemente y así va conociendo, llega a amar. La persona humana es ese amar personal abierto hacia el otro. Por tanto, este enfoque antropológico pone su punto de partida en la coexistencia, rasgo esencial de la dimensión relacional de la persona que nos es tan medular.

Juan Pablo II, por otro lado, desarrolló la Teología del Cuerpo, en la que ahonda en esta profunda dimensión relacional de la persona, elevándola y llegando a señalar de manera audaz que la unión carnal del hombre y la mujer son imagen de la comunión eterna de las tres personas trinitarias y estableciendo un paralelismo entre el amor de los esposos y el amor y entrega de Jesucristo por su Iglesia. Decimos que es audaz porque nunca anteriormente se había contemplado en un plano tan alto las relaciones entre el hombre y la mujer.

Asumida la naturaleza dialógica de la persona que busca relacionarse y dado que vivimos en un entorno marcadamente individualista, no sorprenderá entonces contemplar la aparición del conflicto como contraposición de dos intereses individuales. Este conflicto va necesariamente acompañado de emociones que van a incidir mucho en el estado de ánimo de las personas y en el propio desarrollo del conflicto. Por eso, en este punto, nos acercamos al estudio del papel de las emociones en el conflicto y en la mediación.

La emoción, si bien no debe ser quién gobierne la actividad del ser humano, sí que debe ser atendida porque está muy conectada al nivel de motivación que tenga la persona para actuar y cambiar. Además, nos da una valiosa información sobre lo que esa persona tiene dentro de su cabeza y su corazón y le percute con más fuerza. Y sirve también como catalizador que facilita la conexión entre las personas. Por eso es tan importante identificar, e incluso etiquetar, y desde luego validar la emoción de la persona que tenemos delante para que sea posible conectar con ella.

En ese sentido, nos interesa la Terapia Centrada en las Emociones (TCE) que surge a partir de la década de los 80 como un modelo integrador en el tratamiento de las crisis de pareja y aporta un elemento fundamental: el deseo de vinculación

que tiene la persona es innato y no tiene nada de patológico. Esta afirmación que puede parecer obvia, no lo es tanto en nuestra sociedad individualista.

En un nuevo capítulo la tesis habla de la importancia de la estabilidad familiar como un bien intangible y metajurídico, tan conectado con la superación del conflicto y la atención de las emociones y los vínculos de apego, y que, desde nuestra perspectiva, merece una particular tutela jurídica.

Este capítulo analiza precisamente las consecuencias nocivas para la sociedad que se derivan de la inestabilidad familiar. El primer dato evidente es el impacto negativo en los hijos de las denominadas *transiciones* en la familia. Se trata de la salida o entrada de un adulto en el núcleo familiar y su efecto se deja ver de forma nítida en dos planos: el comportamiento, que empeora tanto en su dimensión interna: estado de ánimo, ansiedad... como en su dimensión externa: conductas disruptivas, violencia...Y, en segundo lugar, sus habilidades cognitivas que se ven también deterioradas, como podemos constatar en los estudios que demuestran como se reduce el rendimiento académico en estos contextos.

El comportamiento violento de los hijos se incrementa notablemente como consecuencia del divorcio, ya sea en el ámbito escolar, con los incidentes habituales en el plano disciplinario, como también en su vida ya como adolescentes. Hemos podido comprobar que se incrementan sus acciones violentas en peleas y enfrentamientos físicos. Llegando por último término a constatarse un mayor nivel de encarcelamiento por actos violentos entre esos jóvenes hijos de hogares descompuestos. El consumo de alcohol en los jóvenes también varía en función de la estabilidad familiar en la que viven. Así los datos nos dicen que el consumo abusivo de alcohol es significativamente mayor entre los jóvenes que viven en un entorno familiar inestable que el de los jóvenes que viven en hogares intactos.

La conducta sexual se ve también alterada si comparamos la situación entre los hijos de familias intactas y aquellos que han pasado por una ruptura. El porcentaje de chicos y chicas que tienen su relación sexual a los 14 años o antes

se multiplica por dos entre los jóvenes que han pasado por la ruptura de sus padres. Vemos además que las niñas se ven más afectadas que los niños en este terreno.

También puede verificarse que empeora la salud de los hijos como consecuencia de la ruptura de los padres tanto en el plano biológico como en el psicobiológico. En lo psicobiológico, se observa una mayor prevalencia entre los hijos de padres divorciados de TDAH, dolor de cabeza crónico, trastornos de conducta alimentaria (TCA), enfermedades psiquiátricas como la esquizofrenia o el trastorno bipolar, entre otras. En lo biológico se observa una elevación de la hormona cortisol, causante de la ansiedad, y la alteración de la presión arterial. En la edad adulta puede provocar osteoporosis y diabetes. También se ha concluido que puede afectar a la hormona de crecimiento reduciéndola y dando lugar a lo que se ha llamado *enanismo psicológico*, observado en niños que dejan de crecer por estar sometidos a situaciones de estrés, como es la ruptura.

Entre los adultos protagonistas de la ruptura, los estudios muestran el empeoramiento de diversos aspectos personales. En el ámbito de la salud psíquica, las probabilidades de depresión y de sufrir enfermedades mentales se multiplican prácticamente por dos, sobre todo entre las mujeres. La salud física también empeora, aunque los indicadores no son tan altos, pero en todo caso aumentan los riesgos de desarrollar patologías coronarias, pulmonares, artritis, diabetes, trombosis, presión arterial... Observamos además que las personas casadas tendrían, de acuerdo con los estudios abordados, una menor propensión al consumo de alcohol y tabaco y a la conducción temeraria. Comprobamos también como el riesgo de mortalidad se reduce para las personas que permanecen casadas, ya que suelen vivir más años.

En cuanto a las condiciones económicas y laborales, los varones ven reducidos sus salarios y empeora su estabilidad laboral, porque después de la ruptura deben dedicarse mucho más y en solitario a las tareas domésticas y de atención de sus hijos cuando están bajo su custodia. Para las mujeres, si bien el divorcio implica una mayor incorporación a la vida laboral, de forma parcial compatible con la custodia de los hijos, lo cierto es que en términos de renta disponible también empeoran en un 25% de término medio.

El rendimiento laboral también se ve perjudicado y la actitud negativa ante el trabajo prácticamente se duplica entre quienes están pasando o han pasado por un divorcio en los últimos cinco años. Los demás parámetros estudiados, como son la percepción del propio rendimiento en el puesto de trabajo y la implicación tanto cognitiva como física en el desempeño laboral, también empeoran.

El maltrato infantil es una lacra que se presenta con mayor incidencia en los hogares recompuestos en comparación con los hogares intactos; el índice llega a multiplicarse hasta por 5 en los hogares recompuestos. Si hablamos del abuso sexual de menores en su hogar vemos que las probabilidades de sufrir abusos se multiplican hasta por 8 entre los menores que viven en hogares recompuestos.

El suicidio es también objeto de estudio. A través de un gran metaanálisis hemos podido comprobar que la tasa de suicidio se multiplica por entre 2 y 4 por término medio entre los divorciados. Con una incidencia más alta entre los varones, que normalmente se ven más aislados después del divorcio.

Recogemos en la tesis otros estudios que avalan el incremento en los adultos de parámetros tales como el consumo de pornografía y el recurso a la contracepción.

El matrimonio importa y mucho. Así lo hemos podido comprobar al observar que el hecho de que los padres estén casados protege en gran medida frente a la inestabilidad porque las parejas se rompen con un índice muy superior entre los padres que conviven sin estar casados. Además, se ha analizado un gran número de estudios e investigaciones, cuyas aportaciones demuestran que los hijos de padres divorciados tienen una mayor tendencia a divorciarse ellos mismos en la edad adulta.

El modelo de Mediación Familiar Restauradora (MFR®) que presentamos en la recta final del trabajo de esta tesis tiene en cuenta la regulación jurídica de la mediación familiar, incorpora su fundamento antropológico y psicológico y valora especialmente el impacto en las personas y en la sociedad de la inestabilidad familiar. Para enmarcar este modelo, la tesis se detiene en fenómenos jurídico-

sociales próximos. En concreto, las fórmulas alternativas para la resolución del conflicto (*Alternative Dispute Resolution*, ADR), que tienen en común con la mediación la búsqueda del consenso y del acercamiento de posiciones entre las partes enfrentadas. Dentro de las formas de ADR, tanto la negociación, como la conciliación y el arbitraje enfatizan los grandes beneficios que se desprenden del logro de un acuerdo, frente al desgaste de la confrontación.

Y es en este mismo espíritu en el que nace la mediación familiar con sus tres modelos principales, de los que queremos destacar las aportaciones más importantes de cada uno a la MFR[®].

En primer lugar, la tesis estudia el modelo de Mediación Harvard. Surge en los años 70 en los Estados Unidos como una alternativa dentro del ámbito de la negociación que consistía fundamentalmente en negociar buscando que los dos ganen. O al menos cuidando el impacto del resultado en el adversario. Su aportación a nuestro modelo se centra fundamentalmente en dos aspectos: Por un lado, separar los problemas de las personas. Evitando identificar a la otra persona con el comportamiento que provoca la confrontación o diferencia. Por otro lado, trata de llegar a los porqué de lo que está pasando. No quedarse en las actitudes confrontacionales sino indagar en la razón por la que la persona está atrincherada en una posición que parece inamovible.

En segundo lugar, el modelo transformativo de mediación establece el foco, no ya en el objeto de negociación, sino más bien en la percepción que tienen el uno del otro en el conflicto. Esta forma de intervención busca cambiar la mirada entre los dos para que vuelvan a descubrirse como dos personas que pueden encontrarse. Lo que la MFR[®] incorpora fundamentalmente de este modelo es la escucha inicial que permita a la persona vaciar su interior y manifestar su frustración y poder sentirse así emocionalmente aliviada, como premisa necesaria para el cambio de actitud que estamos buscando del uno respecto al otro. Acompañar a cada uno de los dos miembros de la pareja para que, aliviado al menos parcialmente ese sufrimiento, sea capaz de mirar al otro y entenderle un poco más y mejor. Estos son los componentes fundamentales que seleccionamos del modelo de mediación transformadora, que no busca sólo el acuerdo, sino que atiende a la persona, a lo que piensa, a lo que conoce y lo que

siente. Y busca un cambio profundo en esa apreciación para ayudar a la superación de las emociones negativas y del conflicto.

Finalmente, el llamado modelo narrativo se centra en el relato y trata de ayudar a las personas que se enfrentan a un conflicto, ofreciéndoles la elaboración de un nuevo relato, distinto al que tienen en su cabeza, y en el que puedan encontrar la paz. La MFR® incorpora fundamentalmente del modelo narrativo, pasar del victimismo al protagonismo. No es infrecuente que acudan a la mediación con una actitud marcadamente victimista, en la que sólo ven lo que han sufrido y padecido en la relación. Se trata de ayudarles a tomar conciencia de que son y han sido protagonistas en esa relación y no víctimas. Igualmente, pasar de la culpabilización a la responsabilidad personal. Esto requiere hacer autocrítica y dejar de señalar a la otra persona como causante de todo lo malo, para empezar a asumir los hechos equivocados que uno mismo ha cometido. También pasar de la dependencia a la interdependencia. Se trata de una relación en la que dos personas libres han decidido vincularse desde la plena autonomía personal y la decisión mutua de depender el uno del otro en su proyecto de vida.

