MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD

SECRETARÍA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMO

DIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL, DE LAS FAMILIAS Y DE LA INFANCIA

ATYME

CAMBIO SOCIAL, RESPUESTA EMOCIONAL ANTE LA RUPTURA DE PAREJA Y VALOR DE LA MEDIACIÓN

Queda prohibida la copia y cualquier tipo de transmisión independientemente de la forma o medio que se utilice, bien sea electrónica o mecánica, incluyendo la realización de fotocopias, la grabación o a través de cualquier sistema de almacenamiento o recuperación de información, sin el consentimiento previo por escrito de la propiedad de los derechos de autor

Dirección: Trinidad Bernal Samper

Equipo ATYME:

Maribel López
Sacramento Barba
Francisco Iglesias

Manuel Hierro
Jose Ángel Galán
Ana Belén De Miguel

Apoyo metodológico: Marisol Blanco

Diseño de la portada: Jorge Senabre

Copyright © 2012
Todos los derechos reservados
ISBN 0000 2012
Deposito legal M-6364-2012
Impreso en España

CAMBIO SOCIAL, RESPUESTA EMOCIONAL ANTE LA RUPTURA DE PAREJA Y VALOR DE LA MEDIACIÓN

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, POLITICA SOCIAL E IGUALDAD
POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL
ATYME

AGRADECIMIENTOS

Para comprender una situación tan compleja como la ruptura y la intervención mediadora en ella nos hemos acercado con sumo cuidado y mucho respeto, preguntando a personas usuarias de la mediación y a profesionales mediadores, para que nos den sus percepciones de cómo han vivido esta situación difícil en el caso de los primeros y cómo han interpretado e interpretan esta situación los mediadores desde su práctica profesional. Las preguntas se han realizado en un ambiente relajado y propicio para el diálogo y donde ha sido evidente la gratitud de todos los participantes por su contacto con el mundo de la mediación desde la doble perspectiva de usuarios y mediadores.

Deseamos devolver ese agradecimiento ya que, sin el permiso para compartir su mundo privado, no hubiéramos podido conocer elementos emocionales necesarios para realizar nuestro trabajo mediador desde una óptica comprensiva y no evaluadora. Además de disponer de datos indicadores de la importancia que tiene el cambio del mediador para que las personas que abordan esta situación difícil, puedan mirarla desde otro punto de vista.

En nombre de ATYME, quiero mostrar mi gratitud hacia todos los que han hecho posible la realización de esta investigación y de su publicación. El apoyo ha sido variado y todos juntos han colaborado para hacer que este ejemplar llegue a las manos del lector.

En primer lugar agradecimiento es para el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, desde la Dirección General de Servicios para la Familia y la Infancia, que ha acompañado a toda nuestra trayectoria

profesional, dando relevancia social a nuestro trabajo y sin cuyo apoyo no hubiéramos podido abordar este tipo de trabajo. La confianza que nos ha proporcionado, durante más de 20 años, ha servido para apuntalar diferentes iniciativas, una de las cuales es la financiación de esta investigación y su publicación.

En segundo lugar nos sentimos profundamente agradecidos por la confianza que han depositado en nosotros, tanto las personas que han usado el programa de mediación de ATYME, como los mediadores formados con nosotros y que, en ambos casos, han participado en este estudio. El apoyo de usuarios y mediadores nos ha proporcionado el material necesario para extraer las conclusiones de este estudio, la oportunidad de conocer más sobre el mundo emocional de las parejas, la motivación necesaria para seguir trabajando con entusiasmo en una profesión de la que cada vez obtenemos más satisfacción y la posibilidad de contagiar nuestro entusiasmo a las personas con las que trabajamos, usuarios y mediadores.

En tercer lugar el agradecimiento es para todo el equipo de mediación de ATYME, por su esfuerzo en atender todas las diferentes actuaciones que nuestra Entidad tiene en marcha en estos momentos. El trabajo coordinado del equipo ATYME ha resultado imprescindible para abordar la tarea investigadora de manera que unos profesionales han acompañado diariamente a las personas de manera personalizada, manteniendo la credibilidad en nuestro trabajo para que otros puedan llevar a cabo esta investigación.

Otros agradecimientos merecidos son para Marisol Blanco, por su apoyo en el proceso metodológico, a Jorge Senabre por el diseño de la portada, a Pilar Fernández y Laura Ortega por las continuas correcciones de este trabajo y a Maribel López por su dedicación para sacar adelante esta publicación.

Trinidad Bernal Samper

Directora de los Programas de mediación. ATYME

PRÓLOGO

En el corazón mismo del magnifico templo barcelonés de la Sagrada Familia, en un rincón de las “escolas” que el genial Gaudí construyó para que pudieran estudiar allí los hijos de los obreros que construían la catedral, me sorprendió y emocionó descubrir una foto de 1913 en la que se muestra un Consell de disciplina de dichas “escolas” formado por los propios alumnos, en el cual son ellos mismos quienes resuelven de forma ordenada un conflicto que se ha generado. Si de la mediación “escolar” comienza a hablarse muchos años después, sin embargo, encontramos viejas y preciosas muestras, como ésta, que nos hablan de la capacidad innata del ser humano de tomar en sus propias manos los conflictos que le atañen y resolverlos de forma pacífica.

REUNIÓ D'UN CONSELL DE DISCIPLINA (1913)

El libro que tengo el honor de prologar no es un “manual” de mediación al uso en el que se exponen sus fases, las condiciones que deben concurrir en los “mediados” o la formación de los mediadores.

Este libro es una propuesta sobre la mediación familiar desde una mirada nueva y poco explorada; la de los “sentimientos” que viven sus principales protagonistas: mediadores y parejas. Y lo hace a través de instrumentos técnicos de recogida de la información que permiten extrapolar determinadas conclusiones. Se analiza en este volumen, cómo la mediación ha cambiado la forma de experimentar uno de los duelos más complejos que vive el ser humano, la ruptura de pareja, no solo consiguiendo acuerdos como objetivo inmediato de la mediación, sino también disminuyendo la intensidad de las emociones negativas asociadas a dicha ruptura, modificando actitudes e ideas no adecuadas sobre ruptura, pareja y familia y facilitando la continuidad de la relación con los hijos.

Mas de 20 años de trabajo en estas materias, hacen de ATYME una de las entidades con más recorrido y experiencia en España en el impulso de la mediación familiar y por ello ha sido una entidad apoyada desde el principio de su andandura por la Dirección General de Servicios para la Familia y a la infancia que represento.

En 1990 el entonces Ministerio de Asuntos Sociales, desde la Dirección General de Protección Jurídica del Menor, aprobó el primer programa de mediación de ámbito estatal que llevó a cabo ATYME, contribuyendo a impulsar la mediación familiar en nuestro país. Esta colaboración se ha mantenido desde entonces de manera ininterrumpida, y de esta forma ATYME ha puesto su grano de arena para garantizar en nuestro país que en casos de ruptura muchos menores puedan seguir recurriendo física y emocionalmente de ambos padres de forma que el cese de la convivencia de pareja no les prive de ese derecho-necesidad.

ATYME además ha aplicado la mediación a situaciones conflictivas diferentes a las de ruptura de pareja, como es el recién aprobado Programa de mediación Intergeneracional, para favorecer la autodeterminación de las personas mayores. También lleva años formando a mediadores, en colaboración con el Centro Ápside y se ha subido al tren de la investigación, como lo muestra la presentación de esta publicación, además de haber constituido la Fundación ATYME para seguir con proyectos diferentes encaminados todos a promocionar la cultura del consenso.

En la reciente comparecencia de la Ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad el día 1 de febrero de 2012 en el Congreso de los Diputados, la Exma. Sra. Doña Ana Mato, anunciaba un Plan Estatal de Apoyo a la Familia que entre otras cuestiones, y en el marco del tratamiento de las crisis familiares, impulsaría la mediación familiar como medio excepcional de resolver estas crisis.

Este impulso debe enmarcarse, además, en el contexto de la 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 que concibe la mediación (y no solo la familiar) como "una solución extrajudicial económica y rápida a conflictos en asuntos civiles y mercantiles, mediante procedimientos adaptados a las necesidades de las partes. Es más probable que los acuerdos resultantes de la mediación se cumplan voluntariamente y también que preserven una relación amistosa y viable entre las partes. Estos beneficios son aún más perceptibles en situaciones que presentan elementos transfronterizos".

La mediación, como señala la Directiva, facilita el cumplimiento de los acuerdos pero también la "relación amistosa y viable" entre las partes. De la vivencia de dicha relación trata este libro cuyo contenido bien podría simbolizarse visualmente en los rostros atentos pero

relajados de los hijos de los obreros de la Sagrada Familia que en el "consell de disciplina" resuelven sus conflictos escolares entre ellos mismos y de manera amistosa.

Confiemos en que la mediación contribuya a tornar los rostros crispados por la violencia, desde la que se viven muchas veces los conflictos interpersonales, por la serenidad y asunción consciente de las soluciones del conflicto.

Salomé Adroher Biosca
Directora General de Servicios para la Familia y la Infancia
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

INTRODUCCIÓN AL CAMBIO

"Los sentimientos son condiciones que nos hacen cambiar y nos llevan a modificar nuestros juicios"
Aristóteles

Si el tiempo es la medida del movimiento entre dos instantes, según Aristóteles, parece obvio, que el paso del tiempo ya implica cambio, y de ello versa la presente investigación, en indagar, cómo este paso ha influido en la percepción, interpretación y vivencia de las emociones en las personas que se separan. En especial, cómo esas emociones están ligadas e influenciadas por los diversos instantes temporales dentro de un contexto social determinado, y en qué sentido tales emociones han afectado a un mejor manejo del tema que vamos a estudiar. Aun experimentando las mismas emociones en esos diversos momentos, su intensidad se ve modificada por diferentes factores, tales como los cambios sociales, legislativos e incluso individuales por el paso del tiempo.

El intervalo de tiempo estudiado se sitúa en las últimas dos décadas, precisamente desde 1990, momento en el que ATYME comienza su andadura, hasta 2010, instante en el que se miden las diferencias que pueden apreciarse entre las parejas que decidían separarse a comienzos de los 90 y las que tomaban la misma decisión casi dos décadas más tarde, los resultados ofrecen diferencias sustanciales en las variables emocionales estudiadas. Además se acompaña este estudio, con las apreciaciones que los profesionales mediadores formados en el Modelo de Competencia (Bernal, 1998) ofrecen desde la experiencia y con una perspectiva distinta a los propios usuarios por la distancia desde la que se observa.

Entendiendo que el movimiento del tiempo provoca cambios, es decir, que el paso del mismo lo lleva intrínsecamente asociado, intentaremos presentar cuales han sido los más significativos y cómo pueden ayudarnos a entender las diferencias apreciadas en lo que se va a presentar en el presente trabajo. Los cambios culturales, creadores de tendencias en determinados momentos y contextos, generan e impulsan modificaciones y cambios legislativos, y éstos a su vez, formas de pensar distintas, con lo cual ya está abonado el terreno para que la forma de sentir y emocionarse, al menos en su intensidad, sea también distinta.

CAMBIOS SOCIALES

La percepción del cambio social a lo largo de estas últimas décadas puede ser observado desde una perspectiva parcial, en base a datos, opiniones y reflexiones de algo que se encuentra siempre en una continua y acelerada transformación, propia de nuestro tiempo, y es que, por esencia, el cambio social es inestable por encontrarse en proceso de ajuste a lo que en cada momento y contexto se demanda. El cambio social lleva aparejado además un cambio familiar como base de cada nueva construcción, sin él no puede entenderse una distinta organización.

La incorporación de la mujer al trabajo, su educación, las exigencias del mercado laboral, las pretensiones individualistas, hogares más despoblados, envejecidos y con los menores al cuidado de otros, el aumento de la soltería, y que se dilate la estancia de los hijos en el hogar, ha ayudado a perfilar una realidad en la continua transformación ya mencionada, la cual se encuentra cada vez en mayor sintonía con una cultura negociadora en la que la resolución de conflictos familiares de forma pacífica, por parte de quienes optan por disolver su unión, se considera como lo más adecuado y mejor valorado por el resto de sus iguales. Los proyectos y formas de vida familiar se han privatizado y los modelos heredados de tal organización han perdido fuerza vinculante. Es frecuente ahora que el divorcio sea aceptado como una solución a un proyecto inicial

de vida en común con bastante naturalidad, algo difícil de asumir hace un tiempo.

Pero lo que a primera vista parece tan evidente ¿es realmente así?, ¿ha existido un cambio en nuestra sociedad en esos 20 años?, ¿la experiencia personal o profesional de la ruptura de pareja es diferente?, ¿las emociones asociadas al hecho de separarse son similares o distintas en 1990 y en 2010? parece que podemos confirmarlo a través de distintas vías.

Se encuentran datos de que existen cambios en lo que a familia se refiere, como lo es que a partir de 1990 el número de matrimonios comienza a disminuir, también la media de hijos, o el primer registro de parejas no oficiales y homosexuales del Ayuntamiento de Vitoria en 1994.

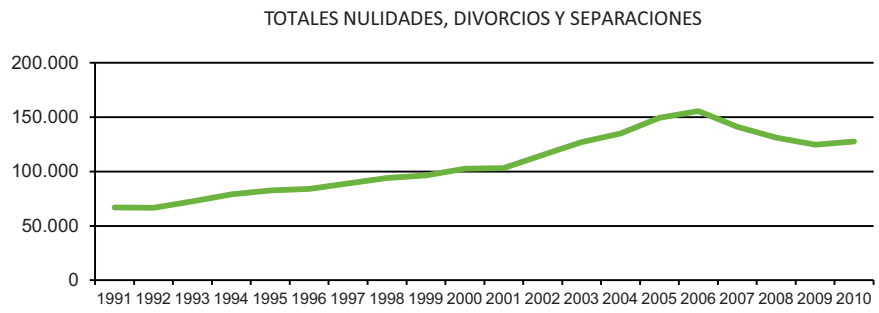
La década que precede a este estudio, los años 80, supuso el antecedente al cambio más observable, una juventud transgresora, creadora de una nueva cultura, se mezclaba con las ideologías más tradicionales, aunque de puertas para adentro, en aquellos años, la familia no había notado grandes cambios en su estructura, y el modelo más conservador era el mayoritario, el papel de la mujer aún no había sido reconocido ni igualado, y el divorcio no se consideraba un hecho aceptable por gran parte de la población o sólo en casos excepcionales. El divorciado era repudiado por su entorno, por lo que sólo el hecho de pensar en separarse era ya un desencadenante de estrés. El divorcio era un fracaso absoluto, no sólo de la relación de pareja, sino también del propio individuo en el resto de sus facetas.

Son varios los estudios que apuntan a una extraordinaria capacidad de adaptación de la familia, confirmando con ello un contexto social cambiante. La paulatina incorporación de la mujer al trabajo remunerado implicó una necesidad de reorganización familiar, un cambio en los roles asociados al género y un agente importante a tener en cuenta para analizar el fenómeno del divorcio, así, en España emerge como factor determinante

de éste la independencia económica de la mujer, según datos estadísticos el divorcio afecta selectivamente a una parte de la población femenina: la más instruida y mejor situada en el mercado de trabajo.

El crecimiento del número de divorcios es indiscutible desde la aprobación de la ley del divorcio en 1981, y con ese crecimiento la normalización de este hecho. Desde que se tiene información acerca de esta cuestión, en torno a tres cuartas partes de los españoles aceptan el divorcio. Al comienzo con claras limitaciones y en casos excepcionales, junto a dudas de si sería conveniente o no el posterior matrimonio de estas personas. Pero en pocos años se ha ido consolidando una aceptación amplia y sin obstáculos; desde mediados de los noventa no ha descendido del más del 70%, las personas que creen que el divorcio es la solución para un mal matrimonio, que alcanzando casi el 80% en 2003 (Becerril-Ruiz, 2008).

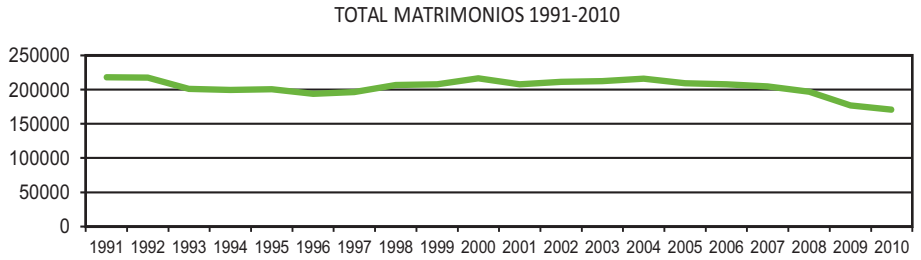
Los datos cuantitativos que a continuación se aportan hacen referencia a los cambios que se han producido en movimientos sociales relacionados con el hecho de la ruptura de pareja en las dos décadas



estudiadas, según el Instituto Nacional de Estadística:

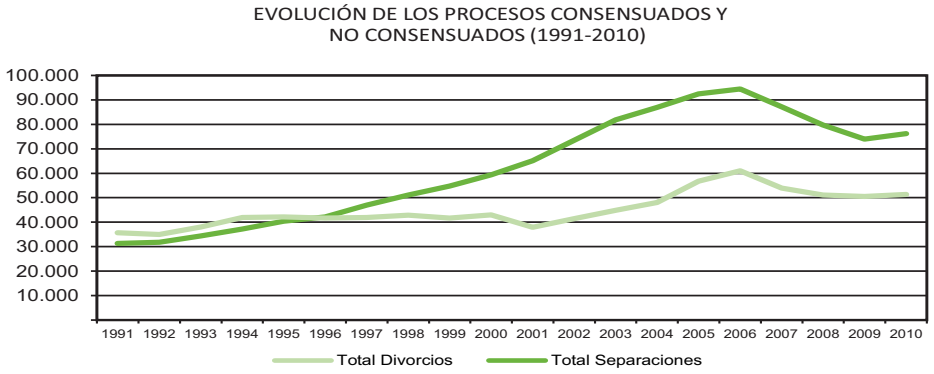
Con la aprobación de la ley del divorcio en 1981 este tipo de procesos judiciales van en aumento hasta el año 2007, en el periodo comprendido entre 1990 y 2010 existe un ligero aumento hasta 2002 y un incremento más acentuado entre 2002 y 2007, año a partir del cual la gráfica se invierte y comienza un descenso hasta 2009 donde de nuevo encontramos un leve ascenso en estos procesos. Antes de la reforma de la

ley de divorcio en 2005 el aumento es más intenso, a pesar de que con el denominado "divorcio exprés" se vaticinó un incremento que no correspondió a la realidad. De hecho, dos años más tarde, y por primera vez desde 1981 los procesos de divorcio y separación descienden, aunque estos datos hay que contemplarlos con el descenso del número de



matrimonios y el aumento de parejas de hecho.