Con las citadas aportaciones de cada modelo de mediación, la MFR®, apoyándose en una visión del hombre como un ser relacional que busca su felicidad y su plenitud a través de la apertura, trata de dar respuesta a ese anhelo personal de pertenencia y de permanencia mediante una propuesta de mediación que pretende no solo dirimir el conflicto, sino también sanar la relación entre los protagonistas de esa crisis, haciendo que vuelvan a mirarse a la cara y a reconocerse como lo hicieron en el pasado.

Las posibles áreas de intervención que apuntamos atienden sobre todo al ámbito de la pareja, que es el más frecuente en la mediación, pero en su mayoría son extrapolables a todas las relaciones familiares. Estas áreas de intervención serían la comunicación como base de la relación y del conocimiento mutuo generador de la necesaria confianza en la pareja, el perdón sanador y liberador de rencores y resentimientos, el compromiso que lleva a priorizar por delante de todo y de todos a la propia pareja, la afectividad como modo exclusivo de trato

entre los dos, la parentalidad que supone ese desafío para aunar criterios e ir de la mano en la educación de los hijos, las relaciones con la red familiar de origen de cada uno de los dos, y la gestión del trabajo de ambos dentro y fuera de casa en un equilibrio que no sobrecargue a ninguno de los dos, en particular a la mujer.

Las fases en las que se desarrolla la intervención arrancan con un momento inicial de acogida en el que es fundamental generar esa necesaria conexión que lleve a los mediados a confiar en su mediador; además esa generación de confianza les liberará y seguramente producirá un alivio inicial, que será real, por tener ya la conciencia de que alguien más se ocupa de su problemática con vistas a resolver su crisis. Los *caucus* o sesiones individuales ayudan mucho también a cimentar esa confianza. En las sesiones sucesivas el mediador irá interviniendo con distintas técnicas según el caso y marcando las pautas necesarias para delimitar el trabajo de los dos entre sesión y sesión. Así, siguiendo una hoja de ruta inicial, que habrá elaborado el mediador en las primeras sesiones, irán avanzando, recuperando confianza, superando conflictos y restaurando su relación hasta culminar el proceso.

Por último, la tesis presenta una propuesta de modificación legislativa de la Ley de Mediación, como culminación del trabajo de investigación efectuado, de forma que incorpore una dimensión verdaderamente restauradora al servicio de las familias, que se concretaría fundamentalmente en un enfoque preventivo de la mediación, en una clara vocación de sanar y restaurar las relaciones subyacentes y por último en una obligatoriedad mitigada que llevaría a requerir al menos el intento de la mediación como modo de acercamiento y entendimiento entre las personas que se ven en conflicto.

BIBLIOGRAFÍA

LIBROS Y ARTÍCULOS

AGID, O.; SHAPIRA, B.; ZISLIN, J.; RITSNER, M.; HANIN, B.; MURAD, H.; Y OTROS, «Environment and vulnerability to major psychiatric illness: a case control study of early parental loss in major depression, bipolar disorder and schizophrenia», *Molecular psychiatry*, vol. 4, p. 163.

ALCARAZ RIAÑO, A. B., «El valor de la mediación familiar en los procesos de separación y divorcio», *Anales de Derecho*, vol. 25, 2007, pp. 493-503.

ALEXANDRE, G. C.; NADANOVSKY, P.; MORAES, C. L.; REICHENHEIM, M., «The presence of a stepfather and child physical abuse, as reported by a sample of Brazilian mothers in Rio de Janeiro», *Child Abuse & Neglect*, vol. 34, n.º 12, 2010, pp. 959-966.

ALLEY, P. M., «The Family Responsibility Index: a behavioral measure of marital work allocation», *Journal of personality assessment*, vol. 48, p. 3.

ALLISON, P. D.; FURSTENBERG, F. F., «How marital dissolution affects children: Variations by age and sex.», *Developmental Psychology*, vol. 25, n.º 4, 1989, American Psychological Association (APA), pp. 540-549.

ALONSO PÉREZ, M.; YZQUIERDO TOLSADA, M.; CUENA CASAS, M., *Tratado de derecho de la familia / directores, Mariano Yzquierdo Tolsada, Matilde Cuena Casas. Vol. 1, Derecho de familia y derecho de la familia. La relación jurídico-familiar. El matrimonio y su celebración*, 1ª ed, Thomson-Aranzadi, Cizur Menor, Navarra, 2011.

ALZAGA VILLAAMIL, Ó.; SÁNCHEZ AGESTA, L., *Constitución española de 1978. Tomo 8, Artículos 97 a 112*, EDESA, Madrid, 1985.

AMATO, P. R., «Explaining the Intergenerational Transmission of Divorce», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 58, n.º 3, 1996, p. 628.

CAUGHT, P. R., «The Consequences of Divorce for Adults and Children», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, n.º 4, 2000, pp. 1269-1287.

AMATO, P. R.; AFIFI, T. D., «Feeling Caught between Parents: Adult Children's Relations with Parents and Subjective Well-Being», *Journal of Marriage and Family*, vol. 68, 2006, p. 222.

AMATO, P. R.; KEITH, B., «Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis», *Psychological bulletin*, vol. 110, p. 26.

AMATO, P. R.; SOBOLEWSKI, J. M., «The Effects of Divorce and Marital Discord on Adult Children's Psychological Well-being», *American Sociological Review*, vol. 66, n.º 6, 2001, pp. 900-921.

ANDA, R. F.; CHAPMAN, D. P.; FELITTI, V. J.; EDWARDS, V.; WILLIAMSON, D. F.; CROFT, J. B.; Y OTROS, «Adverse childhood experiences and risk of paternity in teen pregnancy», *Obstetrics and gynecology*, vol. 100, p. 37.

ANDERSON, J., «The Impact of Family Structure on the Health of Children: Effects of Divorce», *The Linacre Quarterly*, vol. 81, n.º 4, 2014, SAGE Publications, pp. 378-387.f

ANDRESS, H.-J.; BORGLOH, B.; BROCKEL, M.; GIESSELMANN, M.; HUMMELSHEIM, D., «The Economic Consequences of Partnership Dissolution--A Comparative Analysis of Panel Studies from Belgium, Germany, Great Britain, Italy, and Sweden», *European Sociological Review*, vol. 22, n.º 5, 2006, pp. 533-560.

ANTHONY, C. J.; DIPERNA, J. C.; AMATO, P. R., «Divorce, approaches to learning, and children's academic achievement: A longitudinal analysis of mediated and moderated effects», *Journal of School Psychology*, vol. 52, n.º 3, 2014, pp. 249-261.

ARAQUE, M. M., *La protección del interés superior del menor en los procesos de mediación*, Gabinete Jurídico de Castilla La Mancha, pp. 376-440, fecha de consulta en <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8040780.pdf>.

ARENAS, F.; SUÁREZ, M.; BALLESTA, R.; BARANGUAN, C.; JOSÉ, L.; HEVIA, J. R.; Y OTROS, «Informe 2016 Alcohol, tabaco y drogas en España», *Observatorio Español de Drogas y toxicomanía*.

ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco: (selección)*, Rialp, Madrid, 2017.

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE CANONISTAS; RUANO ESPINA, L.; GUZMÁN PÉREZ, C., *Reforma de los procesos de nulidad y otras novedades legislativas de Derecho canónico y eclesiástico del Estado: actas de las XXXVI Jornadas de Actualidad Canónica, organizadas por la Asociación Española de Canonistas y celebradas en Madrid, los días 30 y 31 de marzo y 1 de abril de 2014*, Dykinson, S.L., Madrid, 2017, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://public.eblib.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=6522285>.

ASTLE, S.; LEONHARDT, N.; WILLOUGHBY, B., «Home Base: Family of Origin Factors and the Debut of Vaginal Sex, Anal Sex, Oral Sex, Masturbation, and Pornography Use in a National Sample of Adolescents», *The Journal of Sex Research*, vol. 57, n.º 9, 2020, pp. 1089-1099.

AUERSPERG, F.; VLASAK, T.; PONOCNY, I.; BARTH, A., «Long-term effects of parental divorce on mental health – A meta-analysis», *Journal of Psychiatric Research*, vol. 119, 2019, pp. 107-115.

AXINN, W. G.; THORNTON, A., «The Influence of Parents' Marital Dissolutions on Children's Attitudes Toward Family Formation», *Demography*, vol. 33, p. 66.

AXINN, W. G.; THORNTON, A., «The relationship between cohabitation and divorce: Selectivity or causal influence?», *Demography*, vol. 29, n.º 3, 1992, pp. 357-374.

BARONA VILAR, S., *Mediación en asuntos civiles y mercantiles en España: tras la aprobación de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2013.

BARONA VILAR, S., *Nociones y principios de las ADR (solución extrajurisdiccional de conflictos)*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2018.

BARRETT, A. E., «Marital Trajectories and Mental Health», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 41, p. 451.

BARRETT, J. T.; BARRETT, J. P., *A history of alternative dispute resolution: the story of a political, cultural and social movement*, Jossey-Bass, San Francisco, California, 2004.

BARUCH SPINOZA, *Spinoza*, RBA Libros, 2019, fecha de consulta 16 diciembre 2024, en <https://bibliotecacomplutense.odiotk.es/opac?id=00089674>.

BAUZÁ MARTORELL, F. J.; SORIANO, J.-E., *Mediación y arbitraje en la Administración Pública: por una conciliación entre la legalidad y la eficacia*, 1ª ed, Bosch, Las Rozas, 2022.

BAYAZ-ÖZTÜRK, G., «Parental breakup and children's outcomes in the United States», *Family Relations*, vol. 71, n.º 4, 2022, Wiley, pp. 1802-1816.

BELO, C., *Chance and determinism in Avicenna and Averroes*, Brill, Leiden, 2007, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en http://bvbr.bib-bvb.de:8991/F?func=service&doc_library=BVB01&doc_number=015591807&line_number=0001&func_code=DB_RECORDS&service_type=MEDIA.

BEYEBACH, M.; HERRERO DE VEGA, M., *200 tareas en terapia breve: individual, familiar y de pareja*, 1a. edición digital, Herder, Barcelona, 2016, fecha de consulta 25 septiembre 2024, en <http://www.digitaliapublishing.com/a/61343/>.

BİJU, R. M., «Mediation with Conciliation to be a compulsory subject in Law Colleges from academic year 2020-2021: BCI», *Bar and Bench - Indian Legal news*, 2020, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.barandbench.com/news/lawschools/bci-mediation-with-conciliation-compulsory-subject-law-colleges-academic-year-2020-2021>.

BILLINGHAM, R. E.; NOTEBAERT, N. L., «Divorce and dating violence revisited: multivariate analyses using Straus's conflict tactics subscores», *Psychological reports*, vol. 73, p. 679.

BLANCO, CRISTINA, «El suicidio en España. Respuesta institucional y social», *Revista de Ciencias Sociales*, vol. 33, p. 106.

BONORINO RAMÍREZ, P.; IGLESIAS CANLE, I. C.; CONGRESO INTERNACIONAL «MEDIACIÓN: APROXIMACIÓN PSICOLÓGICA Y JURÍDICA», *Mediación, justicia y Unión Europea*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2014.

BOWLBY, J., *Attachment and loss*, Hogarth P.; Institute of Psycho-Analysis, London, 1969, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://bac-lac.on.worldcat.org/oclc/299371595>.