Otro de los apreciables cambios, se observa en la forma de disolver el vínculo de unión conyugal, siendo cada vez más frecuente adherirse a una cultura de la paz y la palabra, donde prima la autodeterminación, frente a la más tradicional en la que se solían resolver estos asuntos, por un tercero, el juez, habitualmente en un contexto contencioso. Como afirma Roussel (1989) la posmodernización de la vida familiar ha traído consigo un tipo de familia negociadora, que propicia incluso la posibilidad de pactar



su disolución, siendo aquí donde la mediación familiar se constituye como la fórmula con mayor garantía de éxito para encontrar una solución satisfactoria libremente decidida por los propios interesados.

Así pues, según el tipo de proceso hasta 1996, la diferencia entre consensuados y no consensuados no era significativa, aunque hasta entonces siempre había habido un mayor número de parejas que optaban por los no consensuados, pero en 1996 se produce un giro hacia los procesos consensuados que se mantiene e incrementa desde entonces hasta 2010, donde la mayoría de las parejas que se separan lo hacen de forma amistosa, tendencia incrementada en los últimos años.

En estos momentos nos encontramos con varios tipos de familias que ofrecen una diversidad de categorías que han ido aparecido en los últimos años, y que confirman a su vez que el cambio social se ha producido. Dentro de estas variedades, la ruptura de pareja es un hecho que tiene que ver con la particularidad de la definición de algunas de estas categorías familiares, la más conocida es "la familia reconstituida", en la que una pareja de nueva creación, al menos uno de sus miembros aporta un hijo de una relación anterior (Vishery Visher, 1988).

Otro aspecto que podemos observar también es cómo, con el paso del tiempo, va adquiriendo mayor protagonismo en la cultura actual las opiniones y decisiones individuales frente a las normas sociales (Beck y Beck-Gernsheim, 2003). Nuestra capacidad para ser libres nos permite poder elegir y tomar cuantas decisiones consideremos como más apropiadas para nuestra integridad, sin la necesidad incluso de estar sujetas estrictamente a las normas convencionales, en las que en ocasiones ni siquiera existe consenso y suelen estar expuestas a continuas modificaciones. Es decir, lo que hoy parece de un color para unos, muy posiblemente mañana pueda serlo de otro, así pues, confiamos cada vez más en nuestras deliberaciones y juicios que en lo establecido.

Este proceso de individualización permite darnos una explicación

de los cambios habidos en la organización familiar, atribuyendo a cada persona la capacidad de construir su propio ciclo vital. Más concretamente los individuos son conscientes de su incertidumbre, pues el matrimonio ahora es acordado y sujeto a ser discursivo, y la definición tradicional de roles de pareja ha perdido legitimidad y el reparto de responsabilidades, derechos y obligaciones de cada uno de los cónyuges ha pasado a ser objeto de negociación entre las partes y ahora el matrimonio dura lo que dure el amor o lo que dure el amor romántico (Beck-Gernsheim, 2003).

En realidad hemos pasado del reino de la necesidad al de la libertad (Alberdi, 1999), con lo que el ser humano, sea hombre o mujer, puede elegir o decidir, habiendo abandonado ya el sistema patriarcal imperante tiempo atrás, dando lugar a una mayor tolerancia y diversidad en la forma de interpretar el mundo que nos rodea. Esta nueva interpretación lo cambia casi todo, ya que afecta a la forma de pensar, ahora diferente y acorde a las nuevas tendencias sociales, la intensidad de las emociones aparejadas a una interpretación más laxa y menos punitiva moralmente, y por ende a la forma de actuar de los propios implicados, que a partir de esos momentos disponen de un mayor repertorio de alternativas validadas por la colectividad a la que pertenece.

Encontramos pues que se pueden conjugar muy acertadamente estas dos perspectivas, constructivista e individualista, ambas válidas y explicativas para entender los cambios acaecidos en nuestro país en estas dos últimas décadas. Si bien es cierto que el influjo externo de las normas establecidas y la corriente de opinión social ayudan a organizar nuestro entramado emocional, ávido de valores y referencias morales a modo de arquetipos, no parece menos cierto, que cada vez más, se le otorga una mayor consideración a esa capacidad de libre albedrío del ser humano para regir su comportamiento conforme a su propia experiencia y su particular y privado esquema de valores.

Esta diversificación de las relaciones familiares ha cambiado la vivencia de la ruptura de pareja y eso es lo que queremos ver en los dos

grupos participantes en esta la investigación, si se observan en sus relaciones, conductas, valores, emociones, trabajo,…, si es real o no el cambio de las estructuras más tradicionales a una sociedad plural, ¿cómo era la experiencia de las personas que se separaban a principios de los 90?, ¿existen diferencias con quienes viven esta situación en los últimos años?, ¿cómo se experimenta ahora el fin de la convivencia en pareja?, ¿qué nos aporta la experiencia profesional de los mediadores sobre estos cambios?.

CAMBIOS LEGALES

En particular, el modélico asentamiento del sistema democrático en nuestro país, ha ido propiciando el poso necesario para vivenciar con naturalidad cambios tales como la legislación del divorcio en un estado de libertad, hecho este que ha retroalimentado un acrecentamiento de la madurez del sistema del bienestar en nuestra joven y moderna sociedad. Situaciones como esta ayudan a que en nuestro entorno nacional se generalicen formas y estructuras familiares diversas y semejantes a las del resto de Europa, donde la convivencia conyugal dejó de ser hace tiempo unidireccional, tanto en su constitución como en la propia disolución. Además, tal y como demuestran estudios recientes en nuestro país, cualquier estructura familiar es válida para garantizar un adecuado desarrollo psicológico del niño, siempre y cuando estén presentes una serie de condiciones fundamentales para dicho desarrollo infantil, como son la promoción del desarrollo y de un ambiente estimulante, ausencia de conflictos, cuidados de calidad, un estilo de crianza democrático y una buena red de apoyo social (Arranz y Oliva, 2010).

Gracias a que las leyes suelen ayudar a marcar y pautar los modelos de comportamiento social, con la citada ley del divorcio se reconoce por ejemplo algo hasta el momento inhabitual, la paternidad,

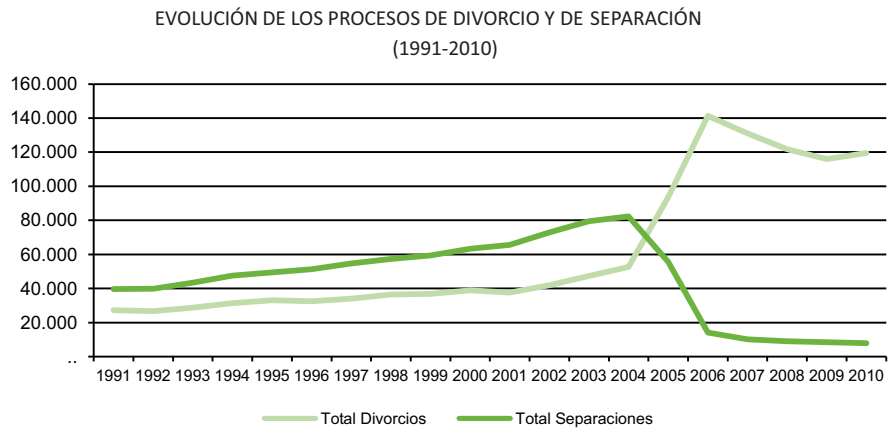
lo cual implica una distinta responsabilidad en el hombre, que repercutirá en su forma de pensar, sentir y actuar respecto a su nuevo rol, y que por añadidura influirá en una mayor liberalización de la mujer con lo que ello comporta en este cambio de era familiar. Cambios como estos van acompañados de un lento proceso en la preponderancia que se les dará a unos valores y no a otros en cada momento y contexto social, entendiendo la transcendencia que tienen los valores sociales imperantes en la toma de decisiones personales.

Aunque el período estudiado comprende desde 1990 a 2010, es necesario hacer mención a 1981, año en el que se aprobó, envuelta en polémica, la Ley de divorcio en España. La joven democracia de nuestro país parecía evolucionar con una ley sintomática de la necesidad de cambio social, aunque las deficiencias que apuntaron muchos, eran también síntoma de la convivencia con los valores más tradicionales, ya que su redacción protegía el modelo más conservador de familia, y aún más su puesta en marcha, en cuanto a la identificación de roles y responsabilidades familiares en función del género, así como a la necesidad de la separación legal previa al divorcio.

La Ley del divorcio (Ley 30/1981, de 7 de Julio), se ha modificado en distintas ocasiones, modificaciones que se producen en el intervalo de tiempo objeto de estudio de esta investigación y en las que encontramos de nuevo pruebas de un cambio social: en 1990 se reconoció el derecho de los padres a optar por la custodia de los menores, hasta entonces el Art. 159 del Código Civil (Ley 11/1990, de 15 de Octubre), decía que los hijos menores de siete años quedaban al cuidado de la madre exclusivamente, en caso de que los padres vivieran separados, salvo que éstas estuvieran incapacitadas para ello, lo que se modificó considerando que era discriminatorio, reconociendo así que la educación y cuidado de los hijos no eran exclusividad de la madre. En 2001 se derogó una disposición sobre medidas fiscales, sin embargo no se contó con la mayoría parlamentaria para aprobar el divorcio directo

sin pasar por la separación, dos años más tarde, en 2003, se regula el derecho a visitas de los abuelos a los nietos en los casos de separación y divorcio, situación que cada vez era más demandada en los juzgados pero que, hasta la fecha, no contaba con el respaldo legal (Ley 42/2003, de 21 de Noviembre).

El cambio legal con mayor impacto social se produjo en 2005 (Ley 15/2005, de 8 de Julio), conocido popularmente como "divorcio exprés", que hizo correr ríos de tinta. La ley procura adaptarse a los tiempos que corren y dar respuesta a un hecho social evidente, como es el que cada vez hay más separaciones y menos bodas. En 1981 las parejas que deseaban divorciarse debían cumplir ciertos requisitos temporales, tales como el de llevar al menos un año separados legalmente o demostrar haber estado al menos dos años separados de hecho, exigencias que se mantuvieron hasta esta reforma, a partir de la cual se podía solicitar el divorcio directamente, y aunque se mantiene la separación legal, no se impone como trámite previo, este cambio invierte la gráfica de los procesos de divorcio y de separación absolutamente, siendo el año 2005 el punto de



inflexión, los procesos de separación legal parecen tender a la desaparición.

Aunque la parte de mayor repercusión y más polémica por sus

numerosos partidarios y detractores, hace referencia a la posibilidad que, por primera vez, se recoge en la Ley de Divorcio la Guarda Custodia Compartida (Ley 15/2005, de 8 de Julio). Además, en los casos de divorcio se reconoce la igualdad de derechos entre géneros con respecto a los hijos, también se igualan los deberes de los cónyuges, según el Art. 68 deben: *"compartir las responsabilidades domésticas y el cuidado y atención de ascendientes y descendientes*". En ese mismo año, se aprueba el matrimonio entre personas del mismo sexo (Ley 13/2005, de 1 de Julio), que se ha ido normalizando en los últimos años a pesar de contar con una fuerte oposición de diversos sectores de la población en sus primeros momentos.

CAMBIOS EMOCIONALES Y MEDIACIÓN

Los cambios producidos en alguien que atraviesa por una etapa de ruptura, incluidos los momentos previos y los posteriores a la misma, sufren variaciones en cuanto a la intensidad de las mismas. Hemos contrastado en este estudio, que no se vivencia de igual manera la separación por los dos grupos de personas estudiados, corta y larga duración, entendiendo que la variable del paso del tiempo ha influido notablemente por todo lo apuntado. Así también lo apreciaron los profesionales mediadores intervinientes en este estudio. La experiencia nos muestra también, que las personas que realizan su separación en nuestro servicio de mediación, alcanzan un mayor bienestar emocional, que aquellas que se separan sin ser atendidas con cierta destreza en su esfera emocional, la cual en ocasiones puede llegar a ser más importante que la meramente legal.

La toma de decisiones sobre cualquier aspecto de nuestra vida, suele estar íntimamente vinculada al sustrato emocional adherido a nuestra conducta, y al sistema de creencias, formadas estas en un contexto temporal previo y distinto al actual. Es decir, pensamientos, conductas y emociones, están íntimamente ligados y suelen ir linealmente vinculados a la norma vigente de cada momento social. Las emociones nos ayudan a

organizar la evolución del mundo que nos rodea, en ocasiones caótico, poniendo orden a las distorsiones que nos genera a diario lo establecido culturalmente. Las emociones a su vez pueden llegar a ser ese garante de cohesión social que nos permite construir un sentimiento de pertenencia al grupo.

En la toma de decisiones referida a la que aquí nos ocupa, las personas que han de vivenciar el dejar la convivencia, tenían, hace veinte años, en mayor consideración todo el entorno, el qué dirán, que en la actualidad, donde la normalización social producida en un gran espectro poblacional hace que la vivencia emocional del antes, durante y después de una separación sea menos traumático que hace unos lustros. Todo este amplio cambio influye hondamente en la manera de pensar, sentir y actuar de quienes por aquí han de transitar en algún momento de su vida. Esto se observa en el estudio realizado con personas, unas que se separaron hace veinte años y otras que lo han hecho más recientemente.

Las emociones, como construcción social, están determinadas por el sistema de creencias, ayudándonos a interiorizar los valores sociales que actuarán a su vez como patrones de comportamiento en el grupo. Así pues, la emoción se entiende desde esta óptica como el significado culturalmente aprendido, permitiéndonos organizar las experiencias privadas. Las emociones son compartidas socialmente o lo que es lo mismo, que toda representación social tiene un componente emocional (Rimé, 2005). Además de esta influencia social en las emociones, existe una estrecha relación entre emociones y lenguaje (Moscovici, 1999), lo que permite el intercambio conversacional, es decir, que cuando experimentamos emociones, tenemos una tendencia fuerte a compartirla con otros. Todo ello nos ayuda a entender cuan importante resulta para el ser humano la externalización de aquello que siente, máxime cuando percibe su mundo emocional como ingobernable por él mismo. Es aquí donde la mediación puede auxiliar a quienes deciden dejar la convivencia, ofreciéndoles un espacio donde la comunicación sea posible y fructífera.

En un servicio de mediación familiar, donde las personas acuden en una etapa vital de cierta inestabilidad, se observa cómo las emociones son el motor del cambio, emociones que si son positivas o gratas favorecen el crecimiento y si son evaluadas como negativas lo impiden o paralizan, entendiendo que también sea importante la intensidad de las mismas (Monroy, 1995), por lo que es necesario el manejo positivo de respuestas inteligentes, pues por ejemplo, un exceso de miedo suele llevar a la parálisis, o en otros momentos ante situaciones de incertidumbre puede aparecer la ira, propia de la frustración, que manejada positivamente, puede ayudar a alcanzar los objetivos de desarrollo personal, sin llegar a convertirse en resentimiento. En todos estos procesos de acomodación, resulta muy adecuada la presencia de un tercero que aporte claridad en la neblina emocional de quienes desean acabar bien esta compleja etapa de su vida.

Sabiendo la existencia de resistencias ante los cambios encontrados a diario, podemos observar cómo, en situaciones de ruptura de pareja, estas resistencias son habituales en una o en ambas partes, donde la negación o impacto inicial y los mecanismos de defensa propios de quienes siguen aferradas a costumbres y normas que otorgan coherencia a un sistema establecido para evitar la realidad, son la pauta de conducta habitual. Es en ese momento, acompañados por un mediador, cuando puede comenzarse a valorar las ventajas y desventajas del cambio, buscar soluciones que les permitan salir de la situación conflictiva y encontrar fórmulas que les permitan adaptarse a la nueva situación con menos coste emocional.

PRESENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD INVESTIGADORA

"En algunas cosas somos como todos los demás, pero en otras no nos parecemos a nadie".
Anónimo citado por Lazarus, 2000

El proceso investigador nos ha abierto un camino para comprender mejor la temática en la que trabajamos y hace que pongamos en marcha acciones encaminadas a intervenir de una manera más centrada en lo que las personas dicen necesitar, mejorando nuestras actuaciones profesionales. Desde hace más de dos años, esta investigación nos ha servido para ahondar en el complejo mundo de la ruptura de pareja y en la intervención mediadora y lo hemos hecho desde nuestra propia práctica, resultando una actividad llena de sorpresas donde cada paso nos ha hecho vislumbrar nuevas sendas donde dirigirnos siendo difícil darla por terminada. La muestra que hemos utilizado en este estudio no nos sirve para generalizar los resultados a los dos tipos de población: usuarios y mediadores, aunque si tiene un mayor valor explicativo con unos matices que difícilmente podríamos haber obtenido con una población mayor. Por este motivo el análisis causal tradicional de corte positivista no nos sirve para producir la comprensión que deseamos, porque reduce lo que aprendemos a variables separadas que en la naturaleza operan en una relación parte-todo, por lo que hemos considerado, que los métodos de investigación cualitativos nos serían más útiles para una comprensión mayor de lo que acontece, a través del relato de cada uno de los participantes de este estudio, en lugar de limitarnos a las medias y medianas estadísticas.