BOWLBY, J., «The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. An expanded version of the Fiftieth Maudsley Lecture, delivered before the Royal College of Psychiatrists, 19 November 1976», *The British journal of psychiatry : the journal of mental science*, vol. 130, p. 201.

BRONSELAER J.L.J.; DE KOKER B.S.M.; VAN PEER C.M.A., «The impact of divorce on the health status of ex-partners», *Archives of Public Health*, vol. 66, 2008, p. 168.

BROWN, S. L.; LIN, I.-F., «The Gray Divorce Revolution: Rising Divorce Among Middle-Aged and Older Adults, 1990-2010», *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, vol. 67, n.º 6, 2012, pp. 731-741.

TEN BRUMMELHUIS, L. L.; BAKKER, A. B., «A Resource Perspective on the Work-Home Interface: The Work-Home Resources Model», *American Psychologist*, vol. 67, 2012, p. 545.

BURGGRAF, J., «Aprender a perdonar», *Nuestro tiempo*, n.º 643-644, 2008, Servicio de Publicaciones, pp. 101-109.

BUSBY, D. M.; GARDNER, B. C.; TANIGUCHI, N., «The family of origin parachute model: Landing safely in adult romantic relationships *», *Family Relations*, vol. 54, n.º 2, 2005, pp. 254-264.

BUSH, R. A. B.; FOLGER, J. P., *La promesa de la mediación: cómo afrontar el conflicto a través del fortalecimiento propio y el reconocimiento de los otros*, Granica, Barcelona, 1996.

CANCIAN, F. M., «The Feminization of Love», *Signs*, vol. 11, p. 692.

CANTÓN DUARTE, J.; CORTÉS ARBOLEDA, M. R.; JUSTICIA DÍAZ, M. D., *Conflictos entre los padres: divorcio y desarrollo de los hijos*, Pirámide, 2007, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=298090>.

CARPINTERO, H., *Historia de las ideas psicológicas*, 2a. ed, Pirámide, Madrid, 2010.

CARREIRO, J., «Gender Role Beliefs, Household Chores, and Modern Marriages - ProQuest», fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.proquest.com/openview/d9819f5f1eaca55e79764c01d902375d/1?p-q-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>.

CAVANAGH, K.; DOBASH, R. E.; DOBASH, R. P., «The murder of children by fathers in the context of child abuse», *Child Abuse & Neglect*, vol. 31, n.º 7, 2007, pp. 731-746.

CAVICO, F., «Alternative Dispute Resolution: A Conflict Diagnosis Approach», *Journal of Applied Management and Entrepreneurship*, vol. 15, n.º 4, pp. 113-115.

CENZANO, J. C. B., «Sobre la interpretación del interés superior del menor y su trascendencia en el derecho positivo español», *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, n.º 3, 2012, pp. 46-60.

CHICO DE LA CÁMARA, P.; ALONSO, N., *Las medidas alternativas de resolución de conflictos (ADR) en las distintas esferas del ordenamiento jurídico*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2018.

CHRISTOPHER, F. S.; SPRECHER, S., «Sexuality in Marriage, Dating, and Other Relationships: A Decade Review», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, p. 999.

CLAYTON, C. E.; KOVACS, G. T., «AID offspring: initial follow-up study of 50 couples», *The Medical journal of Australia*, vol. 1, p. 338.

CLOUTIER, R.; FILION, L.; TIMMERMANS, H., *Cuando los padres se separan--: guía para superar el dolor y ayudar a los hijos*, Lectorum : Quarzo, México, 2003.

COBAS COBIELLA, M. E., *Mediación, arbitraje y conciliación: una puesta al día*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2019.

COBB, S., *Hablando de violencia: la política y las poéticas narrativas en la resolución de conflictos*, 1ª ed, Gedisa, Barcelona, 2016.

COHEN, A. J.; ADLER, N.; KAPLAN, S. J.; PELCOVITZ, D.; MANDEL, F. S., «Interactional effects of marital status and physical abuse on adolescent psychopathology», *Child abuse & neglect*, vol. 26, p. 277.

Confesiones de San Agustín, vol. I, 1, 6ª edición, Editorial Agustiniana, Guadarrama (Madrid), 2022.

CONNELL, R. W.; MESSERSCHMIDT, J. W., «Masculinidade hegemônica: repensando o conceito», *Revista Estudos Feministas*, vol. 21, n.º 1, 2013, pp. 241-282.

CORAZÓN, R., *El pesimismo ilustrado: (Kant y las teorías políticas de la Ilustración)*, Rialp, Madrid, 2005.

CORCUFF, P., *Las nuevas sociologías: construcciones de la realidad social*, Alianza Editorial, Madrid, 1998.

CORREA, L., «La conciliación en derecho civil», fecha de consulta 20 diciembre 2024, en

https://www.academia.edu/12784537/LA_CONCILIACION_EN_DERECHO_CIVIL.

COSTA-RAMALHO, S.; MARQUES-PINTO, A.; RIBEIRO, M. T., «The retrospective experience of climate in the family-of-origin and dyadic coping in couple relationships: pathways to dyadic adjustment», *Journal of Family Studies*, vol. 23, n.º 3, 2017, pp. 371-388.

DARWIN, C., *La expresión de las emociones*, 1a. ed, Laetoli, Pamplona, 2009.

DAVIS, M.; MACKAY, M.; ESHELMAN, E. R., *Técnicas de autocontrol emocional*, 19ª ed, Martínez Roca, Barcelona, 2012.

DE VAUS, D.; GRAY, M.; QU, L.; STANTON, D., «The economic consequences of divorce in six OECD countries», *Australian Journal of Social Issues*, vol. 52, n.º 2, 2017, pp. 180-199.

DEL PILAR VILELLA LLOP, M., *Hacia un nuevo modelo de Derecho de Familia. Análisis de las figuras y herramientas emergentes*, Dykinson, 2021, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://www.jstor.org/stable/10.2307/j.ctv1s7ch3x>.

DÍAZ MORFA, JOSÉ., *Prevención de los conflictos de pareja*, Desclée De Brouwer, Barcelona, 2013, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en

<https://www.overdrive.com/search?q=EE7BDC13-8E00-403E-A698-4649C18CC011>.

DÍEZ, F.; TAPIA, G., *Herramientas para trabajar en mediación*, 1ª ed, 3ª reimp, Paidós, Buenos Aires, 2005.

Directorio de la pastoral familiar de la iglesia en España, Conferencia Episcopal Española, Madrid, 2003.

DOMINGO, R., «Alvarado d'Ors», *Persona y Derecho*, vol. 50, 2004, p. 19.

DONG, M.; ANDA, R. . F.; FELITTI, V., J.; DUBE, S. R.; WILLIAMSON, D. F.; THOMPSON, T., J.; Y OTROS, «The Interrelatedness of Multiple Forms of Childhood Abuse, Neglect, and Household Dysfunction», *Child Abuse & Neglect: The International Journal*, vol. 28, 2004, p. 771.

DORN, L. D.; CHROUSOS, G. P., «The endocrinology of stress and stress system disorders in adolescence», *Endocrinology and metabolism clinics of North America*, vol. 22, p. 685.

DUCHET, M., *Antropología e historia en el siglo de las luces: Buffon, Voltaire, Rousseau, Helvecio, Diderot*, 3a. ed. en español, Siglo Veintiuno, México, 1988.

DUNNE, J. W.; SILBERT, P. L., «Zeta waves: a distinctive type of intermittent delta wave studied prospectively», *Clinical and Experimental Neurology*, vol. 28, 1991, pp. 238-243.

DUPRE, M. E.; MEADOWS, S. O., «Disaggregating the Effects of Marital Trajectories on Health», *Journal of Family Issues*, vol. 28, 2007, p. 623.

ENTWISLE, D., «Children, schools, and inequality», *Choice Reviews Online*, vol. 35, n.º 07, 1998, American Library Association, pp. 35-3989-35-3989.

ESCRIVÁ IVARS, J. J., «Mediación y restauración de la vida familiar», en *La formación de la voluntad matrimonial: anomalías, patologías y normalidad : actas del X Simposio Internacional del Instituto Martín de Azpilcueta (Pamplona, noviembre de 2012)*, 2014, ISBN 978-84-313-2973-0, págs. 217-264, EUNSA. Ediciones Universidad de Navarra, S.A., 2014, pp. 217-264, fecha de consulta 15 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4860015>.

ESCRIVÁ-IVARS, J., *Matrimonio y mediación familiar: principios y elementos esenciales del matrimonio para la mediación familiar*, Rialp, Madrid, 2001.

ESTEBAN MONASTERIO, I., *Ley de arbitraje*, 1ª ed., cerrada a 22 de en. de 2015, Aranzadi, Cizur Menor, Navarra, 2015.

FABRE-MAGNAN, M., *L'institution de la liberté*, 2e édition, PUF, Paris, 2023.

FAGAN, P., «The Effects of Divorce on Children», *FRC*, fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://www.frc.org/get.cfm?i=RS12A01>.

FARR, W.; HUMPHREYS, N. A., *Vital statistics: a memorial volume of selections from the reports and writings of William Farr*, The Sanitary Institute, London, 1885, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://catalog.hathitrust.org/api/volumes/oclc/1717614.html>.

FEHRING, R., «Contraception and Natural Family Planning: The Impact on the Sexual Lives of Couples?», *Anthropotes*, 2018, fecha de consulta en https://epublications.marquette.edu/nursing_fac/728.

FERNÁNDEZ CANALES, C.; GARCÍA VILLALUENGA, L.; ROGEL VIDE, C.; ESPAÑA.; INSTITUTO COMPLUTENSE DE MEDIACIÓN Y GESTIÓN DE CONFLICTOS, *Mediación en asuntos civiles y mercantiles: comentarios la Ley 5/2012*, 1ª ed, Reus, Madrid, 2012.

FETTEROLF, J. C.; RUDMAN, L. A., «Gender Inequality in the Home: The Role of Relative Income, Support for Traditional Gender Roles, and Perceived Entitlement», *Gender Issues*, vol. 31, n.º 3-4, 2014, pp. 219-237.

FISHER, H. E.; XU, X.; ARON, A.; BROWN, L. L., «Intense, Passionate, Romantic Love: A Natural Addiction? How the Fields That Investigate Romance and Substance Abuse Can Inform Each Other», *Frontiers in Psychology*, vol. 7, 2016, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <http://journal.frontiersin.org/Article/10.3389/fpsyg.2016.00687/abstract>.

FISHER, R.; URY, W.; PATTON, B.; GARCÍA DE ENTERRÍA, E., *Getting to yes: negotiating agreement without giving in*, Penguin Books, New York, N.Y., 1983.

FISHER, R.; URY, W.; PATTON, B. M., *Getting to Yes Negotiating Agreement Without Giving In*, [Summary version], Copyright © Roger Fisher, William L. Ury and Bruce M. Patton, 1981. Used by arrangement with Penguin Group (U.S.A.), Inc, New York, 1991.

FLEGAL, K. M.; KIT, B. K.; ORPANA, H.; GRAUBARD, B. I., «Association of All-Cause Mortality With Overweight and Obesity Using Standard Body Mass Index Categories: A Systematic Review and Meta-analysis», *JAMA*, vol. 309, n.º 1, 2013, p. 71.

FOMBY, P.; CHERLIN, A. J., «Family Instability and Child Well-Being», *American Sociological Review*, vol. 72, 2007, p. 181.