Tras más de 20 años mediando con parejas, que decidieron dejar su convivencia utilizando el programa de mediación de Atyme, pensamos que sería interesante conocer cómo habían vivido este hecho tan significativo, qué repercusiones había tenido en sus vidas y el papel que ha supuesto el uso de la mediación. Los cambios observados en las parejas sobre cómo interpretaban este hecho vital, con el paso del tiempo nos hizo pensar que el contexto social en el que se produce la ruptura influye en la forma de interpretarla y, por tanto de sentirla. Para esto reunimos a personas que usaron el programa de mediación en el momento de separarse y hemos realizado un análisis de las historias comentadas por ellas basado en el enfoque narrativo de las personas y de sus vidas (Lazarus, 2000). Este enfoque no es algo nuevo, aunque su utilización está creciendo (Bruner, 1990).

Nuestras preguntas de partida se centraron en el impacto de la ruptura en las personas que usaron la mediación como fórmula para dejar la convivencia, es decir, enfocamos nuestro interés en saber cómo han vivido la ruptura, cómo ha repercutido en sus vidas y qué ha significado usar la mediación en esa experiencia. Este impacto se ha analizado desde un enfoque cognitivo conductual, que entiende que los afectos y la conducta de una persona están determinados, en gran medida, por el modo que tiene dicha persona de estructurar el mundo (Beck et al., 1983; Beck, 1990), es decir, existe una estrecha relación entre la manera en que una persona interpreta un acontecimiento, el sentimiento que experimenta ante dicho acontecimiento y el comportamiento que pone en marcha, por lo que una buena manera de conocer cómo se sienten las personas puede consistir en recoger información de sus respuestas a tres niveles: emoción, cognición y conducta, es decir, qué emociones han experimentado, qué pensaron cuando las experimentaban y qué hicieron ante esa experiencia vivida (Ellis y Grieger, 1981).

Una vez realizadas las entrevistas con las personas que han usado la mediación, surge la idea de completar su percepción con la manera en

que los profesionales de la mediación se han acercado a este mundo de los conflictos de pareja, desde un enfoque mediacional. Con este fin se cuenta con profesionales de la mediación para obtener información complementaria a la obtenida de los usuarios, pensando que el paso del tiempo también podía mostrarnos cambios en la manera de entender los mediadores la ruptura y que esos cambios podrían influir en la manera de trabajar en mediación.

La idea de unir la vivencia de las personas que han usado la mediación con los profesionales de la mediación se asienta en nuestro modelo de trabajo (Bernal, 1998; 2008) que pone énfasis en la interacción entre las partes y el mediador para que el proceso sea efectivo. En esta interacción entre el mediador y las partes, las personas van cambiando sus pasos en función de su intensidad emocional y del acompañamiento del mediador. Si bien es verdad que el mediador inicia este acompañamiento acercándose a la realidad de las partes, esta realidad, a su vez, está influenciada por el contexto social en el que ocurren los hechos y la forma en que interpreta el mediador la ruptura influye en su forma de actuar y vuelve a los usuarios (Bernal, 2012).

El objetivo del estudio no es generalizar los resultados sino explorar cómo han vivido la experiencia de separarse en un programa de mediación unas personas concretas y cómo han experimentado la evolución de su actividad profesional un grupo de mediadores formados en este modelo de trabajo. Nuestro objetivo último es comprender en profundidad esos significados subjetivos, por lo que esta investigación tiene un carácter empírico cualitativo (Montero y León, 2007), empírica porque recoge datos originales dentro de una lógica interpretativa, es decir, indaga la perspectiva de las personas y cualitativa porque describe y explora aspectos de la experiencia de los participantes, personas que se han separado en mediación y profesionales de la mediación.

Esta investigación está diseñada como un diálogo entre los usuarios y los mediadores y entre los mediadores mismos. No buscamos

principios normativos, como si nuestro campo sólo pudiera considerar a las personas en general, sino las descripciones de las historias de las personas, de sus narraciones, de la manera de entender lo que les pasa y de la interpretación de los acontecimientos importantes que les han impactado, como es la ruptura de pareja. Estamos de acuerdo con Lazarus (2000), en que para la ciencia, la descripción es tan esencial como el análisis causal y muchas veces, nuestro interés por los datos normativos nos impide disfrutar de la persona como individuo complejo, con una historia y una trayectoria vital. Lo que queremos indicar es que el análisis causal no es el único modo de entender a las personas ni de entender al mundo (Lazarus, 2000) y el relato de los protagonistas nos da una visión más exacta de lo que les pasa.

En este trabajo nos hemos preguntado, en primer lugar, cómo ha influido la ruptura en las parejas que han utilizado la mediación, cómo ha repercutido en sus vidas, qué ha significado su paso por la mediación y qué le dirían a personas que van a separarse. En segundo lugar qué piensan los mediadores de este acontecimiento, a través del paso del tiempo, si existen diferencias en las parejas que han pasado por mediación en tiempos distintos, aspectos del proceso a destacar y qué sugerencias para mediadores que van a comenzar su andadura profesional. Finalmente, nuestro interés último se ha centrado en el papel que ha cumplido la mediación como fórmula pacífica de abordar los conflictos desde la doble visión de las personas que han utilizado esta fórmula para abordar sus conflictos, como desde la mirada de los profesionales que las están acompañando en el proceso de mediación.

Para dar respuesta al primer objetivo, conocer cómo han vivido la ruptura personas que han utilizado el programa de mediación, intuimos que podían existir diferencias entre las personas que lo habían usado, ya que el momento en el que se produjo la separación influiría en la manera de interpretar la ruptura y por tanto de vivirla. En relación a los profesionales de la mediación, también pensamos que el paso del tiempo

produciría cambios en la forma de ver la ruptura y que esa nueva manera de percibirla podría influir en su práctica mediadora. Finalmente, tanto las personas que se separan a través de la mediación, como los profesionales de la mediación podrían ofrecernos aportaciones valiosas de lo que ha sido

En función de las preguntas iniciales, planteamos los siguientes objetivos:

- Respecto a las personas que usaron la mediación, conocer las emociones, cogniciones y comportamientos asociados al cese de su convivencia de pareja y además, conocer la repercusión de la ruptura en su vida personal, familiar y social y el papel que supuso el uso de la mediación.

- Respecto a los profesionales de la mediación, nos centramos en indagar sus percepciones sobre la manera de interpretar la ruptura de pareja y el impacto en su actuación profesional.

- Además, un objetivo común para usuarios y mediadores ha consistido en recoger, en base a sus experiencias, sugerencias que sirvan para una mejora social.

su experiencia del uso de esta fórmula pacífica de abordar los conflictos.

METODOLOGIA

OBJETIVOS

PARTICIPANTES

Se ha contado con dos grupos de participantes: personas que han utilizado la mediación y mediadores que están trabajando en mediación. **La muestra de usuarios** (anexoI) está formada por 34 mujeres y 24 hombres de 58 parejas que deciden poner fin a su

convivencia utilizando el programa de mediación de Atyme. Estos participantes se han dividido en dos grandes grupos, que hemos llamado de larga y de corta duración en función del tiempo transcurrido desde que vinieron al centro de mediación y el momento actual del estudio.

El grupo de "larga duración" (LD) (Anexo I) comprende a 29 personas (20 mujeres y 9 hombres) que se separaron entre los años 1991 y 1995, ambos incluidos, recogiendo sus aportaciones en 4 entrevistas grupales. La edad media, cuando se separaron y vinieron a mediación es de 39,5 años, 14,5 años de convivencia media, 2,04 hijos de media, en edad adolescente y con 3 años como tiempo medio pensando en separarse. Además se contó con dos entrevistas individuales en profundidad de una pareja que usó la mediación en el año 1993, de 51 y 49 años, 24 de convivencia y dos hijos de 17 y 19 años. En el momento de la separación, la persona que toma la decisión dice que lleva 9 años pensando en separarse. **El grupo de "corta duración" (CD),** lo forman 29 personas (15 hombres y 14 mujeres) que se separaron en el centro de mediación entre los años 2003 y 2008 ambos incluidos, recogiendo sus aportaciones en 5 entrevistas grupales. La edad media, cuando vinieron a mediación es de 44 años, 14 años de convivencia media, 1,6 hijos, presentando una media de 2 años entre pensar en la separación y decidirse. También se contó con dos entrevistas individuales en profundidad de una pareja que usó la mediación en el año 2007, de 47 y 44 años, 17 de convivencia y dos hijos de 13 y 10 años. La persona que tomó la decisión en su momento dice que en el último año ha decidido la ruptura .

Para localizar a las personas usuarias de la mediación, que han participado en este estudio, realizamos una búsqueda entre las parejas que habían venido al programa de mediación de Atyme, en los cinco primeros años de puesta en marcha del programa ya que, después de veinte años, no contábamos con direcciones actualizadas y la gran mayoría había cambiado de domicilio, iniciándose una indagación que ha supuesto muchas horas de trabajo para el equipo. La forma en que se ha hecho la selección es a través del contacto telefónico, realizando cerca de 1.200 llamadas a todas las

carpetas de los cinco primeros y cinco últimos años del programa que habían firmado el Documento de Acuerdo y de los que pudimos obtener sus nuevos datos de localización. Las llamadas se hacen siguiendo el orden de las carpetas, repitiéndolas hasta seis veces por persona, para pasar al siguiente caso si no era posible conectar.

A las personas que localizamos, les informamos de nuestro proyecto de investigación y pedimos su colaboración. Una vez que contamos con la aceptación a participar en la investigación, elaboramos un listado de las personas que sí estarían dispuestas a participar, junto con los datos nuevos de localización, preparamos las sesiones de grupo y establecimos un cronograma de fechas para realizar las sesiones de grupo, poniendo especial interés en que no estuvieran en el mismo grupo personas que fueron, en otro tiempo, pareja.

Los participantes de las 4 entrevistas individuales en profundidad se eligieron en base a la disponibilidad de contar con los dos miembros de la expareja, de entre las parejas que habían firmado el Documento de Acuerdo en el centro de mediación de ATYME, en los 5 primeros y últimos años. Hay que tener en cuenta la dificultad de la localización de personas que ya no viven juntas y han emprendido vidas separadas con un espacio de 20 años. Una vez contactados y aceptada su participación se acuerda una fecha para realizar la entrevista en profundidad, agradeciendo su participación.

La muestra de profesionales de la mediación está constituido por 13 mediadores (5 hombres y 8 mujeres), formados en el mismo modelo de trabajo (Modelo de Competencia, Centro APSIDE), con una experiencia media de ejercicio profesional en mediación de 10 años y pertenecen, como profesión de origen, al mundo del derecho y de la psicología, ejerciendo de mediadores en Centros de mediación de Extremadura, Castila la Mancha y Madrid, todos ellos subvencionados (Anexo I).

Para seleccionar la muestra de profesionales de la mediación se

contacta telefónicamente con un grupo de mediadores formados en el Modelo de Competencia en el centro APSIDE, que estuvieran trabajando en mediación, se les informa de la investigación y se les pregunta su disponibilidad para desplazarse. De los mediadores que pueden desplazarse y acceden, se les cita para una reunión conjunta.

RECOGIDA DE INFORMACIÓN

Para comprender cómo los participantes han vivido la experiencia emocional de separarse y cómo los mediadores han seguido los cambios de su experiencia profesional en mediación, hemos utilizado, tal y como hemos comentado anteriormente, herramientas que faciliten este conocimiento.

Análisis documental.-

Para las personas que han utilizado la mediación, hemos utilizado el cuestionario de Recepción, que se pasó a las parejas cuando vinieron a mediación por primera vez (Bernal, 1990), que está diseñado para recoger tres tipos de información: datos sociodemográficos, expectativas y grado de sentimiento y de conflicto experimentado y datos relacionados con los conflictos de pareja y su decisión de romper la relación. Para el análisis de estos datos se ha utilizado el paquete informático SPSS con el objeto de tener una descripción del grupo de estudio (Anexo II).

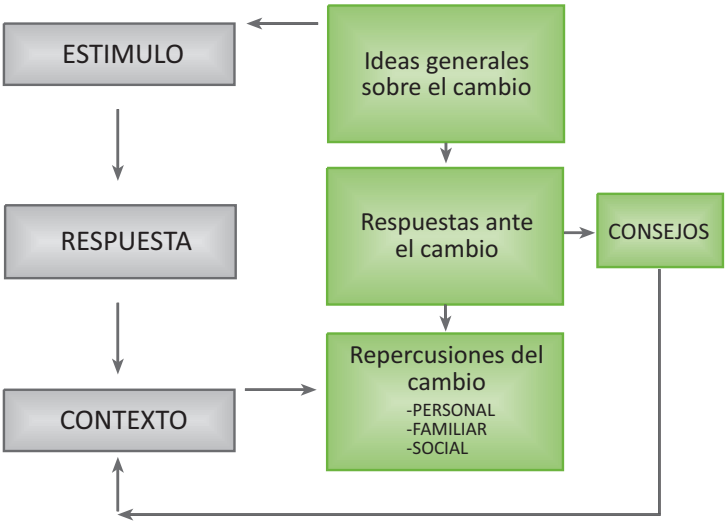
Entrevista semiestructurada.-

Nuestro instrumento principal de recogida de información, tanto en la muestra de personas usuarias como en la de profesionales, ha sido la entrevista. Hemos elaboramos una entrevista semiestructurada, diseñada como un monólogo guiado donde el entrevistado tiene la

palabra y el entrevistador la centra alrededor del tema, delimitando los apartados que previamente se han decidido como más importantes para la recogida de información. Se han realizado tres tipos de entrevistas:1.- Entrevista grupal de usuarios, 2.- Entrevistas individuales en profundidad de usuarios, 3.- Entrevista grupal de profesionales de la mediación.

1.- Entrevista grupal de usuarios.-

Para la entrevista grupal (Fontana y Frey, 2000), las personas del grupo de LD se distribuyeron entre las cuatro fechas previstas. Las de CD se dividieron también en las cinco fechas concertadas. Cada sesión de grupo tuvo una duración de 3-4 horas y se contó con la participación de más de dos mediadores-entrevistadores, generalmente cuatro, llevando la dirección de la entrevista uno de ellos y siendo apoyado y completado por los demás. Además se utilizó una grabadora que sirvió para recoger toda la entrevista, teniendo el consentimiento de los participantes. La distribución de los asientos se hizo atendiendo a una sesión de trabajo,



Modelo de entrevista (Bernal, 1998)

por lo que la mesa ocupó un lugar central y los demás integrantes se acomodaron alrededor de la misma, intercalando a los mediadores entre las personas que habían aceptado la invitación, con el objetivo de que se sintieran acogidos y atendidos por la proximidad con los que habían

sugerido la invitación.

El guión de la entrevista está basado en el modelo cognitivo conductual, según el cual se tiene en cuenta la situación previa de los sujetos junto con el acontecimiento promotor del cambio, como estímulo desencadenante. Las respuestas proporcionadas por las personas ante tal estímulo, su interpretación de la incidencia del acontecimiento en la vida personal, laboral y familiar de los sujetos, así como los consejos que aportan para las personas que puedan pasar por una situación similar a la que ellos han pasado, teniendo en cuanta su experiencia y el paso del tiempo (Anexo III).

La entrevista se ha realizado en pequeños grupos (rango 3-9 personas), estableciendo como variable diferenciadora el tiempo que hacía que habían utilizado la mediación para divorciarse.

A partir del modelo de entrevista utilizado hemos elaborado una hoja de observación, con el objeto de recoger las respuestas obtenidas en la entrevista y que sigue un mismo formato de respuesta que ayuda a la hora de aunar las distintas observaciones hechas por cada uno de los mediadores-entrevistadores intervinientes. La hoja de recogida de información (ver Anexo IV) está diseñada en base a las áreas objeto de estudio, por ser consideradas como las de mayor significación para el conocimiento de las consecuencias producidas por el cambio. La entrevista estudia los siguientes aspectos:

Apertura. Se realiza por medio de una pregunta de carácter abierto dirigida a todos los componentes que participan en la sesión, de manera general. Esta pregunta indaga cuáles son las ideas generales que tienen sobre los cambios ocurridos en el momento de la ruptura. La respuesta se toma en relación a los tres niveles de respuesta: emocional, cognitiva y motora. La formulación de la primera pregunta es la siguiente: **Después de estos años, ¿podríais decirnos qué significó la ruptura para vosotros, cuando se produjo?, ¿cómo os sentisteis ante este cambio, qué**

pensasteis, qué hicisteis?

Se considera de gran importancia las contestaciones a la misma, ya que va a definir con posterioridad el ámbito de la entrevista, además de ser una señal al entrevistado de cuál va a ser la información que se espera de él. Las ideas proporcionadas en esta primera toma de contacto son luego analizadas con mayor profundidad, en el desarrollo o parte central, en la que el objetivo se centra en lograr la máxima información con mayor variedad riqueza de matices. Se trata de que lo sujetos se expresen en su propio lenguaje y participen abiertamente en la conversación.