«FRANCISCO, Litterae Apostolicae motu proprio datae Mitis Iudex Dominus Iesus quibus canones Codicis Iuris Canonici de causis ad matrimonii nullitatem declarandam reformantur (15-VIII- 2015), AAS 107 (2015) 958-970.», , fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/content/francesco/es/motu_proprio/documents/papa-francesco-motu-proprio_20150815_mitis-iudex-dominus-iesus.html.

FUENMAYOR, A. DE, *Revisar el divorcio: tutela de la indisolubilidad matrimonial en un Estado pluralista*, Navarra Gráfica Eds., Berriainz, 2000.

GABRIEL, L., *Filosofía de la existencia: Kierkegaard, Heidegger, Jaspers, Sartre, Diálogo de la posiciones*, Editorial Católica, Madrid, 1974.

GAJARDO ESPINOZA, K.; CÁCERES-IGLESIAS, J., *Soñar grande es soñar juntas en busca de una educación crítica e inclusiva*, Octaedro, Barcelona, 2023.

GARCÍA BLANCO, Á., *La exposición, un medio de comunicación*, 1ª reimp, Akal, Tres Cantos (Madrid), 2009.

GARCÍA TOMÉ, M., «La mediación familiar como atención de los más débiles», *Corintios XIII: Revista de teología y pastoral de la caridad*, n.º 142, 2012, Cáritas Española, pp. 175-193.

GARCIMARTÍN MONTERO, M. DEL C.; DESTRO, R. A., *El sistema matrimonial de Estados Unidos*, 1 ed, Thomson Aranzadi, Cizur menor, navarra, 2006.

GIDDENS, A., *The transformation of intimacy sexuality, love, and eroticism in modern societies*, Polity Press, Cambridge, UK, 1992, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.aspresolver.com/aspresolver.asp?SOTH;S10023090>.

GIMBERNAT ORDEIG, E.; MESTRE DELGADO, E., *Código Penal: Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre*, Trigésima primera edición, Tecnos, Madrid, 2023.

GMELCH S.; BODENMANN G.; MEUWLY N.; LEDERMANN T.; STEFFEN-SOZINOVA O.; STRIEGL K., «Dyadisches Coping Inventar (DCI): Ein Fragebogen zur Erfassung des partnerschaftlichen Umgangs mit Stress», *Zeitschrift für Familienforschung*, vol. 20, 2008, p. 185.

GOEBEL, J.; GRABKA, M. M.; LIEBIG, S.; KROH, M.; RICHTER, D.; SCHRÖDER, C.; Y OTROS, «The German Socio-Economic Panel (SOEP)», *Jahrbücher für Nationalökonomie und Statistik*, vol. 239, n.º 2, 2019, pp. 345-360.

GOLDSCHIEDER, F. K.; WAITE, L. J., *New families, no families?: the transformation of the American home*, University of California Press, Berkeley, CA.

GÓMEZ PÉREZ, R., *El humanismo marxista*, Rialp, Madrid, 1978.

GONZÁLEZ MERLANO, G., «La mediación como método de resolución alternativa de conflictos. Antecedentes y concreción en el ordenamiento canónico», *Revista General de Derecho Canónico y Derecho Eclesiástico del Estado*, n.º 50, 2019, Iustel, p. 1.

GOTTMAN, J. M.; SILVER, N., *Siete reglas de oro para vivir en pareja*, 1a. ed, Debolsillo, Barcelona, 2010.

GRAY, J., *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus: la guía definitiva para entender a tu pareja*, Penguin Random House, Barcelona, 2018.

GREENBERG, L. S.; JOHNSON, S. M., *Emotionally focused therapy for couples*, Pbk. ed, Guilford Press, New York, 2010.

GREENBERG, L. S.; PAVIO, S., *Trabajar con las emociones en psicoterapia*, 6a. reimp, Paidós, Barcelona, 2010.

GREENSTEIN, T. N., «Gender Ideology, Marital Disruption, and the Employment of Married Women», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 57, n.º 1, 1995, p. 31.

GROV, C.; GILLESPIE, B. J.; ROYCE, T.; LEVER, J., «Perceived Consequences of Casual Online Sexual Activities on Heterosexual Relationships: A U.S. Online Survey», *Archives of Sexual Behavior*, vol. 40, n.º 2, 2011, pp. 429-439.

HAUSER, R.; BURKHAUSER, R.; COUCH, K.; BAYAZ-OZTURK, G., *Wife or Frau, Women Still Do Worse: A Comparison of Men and Women in the United States and Germany after Union Dissolutions in the 1990s and 2000s* Wife or Frau, *Women Still Do Worse: A Comparison of Men and Women in the United States and Germany after Union Dissolutions in the 1990s and 2000s*, 2016.

HAWES, Z. C.; WELLINGS, K.; STEPHENSON, J., «First Heterosexual Intercourse in the United Kingdom: A Review of the Literature», *Journal of Sex Research*, vol. 47, n.º 2-3, 2010, pp. 137-152.

HETHERINGTON, E. M.; COX, M.; COX, R., «Long-Term Effects of Divorce and Remarriage on the Adjustment of Children», *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, vol. 24, n.º 5, 1985, pp. 518-530.

HOBFOLL, S. E., «Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress», *The American psychologist*, vol. 44, p. 513.

HOBFOLL, S. E.; HALBESLEBEN, J.; NEVEU, J.-P.; WESTMAN, M., «Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences», *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, vol. 5, n.º 1, 2018, pp. 103-128.

HOLT-LUNSTAD, J.; BIRMINGHAM, W. A.; LIGHT, K. C., «Influence of a “Warm Touch” Support Enhancement Intervention Among Married Couples on Ambulatory Blood Pressure, Oxytocin, Alpha Amylase, and Cortisol», *Psychosomatic Medicine*, vol. 70, n.º 9, 2008, pp. 976-985.

HOLT-LUNSTAD, J.; SMITH, T. B.; LAYTON, J. B., «Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review», *PLoS Medicine*, vol. 7, n.º 7, 2010, p. e1000316.

HOUBEN-VAN HERTEN, M.; BAI, G.; HAFKAMP, E.; LANDGRAF, J. M.; RAAT, H., «Determinants of Health-Related Quality of Life in School-Aged Children: A

General Population Study in the Netherlands», *PLOS ONE*, vol. 10, n.º 5, 2015, Public Library of Science (PLoS), p. e0125083.

HUGHES, M. E.; WAITE, L. J., «Marital Biography and Health at Mid-Life», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 50, n.º 3, 2009, pp. 344-358.

HUMAN, L. J.; CHAN, M.; DELONGIS, A.; ROY, L.; MILLER, G. E.; CHEN, E., «Parental Accuracy Regarding Adolescent Daily Experiences: Relationships With Adolescent Psychological Adjustment and Inflammatory Regulation», *Psychosomatic Medicine*, vol. 76, n.º 8, 2014, Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health), pp. 603-610.

HUME, D.; TASSET CARMONA, J. L.; MELLIZO, C., *Mi vida ; Carta de un caballero a su amigo en Edimburgo ; Tratado de la naturaleza humana ; Resumen del «Tratado de la naturaleza humana» ; Disertación sobre las pasiones ; Ensayos morales selectos ; Diálogos sobre la religión natural*, Gredos, Madrid, 2012.

IGLESIA CATÓLICA; ECHEVERRÍA, L. DE; GARCÍA Y GARCÍA, A., *Código de derecho canónico: edición bilingüe comentada*, 2a ed, Editorial Católica, Madrid, 1983.

INSA GÓMEZ, F. J., *Cómo acompañar en el camino matrimonial: la pastoral familiar a la luz de «Amoris laetitia»*, Rialp, Madrid, 2020.

JACOBSON, E., *Progressive relaxation; a physiological and clinical investigation of muscular states and their significance in psychology and medical practice*, Chicago [Ill.] University of Chicago Press, 1974, fecha de consulta 10 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/progressiverelax0000jaco>.

JAKUBIAK, B. K.; FEENEY, B. C., «Affectionate Touch to Promote Relational, Psychological, and Physical Well-Being in Adulthood: A Theoretical Model and Review of the Research», *Personality and Social Psychology Review*, vol. 21, n.º 3, 2017, pp. 228-252.

JIMÉNEZ ABAD, ANDRÉS., *El concepto de hombre en la doctrina de la educación de Augusto Comte*, Fundación Universitaria Española, Madrid, 2001.

JOHNSON, M. P., «Personal, Moral, and Structural Commitment to Relationships», en Jeffrey M. Adams, Warren H. Jones (eds.) *Handbook of Interpersonal*

Commitment and Relationship Stability, Springer US, Boston, MA, 1999, pp. 73-87, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4773-0_4.

JÓNSSON, F., H.; NJARÐVIK, U.; ÓLAFSDÓTTIR, G.; GRÉTARSSON, S., «Parental Divorce: Long-term Effects on Mental Health, Family Relations and Adult Sexual Behavior», *Scandinavian Journal of Psychology*, vol. 41, n.º 2, 2000, pp. 101-105.

JUAN PABLO II, *Lecciones de Lublin*, Palabra, Madrid, 2014.

JUAN PABLO II, *Persona y acción*, 3ª ed, Palabra, Madrid, 2017.

JUANG, K.-D.; WANG, S.-J.; FUH, J.-L.; LU, S.-R.; CHEN, Y.-S., «Association between Adolescent Chronic Daily Headache and Childhood Adversity: A Community-Based Study», *Cephalalgia*, vol. 24, n.º 1, 2004, SAGE Publications, pp. 54-59.

KALMIJN, M.; LUIJKX, R., «Has the reciprocal relationship between employment and marriage changed for men? An analysis of the life histories of men born in The Netherlands between 1930 and 1970», *Population studies*, vol. 59, p. 211.

KAPELLE, N., «Time cannot heal all wounds: Wealth trajectories of divorcees and the married», *Journal of Marriage and Family*, vol. 84, n.º 2, 2022, pp. 592-611.

KENNEDY, S.; RUGGLES, S., «Breaking Up Is Hard to Count: The Rise of Divorce in the United States, 1980–2010», *Demography*, vol. 51, n.º 2, 2014, pp. 587-598.

KREYENFELD, M.; TRAPPE, H., *Parental life courses after separation and divorce in Europe*, Springer Open, Cham, 2020, fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://public.ebookcentral.proquest.com/choice/publicfullrecord.aspx?p=6219423>.

LACEY, R. E.; KUMARI, M.; MCMUNN, A., «Parental separation in childhood and adult inflammation: The importance of material and psychosocial pathways», *Psychoneuroendocrinology*, vol. 38, n.º 11, 2013, Elsevier BV, pp. 2476-2484.

LAMBERT, N. M.; NEGASH, S.; STILLMAN, T. F.; OLMSTEAD, S. B.; FINCHAM, F. D., «A love that doesn't last: Pornography consumption and weaken commitment to

one's romantic partner», *JOURNAL OF SOCIAL AND CLINICAL PSYCHOLOGY*, vol. 31, 2012, p. 410.

LANCASTER, J. B.; GELLES, R. J., *Child Abuse and Neglect: Biosocial Dimensions - Foundations of Human Behavior*, Routledge, 2017.

LANE, R. D.; NADEL, L., *Cognitive Neuroscience of Emotion*, Oxford University Press, 2002.

LANSFORD, J. E., «Parental Divorce and Children's Adjustment», *Perspectives on Psychological Science*, vol. 4, n.º 2, 2009, pp. 140-152.

LEE, D.; MCLANAHAN, S., «Family Structure Transitions and Child Development: Instability, Selection, and Population Heterogeneity», *American Sociological Review*, vol. 80, p. 738.

LEONARD, K. E.; ROTHBARD, J. C., «Alcohol and the marriage effect», *Journal of studies on alcohol. Supplement*, vol. 13, p. 139.

LEVINGER, G., «A Social Psychological Perspective on Marital Dissolution», *Journal of Social Issues*, vol. 32, n.º 1, 1976, pp. 21-47.

LIBERMAN, R. P., *Manual de terapia de pareja: un enfoque positivo para ayudar a las relaciones con problemas*, 6. ed, Desclee de Brouwer, Bilbao, 2000.

LIGHT, A., «Gender Differences in the Marriage and Cohabitation Income Premium», *Demography*, vol. 41, 2004, p. 263.

LIN, I.; SCHAEFFER, N. C.; SELTZER, J. A.; TUSCHEN, K. L., «Divorced Parents' Qualitative and Quantitative Reports of Children's Living Arrangements», *Journal of Marriage and Family*, vol. 66, 2004, p. 385.

LIU, C., «A Theory of Marital Sexual Life», *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, n.º 2, 2000, pp. 363-374.

LÓPEZ ALARCÓN, M., «Protección jurídica de la Estabilidad familiar», *Anales del Derecho*, vol. 20 p.58, 2002, pp. 55-68.

LÓPEZ GONZÁLEZ, R.; MARÍN LÓPEZ, J. J., *Legislación sobre mediación familiar*, Tecnos, Madrid, 2003.

LOSCOCO, K.; WALZER, S., «Gender and the Culture of Heterosexual Marriage in the United States», *Journal of Family Theory & Review*, vol. 5, n.º 1, 2013, pp. 1-14.

LUECKEN, L. J., «Childhood attachment and loss experiences affect adult cardiovascular and cortisol function», *Psychosomatic medicine*, vol. 60, 1998, p. 765.

MACQUARRIE, K. L. D.; MALLICK, L.; ALLEN, C., «Sexual and reproductive health in early and later adolescence: DHS data on youth Age 10-19», 2017, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://dhsprogram.com/publications/publication-CR45-Comparative-Reports.cfm>.

MAGNUSON, K.; BERGER, L. M., «Family Structure States and Transitions: Associations with Children's Well-Being during Middle Childhood», *Journal of Marriage and Family*, vol. 71, 2009, p. 575.

MAGNUSSON, E., «The Rhetoric of Inequality: Nordic Women and Men Argue against Sharing House-work», *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, vol. 16, n.º 2, 2008, pp. 79-95.

MAIER, E. H.; LACHMAN, M. E., «Consequences of early parental loss and separation for health and well-being in midlife», *International Journal of Behavioral Development*, vol. 24, n.º 2, 2000, SAGE Publications, pp. 183-189.

MAIKE VAN DAMME; WILFRED UUNK, «Female-supportive policies and women's employment after divorce», fecha de consulta 18 septiembre 2024, en <http://www.elgaronline.com/view/9781848441934.00018.xml>.

MANHART, M. D.; FEHRING, R. J., «The Association of Family Planning Methods With the Odds of Divorce Among Women in the 2015–2019 National Survey of Family Growth», *Journal of Divorce & Remarriage*, vol. 64, n.º 1, 2023, pp. 55-66.

MARTÍNEZ LÓPEZ-MUÑIZ, J. L., *La familia en la Constitución española*, Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, Madrid, 2000.

MARX, K.; ENGELS, F., *Manifiesto comunista*, Temis, 2018.

MATOS, J., «Review of The Mind and Heart of the Negotiator (2nd Edn)», *The Journal of the Operational Research Society*, vol. 57, n.º 7, 2006, Palgrave Macmillan Journals, pp. 882-883.

MCGUIRE, J. K.; BARBER, B. L., «A Person-Centered Approach to the Multifaceted Nature of Young Adult Sexual Behavior», *The Journal of Sex Research*, vol. 47, n.º 4, 2010, pp. 301-313.

MCLANAHAN, S.; TACH, L.; SCHNEIDER, D., «The Causal Effects of Father Absence», *Annual Review of Sociology*, vol. 39, n.º 1, 2013, Annual Reviews, pp. 399-427.

MCLANAHAN, S.; TACH, L.; SCHNEIDER, D., «The Causal Effects of Father Absence», *Annual Review of Sociology*, vol. 39, n.º 1, 2013, pp. 399-427.

MICHAELSON, J.; JEFFREY, K.; ABDALLAH, S., «The cost of loneliness to UK employers», *New Economics Foundation*, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://neweconomics.org/2017/02/cost-loneliness-uk-employers>.

MONTORO, Á. J. G., «La Titularidad De Derechos Fundamentales Por Personas Jurídicas: Un Intento De Fundamentación», *Revista Española de Derecho Constitucional*, vol. p.103, n.º 65, 2002, Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, pp. 49-105.

MOOS, R. H.; MOOS, B. S., *Family environment scale manual*, 2nd ed, Consulting Psychologists Press, Palo Alto, Calif., 1986.

MOSCATI, M. F.; PALMER, M. J. E.; ROBERTS, M., *Comparative dispute resolution*, Edward Elgar Publishing Limited, Cheltenham, UK, 2020, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <http://public.ebib.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=6422476>.

MUNUERA GÓMEZ, PILAR, *El modelo circular narrativo de Sara Cobb y sus técnicas = Sara Cobb's circular narrative model and its techniques*, Universidad de Huelva, 2009, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://hdl.handle.net/10272/580>.

NAVARRO VALLS, R., «Matrimonio, familia y libertad religiosa», *ANUARIO DE DERECHO ECLESIAÍSTICO*, 1996, pp. 361-398.

NICOLSON, N. A., «Childhood parental loss and cortisol levels in adult men», *Psychoneuroendocrinology*, vol. 29, n.º 8, 2004, Elsevier BV, pp. 1012-1018.

NIETZSCHE, F.; BARRIOS CASARES, M., *Ecce Homo*, Tecnos, Madrid, 2017.

NOCK, S. L.; SANCHEZ, L. A.; WRIGHT, J. D., *Covenant marriage: the movement to reclaim tradition in America*, Rutgers University Press, New Brunswick, NJ, 2008, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.degruyter.com/isbn/9780813546490>.

NOLL, D., *Desescalar: cómo calmar a una persona furiosa en menos de 90 segundos*, Arpa práctica, Barcelona, 2023.

OGGINS, J.; LEBER, D.; VEROFF, J., «Race and gender differences in black and white newlyweds' perceptions of sexual and marital relations», *The Journal of Sex Research*, vol. 30, n.º 2, 1993, pp. 152-160.

OLMOS ORTEGA, M. E., *Procesos de nulidad matrimonial tras la reforma del Papa Francisco*, Dykinson, Madrid, 2016.

OTOWA, T.; YORK, T. P.; GARDNER, C. O.; KENDLER, K. S.; HETTEMA, J. M., «The impact of childhood parental loss on risk for mood, anxiety and substance use disorders in a population-based sample of male twins», *Psychiatry Research*, vol. 220, n.º 1-2, 2014, Elsevier BV, pp. 404-409.

PANICHELLI, C., «Humor, Joining, and Reframing in Psychotherapy: Resolving the Auto-Double-Bind», *The American Journal of Family Therapy*, vol. 41, n.º 5, 2013, pp. 437-451.

PARISH, T. S., «Evaluations of Family as a Function of One's Family Structure and Sex», *Perceptual and Motor Skills*, vol. 66, n.º 1, 1988, pp. 25-26.

PARKINSON, L., *Mediación familiar: teoría y práctica: principios y estrategias operativas*, 1ª ed, Gedisa, Barcelona, 2005.

PEDREGAL Y CAÑEDO, M.; REVISTA DE DERECHO INTERNACIONAL (ESPAÑA), *Texto y comentarios al Código civil español: con exposición de motivos, precedentes en*

nuestra legislación, comparación crítica con los principales códigos de Europa y América, aplicación al derecho internacional, procedimientos que deben emplearse, acciones que proceden, notas críticas y explicativas, etc., José Góngora y Álvarez, Madrid, 1889.

PÉREZ MILENA, A.; PÉREZ MILENA, R.; MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, M. L.; LEAL HELMLING, F. J.; MESA GALLARDO, I.; JIMÉNEZ PULIDO, I., «Estructura y funcionalidad de la familia durante la adolescencia: relación con el apoyo social, el consumo de tóxicos y el malestar psíquico», *Atención Primaria*, vol. 39, n.º 2, 2007, pp. 61-65.

PERRY, S. L.; SCHLEIFER, C., «Till Porn Do Us Part? A Longitudinal Examination of Pornography Use and Divorce», *The Journal of Sex Research*, vol. 55, n.º 3, 2018, pp. 284-296.

PERSHING, J., «Hewlett Foundation», *Hewlett Foundation*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://hewlett.org/>.

PINTO-GARCIA, M. E.; SERNA-HOSIE, R.; CASAS, A.; MÉNDEZ, N., «Art for Reconstruction: A creative and art-based intervention for peacebuilding and reconciliation to reduce intergroup hostility and stigma after a protracted armed conflict», *Journal of International Development*, vol. 34, n.º 8, 2022, pp. 1527-1546.

PIÑERO RUIZ, E.; GODOY FERNÁNDEZ, C.; GANDÍA HERRERO, P., «Inadaptación escolar en hijos de padres separados», *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, vol. 7, n.º 2, 2019, p. 197.

POLO BARRENA, L., (*L.P. XVII*) *Nietzsche como pensador de dualidades*, EUNSA, 2018, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <https://lectura.unebook.es/viewer/9788431353575>.

POLO, L., *Antropología trascendental. I La persona humana*, 3ª ed, EUNSA, Pamplona, 2010, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=105900&view=global&lang=e>.

POLO, L., *Evidencia y realidad en Descartes*, 3a ed. rev, EUNSA, Pamplona, 2007, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=0000040166.pdf>.

POLO, L., *Presente y futuro del hombre*, Tercera edición, Ediciones Rialp, S.A., Madrid, 2019.

POLO, L., *Quién es el hombre: un espíritu en el tiempo; Presente y futuro del hombre*, 1ª ed, EUNSA, Pamplona, 2016.

POTTER, D., «Psychosocial Well-Being and the Relationship between Divorce and Children's Academic Achievement», *Journal of Marriage and Family*, vol. 72, 2010, p. 933.

PRUITT, D. G.; KIM, S. H., *Social conflict: escalation, stalemate, and settlement*, 3rd ed, McGraw-Hill, Boston, 2004, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <http://catdir.loc.gov/catdir/toc/mh041/2003278353.html>.

QUILES, I., *Heidegger: el existencialismo de la angustia*, Espasa-Calpe Argentina, Buenos Aires, 1948.

QUINLAN, R. J., «Father absence, parental care, and female reproductive development», *Evolution and Human Behavior*, vol. 24, n.º 6, 2003, pp. 376-390.