Percepción del cambio. El objetivo de esta pregunta es indagar cuál es la idea asociada con los cambios planteados en la pregunta de apertura. La respuesta se toma en relación a los tres niveles de respuesta: cognitiva, emocional y motora: **¿Cómo os sentisteis ante este cambio, qué pensasteis, qué hicisteis?**

Repercusiones del cambio. La pregunta de este apartado está referida a cómo han repercutido los cambios planteados en la pregunta de apertura. Con las respuestas pretendemos obtener información de cómo han vivido la situación y qué incidencia ha tenido en las distintas facetas de su vida. Se trata de comprobar el contenido evaluativo de los acontecimientos a través del tiempo, desde que se produjeron los hechos, hasta obtener una medida actual del coste emocional experimentado. La pregunta formulada es la siguiente: **¿Qué repercusiones ha tenido este acontecimiento en tu vida personal, familiar, social?**

Valoración del uso de la mediación y sugerencias para las personas que se van a separar.- Está pensada, en primer lugar, para proporcionar un espacio reflexivo de lo que ha sido su paso por la mediación y obtener información de primera mano del efecto de esta fórmula pacífica de abordar los problemas. En segundo lugar, situar a las personas fuera de su situación personal y hacer que piensen qué le dirían a otra persona que

fuera a separarse, después de la experiencia vivida y del tiempo transcurrido. Cuando los interesados entran a valorar los problemas de manera despersonalizada, el proceso de resolución de problemas adquiere una visión distinta, proporcionando una guía de actuación, además de servir para que los mediadores tengan en cuenta aspectos relevantes a la hora de intervenir en mediación: **¿Podíais decirnos qué ha significado para vosotros usar la mediación? y después de tu experiencia, ¿qué le dirías a una persona que fuera a separarse?**

2.- Entrevistas individuales en profundidad de usuarios.-

Con el objetivo de poder ampliar algunas de las variables que distinguen a las personas de LD y CD, elegimos a una pareja de cada uno de los grupos y realizamos una entrevista individual a cada una de las partes para obtener información detallada del proceso por el que han pasado y cómo han vivido la ruptura, desde el tripe ángulo de las emociones, las cogniciones y las conductas. También recogimos la repercusión de este acontecimiento en su vida personal, familiar y social, así como la influencia de su paso por la mediación.

El día acordado para la entrevista en profundidad se les informa del motivo de la investigación, de la importancia de su participación y se les ofrece un pequeño refrigerio. Tiene una duración de 2 horas, aunque se ha profundizado en las respuestas obtenidas por cada participante, a modo de diálogo comentado. Las cuatro entrevistas son grabadas en audio, previa aceptación de las personas entrevistadas, además se recoge la información escrita por dos mediadores.

3.- Entrevista grupal de profesionales de la mediación.-

La reunión se plantea a los participantes como una jornada de trabajo de intercambio profesional y tiene una duración de 5 horas. Los profesionales acuden a esta sesión de trabajo teniendo como única

información su contribución a una investigación sobre mediación, organizada por ATYME y se distribuyen alrededor de la mesa, de manera que se alternaran con los mediadores del equipo de ATYME, con el objetivo de que se sintieran integrados y acogidos por los que ofrecieron la invitación a participar en la investigación (Anexo V).

La sesión comienza agradeciendo su asistencia e informando del objetivo de la investigación y en lo que consiste su contribución. Se les da por escrito las preguntas de lo que va ser la entrevista para que reflexionaran sobre ellas y no puedan contaminarse por las respuestas de los que hablen en primer lugar. En esta sesión se le ofrece la información de lo que se pretende, que es ver cómo ha ido cambiando, con el paso del tiempo, el concepto de ruptura y si eso ha incidido en su actuación profesional. El grupo de mediadores considera importante señalar a la formación, como hito importante, por lo que se establecen tres momentos en esta evolución: antes de la formación, después de la formación y en la actualidad.

La reunión es grabada en vídeo para la posterior trascripción y su análisis, previa la aceptación de todos los integrantes del grupo. Dicha trascripción se ha realizado en base al contenido de las respuestas, procediendo a encontrar las similitudes para hallar el peso de cada una de ellas en las opiniones de los mediadores e ir elaborando los resultados.

La entrevista con el grupo de mediadores se ha elaborado en base a los objetivos iniciales del estudio con los usuarios y de forma paralela a las cuestiones que se les hicieron a éstos (Anexo VI).

Con la primera pregunta tratamos de conocer si la formación recibida en mediación y la experiencia profesional han cambiado su manera inicial de interpretar la ruptura y si ese cambio ha influido en su manera de trabajar en estos temas, es decir, lo que pretende esta pregunta es obtener información de la experiencia profesional de los mediadores en relación a los posibles cambios observados en su propia persona y en su práctica profesional. **¿Has observado cambios, con el paso del tiempo, en tu**

manera de percibir la ruptura, antes de la formación en mediación, después de la formación y en la actualidad?

En segundo lugar, nos interesaba conocer, si en su práctica profesional, han observado cambios en las parejas, que han utilizado la mediación, en función del paso del tiempo y si es así, indicar cuáles han sido. Con esta pregunta pretendemos obtener información para ponerla en relación con las personas que la han usado y han participado en este estudio. **¿Qué diferencias has notado en las parejas que han usado la mediación, con el paso del tiempo?**

En tercer lugar, la pregunta pretende obtener información sobre el proceso y sobre la intervención mediadora y tiene un doble objetivo, conocer, en base a su experiencia profesional, qué aspectos del proceso de mediación le parecen más interesantes a destacar cara a las personas que vienen a mediación por primera vez y qué sugerencias darían a los profesionales que comienzan su andadura como mediadores. **¿Qué destacarías del proceso de mediación cara a las personas que van a iniciar la mediación y qué aconsejarías a un profesional que va a iniciarse como mediador?**

La entrevista con los mediadores es grabada en video para la posterior trascripción y análisis, previa la aceptación de todos los integrantes del grupo. Dicha trascripción se ha realizado en base al contenido de las respuestas, procediendo a encontrar las similitudes para hallar el peso de cada una de ellas en las opiniones de los mediadores e ir elaborando los resultados.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Con el objetivo de comprender una situación humana tan compleja desde el punto de vista psicológico como es la ruptura de pareja y la intervención mediadora en ella, hemos querido aproximarnos utilizando diversos recursos al servicio de esa comprensión y de ese enfoque interpretativo.

Por un lado, con respecto a la muestra de personas usuarias, la utilización del paquete estadístico SPSS nos ha permitido analizar la información recogida en la entrevista de recepción del programa. Por otro lado, el enfoque cualitativo nos ha dado la oportunidad para comprender cómo los participantes han interpretado y vivido los procesos de separación y mediación, usando las entrevistas semiestructurada –en grupo e individuales- como estrategia fundamental de recogida de información, que nos han dado como resultado un gran volumen de información valiosa en forma de anotaciones y transcripciones de conversaciones con estos participantes.

Sobre esta información hemos reflexionado profundamente con el objetivo de extraer significado relevante para la investigación, siguiendo un procedimiento abierto y flexible, en el que primero

reducimos los datos clasificándolos en las unidades básicas que llamamos "categorías" (Miles y Huberman, 1994) sobre las cuales elaboramos una comprensión de la realidad según los entrevistados para luego **extraer conclusiones.** Nuestra estrategia de análisis ha sido fundamentalmente el análisis de contenido, basándonos en el discurso recogido en las entrevistas, tanto de las personas usuarias, como de los profesionales de la mediación. Lo hemos complementado con un **análisis comparativo** entre ambos grupos, personas usuarias y profesionales, y -dentro de las personas usuarias- entre los grupos de larga y corta duración y entre las entrevistas grupales y las entrevistas individuales en profundidad.

Para el análisis del contenido obtenido en las entrevistas hemos definido como unidad de análisis el segmento concreto de contenido que se caracteriza por poder asignarlo (codificarlo) a una categoría específica (Holsti, 1969) y hemos establecido la fiabilidad, tanto en la creación de categorías como de la codificación de la información, aceptando como tales cuando había consenso al menos entre dos componentes del equipo investigador.

PARTICIPANTES USUARIOS

El procedimiento de análisis de los usuarios ha seguido los siguientes pasos:

1.-Análisis del Cuestionario utilizado en la entrevista de recepción del programa de mediación

Para hacer una descripción de las personas usuarias que han

participado en la investigación, se contó con la información recogida a través del mencionado cuestionario de recepción, que utilizamos en el programa de ATYME, (Bernal, 1990) cuando las parejas vienen a mediación. Los datos se introdujeron en un paquete estadístico del SPSS para un análisis descriptivo y poder narrar las diferencias entre los dos grupos.

2.- Análisis de las entrevistas a las personas que se han separado usando la mediación

Como hemos descrito, la entrevista indagó tres aspectos centrales: a) el impacto de la ruptura, b) repercusiones de la ruptura, en la vida de las personas y c) valoración de la mediación y sugerencias de los usuarios. Con respecto al impacto de la ruptura las preguntas de la entrevista semi-estructurada se basaron, tal como se ha comentado, en la tríada emocional y por tanto las respuestas de los participantes sobre el impacto de la ruptura, reflejaron esas tres dimensiones:

TABLA DE CATEGORIAS

IMPACTO DE LA RUPTURA EN PERSONAS QUE HAN USADO LA MEDIACIÓN			
EMOCIÓN		COGNICIÓN	CONDUCTA
POSITIVAS	NEGATIVAS		
Liberación	Tristeza	Liberación y mensaje de autoeficacia	Lamentaciones, lloros y quejas
	Temor	Autodiálogo de afrontamiento a la realidad aunque no le guste	Centrarse en los hijos
Alivio	Duda	Desesperanza, soledad y necesidad del otro	Buscar alternativas para encontrarse bien
	Culpa	Asombro negativo ante la noticia	Buscar consenso con el otro padre
Tranquilidad	Angustia	Temor a romper el esquema de vida	Ir a mediación
	Soledad		

emoción, cognición y conducta.

2.1) Impacto de la ruptura

Para analizar el impacto de la ruptura hemos tenido en cuenta los tres niveles de respuesta: emoción, cognición y conducta, identificando las manifestaciones de las personas entrevistadas en función de las emociones experimentadas en los dos grupos.

Las expresiones emocionales se fueron agrupando en categorías, contabilizando la frecuencia de las verbalizaciones hechas, tanto las positivas como las negativas, incluyendo las repeticiones expresadas por la misma persona y además, se tuvo en cuenta otra manera de recogerlas como es la presencia de cada emoción en cada uno de las personas participantes, sin tener en cuenta las repeticiones. Con el resultado obtenido se establecen dos categorías en función del componente evaluativo positivo o negativo de las emociones y se van comparando los grupos de larga y corta duración, incorporando las entrevistas individuales. Otra manera de comparar las expresiones emocionales de ambos grupos ha consistido en observar la relación existente en cada una de las principales emociones descritas por las personas entrevistadas. Las emociones negativas más nombradas son: tristeza, temor, duda, culpa, angustia, soledad y las positivas más mencionadas: liberación, alivio y tranquilidad.

Las cogniciones. Se recogieron las cogniciones que acompañaban a las emociones de las personas usuarias de los dos grupos de participantes y se elaboraron las categorías en función de las expresiones ofrecidas por los usuarios, introduciéndolas en la categoría correspondiente e incorporando las de las personas entrevistadas individualmente, para ver el peso de cada una de las categorías. De las 7 categorías se desestiman las dos últimas son su escasa mención y se definen las cinco categorías resultantes:

1.-Liberación y mensaje de autoeficacia: son frases indicadoras de un sentimiento de libertad y de encontrarse descargado de un peso opresor. A la vez que experimentan mensajes de ser capaz de llevarlo a cabo.

2.-Autodiálogos de afrontamiento de la realidad aunque no le guste: son autodiálogos que plasman la decisión firme de mirar la realidad que le toca vivir y abordarla manteniendo una postura firme y positiva de seguir hacia delante, indicando entrever fortaleza en el empeño.

3.-Desesperanza, soledad y necesidad del otro: pensamientos unidos a emociones de tristeza, soledad y alusiones referidas a no querer dejar la relación.

4.-Asombro negativo ante la noticia: autodiálogos relacionados con la sorpresa que supuso la noticia por parte del otro miembro al separarse y la expresión de estar de acuerdo y de irrealidad de lo que estaba ocurriendo.

5.-Temor a romper el esquema de vida: frases que indican afianzamiento en esquemas tradicionales de funcionar. La idea de romper con lo que se tiene se vivir como atemorizante haciendo dos acepciones en esta categoría, uno referido al cambio que supone la economía y otro en relación al temor a perder a los hijos.

Una vez que se han repasado las informaciones de los grupos, se reelaboran las cogniciones y se hace hoja nueva de informaciones totales, pasando a comparar las cogniciones del grupo de LD con las entrevistas individuales de LD, para ver si coinciden, explicándolas en función de la información más detallada de la entrevista en profundidad, haciendo lo mismo con las entrevistas individuales de CD.

Las conductas.-El siguiente análisis corresponde al tercer nivel de respuesta, que son los comportamientos realizados por los usuarios y que acompañan a las emociones. Para ello, recogimos todas las acciones que las personas usuarias realizaron en correspondencia con las emociones

experimentadas, incorporando las mencionadas por las personas que habían sido entrevistadas individualmente y las clasificamos en función de las siguientes categorías:

1.-Lamentaciones, lloros y quejas: conductas reiteradas tendentes a expresar de manera insistente el motivo de su afección, acompañadas de una continua emisión de lágrimas.

2.-Centrarse en los hijos: acciones que muestran una actitud de sobreprotección a los hijos, dejando de estar interesado por otro tipo de temas y ocupándose enteramente de todo lo relacionado con ellos.

.

3.-Buscar alternativas para encontrarse bien: actividades diversas que pretenden desviar la atención del estado de ánimo negativo, cambiando los pensamientos tristes al no prestarles atención.

4.-Buscar consenso con el otro padre: intentos de conseguir acuerdos con el otro padre para compartir los hijos, evitando cualquier conducta de manipulación, acción pacífica para acercar posturas y beneficiar a los hijos.

TABLA DE CATEGORÍAS

REPERCUSIÓN DE LA RUPTURA EN PERSONAS QUE HAN USADO LA MEDIACIÓN		
PERSONAL	HIJOS	SOCIAL
Cambio positivo, calidad de vida	Mayor calidad en la relación y más madurez en los hijos	La sociedad penaliza el no vivir en pareja
Dudas respecto a la ruptura		Apoyo familiar, social y laboral
Repercusión en la economía		Renovación del círculo social
No rehacer la vida	Repercusiones negativas, menor relación con el padre no conviviente	Rechazo de la familia
Pobre relación con la expareja		

5.-Ir a mediación: tendencia a buscar alternativas pacíficas para solucionar los conflictos y elección de la mediación como fórmula idónea.

2.2) Repercusión de la ruptura

Para analizar la repercusión de la ruptura en la vida de las personas se establecen tres dimensiones: la repercusión de la ruptura a nivel personal, social y en relación a los hijos. A las respuestas obtenidas por los usuarios en cada una de estas tres dimensiones se incorporan las respuestas dadas por las personas entrevistadas individualmente, comparando los grupos de usuarios en función del tiempo que tuvo lugar su ruptura.

2.3) Valoración de la mediación y sugerencias de los usuarios

La última pregunta de la entrevista tiene dos dimensiones diferentes, una relacionada con la experiencia de las personas que han usado la mediación, qué supuso para ellos esta experiencia y otra, donde

TABLA DE CATEGORIAS

VALORACIÓN Y SUGERENCIAS DE PERSONAS QUE HAN USADO LA MEDIACIÓN	
VALORACIÓN DE LA MEDIACIÓN	SUGERENCIAS QUE LE HARÍAN A UNA PERSONA QUE VA A SEPARARSE
Una herramienta de ayuda	Separarse cuanto antes, es difícil pero merece la pena
Mejora de la comunicación y mantenimiento de la relación con los hijos	Separarse pacíficamente, usando la mediación
Suavizar las emociones, cambiar la percepción del conflicto y disminuir la conflictividad	Cuidarse a uno mismo y no dejarse llevar por la culpa
	Zanjar los temas económicos para rehacer la vida

se les pide que, en base a su experiencia y al paso del tiempo, desde que tuvo lugar la separación, ofrezca sugerencias útiles para las personas que van a separarse. Para el análisis de estas cuestiones seguimos los pasos enunciados anteriormente, recogiendo las manifestaciones hechas a cada una de estas dos cuestiones estableciendo una serie de categorías para asignar dichas manifestaciones, incorporando las de las personas entrevistadas individualmente.

En relación a la valoración de la mediación y en función de las respuestas dadas, establecimos las siguientes categorías:

1.- Una herramienta de ayuda.- En esta categoría se incluyeron todas las respuestas que hacen referencia a la imparcialidad y profesionalidad del mediador y a la mediación como medida facilitadora de equidad, transparencia, organización, equilibrio, claridad…

2.- Mejora de la comunicación y mantenimiento de la relación con los hijos.- Se incorporaron aquellas respuestas que enfatizaran el mantenimiento de la relación como padres, el seguir el contacto con los hijos y mejorar la comunicación.

3.- Suavizar las emociones, cambiar la percepción del conflicto y disminuir la conflictividad.- Respuestas que destacan la influencia positiva de la mediación en el descenso del conflicto, de poder entender al otro y de disminuir las emociones negativas.

Respecto a las sugerencias útiles para las personas que van a pasar por la experiencia de ruptura, establecimos las siguientes categorías:

1.- Separarse cuanto antes, es difícil pero merece la pena.- Hace alusión a manifestaciones que indican la importancia de no estar pensándolo mucho tiempo, que si es firme la decisión, que se vaya adelante porque aunque es difícil, luego viene el alivio.

2.- Separarse pacíficamente, usando la mediación.- Consejos de utilizar la mediación para tratar las diferencias porque supone una fórmula muy gratificante, dando fe de su utilidad.