RAIFFA, H.; RICHARDSON, J.; METCALFE, D.; FRENCH, S., «Howard; Raiffa; John; Richardson; David; Metcalfe; Negotiation Analysis: The Science and Art of Collaborative Decision Making; 2002; Harvard University Press; Cambridge, Mass; 0-674-00890-1; xiv+548; £32.95», *European Journal of Operational Research*, vol. 168, n.º 2, pp. 655-656.

RAZ-YUROVICH, L., «Divorce Penalty or Divorce Premium? A Longitudinal Analysis of the Consequences of Divorce for Men's and Women's Economic Activity», *European Sociological Review*, vol. 29, n.º 2, 2013, pp. 373-385.

RECZEK, C.; PUDROVSKA, T.; CARR, D.; THOMEER, M. B.; UMBERSON, D., «Marital Histories and Heavy Alcohol Use among Older Adults», *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 57, n.º 1, 2016, pp. 77-96.

REGNIER-LOILIER, A., «Quand la séparation des parents s'accompagne d'une rupture du lien entre le père et l'enfant», *Population & Sociétés*, vol. N° 500, n.º 5, 2013, CAIRN, pp. 1-4.

REICHMAN, N. E.; TEITLER, J. O.; GARFINKEL, I.; MCLANAHAN, S. S., «Fragile Families: sample and design», *Children and Youth Services Review*, vol. 23, n.º 4-5, 2001, Elsevier BV, pp. 303-326.

ROJAS, E., *El amor inteligente: corazón y cabeza: claves para construir una pareja feliz*, 1ª ed. en esta presentación en Colección Booket, Booket, Barcelona, 2012.

ROJAS, E., *Una teoría de la felicidad*, 35. ed, CIE-DOSSAT 2000, Madrid, 2003.

ROSENTIEL, T.; RESEARCH CENTER, P., «Social Isolation and New Technology», *Pew Research Center*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.pewresearch.org/2009/11/04/social-isolation-and-new-technology/>.

ROUSTIT, C.; CAMPOY, E.; RENAHY, E.; KING, G.; PARIZOT, I.; CHAUVIN, P., «Family social environment in childhood and self-rated health in young adulthood», *BMC Public Health*, vol. 11, n.º 1, 2011, Springer Science and Business Media LLC, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <http://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-949>.

ROZENBLUM DE HOROWITZ, S., *Mediación: convivencia y resolución de conflictos en la comunidad*, 1a ed, Graó, Barcelona, España, 2007.

SAGRADAS ESCRITURAS, «Libro del Génesis 2:18-23», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/archive/bible/genesis/documents/bible_genesis_sp.html.

SANTÍN, D.; SICILIA, G., «Does family structure affect children's academic outcomes? Evidence for Spain», *The Social Science Journal*, vol. 53, n.º 4, 2016, pp. 555-572.

SARTRE, J.-P.; BALDICK, R., *Nausea*, Penguin Books, Harmondsworth etc., 1974.

- SCHELER, M., *El resentimiento en la moral*, Espasa-Calpe, Buenos Aires, 1944.
- SELLÉS DAUDER, J. F., *Antropología para inconformes una antropología abierta al futuro*, vol. p.573-578, Tercera edición corregida, Ediciones Rialp, S.A Instituto de ciencias para la Familia, Madrid, España, 2021.
- SELLÉS DAUDER, J. F., *Antropología para inconformes una antropología abierta al futuro*, vol. p.623, Tercera edición corregida, Ediciones Rialp, S.A Instituto de ciencias para la Familia, Madrid, España, 2021.
- SELLÉS DAUDER, J. F., «Los filósofos y los sentimientos | WorldCat.org», fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://search.worldcat.org/title/1025589122>.
- SELLÉS, J. F., *Antropología para inconformes: una antropología abierta al futuro*, 3ª ed. corr, Rialp, Madrid, 2011.
- SEMEN, Y., *La sexualidad según Juan Pablo II*, vol. p.52, Movimiento Cultural Cristiano, Madrid, 2007.
- SIMÓN PÉREZ, V. M., «Mindfulness y psicología: presente y futuro», *Informació psicològica*, n.º Extra 100 (Septiembre-diciembre: La vida del COPCV en papel couche), 2010, Col·legi Oficial de Psicòlegs de la Comunitat Valenciana, pp. 162-170.
- SIX, J.-F., *Dinámica de la mediación*, Paidós, Barcelona, 1997.
- SKUSE, D.; ALBANESE, A.; STANHOPE, R.; GILMOUR, J.; VOSS, L., «A new stress-related syndrome of growth failure and hyperphagia in children, associated with reversibility of growth-hormone insufficiency», *The Lancet*, vol. 348, n.º 9024, 1996, Elsevier, pp. 353-358.
- SMOCK, P. J., «The economic costs of marital disruption for Young Women over the past two decades», *Demography*, vol. 30, n.º 3, 1993, pp. 353-371.
- SPAEMANN, R., «Sobre el concepto de dignidad humana», *Persona y Derecho*, n.º 19, 1970, pp. 13-33.
- SPAHT, K. S., «Covenant Marriage Seven Years Later: Its as Yet Unfulfilled Promise», *Louisiana Law Review*, vol. 65 p.605, 2004, p. 605.

SPRECHER, S.; METTS, S.; BURLESON, B.; HATFIELD, E.; THOMPSON, A., «Domains of Expressive Interaction in Intimate Relationships: Associations with Satisfaction and Commitment», *Family Relations*, vol. 44, n.º 2, 1995, p. 203.

STACK, S., «Suicide: A 15-Year Review of the Sociological Literature Part II: Modernization and Social Integration Perspectives», *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 30, n.º 2, 2000, pp. 163-176.

STACK, S.; BOWMAN, B., *Suicide movies: social patterns, 1900-2009*, Hogrefe, Cambridge, MA, 2012, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en http://bvbr.bib-bvb.de:8991/F?func=service&doc_library=BVB01&doc_number=024594393&line_number=0001&func_code=DB_RECORDS&service_type=MEDIA.

STACK, S.; SCOURFIELD, J., «Recency of Divorce, Depression, and Suicide Risk», *Journal of Family Issues*, vol. 36, n.º 6, 2015, SAGE Publications Inc, pp. 695-715.

STANLEY, S. M.; MARKHAM, H. J., «Assessing Commitment in Personal Relationships», *Journal of Marriage and the Family*, vol. 54, 1992, p. 595.

STEWART, D. N.; SZYMANSKI, D. M., «Young Adult Women's Reports of Their Male Romantic Partner's Pornography Use as a Correlate of Their Self-Esteem, Relationship Quality, and Sexual Satisfaction», *Sex Roles*, vol. 67, n.º 5-6, 2012, pp. 257-271.

STURGEON, S., «The Relationship Between Family Structure and Adolescent Sexual Activity», *The Heritage Foundation*, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://www.heritage.org/marriage-and-family/report/the-relationship-between-family-structure-and-adolescent-sexual-activity>.

SUARES, M., *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*, 1ª ed, Paidós, Buenos Aires, 1996.

SUARES, MARINÉS., *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*, 1ª ed., 9ª reimp, Paidós, Buenos Aires [etc.], 2016.

TAYLOR, C.; THIEBAUT, C.; CARBAJOSA PÉREZ, P., *La ética de la autenticidad*, Paidós Ibérica ; I.C.E. de la Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona, Bellaterra Barcelona, 1994.

TEACHMAN, J. D., «Childhood Living Arrangements and the Intergenerational Transmission of Divorce», *Journal of Marriage and Family*, vol. 64, n.º 3, 2002, pp. 717-729.

THAGAARD, T.; STEFANSEN, K., «Expressions of commitment and independence: Exploring men's emotional responsibility in heterosexual couple relationships», *Nordic Journal of Social Research*, vol. 5, n.º 1, 2014, pp. 21-38.

THOMPSON, L. L., *The mind and heart of the negotiator*, Upper Saddle River, N.J. : Prentice Hall, 2009, fecha de consulta 20 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/mindheartofnegot0004thom>.

TOLSTÓI, L., *Ana Karenina*, 1ª edición 2019, Albor Libros, Madrid, 2019.

TOPHAM, G. L.; LARSON, J. H.; HOLMAN, T. B., «Family-of-Origin Predictors of Hostile Conflict in Early Marriage*», *Contemporary Family Therapy*, vol. 27, n.º 1, 2005, pp. 101-121.

TORNEL, N., *Enparejarte: el arte de vivir con éxito tu relación*, 1ª ed, Planeta, Barcelona, 2016.

TORNEL, N., *Relacionarte: el arte de convertir tu pareja en una alianza imbatible*, Primera edición: febrero de 2023, Editorial Planeta S.A., Barcelona, 2023.

TORRALBA ROSELLÓ, F., *El arte de saber escuchar*, Milenio, Lleida, 2009, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <http://repositorio.dl-e.es/viewer.vm?id=95500&view=global&lang=es>.

TORRES LANA, J. Á.; GARAU SOBRINO, F. F.; LÓPEZ SIMÓ, F.; ESPAÑA., *Mediación en materia civil y mercantil: análisis de la normativa de la UE y española (Directiva 2008/52/CE, Ley 5/2012 y RD 980/2013)*, Tirant lo Blanch, Valencia, 2014.

TRIGO OUBIÑA, T. A., «Amor y matrimonio en el pensamiento de J. J. Rousseau», en *Matrimonio, familia, vida: homenaje al Prof. Dr. Augusto Sarmiento*, 2011, ISBN 978-84-313-2777-4, págs. 147-168, 2011, pp. 147-168, fecha de consulta

12 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4774582>.

TYRKA, A. R.; WIER, L.; PRICE, L. H.; ROSS, N. S.; CARPENTER, L. L., «Childhood Parental Loss and Adult Psychopathology: Effects of Loss Characteristics and Contextual Factors», *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, vol. 38, n.º 3, 2008, SAGE Publications, pp. 329-344.

UGARTE CORCUERA, F., *Del resentimiento al perdón: una puerta a la felicidad*, 5ª ed, Rialp, Madrid, 2016.

UROZ OLIVARES, J., «Estructura familiar y consumo de alcohol en adolescentes», *Health and Addictions/Salud y Drogas*, vol. 18, n.º 1, 2018, fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://ojs.haaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=364>.

VEZZETTI, V. C., «New approaches to divorce with children: A problem of public health», *Health Psychology Open*, vol. 3, n.º 2, 2016, SAGE Publications, p. 205510291667810.

VINCIERI, P., *Natura umana e dominio: Machiavelli, Hobbes, Spinoza*, Longo, Ravenna, 1984, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en <http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb349181675>.

VIUDA, I. DE LA, «“De Servo Arbitrio”: réplica de Lutero a Erasmo», *Revista agustiniana*, vol. 24, n.º 75, 1983, Editorial Agustiniiana, pp. 483-533.

WANBERG, C. R.; CSILLAG, B.; DUFFY, M. K., «After the break-up: How divorcing affects individuals at work», *Personnel Psychology*, vol. 76, n.º 1, 2023, pp. 77-112.

WEBSTER, P. S.; ORBUCH, T. L.; HOUSE, J. S., «Effects of Childhood Family Background on Adult Marital Quality and Perceived Stability», *American Journal of Sociology*, vol. 101, p. 404.

WEIGEL, D. J., «Parental Divorce and the Types of Commitment-Related Messages People Gain from Their Families of Origin», *Journal of Divorce & Remarriage*, vol. 47, n.º 1-2, 2007, pp. 15-32.

WEITOFT, G. R.; HJERN, A.; HAGLUND, B.; ROSÉN, M., «Mortality, severe morbidity, and injury in children living with single parents in Sweden: a population-based study», *Lancet (London, England)*, vol. 361, p. 289.

WESTON, B., «Waldinger, Robert. The good life: lessons from the world's longest scientific study of happiness.», *CHOICE: Current Reviews for Academic Libraries*, vol. 60, n.º 10, 2023, American Library Association CHOICE, pp. 1044-1045.

WHEELER, M., *The art of negotiation : how to improvise agreement in a chaotic world*, New York : Simon & Schuster, 2013, fecha de consulta 20 diciembre 2024, en <http://archive.org/details/artofnegotiation0000whee>.

WILLOUGHBY, B. J.; CARROLL, J. S.; BUSBY, D. M.; BROWN, C. C., «Differences in Pornography Use Among Couples: Associations with Satisfaction, Stability, and Relationship Processes», *Archives of Sexual Behavior*, vol. 45, n.º 1, 2016, pp. 145-158.

WOLTERS KLUWER ESPAÑA, *Jurisdicción voluntaria, arbitraje y mediación*, Wolters Kluwer España, Las Rozas, Madrid, 2021.

WRIGHT, P. J.; TOKUNAGA, R. S.; BAE, S., «More than a dalliance? Pornography consumption and extramarital sex attitudes among married U.S. adults», *Psychology of Popular Media Culture*, vol. 3, n.º 2, 2014, Educational Publishing Foundation, US, pp. 97-109.

YANNAKOULIA, M.; PAPANIKOLAOU, K.; HATZOPOULOU, I.; EFSTATHIOU, E.; PAPOUTSAKIS, C.; DEDOUSSIS, G. V., «Association Between Family Divorce and Children's BMI and Meal Patterns: The GENDAI Study», *Obesity*, vol. 16, n.º 6, 2008, Wiley, pp. 1382-1387.

ZASLOW, M. J., «Sex differences in children's response to parental divorce: 2. Samples, variables, ages, and sources», *The American journal of orthopsychiatry*, vol. 59, p. 118.

ZINELDIN, M., «TCS is to blame: The impact of divorce on physical and mental health», *International Journal of Preventive Medicine*, vol. 10, n.º 1, 2019, Medknow, p. 141.

ZULKARNAIN, A.; KORENMAN, S., «Divorce and health in middle and older ages», *Review of Economics of the Household*, vol. 17, n.º 4, 2019, pp. 1081-1106.

LEGISLACIÓN Y JURISPRUDENCIA

ESPAÑA

JEFATURA DEL ESTADO, *BOE.es - DOUE-Z-2010-70003 Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea.*, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-Z-2010-70003>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Instrumento de Ratificación de la Carta Social Europea (revisada), hecha en Estrasburgo el 3 de mayo de 1996*, vol. BOE-A-2021-9719, 2021, pp. 71274-71327, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en [https://www.boe.es/eli/es/ai/1996/05/03/\(2\)](https://www.boe.es/eli/es/ai/1996/05/03/(2)).

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 1/1996, de 10 de enero, de asistencia jurídica gratuita*, vol. BOE-A-1996-750, 1996, pp. 793-803, fecha de consulta 3 febrero 2025, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1996/01/10/1>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, vol. BOE-A-2012-9112, 2012, pp. 49224-49242, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2012/07/06/5>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 7/2017, de 2 de noviembre, por la que se incorpora al ordenamiento jurídico español la Directiva 2013/11/UE, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2013, relativa a la resolución alternativa de litigios en materia de consumo*, vol. BOE-A-2017-12659, 2017, pp. 105693-105718, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2017/11/02/7>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, vol. BOE-A-2005-11864, 2005, pp. 24458-24461, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2005/07/08/15>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2005, de 8 de julio, por la que se modifican el Código Civil y la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de separación y divorcio*, vol. BOE-A-2005-11864, 2005, pp. 24458-24461, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2005/07/08/15>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 15/2015, de 2 de julio, de la Jurisdicción Voluntaria*, vol. BOE-A-2015-7391, 2015, pp. 54068-54201, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2015/07/02/15>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 30/1981, de 7 de julio, por la que se modifica la regulación del matrimonio en el Código Civil y se determina el procedimiento a seguir en las causas de nulidad, separación y divorcio*, vol. BOE-A-1981-16216, 1981, pp. 16457-16462, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1981/07/07/30>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras*, vol. BOE-A-1999-21568, 1999, pp. 38934-38942, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/1999/11/05/39>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia*, vol. BOE-A-2006-21990, 2006, pp. 44142-44156, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2006/12/14/39>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley 60/2003, de 23 de diciembre, de Arbitraje*, vol. BOE-A-2003-23646, 2003, pp. 46097-46109, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/l/2003/12/23/60>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/1996, de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor, de modificación parcial del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil*, vol. BOE-A-1996-1069, 1996, pp. 1225-1238, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/1996/01/15/1>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*, vol. BOE-A-2004-21760, 2004,

pp. 42166-42197, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2004/12/28/1>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia*, vol. BOE-A-2025-76, 2025, pp. 796-1067, fecha de consulta 21 enero 2025, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2025/01/02/1>.

JEFATURA DEL ESTADO, *Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia*, vol. BOE-A-2015-8222, 2015, pp. 61871-61889, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2015/07/22/8>.

MINISTERIO DE GRACIA Y JUSTICIA, *Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil*, vol. BOE-A-1889-4763, 1889, pp. 249-259, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en [https://www.boe.es/eli/es/rd/1889/07/24/\(1\)](https://www.boe.es/eli/es/rd/1889/07/24/(1)).

MINISTERIO DE JUSTICIA, *Real Decreto 980/2013, de 13 de diciembre, por el que se desarrollan determinados aspectos de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles*, vol. BOE-A-2013-13647, 2013, pp. 105296-105311, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es/rd/2013/12/13/980>.

«Anteproyecto de Ley de impulso de la mediación», , fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.lamoncloa.gob.es/consejodeministros/Paginas/enlaces/110119-enlacemediacion.aspx>.

COMUNIDAD DE MADRID, *Ley 1/2007, de 21 de febrero, de Mediación Familiar de la Comunidad de Madrid*, vol. BOE-A-2007-12563, 2007, pp. 27653-27658, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.boe.es/eli/es-md/l/2007/02/21/1>.

ALEMANIA

BUNDESMINISTERIUM DER JUSTIZ, «FamFG - Gesetz über das Verfahren in Familiensachen und in den Angelegenheiten der freiwilligen Gerichtsbarkeit», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.gesetze-im-internet.de/famfg/BJNR258700008.html>.

BUNDESTAG, *Gesetz zur Förderung der Mediation und anderer Verfahren der außergerichtlichen Konfliktbeilegung*, 2012, p. 1577, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBI&jumpTo=bgbl112s1577.pdf.

BUNDESTAG, *Gesetz zur Förderung der Mediation und anderer Verfahren der außergerichtlichen Konfliktbeilegung*, 2012, p. 1577, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBI&jumpTo=bgbl112s1577.pdf.

AUSTRALIA

GOVERNMENT OF AUSTRALIA, *Family Law Act*, 1975, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www8.austlii.edu.au/cgi-bin/viewdb/au/legis/cth/consol_act/fla1975114/.

AUSTRIA

PARLAMENT ÖSTERREICH, *Schiedsrechts-Änderungsgesetz 2013* | *Parlament Österreich*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.parlament.gv.at/gegenstand/XXIV/II/2322>.

PARLAMENT ÖSTERREICH, *Zivilrechts-Mediations-Gesetz; Ehegesetz, Zivilprozessordnung u.a., Änderung* | *Parlament Österreich*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.parlament.gv.at/gegenstand/XXII/II/24>.

ESTADOS UNIDOS

«2014 Louisiana Laws :: Revised Statutes :: TITLE 9 - Civil Code-Ancillaries :: RS 9:272 - Covenant marriage; intent; conditions to create», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/louisiana/2014/code-revisedstatutes/title-9/rs-9-272>.

«2023 Arizona Revised Statutes :: Title 25 - Marital and Domestic Relations», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/arizona/title-25/>.

«Arkansas Code of 1987 (2023) :: Title 9 - FAMILY LAW (§§ 9-2-101 — 9-34-204) :: Subtitle 2 - DOMESTIC RELATIONS (§§ 9-8-101 — 9) :: Chapter 11 - MARRIAGE (§§ 9-11-101 — 9-11-811) :: Subchapter 8 - COVENANT MARRIAGE ACT (§§ 9-11-801 — 9-11-811) :: Section 9-11-803 - Covenant marriage», *Justia Law*, 2024, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://law.justia.com/codes/arkansas/title-9/subtitle-2/chapter-11/subchapter-8/section-9-11-803/>.

«Mediation Act - Uniform Law Commission», , fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.uniformlaws.org/viewdocument/enactment-kit-30?CommunityKey=45565a5f-0c57-4bba-bbab-fc7de9a59110&tab=librarydocuments>.

ITALIA

GAZZETTA UFFICIALE, *DECRETO LEGISLATIVO 4 marzo 2010, n. 28 - Normattiva*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2010-03-05&atto.codiceRedazionale=010G0050&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=552ea7e5-bdf1-4e38-b6a2-648472437554&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto>.

GAZZETTA UFFICIALE, «DECRETO LEGISLATIVO 24 ottobre 2023, n. 150 - Normattiva», fecha de consulta 17 diciembre 2024, en [https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2023-10-](https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2023-10-31&atto.codiceRedazionale=23G00163&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=be5b4dbe-0994-4877-978d-dba9e39448c0&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto)

[31&atto.codiceRedazionale=23G00163&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=be5b4dbe-0994-4877-978d-dba9e39448c0&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto](https://www.normattiva.it/atto/caricaDettaglioAtto?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2023-10-31&atto.codiceRedazionale=23G00163&atto.articolo.numero=0&atto.articolo.sottoArticolo=1&atto.articolo.sottoArticolo1=0&qId=be5b4dbe-0994-4877-978d-dba9e39448c0&tabID=0.02174386034549114&title=lbl.dettaglioAtto).

GAZZETTA UFFICIALE, «La Mediazione nelle controversie civili e commerciali», fecha de consulta 10 diciembre 2024, en <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2010/03/05/010G0050/sq>.

«REGIO DECRETO 16 marzo 1942, n. 262 - Normattiva», , fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.normattiva.it/uri-res/N2Ls?urn:nir:stato:codice.civile:1942-03-16;262>.

REINO UNIDO

UK GOVERNMENT, «Children and Families Act 2014», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2014/6/contents>.

UK GOVERNMENT, «Civil Procedure Act 1997», Statute Law Database, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/1997/12/contents>.

UK GOVERNMENT, «The Alternative Dispute Resolution for Consumer Disputes (Competent Authorities and Information) Regulations 2015», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2015/542/contents>.

UK GOVERNMENT, «The Family Procedure Rules 2010 and Court of Protection Rules 2017 (Amendment) (EU Exit) Regulations 2019», Statute Law Database, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2019/517/contents>.

UNIÓN EUROPEA

COMISIÓN EUROPEA, «BOE.es - DOUE-L-2008-80899 Directiva 2008/52/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2008, sobre ciertos aspectos de la mediación en asuntos civiles y mercantiles.», fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-2008-80899>.