3.- Cuidarse a uno mismo y no dejarse llevar por la culpa.- Sugerencias que tienen que ver con deseos de que las personas no se queden enganchadas con la culpa, que piensen en sí mismas, porque pueden buscarse escusas exteriores sin atender a los propios deseos.

4.- Zanjar los temas económicos para rehacer la vida.- Son sugerencias relacionadas con no dejar cabos sueltos, liquidar los bienes y no tener nada en común que haga que se siga teniendo ataduras.

PARTICIPANTES MEDIADORES.-

Análisis de la entrevista grupal de profesionales de la mediación

El proceso que ha seguido el análisis de la entrevista de grupo de los mediadores sigue los siguientes pasos: recopilación de la información obtenida por los mediadores a la entrevista elaborada para tal fin y que da respuesta a tres aspectos centrales en los que se ha basado la misma: Cambios observados en su percepción de la ruptura con el paso del tiempo (antes de la formación en mediación, después de la formación y en la actualidad); Diferencias observadas en las parejas que han usado la mediación en tiempos distintos; Aspectos a destacar del proceso de mediación y sugerencias para los mediadores que empiezan su actuación profesional.

Para analizar la primera pregunta ¿Has observado cambios, con el paso del tiempo, en tu manera de percibir la ruptura? En un principio se establecieron dos momentos diferentes en los que analizar la interpretación de la ruptura, antes, en los comienzos de su acercamiento a la mediación y ahora, donde se refleja su actual interpretación de este

1ª Pregunta.- ¿Has observado cambios, con el paso del tiempo, en tu manera de percibir la ruptura, antes de la formación en mediación, después de la formación y en la actualidad?		
ANTES DE LA FORMACIÓN	DESPUÉS DELA FORMACIÓN	EN EL MOMENTO ACTUAL
Acontecimiento negativo	Acontecimiento positivo	Cambio de filosofía del mediador
Influencia de la profesión de origen	Cambio personal y profesional	El cese de la convivencia como solución
	La ruptura es un acontecimiento claramente emociona	Reconocimiento de la intensidad emocional

acontecimiento. A propuesta del grupo de mediadores se propone crear los momentos teniendo en cuenta la formación como un hito que ha marcado sus vidas respecto al cambio de percepción. Dos de ellos se sitúan antes y después de la acción formativa en mediación, por la gran importancia que los mediadores le dan. El tercer momento se ubica en el momento presente, donde los profesionales ya cuentan con una experiencia como mediador de varios años. Se recogen las respuestas de los mediadores y se establecen categorías para cada uno de estos momentos (Anexo IX).

Antes de la formación.- Las informaciones obtenidas se distribuyen en las siguientes categorías:

Acontecimiento negativo.- Comentarios que denotan una interpretación de la ruptura como fracaso, pérdida de la relación, negatividad y estigma social.

Influencia de la profesión de origen.- Referencia a la necesidad de ayuda psicológica por considerarla un trastorno emocional o una

situación exclusivamente legal, en función de la profesión de origen del mediador que informaba.

Después de la formación.- Se establecen tres categorías:

Acontecimiento positivo.- Interpretación de la decisión de ruptura como una elección de la persona, que implica una gran fortaleza, que está normalizada y que no es culpa de nadie

Cambio personal y profesional del mediador.- Comentarios alusivos a cambios en la manera de abordar los temas de ruptura, donde la tolerancia y una mayor comprensión se imponen. A la vez, los mediadores notan cambios que afectan a sus relaciones personales y donde contemplan la vida de forma más positiva.

La ruptura es un acontecimiento claramente emocional.- Las frases se refieren al reconocimiento de la prioridad de las emociones en el proceso de ruptura, su importancia por el momento tan complicado por el que pasan las personas.

En el momento actual También se crean tres 3 categorías donde adscribir las respuestas de los mediadores:

Cambio de filosofía del mediador.- Los mediadores indican cambio de valores relacionados con una mayor comprensión de la separación, más respeto ante los separados, un enfoque más realista de lo que pasa, más autenticidad en sus comentarios y un aumento de la flexibilidad mental.

El cese de la convivencia como solución.- Considerar la ruptura como una manera tan válida como otra de decidir una salida al conflicto.

Reconocimiento de la intensidad emocional.- Manifestaciones que indican la comprensión de todo el dolor y sufrimiento de las personas

2ª Pregunta.- ¿Qué diferencias has notado en las parejas que han usado la mediación, con el paso del tiempo?	
PAREJAS DE ANTES	PAREJAS DE AHORA
Información sobre mediación	
Concepto familia, pareja y ruptura	
Proceso de negociación	

inmersas en la decisión de ruptura.

Para analizar la segunda pregunta ¿Qué diferencias has notado en las parejas que han usado la mediación, con el paso del tiempo?, se pidió que las diferencias observadas en las parejas que han usado la mediación, en tiempos distintos, giraran en torno a 3 aspectos: la mayor o menor información con la que las parejas acuden a mediación, el concepto mantenido en relación a familia, pareja y ruptura, así como algunas notas distintivas ocurridas durante el proceso de negociación.

Para el análisis de la tercera pregunta **¿Qué destacarías del proceso de mediación cara a las personas que van a iniciar la mediación y qué aconsejarías a un profesional que va a iniciarse como mediador?** De la información recogida de los mediadores establecimos tres categorías:

Credibilidad.- Los mediadores hacen hincapié en la dificultad que tienen los usuarios de escuchar y la suspicacia con la que vienen, por lo que creen necesario ganarse la confianza para que puedan confiar en el mediador y así escuchar lo que tiene que transmitirle.

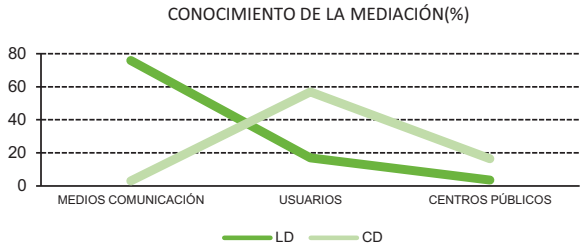
Saber dar el protagonismo a las partes.-Comentarios de los mediadores donde se reconoce la dificultad de mantenerse sin intervenir y dejar que

lo hagan las partes.

Cambiar la percepción del conflicto.- Expresiones donde queda de manifiesto la necesidad de cambiar el enfoque de las interpretaciones de las partes para situarlas en el mismo lado.

3ª Pregunta.- ¿Qué destacarías del proceso de mediación cara a las personas que van a iniciar la mediación y qué aconsejarías a un profesional que va a iniciarse como mediador?	
PROCESO DE MEDIACIÓN	SUGERENCIAS
Credibilidad Saber dar protagonismo a las partes Cambiar la percepción del conflicto	FORMACIÓN ACTUALIZADA: Flexibilidad mental Sinceridad (Autenticidad) No implicarse en la historia Respeto

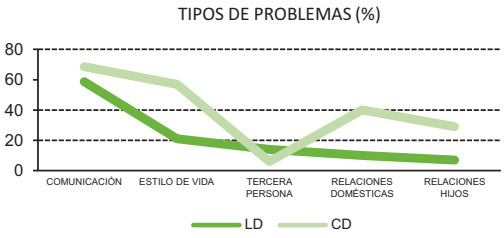
En esta última pregunta también recogemos las sugerencias ofrecidas a los mediadores que van a iniciarse en este ejercicio profesional. La opinión unánime de todo el grupo de mediadores es destacar la formación como el elemento más importante a tener en cuenta para los futuros mediadores, una formación en la que se destaca las emociones del propio mediador.



RESULTADOS DE LAS RESPUESTAS DE LOS PARTICIPANTES

A.- PARTICIPANTES USUARIOS

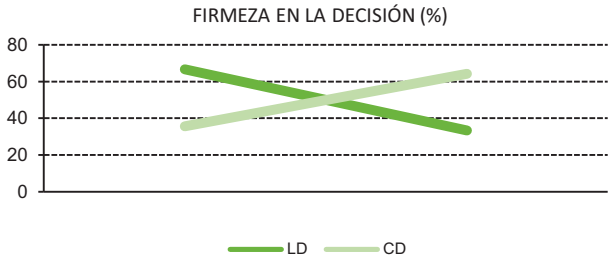
¿SON DIFERENTES LAS PERSONAS QUE SE SEPARARON EN LOS 90 Y EN LA DÉCADA POSTERIOR?



De la información recogida de las personas que han participado en este estudio cuando vinieron en su día a mediación el grupo de LD presenta el siguiente perfil: Tiene 39,5 de edad media y el 62% se distribuyen entre los 30-45 años. Tienen 2,4 hijos de media, convivencia de entre 10-20 años, en el 76% y conocen la mediación a través de los medios de comunicación. El 65% dice experimentar un alto grado de sentimiento negativo unido al hecho de separarse, esperan tener conflictos o muchos conflictos (42,3% y

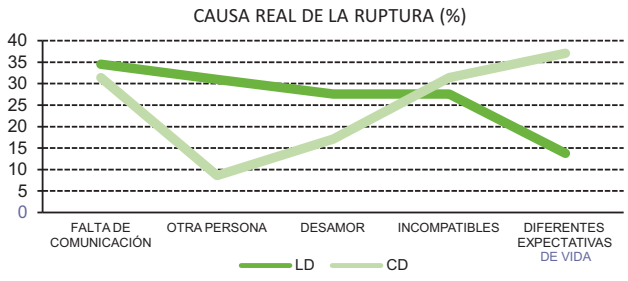
34,6% respectivamente), para ponerse de acuerdo con su pareja y un 61% dice tener muchos problemas, princi- palmente de falta de comunicación y también problemas familiares.

En un 68% de los casos no comparten la decisión de separarse y, de los que toman la decisión, el 67% dice que no es firme, pese a llevar varios años pensando en ella. Creen que la causa de la ruptura se debe a problemas de comunicación y a la incompatibilidad. Esto mismo nos indica



la pareja entrevistada individualmente, lleva 23 años de convivencia, 2 hijos, la persona que toma la decisión, dice haber mantenido dudas por un espacio de 10 años, hasta que se ha decidido y lo que más les preocupa son las dificultades económicas.

El grupo de CD tiene el siguiente perfil: Tiene 43,8 años de media y la distribución es más regular, que el otro grupo, disminuyendo las personas situadas entre los 20-45 años en el 43%. Igualmente disminuye el número de hijos, situándose la media en 1,6 teniendo el 39% una convivencia de menos de 10 años, mientras que el 44% es de 10- 20. La fuente de conocimiento de la mediación, en el 57% es a través de personas que han utilizado la mediación y la recomiendan. El 61% dice experimentar un alto grado de sentimiento negativo unido al hecho de separarse, esperan tener conflictos o muchos conflictos para ponerse de acuerdo con su pareja (68%) y un 45% dice tener muchos problemas,



principalmente de comunicación, estilo de vida y relaciones familiares (Anexo VII).

Un 60% no comparten la decisión de separarse, ésta dice que es firme, que la ha tomado en los dos últimos años y centran la causa de la

DIFERENCIAS ENTRE LOS DOS GRUPOS QUE HAN UTILIZANDO EL PROGRAMA DE MEDIACIÓN

Respecto a las características sociodemográficas, las personas que utilizaron la mediación para divorciarse hace más tiempo se diferencian de las que lo han realizado más recientemente en que, las primeras (LD) son todas parejas casadas, tienen más años de convivencia, más hijos, llevan más tiempo pensando en separarse sin atreverse a hacerlo, mientras que en las segundas (CD) desciende el número de parejas casadas al aparecer las parejas convivientes, desciende el número de hijos y el tiempo empleado para tomar la decisión de separarse.

La fuente de conocimiento de la mediación es una variable distintiva en los dos grupos. Los de LD principalmente la han conocido a través de los medios de comunicación, ya que la mediación era desconocida en los primeros tiempos y hubo que usar los medios para informar de la existencia de la misma, mientras que los de CD la conocen sobre todo por otros usuarios que la han utilizado.

En general, los de LD presentan más dudas con respecto a la toma de decisión, tienen más desacuerdos y dicen tener muchos más conflictos que los de CD y, aunque ambos grupos tienen problemas de comunicación, este último presenta más problemas relacionados con el estilo de vida, relaciones familiares y con los hijos, que los de LD.

Las entrevistas individuales ofrecen estas mismas diferencias entre las personas que se separaron en mediación hace bastantes años (LD) y las que lo han hecho más recientemente (CD) (Anexo VIII)

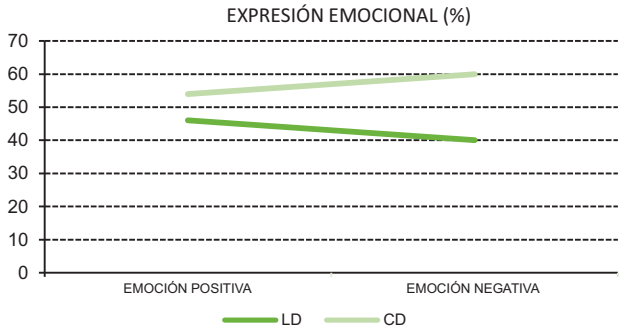
ruptura en las diferentes expectativas de vida, incompatibilidad y falta de comunicación. La entrevista realizada a la pareja de CD informa que tiene 16 años de convivencia, 2 hijos adolescentes y los problemas señalados son los relacionados con la familia de origen, con los hijos y dicen que tienen diferentes expectativas de vida. La persona que toma la decisión informa que no ha estado mucho tiempo pensando en la

separación, porque ha intentado la terapia y al no funcionar ha decidido rápido, mientras que la que no ha tomado la decisión se resiste por el temor a perder a los hijos.

¿CÓMO HAN VIVIDO LA EXPERIENCIA DE LA RUPTURA LAS PERSONAS QUE USARON LA MEDIACIÓN EN TIEMPO DISTINTO?

La información de las personas usuarias de la mediación nos ha brindado la oportunidad de acercarnos al mundo en que las personas viven la experiencia de su ruptura, qué nos dicen sobre las emociones experimentadas, qué repercusiones ha tenido en su vida personal, social y en sus hijos, y la valoración de su paso por la mediación, así como sugerencias para las personas que vayan a emprender el camino de la separación. Esta información se ha obtenido de las entrevistas en grupo e individuales (Anexo IX).

a) Impacto de la ruptura



Para obtener esta información hemos considerado, desde un enfoque cognitivo conductual, que existe una estrecha relación entre la manera en que una persona interpreta un acontecimiento, el sentimiento que experimenta ante dicho acontecimiento y el comportamiento que pone en marcha, por lo que un mejor conocimiento de cómo se sienten las personas puede consistir en recoger información de sus respuestas a tres niveles: emoción, cognición y conducta, Respecto a la **expresión emocional** (Anexo X), podemos apreciar que las personas que han participado en este estudio, usuarios de la mediación, al preguntarles sobre cómo les impactó la ruptura, lo hacen mediante emociones negativas y positivas, aunque las primeras son más

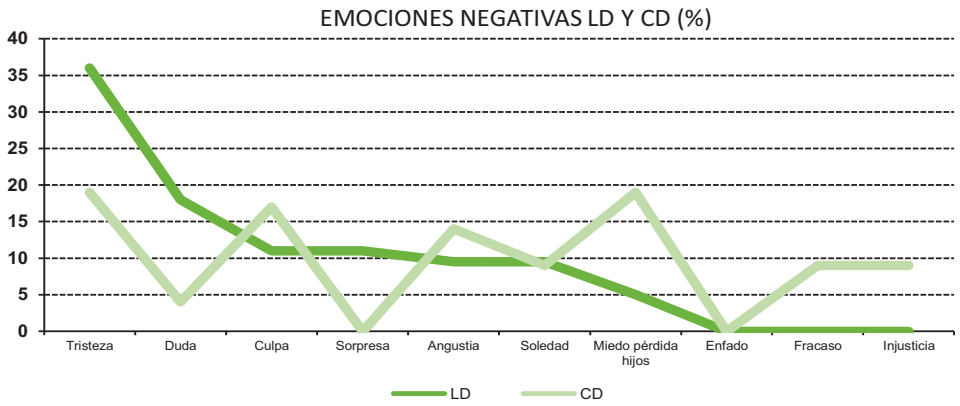
Emociones destacadas Grupo LD	Entrevistas individuales LD	Principales emociones Grupo CD	Entrevistas individuales CD
Tristeza	Tristeza	Tristeza	Tristeza
Duda	Duda	Temor a perder a los hijos	Temor a perder a los hijos
Alivio y Tranquilidad	Alivio y Tranquilidad	Liberación	Liberación
Liberación	Liberación	Alivio y tranquilidad	

TABLA I Principales emociones manifestadas en los grupos de LD y CD

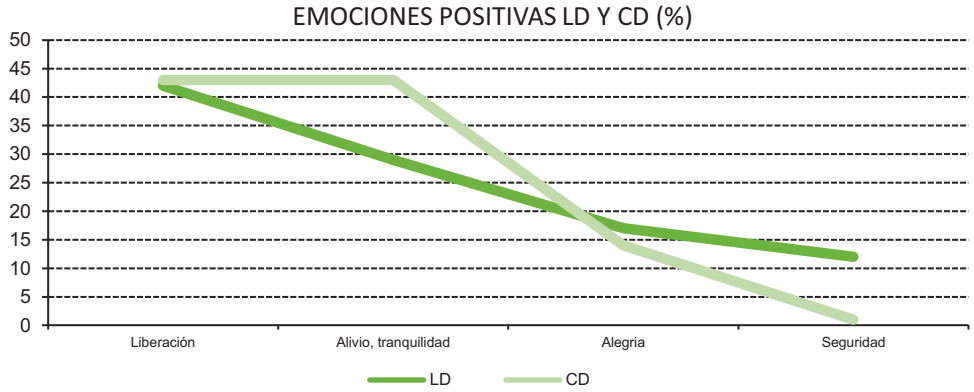
mencionadas. Si nos fijamos en los dos grupos que componen la muestra, observamos que las personas de CD expresan más emociones que los de LD, tanto si son negativas como positivas.