COMISIÓN EUROPEA, «BOE.es - DOUE-L-2013-81182 Reglamento (UE) nº 524/2013 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 21 de mayo de 2013, sobre resolución de litigios en línea en materia de consumo y por el que se modifica el Reglamento (CE) nº 2006/2004 y la Directiva 2009/22/CE (Reglamento sobre resolución de litigios en línea en materia de consumo)», fecha de consulta 11 diciembre 2024, en <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-2013-81182>.

COMISIÓN EUROPEA, «Portal Europeo de e-Justicia -Código de conducta europeo sobre mediación», fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://e-justice.europa.eu/63/ES/eu_rules_on_mediation.

CONSEJO DE EUROPA, «Recomendacion R98 a los Estados Miembros sobre la Mediación Familiar», 1998, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-40822/recomendacioneuropea.pdf>.

EUROPEAN PARLIAMENT. DIRECTORATE GENERAL FOR INTERNAL POLICIES OF THE UNION., «*Rebooting» the Mediation Directive :assessing the limited impact of its implementation and proposing measures to increase the number of mediations in the EU.*, Publications Office, LU, 2014, fecha de consulta 7 septiembre 2024, en <https://data.europa.eu/doi/10.2861/48823>.

PARLAMENTO EUROPEO, *Propuesta de Resolución del Parlamento Europeo 2011/2026(INI) sobre la aplicación de la Directiva sobre la mediación en los Estados miembros, su impacto en la mediación y su aceptación por los Tribunales*, 2011, fecha de consulta en <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52017IP0321>.

PARLAMENTO EUROPEO, *Resolución del Parlamento Europeo, de 12 de septiembre de 2017, sobre la aplicación de la Directiva 2008/52/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, 2017*, fecha de consulta en [HTTPS://WWW.EUROPARL.EUROPA.EU/DOCEO/DOCUMENT/TA-8-2017-0321_ES.PDF](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-8-2017-0321_ES.pdf).

INFORMES

«Academy of Professional Family Mediators - APFM», *Academy of Professional Family Mediators*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://apfmnet.org/>.

«Aging Without Community: The Consequences of Isolation and Loneliness | United States Senate Special Committee on Aging», , fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.aging.senate.gov/hearings/aging-without-community-the-consequences-of-isolation-and-loneliness->.

«Associazione Italiana Mediatori Familiari», , fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://www.aimef.it/>.

BBC, «The surprising truth about loneliness», fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.bbc.com/future/article/20180928-the-surprising-truth-about-loneliness>.

BUREAU, U. C., «Families and Living Arrangements», *Census.gov*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.census.gov/topics/families.html>.

BUREAU, U. C., «Historical Living Arrangements of Children», *Census.gov*, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://www.census.gov/data/tables/time-series/demo/families/children.html>.

«Campus Mediation Practicum», *Cornell Law School*, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.lawschool.cornell.edu/academics/experiential-learning/clinical-program/campus-mediation-practicum/>.

CIS, «“Percepciones sobre la igualdad entre hombres y mujeres y estereotipos de género”», *CIS*, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en <https://www.cis.es/-/disponible-el-estudio-3428-percepciones-sobre-la-igualdad-entre-hombres-y-mujeres-y-estereotipos-de-genero->.

CNEF, «Cross National Equivalent File | CNEF», fecha de consulta 19 septiembre 2024, en <https://www.cnefdata.org/>.

«Curso 2022-2023 | Facultad de Derecho», , fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://derecho.ucm.es/curso-2022-2023-397>.

EPDATA, «¿Cómo son los hogares españoles?, en datos y gráficos», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.epdata.es/datos/composicion-hogares-espanoles-datos-graficos/346>.

«España - Divorcios 2022 | Datosmacro.com», , fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://datosmacro.expansion.com/demografia/divorcios/espana>.

EUROPA PRESS, «Cuántas personas viven solas en España y otras 10 respuestas sobre este tipo de hogares», 2017, Europa Press, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://www.europapress.es/sociedad/noticia-cuantas-personas-viven-solas-espana-otras-10-respuestas-tipo-hogares-20170406122433.html>.

EUROSTAT, «Rising proportion of single person households in the EU», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20180706-1>.

«Exhort. ap. postsin. Amoris laetitia (19 marzo 2016), 182: AAS 108 (2016), 384.», , fecha de consulta 11 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20160319_amoris-laetitia.html.

GAZETTE, C., «Here Are the Ivy League Law Schools, Ranked», *colleg Gazette*, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://colleg Gazette.com/ivy-league-law-schools-ranked/>.

GLOBAL COUNCIL ON BRAIN HEALTH, *The Brain and Social Connectedness: GCBH Recommendations on Social Engagement and Brain Health*, Global Council on Brain Health, 2017, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.aarp.org/health/brain-health/global-council-on-brain-health/social-engagement-and-brain-health/>.

«Guía docente de Mediación y Conciliación (24511A9)», *Facultad de Derecho*, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://derecho.ugr.es/docencia/grados/graduadoa-criminologia/mediacion-y-conciliacion/11/guia-docente>.

«HARVARD MEDIATION PROGRAM», , fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://clinics.law.harvard.edu/hmp/>.

HARVARD UNIVERSITY, «Program on Negotiation», *PON - Program on Negotiation at Harvard Law School*, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://www.pon.harvard.edu/courses-and-training/mediation-programs/>.

INE, «Encuesta continua de hogares 2020», *INE*, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en https://ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176952&menu=ultiDatos&idp=1254735572981.

INE, «Encuesta Continua de Hogares (ECH).», *Instituto Nacional de Estadística*, fecha de consulta en https://www.ine.es/prensa/ech_2020.pdf.

INE, «Encuesta de Empleo del Tiempo 2010», *INE*, fecha de consulta 23 septiembre 2024, en https://ine.es/buscar/searchResults.do?Menu_botonBuscador=&searchType=DEF_SEARCH&startat=0&L=0&searchString=Encuesta%20de%20Empleo%20del%20Tiempo.

INE, «Nulidades, separaciones y divorcios. Serie desde 2005(20170)», *INE*, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm>.

INE, «Proyección de hogares 2022-37», *INE*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en https://www.ine.es/prensa/ph_2022_2037.pdf.

«INE/Estadística de defunciones según la causa de muerte / Últimos datos», *INE*, fecha de consulta 12 septiembre 2024, en https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176780&menu=ultiDatos&idp=1254735573175.

INSTITUTE FOR SOCIAL RESEARCH, «CHILDHOOD RETROSPECTIVE CIRCUMSTANCES IN THE PANEL STUDY OF INCOME DYNAMICS», *GERONTOLOGIST*, vol. 56, 2016, p. 114.

«Itinerari Catecumenali per la vita matrimoniale a cura del Dicastero per i Laici, la Famiglia e la Vita», , fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://press.vatican.va/content/salastampa/it/bollettino/pubblico/2022/06/15/0459/00940.html>.

LIBRARY, D. H., «Documentación de la ONU: Derechos Humanos», Naciones Unidas. Biblioteca Dag Hammarskjöld, fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://research.un.org/es/docs/humanrights/undhr>.

MARRIAGE FOUNDATION UK, «Family stability improves as divorce rates fall», *Marriage Foundation*, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en <https://marriagefoundation.org.uk/research/family-stability-improves-as-divorce-rates-fall/>.

«Mediation & Facilitation Program | Yale Interdisciplinary Center for Bioethics», , fecha de consulta 9 septiembre 2024, en <https://bioethics.yale.edu/programs/mediation-facilitation-program>.

«Mediation Clinic», , fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.law.columbia.edu/academics/experiential/clinics/mediation-clinic>.

«Mediation Clinic», , fecha de consulta 10 septiembre 2024, en <https://www.law.upenn.edu/clinic/mediation/>.

MICHIGAN UNIVERSITY, «Health and Retirement Study», fecha de consulta 18 septiembre 2024, en <https://hrs.isr.umich.edu/>.

NACIONES UNIDAS, «Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos», *OHCHR*, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-civil-and-political-rights>.

NACIONES UNIDAS, «Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales», *OHCHR*, fecha de consulta 26 diciembre 2024, en

<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>.

OFFICE FOR NATIONAL STATISTICS, *MARRIAGES AND DIVORCES IN ENGLAND AND WALES 2018: including cd-rom of data*, DANDY BOOKSELLERS LTD, S.I., 2021.

«Office of Legal Policy | Alternative Dispute Resolution at the Department of Justice», 2014, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.justice.gov/archives/olp/alternative-dispute-resolution-department-justice>.

Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation, Classic edition, Routledge, New York ; London, 2015.

«Processo civile veloce e riduzione arretrato: il testo coordinato in Gazzetta», *Altalex*, 2014, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://www.altalex.com/documents/news/2014/11/28/processo-civile-veloce-e-riduzione-arretrato-il-testo-coordinato-in-gazzetta>.

RAE, «Definición de interés superior del menor - Diccionario panhispánico del español jurídico - RAE», *Diccionario panhispánico del español jurídico - Real Academia Española*, fecha de consulta 17 diciembre 2024, en <https://dpej.rae.es/lema/inter%C3%A9s-superior-del-menor>.

«Robert Waldinger: What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness | TED Talk», , fecha de consulta 10 diciembre 2024, en https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness?subtitle=en&lng=es&geo=es.

SANTA SEDE, «Const. Ap. Gaudium et Spes, AAS 58 (1966) 145, n. 24.», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_sp.html.

SPIEGEL, «La epidemia de la soledad», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.spiegel.de/>.

«Standards of practice for professional family mediators», *Academy of Professional Family Mediators*, fecha de consulta 11 septiembre 2024, en <https://apfmnet.org/standards-practice-professional-family-mediators/>.

«Terapia de Pareja Centrada en las Emociones», en *Griot*, ISSN 1949-4742, Vol. 13, vol. Nº. 1, 2020, p. pags. 1-20, fecha de consulta 16 septiembre 2024, en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=8471595>.

UK GOV, «PM launches Government's first loneliness strategy», *GOV.UK*, 2018, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.gov.uk/government/news/pm-launches-governments-first-loneliness-strategy>.

UNICEF; PROJECT, M., *Children at risk in Central and Eastern Europe :: perils and promises.*, UNICEF International Child Development Centre, 1997, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://digitallibrary.un.org/record/239352>.

«United Nations Singapur Convention», 2019, fecha de consulta 9 septiembre 2024, en https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg_no=XXII-4&chapter=22&clang=_en.

US DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES; CENTERS FOR DISEASE CONTROL (CDC); NATIONAL CENTER FOR HEALTH STATISTICS, «Cohabitation, marriage, divorce, and remarriage in the United States: (372462004-001)», fecha de consulta 20 septiembre 2024, en <https://doi.apa.org/doi/10.1037/e372462004-001>.

US NEWS, «Last Rites, With a Shrinking Audience», *US News & World Report*, fecha de consulta 13 septiembre 2024, en [//www.usnews.com/news/best-countries/articles/2016-03-29/in-aging-sweden-dying-is-becoming-a-solitary-affair](https://www.usnews.com/news/best-countries/articles/2016-03-29/in-aging-sweden-dying-is-becoming-a-solitary-affair).

WILCOX, *Family Stability and the American Dream*, 2020, fecha de consulta 17 septiembre 2024, en

<https://heinonline.org/HOL/Page?handle=hein.amenin/aeiacxu0001&collection=amenin>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, «Determinants of health», fecha de consulta 13 septiembre 2024, en <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>.