Si observamos la expresión emocional de los dos grupos, teniendo en cuenta el número de veces que se mencionan las diferentes expresiones emocionales, del total de emociones destacadas por el grupo de LD, aparecen la tristeza, la liberación, la duda y el alivio. La tristeza es considerada como la emoción más experimentada por las personas que conforman este grupo, con frases que dan cuenta del hondo sentir (*"sentía tristeza, mucha pena, lloraba continuamente"*). La siguiente emoción manifestada por este grupo es **la duda**, duda de acertar en su decisión, pese a llevar mucho tiempo pensando en dar el paso. La tercera emoción es la **liberación y el alivio** como muestra de expresión positiva. De las entrevistas en profundidad realizadas a las dos personas que fueron pareja en su día y que pertenecen al grupo de LD, igualmente destaca la tristeza, la duda y la liberación.

El perfil emocional del grupo de CD varía, ya que si nos fijamos en la totalidad de emociones positivas y negativas, las personas de este grupo distribuyen de forma parecida sus expresiones emocionales positivas y negativas, como tristeza, temor a perder a los hijos, liberación, alivio y tranquilidad. De hecho, cuando se tienen en cuenta sólo las emociones negativas, la tristeza, aunque también es la que más destaca, está acompañada por el temor a perder el contacto con los hijos, sentimiento de desesperanza más común del grupo de LD, además de angustia y ansiedad. Entre las emociones positivas destaca, la liberación, aludiendo a un sentimiento de respirar libremente y de quitarse un peso de encima y alivio y tranquilidad. Las entrevistas individuales realizadas nos ofrecen coincidencias en relación a las expresiones emocionales manifestadas ante el impacto de la ruptura.

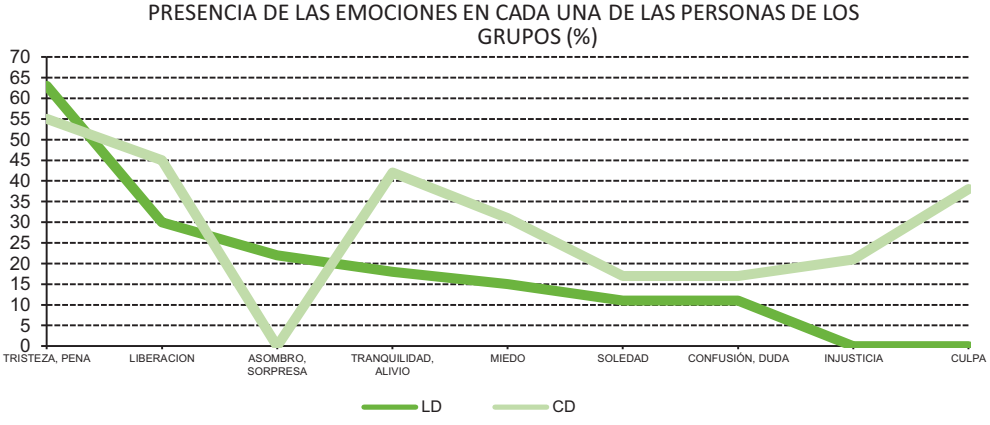


De todas las emociones negativas experimentadas, la tristeza es la emoción más mencionada en los dos grupos, aunque está acompañada por otras emociones diferentes en cada uno de ellos, dando un perfil característico de cada grupo. En el grupo de LD, la tristeza está acompañada por la duda, la sorpresa, la soledad y la angustia, mientras que en el grupo de CD, la tristeza está acompañada



por el temor a perder a los hijos, la culpa, la ansiedad y el sentimiento de injusticia y fracaso.

Las emociones positivas (liberación, alivio y tranquilidad) están presentes en los dos grupos, más mencionadas entre las personas del grupo que se ha separado más recientemente (CD), mostrando esa mezcla emocional de positividad y negatividad ante el acontecimiento de la ruptura, tal y como hemos descrito anteriormente.



Otra manera de acercarnos a las expresiónes emocionales manifestadas por las personas entrevistadas es considerar la presencia de cada una de las emociones en ellas, sin tener en cuenta las repeticiones,

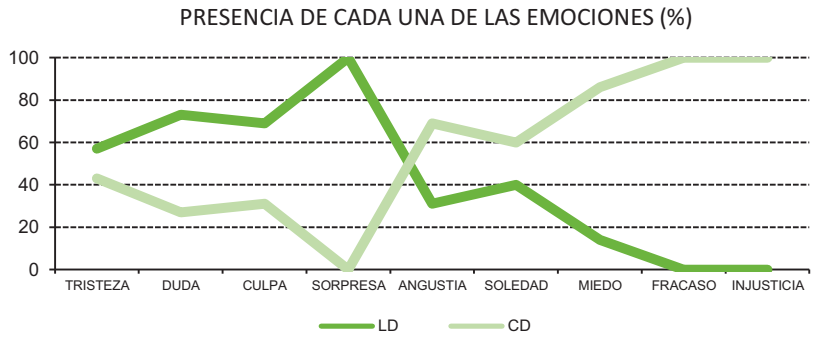
sólo la presencia o ausencia en cada participante y en la siguiente gráfica podemos observar que la emoción que sigue sobresaliendo en la gran mayoría de las personas que componen ambos grupos es la tristeza,acompañada por la culpa entre las personas de CD y de emociones positivas, como laliberación y la experimentación de alivio y tranquilidad

En definitiva, las verbalizaciones de los entrevistados nos informan que la situación de dejar la convivencia parece que comporta emociones positivas y negativas, tanto para las personas que se separaron hace bastantes años, como las que lo han hecho más recientemente, transmitiendo expresiones de una gran tristeza y, a la vez, de liberación, alivio y tranquilidad, aunque el balance de estas emociones es diferente en los dos grupos, ya que esta mezcla de tristeza y liberación está influida en el grupo de las personas de LD, por la experimentación de sorpresa negativa ante el anuncio de la ruptura, emoción que no aparece en las personas del grupo de CD y si aparece en alguna, no es interpretada con tintes tan dramáticos, porque parece que en sus mentes cabe la posibilidad, aunque no guste, de que puede ocurrir la ruptura, acolchando el impacto emocional de esta. Las personas del grupo de LD viven el hecho sorpresivo negativo como una irrealidad, lo que no ayuda a suavizar el impacto de la ruptura. Esto se observa en las entrevistas individuales, donde la persona de LD, que no ha tomado la decisión, lo expresa de la siguiente manera: *"es un impacto peculiar, no me lo podía creer, como si no me estuviera pasando a mí, algo irreal" secundada por "…en cuanto tomas conciencia del asunto es terrible"*. Otro aspecto distintivo, que nos ha llamado la atención es la diferente presencia de la emoción **"temor"** en los dos grupos, mencionada más frecuentemente por las personas del grupo de CD, refiriéndose al temor que experimentan ante la posibilidad de perder el contacto estrecho con sus hijos, hecho que no aparece en los de LD, donde un pequeño número de personas dicen experimentar temor unido al hecho de separarse, pero no relacionado con los hijos, sino con la economía. La persona entrevistada individualmente y que el divorcio lo realizó en el último periodo del estudio (CD), lo expresa de la siguiente manera: *"sentí un gran temor, pensaba que iba a perder a mis hijos".*

Finalmente, otras emociones que están más presentes en los de CD que en los de LD es la culpa y el sentimiento de injusticia, emociones que parecen estar en relación con el miedo mencionado anteriormente, ya que la experimentación de culpa es una emoción presente en las personas que creen que la ruptura puede producir el distanciamiento con los hijos y consideran una injusticia que esto sea así. Esto mismo aparece en la pareja entrevistada individualmente, donde el que quiere separarse experimenta un sentimiento de injusticia al entender que la separación lo va a alejar de sus hijos y de su casa, tal y como está la LEY.

Si tenemos en cuenta cada una de las emociones destacadas por separado, podemos apreciar que las expresiones de los dos grupos referidas a cada una de ellas en la misma línea comentada anteriormente: la tristeza aparece en los dos grupos de manera similar y la duda, la sorpresa y la soledad conforman la cualidad de las personas de LD, mientras que el perfil de las de CD destacan las expresiones de miedo, fracaso e injusticia, tal y como podemos observar en la siguiente gráfica.

Respecto a las **cogniciones,** de las expresiones recogidas de los participantes (Anexo XI) elaboramos una serie de categorías donde podemos observar diferencias entre los dos grupos, de la misma manera



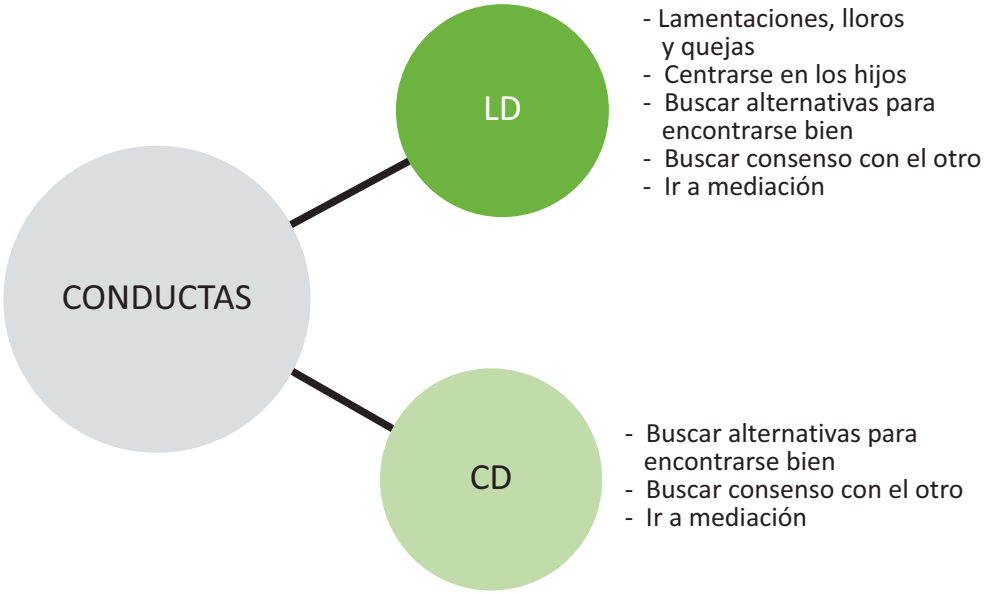
como hemos visto en las emociones. Como las cogniciones acompañan a las emociones y, tal como hemos mencionado, éstas varían en función de

cómo están relacionadas unas con otras, dando un colorido emocional de tonalidades variadas, con las cogniciones pasa otro tanto y cada grupo adquiere la tonalidad de las emociones a las que acompañan. La siguiente gráfica presenta, por categorías, las cogniciones más mencionadas por los entrevistados.

COGNICIONES	
GRUPO LD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES LD
DESESPERANZA, SOLEDAD	*"No sé si voy a poder hacerme cargo de mi vida"* *"En cuanto tomas consciencia del asunto es terrible"*
ASOMBRO NEGATIVO ANTE LA NOTICIA	*"Es un impacto peculiar, no me lo puedo creer"*
TEMOR A ROMPER EL ESQUEMA DE VIDA	*"Es una locura separarme, pensaba que era mejor hacerlo cuando los hijos fuesen mayores".*
GRUPO CD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES CD
TEMOR A ROMPER EL ESQUEMA DE VIDA (Temor a perder a los hijos)	*"Estaba bastante desesperado pensando perder el contacto y la vida diaria con mis hijos"*
AUTODIÁLOGO DE AFRONTAMIENTO	*"Aguantas, hasta que eres consciente de que no puede ser y tomas la decisión" "Esto no tiene solución, me voy a tener que separar"*
LIBERACIÓN Y MENSAJE DE AUTOEFICACIA	*"Yo veía la separación como la salida del puente"*

TABLA II Principales cogniciones manifestadas en los grupos de LD y CD

En el grupo de LD, los pensamientos de desesperanza y soledad están seguidos por el asombro ante la noticia de la ruptura y conforman un perfil coherente con la tristeza que este grupo expresa. En el grupo de CD,



las cogniciones que más se han utilizado son el temor a perder a los hijos, seguida de autodiálogos de afrontamiento, que acompañan a la emoción de tristeza dándole un matiz distinto al del grupo de LD. Las entrevistas individuales de larga y corta duración, presentan estas mismas cogniciones vistas en las entrevistas de los grupos correspondientes (Anexo XII).

El tercer nivel de respuesta se refiere a las **conductas,** que habitualmente dicen realizar las personas cuando experimentaron las emociones, acompañadas por las cogniciones.

Hemos establecido cinco categorías: 1) lloros y lamentaciones; 2) centrarse en los hijos; 3) rehacer la vida buscando alternativas para

CATEGORIZACIÓN DE CONDUCTAS Y MANIFESTACIONES INDIVIDUALES	
GRUPO LD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES LD
LAMENTACIONES, LLOROS Y QUEJAS	*"No sabía si me podría hacer cargo de todo yo sola"*
CENTARSE EN LOS HIJOS	*«No quería que mis hijos lo pasaran mal…»*
BUSCAR ALTERNATIVAS PARA ENCONTRARSE BIEN	*«Aprender cosas nuevas y hacer cosas tu sola, que antes no hacía porque las hacía el otro»*
BUSCAR CONSENSO CON EL OTRO PADRE	*«me puse de acuerdo con ella para separarnos»*
IR A MEDIACIÓN	*"Ir a mediación"*

TABLA III Categorías de conductas de los grupos de LD y Entrevistas individuales LD

encontrarse bien; 4) alcanzar consenso con el otro y 5) ir a mediación. El 37% de las conductas expresadas por las personas del grupo de LD se refieren a la primera categoría, "lloros y lamentaciones" y le sigue el 35% que indican conductas de "buscar alternativas para encontrarse bien", entendiendo que entre estas actividades está el intentar rehacer la vida, centrarse en el trabajo o buscar ayuda profesional, seguido por aquellas

CATEGORIZACIÓN DE CONDUCTAS Y MANIFESTACIONES INDIVIDUALES	
GRUPO CD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES CD
BUSCAR ALTERNATIVAS PARA SENTIRSE BIEN	*«Realizaba, cursos, conferencias, …» «Me centraba en el trabajo»*
BUSCAR CONSENSO CON EL OTRO PADRE	*"Buscamos flexibilidad, porque eso nos beneficia a todos» «Nos costó mucho, pero por el bien de los niños alcanzamos acuerdos»*
IR A MEDIACIÓN	*Ir a mediación*

TABLA IV Categorías de conductas de los grupos de CD y Entrevistas individuales CD

personas que dicen “estar volcadas en los hijos” y “buscan consenso con el otro” por el bien de estos.

Mientras que las conductas manifestadas por las personas del grupo de CD, la primera de las categorías no tiene mucha presencia y destacan en la categoría de *“buscar consenso con el otro padre o madre”, “ir a mediación”, “rehacer la vida y tener planes de futuro”.*

Estas diferencias también se observan en las entrevistas individuales, con frases de las personas de LD, *“Lloraba y me preguntaba si podría hacerme cargo de mi vida”* ***o*** *“Me volqué en mis hijos porque no quería que tuvieran una mala imagen de mí”,* mientras que las conductas manifestadas por las personas de CD lo expresa de la siguiente manera: *“Me dediqué a formarme, a hacer cursos” o “Buscamos flexibilidad por el bien de todos, fuimos a mediación”.*

Comparación de los tres niveles de respuesta

Al poner en relación los tres sistemas de respuesta: la emoción, la cognición y la conducta elegida por las personas que han participado en este estudio, podemos observar que en el grupo de LD, la tristeza, considerada como la emoción más comúnmente experimentada está acompañada por pensamientos muy negativos que indican desesperanza y soledad, como *“No tengo futuro, nada tiene sentido, esto no me deja vivir”* o *“Quiero morirme para no sufrir”*. Estas manifestaciones verbales y mentales estaban acompañadas por acciones de lamentaciones y quejas, indicativas de perpetuar el sufrimiento, tales como *“No podía hacer nada, lloraba”, “No salía de casa, sólo lloraba” o “No dormía”.*

La segunda emoción destacada es la duda, indicativa de sufrimiento mantenido al tener contradicciones sobre la acción

GRUPO DE LARGA DURACIÓN					
EMOCIÓN		COGNICIÓN		CONDUTA	
Tristeza	*"Sentía pena, mucha pena, lloraba continuamente"* *"Me sentía muy triste, el luto me duró tres años"* *"Me sentía muy triste porque todas las emociones negativas las tenía yo"*	**Desesperanza y soledad**	*"No tengo futuro, nada tiene sentido, esta situación no me deja vivir"* *"Quiero morirme para no sufrir"* *"Necesito de él"*	**Lamentaciones, lloros y quejas**	*"Lloraba, no podía hacer nada"* *"No salía de casa, solo lloraba"* *"No dormía"*
Duda	*"Tenía la sensación de lanzarme al vacío sin red"* *"Me sentía indecisa, tuvieron que para dos años para tomar la decisión"* *"En todo momento sentía mucha contradicción dentro de mí"*	**Asombro negativo ante la noticia**	*"¿Qué he hecho yo para merecer esto?"* *"¿Por qué me hace esto?"* *"No me lo puedo creer"*	**Centrarse en los hijos**	*"Me centre en mis hijas"* *"Luché por mis hijas"* *"Me centraba en mis hijos para que no sufrieran"*
		Temor a vida	*"¡Qué pena que mis hijos no tengan una familia normal!"* *"Yo pensaba que esto era para toda la vida"* *"La familia se queda coja"*	**Buscar alternativas para sentirse bien**	*"Centrarme en el trabajo"* *"Irme de casa"* *"Refugiarme en mis padres"*
Liberación	*"El cambio ha sido muy grande, me siento liberada"* *"Yo tomé la decisión, el cambio fue una liberación"* *"Fue una salvación lo que hice"*	**Liberación**	*"Me he quitado un peso de encima"* *"Por fin se ha ido"* *"Esto es lo más parecido a la felicidad"*	**Buscar consenso con el otro**	*"Decirle las cosas claras al otro"* *"Compartir los hijos con él"* *"Mantener buena relación con él"*

TABLA V Comparativa de LD. Emoción, cognición y conducta

tomada, está acompañada por pensamientos de temor a romper el esquema de vida mantenido hasta ese momento, tal y como queda reflejado en las siguientes cogniciones, *"Qué pena, mis hijos no van a tener una vida familiar normal", "Yo pensaba que esto era para toda la vida" "La familia se queda coja"*. Las acciones emprendidas,

ante esta situación contradictoria estaban encaminadas a centrarse en los hijos *"Me he centrado en mis hijos para que no sufrieran", "Luchar por ellos" y "Dejar las cosas claras al otro".*

La siguiente emoción destacada es la liberación, acompañada de pensamientos liberadores como *"Me he quitado un peso de encima", "Esto*

GRUPO DE CORTA DURACIÓN					
EMOCIÓN		COGNICIÓN		CONDUTA	
Tristeza	*"Cuando el Juez me dio la sentencia me sentí muy triste"* *"Estaba siempre de bajón"*	Autodiálogos de afrontamiento de la realidad aunque no le guste	*"No estoy dispuesta a pelear, hay que ponerse de acuerdo"* *"Se me cae el cielo encima pero tienes que hacerte la fuerte"*	Buscar alternativas para sentirse bien	*"Centrarme en el trabajo"* *"Acudir a Terapia"* *"Salir y distraerme"*
	"Lo que más resume como me sentía era la tristeza"				
Alivio libera-ción	*"He ganado, me ha venido muy bien salir de casa"* *"Cuando empecé a separarme sentí alivio"* *"Me sentí feliz, liberada, había dejado de sufrir, volvía a tener ganas de vivir"*	Liberación y mensajes de autoeficacia	*"Me siento relajado"* *"Mi vida es otra"* *"Esto es una solución"*	Ir a mediación	*"Acudir a mediación"* *"Fomentar la relación con los hijos"*
Temor	*"Sentí que iba a pagar un precio muy alto por mis hijos"* *"Tengo miedo de perder a mis hijos"*	Temor a romper esquema de vida (centrado en los hijos)	*"Esto es una batalla salomónica, la mitad de cada hijo para cada uno"* *"Voy a perder a mis hijos"* *"La custodia es una cuestión de sexo"*	Buscar consenso con el otro	*"Evitar el contencioso"* *"Evitar conflictos con ella"* *"Tratar de comunicarme con ella"* *"Acudir a mediación"*

TABLA VI Comparativa de CD. Emoción, cognición y conducta

es lo más parecido a la felicidad", junto con acciones tendentes a sentirse bien, como *"Centrarme en el trabajo", "Irme de casa".*

Respecto al grupo de CD, las emociones destacadas presentan, igual que el otro grupo, una negativa, tristeza, acompañada de autodiálogos de afrontamiento como *"Mi vida es otra, ahora estoy en paz conmigo", "Puedo hacer lo que quiera"* y acciones que tienen que ver con centrarse en actividades alternativas para evitar estar mal y buscar acuerdos con la otra parte a través de la mediación.

Si nos fijamos en las **entrevistas individuales** de los dos grupos, (Anexo VIII) podemos ver este mismo perfil distintivo y la relación entre emoción, cognición y conducta, que nos informa de las diferencias observadas en cómo experimentan las personas la ruptura según el momento en el que se produjo este evento en sus vidas. En el grupo de LD se trata de una pareja que usó la mediación en los primeros 5 años de poner en marcha el programa (1990-95), con 24 años de convivencia, muchos problemas de relación desde hace muchos años, tras más de 10 años de duda, ella pone fin a la relación, movida por la idea de que los hijos ya son mayores y ahora no les afectará tanto como si lo hubiera hecho hace años, aunque mantiene contradicciones respecto a la pérdida de imagen ante los hijos, por su decisión. La tristeza, que es la emoción compartida por los dos miembros, de la hoy expareja, tiene unos elementos comunes, como son pensamientos de haber dejado pasar la vida con cierto sentimiento de desesperanza, soledad, aunque estuvieran acompañados, de no ser pareja desde hace muchos años, de no recibir cariño ni atención, simplemente seguir funcionando cara al auditorio. Otros pensamientos compartidos son los que aluden al temor a estar alejado del otro, como si dependiera uno del otro, aunque no exista afecto. Mientras que los no comunes se refieren a la diferencia existente entre el que decide y no decide. La persona que decide se siente culpable por ser la que promueve el fin de lo establecido, por romper con el modelo familiar, aunque no le guste lo que tiene, ha estado tanto tiempo con dudas, que ahora que ha decidido poner fin a la convivencia, siente que su mundo se desmorona, que le faltan fuerzas para seguir sola y que el temor a las pérdidas económicas le supone un

ENTREVISTA INDIVIDUAL LD	ELLA	ÉL
EMOCIÓN	Tristeza, liberación, duda, inseguridad, temor AHORA: tranquilidad, plenitud	Liberación, Tristeza, Sorpresa, frustración, marginación AHORA: Culpa y tranquilidad
COGNICIÓN	*"No quería vivir como estaba viviendo"* *"Afectada porque mis hijos pensaran que no me hacía cargo de su padre"* *"Es una locura separarme, pensaba que era mejor hacerlo cuando los hijos fuesen mayores"* *"No teníamos pareja, sólo sobrevivíamos"* *"No he sido capaz de mantener lo que creía: la familia como núcleo"*	*"He cortado con una amenaza"* *"En cuanto tomas consciencia del asunto es terrible"* *"Es un impacto peculiar, no me lo podía creer"*
CONDUCTA	*"Aprender cosas nuevas y hacer cosas tú sola que antes no hacía porque las hacía el otro"* *"Favorecer las comidas en familia, para que los hijos no tengan que decidir"* *"Anteponer el beneficio de todos al mío"*	*"Durante 5 años no me moví de casa"*
REPERCUSIÓN PERSONAL	*"Se te rompen los esquemas, era una persona que creía en la familia como núcleo"* *"Te haces dueña de tu vida y tienes que aprender a vivir sola"* *"Temo a una nueva relación, no he rehecho mi vida"*	*"Soy un marginado"* *"Soy más consciente de que antes no me comunicaba ni en casa ni con mis hijos"*
REPERCUSIÓN HIJOS	*"Me sentí preocupada por mis hijos"* *"Creí que tomarían partido"* *"Ha sido beneficioso para ellos, tienen buena relación con los dos"*	*"El hijo toma el rol de padre y la hija de madre, pero cree que los dos han madurado"*
QUÉ ACONSEJARÍAS	*"Que reflexione, porque esta decisión marca tu vida"* *"Ahora te tienes que buscar sola la salida"* *"Tienes que aprender a vivir sola"*	*"Recomendaría la mediación"* *"Recomendaría una actitud positiva ante el conflicto"*
QUÉ SUPUSO LA MEDIACIÓN	*"Un sitio donde poder hacerlo"* *"Poder hablar, hablar con una persona imparcial"* *"Utilizar antes la mediación nos hubiese supuesto reducir conflictos y desgaste emocional"*	*"Fue una facilidad, no hubiera sido posible sin la mediación. Estábamos años sin hablarnos"* *"Otra forma de comunicación con ella"*

TABLA VII Entrevista individual en profundidad de LD

ENTREVISTA INDIVIDUAL CD	ELLA	ÉL
EMOCIÓN	*Liberación, Culpabilidad, Ansiedad AHORA: Tranquilidad, Satisfacción*	*Asombro, Tristeza, soledad, angustia, Temor a perder a los hijos AHORA: tranquilidad*
COGNICIÓN	*"Yo veía la separación como la salida del puente"* *"Quiero perderle de vista"* *"La separación no es tan negativa"* *" Estoy muy satisfecha"*	*"Nunca pensé en separarme"* *"Al final voy a tener que separarme"* *"Esto no tiene solución, me voy a tener que separar"* *"Lo teníamos que haber hecho antes"* *"Qué tontos hemos sido"" Todo va a salir fenomenal"*
CONDUCTA	Actividades profesionales Cursos, conferencias, exposiciones, cine…	Alquilar una casa cercana a la de sus hijos, Busca actividades, Aprender tareas domésticas, Negociar cambios en sistema de comunicación y gastos de los hijos con la expareja
REPERCUSIÓN PERSONAL	*Visión más positiva de la vida, Flexibilidad mental, Disminución económica, Realización personal, Necesidad de apoyo familiar*	*"Dificultad para estar solo, me costaba ir solo con mis hijos a cualquier sitio y ahora me siento bien yendo con ellos"*
REPERCUSIÓN HIJOS	*"Maduros, responsables, súper agradecidos". "Flexibilidad en el Sistema de Comunicación". "Comunicación muy buena con ambos padres"*	*"Lo han encajado fabulosamente bien. Se muestran impermeables, no ofrecen información del otro progenitor". "Buena adaptación favorecida por la cercanía de los domicilios de los dos". "Están contentos y la relación con la madre y conmigo es muy buena"*
REPERCUSIÓN FAMILIAR Y SOCIAL	*"He recuperado a mis padres"* *"Mis padres no lo han visto tal mal"* *"Hago más vida social"*	*"Las relaciones con la familia extensa bien"* *"Me gusta estar con gente, pero ese paso he sido incapaz"* *"Dificultad para relacionarme"*
QUÉ LE DIRÍAS	*"La separación te brinda el estar bien". "Usa la mediación" "Ser más consciente del tema económico"*	*"Si vas a separarte, acude a mediación"*
QUÉ SUPUSO LA MEDIACIÓN	*"Experiencia muy positiva"* *"Perder en lo económico"* *"Tomar el control de la vida de una misma"* *"Valoración positiva de la separación, más práctica"*	*"Tras las sesiones de mediación disminuía la tensión emocional y la conflictividad"* *"Ha sido fundamental si no, hubiera sido una debacle"* *"La mediación disminuye las reacciones violentas mientras continuábamos la convivencia y negociábamos los términos de la separación"*

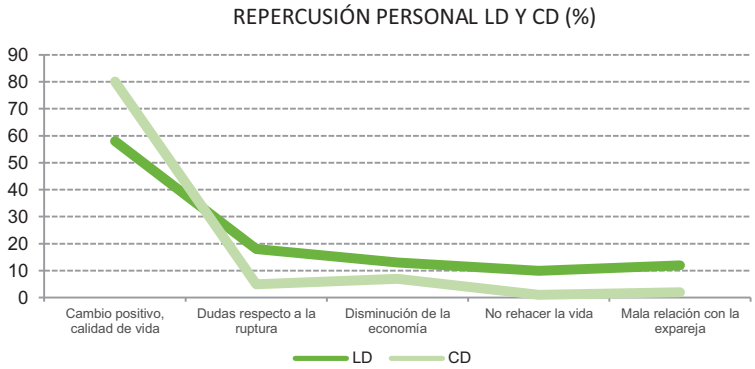
TABLA VIII Entrevista individual en profundidad de CD

agravante fuerte. La persona que no ha tomado la decisión, aunque reconoce las dificultades de relación mantenidas durante mucho tiempo, se siente sorprendido, frustrado, marginado, triste y contrariado por la decisión de su pareja, no esperaba que después de tanto tiempo de funcionar mal, tomara la decisión y el autodiálogo que acompaña a estas emociones es de *"En cuanto tomas conciencia del asunto es terrible", "Ya era un marginado laboral y ahora un marginado familiar, solo me queda ser un marginado social".*

Las entrevistas individuales del grupo CD usó la mediación en el 2007, tenía 17 años de matrimonio y 2 hijos y es ella la que, aun manteniendo ciertas dudas sobre si será la mejor solución, en el último año ha tomado la decisión y piensa que los problemas son fundamentalmente domésticos y familiares y él también informa de problemas con la familia extensa. Lo que más les preocupa son los hijos y el tema económico, aunque de diferente manera, él muestra un gran temor a perder el contacto estrecho con sus hijos, teme que ella le impida la cotidianidad, que los aleje de él y ella, muestra su contrariedad por la insistencia de él de ocuparse de los hijos, cuando siempre ha estado trabajando y no ha dispuesto de tiempo, a la vez que teme el descenso económico que se va a producir con la separación. La tristeza, mencionada por los dos, está mezclada con el temor a perder a los hijos, por parte de él, mientras que en ella está acompañada con sentimientos de liberación y alivio producido por hacer efectiva la decisión. Los comportamientos realizados en estas situaciones se refieren a buscar alternativas para encontrarse bien e ir a mediación, buscando el consenso con el otro.

b) ¿Qué repercusiones ha tenido este acontecimiento en la vida de las personas?

Del análisis extraído de los dos grupos de estudio, que han utilizado la mediación en tiempos diferentes, podemos observar que el cese de la convivencia ha repercutido, a nivel personal, de manera positiva,



mejorando su calidad de vida. Esta repercusión positiva está más marcada en el grupo de CD, donde el 80% la mencionan, aunque resulta sorprendente que, incluso en las personas que se separaron hace 15-20 años, el 58% manifiesta que su vida personal ha mejorado considerablemente. Si nos fijamos en las entrevistas individuales, podemos observar que las personas que toman la decisión son las que manifiestan esta mejora personal en sus vidas, mientras que los que no la han tomado no muestran tanto entusiasmo en expresar esta mejora.

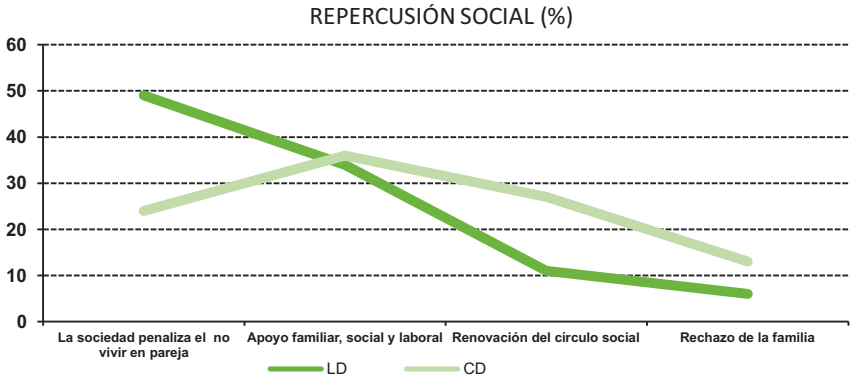
REPERCUSIÓN PERSONAL	
GRUPO LD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES LD
CAMBIO POSITIVO/CALIDAD DE VIDA (58%)	*"Te haces dueña de tu vida, aprendes a vivir sola"* *"Ahora me doy cuenta de que no me comunicaba con ella ni con sus hijos"*
DUDAS RESPECTO A LA RUPTURA (18%)	*"Se te rompen los esquemas, era un persona que creía en la familia como núcleo y eso me hacía dudar"*
GRUPO CD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES CD
CAMBIO POSITIVO/CALIDAD DE VIDA (80%)	*""La separación me ha dado otra visión de la vida, te sale la sonrisa, se abre la mente"* *"Empiezo a disfrutar de estar solo, antes no lo aguantaba"*

Otra repercusión mencionada por el grupo de LD es el mantener dudas respecto a la decisión tomada, dudas que apenas aparece en el grupo de CD, ni en la pareja estudiada en profundidad y que la separación la ha realizado más recientemente. Este doble efecto de calidad de vida y mantener dudas por la decisión se observa en las repuestas dadas por las personas entrevistadas individualmente y pertenecientes a este grupo, donde ella expresa que dejar la convivencia ha mejorado su vida considerablemente aunque es consciente de su soledad y sigue teniendo dudas de si podría haberlo resuelto de otra manera porque se siente culpable del efecto de su decisión en el otro.

El 45% de las personas del grupo de LD expresan que la vida sin estar en pareja ha supuesto inconvenientes difíciles de sobrellevar porque la sociedad no estaba preparada para la separación y se han sentido estigmatizadas por esta decisión. Esta carga de la influencia

REPERCUSIÓN SOCIAL	
GRUPO LD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES LD
PENALIZACIÓN SOCIAL DE VIVIR SIN PAREJA (49%)	*« Me sentí estigmatizada, la gente no entiende que te quieras separar de una persona buena»* *«Me sentí un marginado familiar»*
GRUPO CD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES CD
RENOVACION DEL CIRCULO SOCIAL (27%)	*"Ahora quedo con mis cuatro compañeras de trabajo"* *"Me he vuelto a relacionar más con los demás, me he apuntado a un grupo de montaña"*

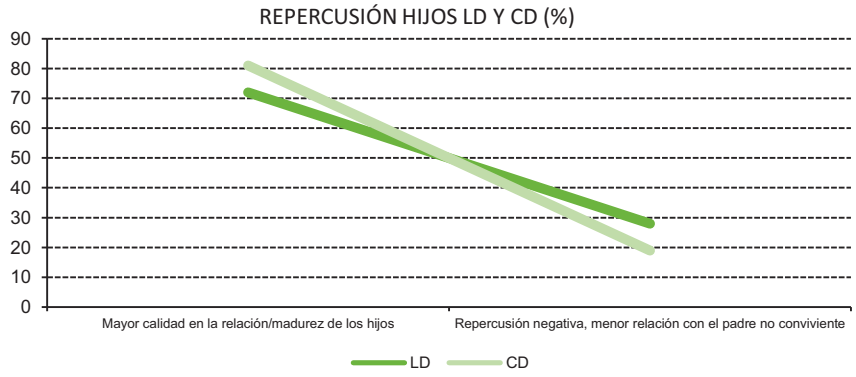
social sobre las personas que decidieron dejar la convivencia hace 15-20 años, es manifestada, con cierto dramatismo por la pareja del grupo de LD que entrevistamos individualmente, dejando clara las dificultades que tuvieron que pasar para hacer efectiva la decisión,



mientras ella lo expresa de la siguiente manera, *"Me sentí estigmatizada, la gente no entiende que te quieras separar de una persona buena",* él lo manifiesta así*, "Me sentí un marginado familiar".*

Otro aspecto a señalar, en este ámbito, tanto en el grupo de referencia como en el estudio en profundidad, es el de la pérdida de los amigos y el tener que renovar el círculo social.

Un resultado altamente satisfactorio es la valoración del 81%



de las personas del grupo de CD y el 72% de LD hacen, de cómo ha repercutido el cese de la convivencia en sus hijos, informando de la alta calidad de la relación de ambos padres con los hijos y apreciando

una gran madurez en su comportamiento. Aunque esta repercusión es tan positiva, en una gran mayoría de las personas entrevistadas, no quita para que un 28% de las del grupo de LD y el 19% de las de CD, manifiesten la existencia de una relación pobre entre los hijos y el padre o madre con el que no conviven habitualmente.

REPERCUSIÓN HIJOS	
GRUPO LD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES LD
CALIDAD EN LA RELACIÓN Y MADUREZ DE LOSD HIJOS (71%)	*"Me preocupaba el que tomaran partido pero la separación ha sido beneficiosa para los hijos, tienen buena relación con los dos"*
GRUPO CD	ENTREVISTAS INDIVIDUALES CD
CALIDAD EN LA RELACIÓN (81%)	*"Lo han afrontado con mucha madurez, se han adaptado muy bien a la nueva vida. Yo no lo quería pero la cercanía de los domicilios ha ayudado"*

TABLA XI Repercusión en los hijos de la ruptura en los grupos de LD y CD y entrevistas individuales de LD y CD

Las manifestaciones de las personas entrevistadas individualmente, tanto de LD como de CD, lo hacen de igual manera donde, pese a lo dramático de la ruptura, la relación con los hijos se ha mantenido con calidad, haciendo verdaderos esfuerzos ambos padres por no mezclar sus desacuerdos como pareja, ni con la forma de proceder el otro, con todo aquello que se relacione con la educación, atención y necesidades de los hijos.

c) ¿Cómo valoran la mediación y qué sugerencias hacen a las personas que van a separarse?

En relación a la pregunta, ¿Qué nos pueden decir de su paso por la mediación?, las manifestaciones recogidas nos indican que valoran altamente el uso de la mediación, tanto en relación a su paso por ella, como con relación a los resultados obtenidos en el proceso de mediación. Las ventajas más destacadas, entre los que se separaron hace

años (LD), se refieren al beneficio de encontrar a una persona imparcial para disminuir el conflicto, equilibrar las emociones y ayudarles a mantener la comunicación y el contacto con los hijos, estableciendo una comparación con los efectos dañinos del procedimiento judicial contencioso. Esto mismo podemos encontrar en el análisis del caso en profundidad y que representa a este grupo. La solicitante comenta la bondad de la mediación con frases como "*Hablar con una persona imparcial ha facilitado el acuerdo, entre nosotros hubiera sido imposible" "Si hubiéramos ido antes a mediación nos hubiera reducido mucho los conflictos y el desgaste emocional" "Ha sido beneficioso para mis hijos, tienen una buena relación conmigo y con su padre"*. Esta misma opinión positiva se puede observar por parte de la pareja de la solicitante, aunque había mostrado su desacuerdo con la separación, *"Encontré otra forma de comunicarme con ella, porque si no hubiera sido muy incómodo y embarazoso", "Me ayudó a establecer una comunicación que ya estaba rota y eso me parece que es importante".*

El grupo de CD también ve ventajas de su paso por la mediación. La experiencia positiva hace hincapié en el beneficio de la mediación como favorecedora del diálogo, del trato igualitario, de equilibrar emociones y disminuir el conflicto. En este sentido, la persona que decide el cese de la convivencia y que representa a este grupo, lo expresa de la siguiente manera *"La mediación ha sido una experiencia muy positiva", "Me ha aportado una nueva valoración"* y la persona que no ha decidido, que se ha visto conducido a esta opción, igualmente expresa su experiencia positiva con frases como *"Ha sido fundamental porque si no llegamos a utilizar la mediación, tal y como estaban las cosas, hubiera sido un auténtico debacle", " La mediación ha hecho que no aparezcan situaciones de tensión que, con el alto nivel emocional, podría haber hecho cosas que luego te arrepientas".*

En relación a las sugerencias ofrecidas a las personas que van a pasar por esta experiencia, las personas de los dos grupos aconsejan que la separación se haga cuanto antes, no esperar demasiado, que se lleve a cabo pacíficamente, recurriendo a mediación, quizás porque la experiencia de ellas ha sido muy buena usando esta medida. Un aspecto interesante distintivo de los dos grupos es que el 33% de los de CD aconseja cuidarse más uno mismo y no estar pensando tanto en la

¿QUÉ LE DIRÍAS A UNA PERSONA QUE SE VA A SEPARAR?	LD	CD
Sepárate cuanto antes, es difícil pero merece la pena	39%	44%
Separarse pacíficamente, ir a mediación	31%	20%
Cuidado de uno mismo, no dejarse llevar por la culpa	17,%	33%
Puntualizar el CR, liquidar	13%	3%

TABLA XII Consejos a una persona que se va a separar. Grupos de LD y CD

culpa, que no conduce a nada bueno. Las personas que representan al grupo de LD, coinciden, respecto a la conveniencia de separarse cuanto antes y lo expresan de la siguiente manera: *"Es importante reflexionar, pero no demorarse", "Cuando tienes las cosas claras hay que tirar para adelante".* Igualmente ocurre cuando se trata de aconsejar separarse pacíficamente, que, en general, aconsejan ir a mediación *"Recomendaría que fuesen a mediación", "Recomendaría una actitud positiva por parte de las personas que están en conflicto".*

En la pareja que representa al grupo de CD, también destaca el consejo de cuidarse a uno mismo, con frases que indican los beneficios de la mediación para ese cuidar de uno mismo, *"la separación te brinda el estar bien, te sale la sonrisa, te cuidas"*. También además de la

advertencia de la dificultad de separarse y la confirmación de ser una buena medida, pese a su dificultad.

Como resultado final, comentar que, pese a las diferencias entre los dos grupos estudiados, el acontecimiento "dejar la relación", tiene un gran impacto emocional valorado como negativo por la gran mayoría de los que rompen la relación, indicador de lo duro que es este acontecimiento para las personas.

B.- PARTICIPANTES MEDIADORES

¿CÓMO INTERPRETAN LA RUPTURA LOS MEDIADORES?

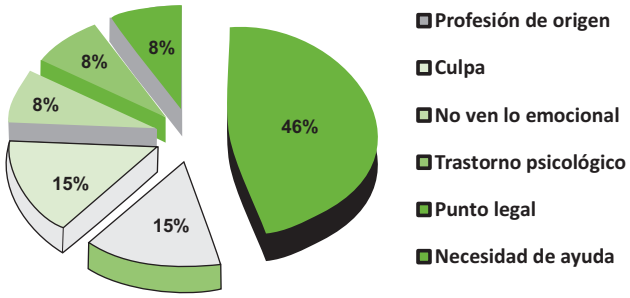
EL PROCESO DE CAMBIO EN LOS MEDIADORES

	PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA
ANTES DE LA FORMACIÓN	Conflicto negativo (50%) Fracaso al proyecto común (25%) Factor externo (25%)
DESPUÉS DE LA FORMACIÓN	Normalización y aceptación de la separación como salida. (47%) Valor positivo a los usuarios (29%) Tolerancia (24%)
EN LA ACTUALIDAD	Realismo (47%) Respeto (29%) Flexibilidad mental (24%) Comprensión y autenticidad (26%)

TABLA XIII Percepción de los mediadores de la ruptura. Antes de la formación, después y en la

La información de los profesionales mediadores nos ha brindado la oportunidad de conocer cómo interpretan la situación por la que pasan las personas con las que trabajan. Todos los profesionales de la mediación participantes en el estudio manifiestan diferencias en cuanto a su

INFLUENCIA DE LA PROFESIÓN DE ORIGEN



apreciación del concepto de ruptura, según ha pasado el tiempo, en los tres momentos en los que se situaron en la entrevista: antes de la formación en mediación, después y en el momento actual.

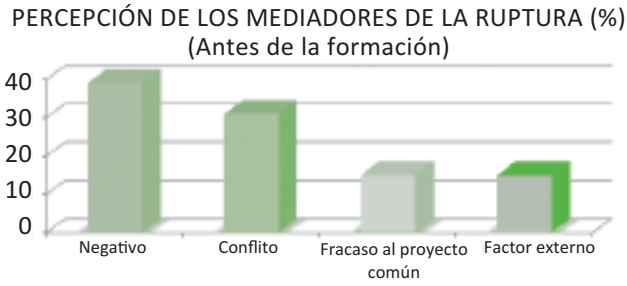
De las manifestaciones recogidas (Anexo XIII), podemos observar antes de la formación en mediación, los profesionales de la mediación manifiestan una interpretación muy negativa de la ruptura, interpretación muy influida por su profesión de origen, uniendo ruptura con conflicto, como un fracaso al proyecto común, y muy estigmatizado socialmente.

Estos profesionales consideran a la ruptura como algo exclusivamente legal, desde el punto de vista de los mediadores abogados, y como un problema psicológico necesitado de ayuda, desde el punto de vista de los profesionales de la psicología. Las expresiones verbales de los mediadores reflejan este aspecto negativo: *"Para mí, antes de formarme en mediación, la ruptura era parte del conflicto", "...tenía la idea de que era como el fracaso, el fracaso de un proyecto común", "Creía que, cuando las personas pensaban en separarse es que necesitaban terapia de pareja", "tenía una visión bastante sesgada y además la entendía como unida a culpabilidad, a una actitud egoísta por no pensar en los hijos, los que pierden son los hijos"…. "Personalmente es un fracaso, socialmente un estigma y familiarmente una pérdida".*

PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA
(Antes de la formación)

"Mi percepción de la ruptura estaba más en el mundo de lo legal, para mí, tenía una visión bastante"

"Pensaba que se trataba de un trastorno mental transitorio, un flux mental"



La percepción, que los mediadores dicen predominaba antes de iniciarse en la actividad formativa como mediadores, sobre la ruptura estaba enmarcada en una apreciación negativa de este acontecimiento, algo de lo que era mejor no hablar y que por supuesto nada recomendable, algo que uno no desea ni a su peor enemigo. El grupo de mediadores casuísticas de familiares o personas cercanas a sus vidas y lo narran desde una visión del pasado reciente lleno de tristeza y vergüenza que impulsaba a la ocultación y al secretismo.

La relación con el conflicto era clara y algo que hay que evitar o de lo que hay que huir. Desde el punto de vista de los profesionales del derecho no era considerado como un acontecimiento emocional, sólo legal que había que regular y desde un plano más psicológico, la

emoción aunque se reconocía, estaba vista como una desviación de la cordura, como algo que funcionaba mal o un fracaso del proyecto común de dos personas por culpa de una de ellas.

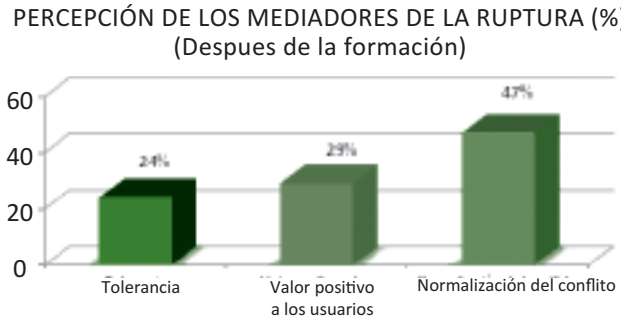
Resulta sorprendente observar cómo el grupo completo de mediadores experimenta un cambio positivo de la percepción de la ruptura **después de la formación**, entendiéndola no como un fracaso sino como una posibilidad de salir de una situación mala, una elección a la que las personas tenían derecho, una solución, dando un valor positivo a las personas que toman esta decisión y carentes de culpa. Se podría decir que se aprecia una idea más tolerante de la ruptura, algo que le puede pasar a cualquiera, una situación normal. De la misma manera que se advierten cambios en su forma de entender la ruptura, los mediadores describen cambios que afectan a sus relaciones personales, mostrando una actitud más abierta ante la vida, una nueva visión de las cosas donde la tolerancia surge y se instala en sus vidas.

PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA
(Después de la formación)

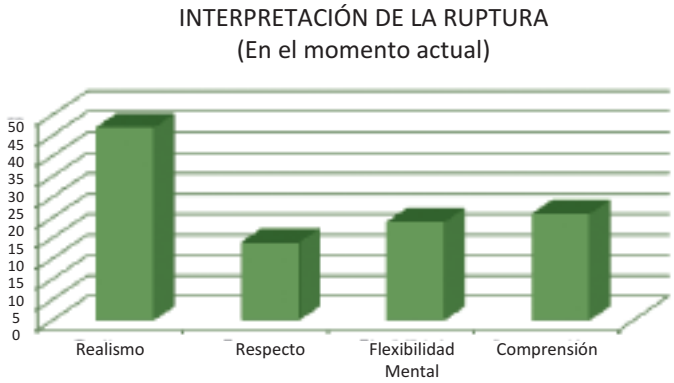
"… con la formación cambié mi forma de ver la ruptura, de pensar en lo peor a pensar que era una solución"

"… optimismo y fe ciega en la mediación"

Al mismo tiempo que el grupo de profesionales experimentan un cambio personal y de actitud, manifiestan que su vida profesional está influenciada por este cambio de perspectiva. El diferente punto de mira hace que se centren más en la importancia de las emociones del proceso de ruptura. Entienden que las emociones experimentadas



en esta situación están contextualizadas y pueden contemplarlas dentro de un proceso normalizado por el que las personas pueden



pasar. Empiezan a ver a las personas que están en el proceso de ruptura como personas que sufren, concediéndoles un valor positivo y de un gran valor e intentan que vean las cosas con los nuevos ojos del mediador con el fin de que sufran menos, pasando a considerar que la mediación es la mejor de las manera de abordar la ruptura, quedando prendados por el efecto positivo de la mediación y por el mensaje de tolerancia, expresándolo de la siguiente manera: *"…con la formación cambié mi forma de ver la ruptura, de pensar en lo peor a pensar que*

era una solución, a querer convencer a los sufrientes de que si lo vieran como yo, seguramente sufrirían la mitad y que esto es la solución, y que están equivocados como yo al principio,""…mi segunda fase es muy optimista y muy dialéctica, es una fase totalmente irreal…"" … optimismo y fe ciega en la mediación."

Situándonos **en el momento actual**, observamos cómo los profesionales mediadores cambian su percepción de la ruptura.

Después de ejercer como mediador varios años, las manifestaciones de estos profesionales nos indican que la visión optimista con la que ven la ruptura en el momento anterior, se cambia por una mirada más serena, asentada en la realidad indicadora de respeto, comprensión, autenticidad, reconociendo el dolor y el sufrimiento de las personas que abordan esta situación y se encuentran más preparados para acompañarlas en el proceso porque comprenden como se sienten y no temen el conflicto sino que se encuentran preparados para abordarlo porque desarrollan un proceso, empático y muestran respeto por las personas y por su decisión, tal y cómo indican las siguientes expresiones verbales: *"Comprendes más las emociones de los otros, ya no es teoría, vivencias las tuyas y tienes una nueva realidad más empática, más vivencial...","...he pasado del optimismo y fe ciega en mediación a verla de una forma más realista, por lo que la ruptura la considero como una de las maneras de solucionar esta situación", "yo nunca quise ver la separación como algo normal y ahora, estoy convencida de que la ruptura es una solución, si es lo que han decidido".*

PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA
(En el momento actual)

"… no se trata de convencerles, es una cuestión de tolerancia y respeto".

"… comprendes más las emociones de los otros, ya no es teoría, vivencias las tuyas y tienes una nueva realidad más empática, más vivencial…"

INFORMACIÓN SOBRE MEDIACIÓN	
PAREJAS DE ANTES	**PAREJAS DE AHORA**
Menos información de Mediación	Más información de Mediación
Vienen solos a Mediación	Vienen juntos a Mediación

TABLA XIV. Conocimiento de los usuarios de la mediación

¿Han observado, los mediadores, diferencias en las parejas que han usado la mediación, con el paso del tiempo?

El grupo de profesionales de la mediación nos manifiestan, que a lo largo de su trayectoria profesional con parejas que usan la mediación, han encontrado diferencias en relación a las que se separaron hace 15-20 años y las que lo han hecho más recientemente en los siguientes aspectos: **en primer lugar**, la **diferente información** con la que vienen a mediación. Los profesionales de la mediación informan que las parejas que acuden a mediación tienen más información sobre la mediación y sobre los temas de ruptura, conforme avanzan los años, es decir, las parejas vienen actualmente con más información que las que usaron la mediación hace años. Eso hace que ahora es más probable que acudan juntos a la primera sesión de mediación, cosa que antes era poco probable, algo que redunda en una mayor posibilidad de aceptar la mediación.

En segundo lugar, los profesionales mediadores dicen que se aprecia un **diferente concepto de familia, pareja y ruptura**, entre las parejas que usaron la mediación hace años (LD) y las que lo han hecho en los últimos años (CD), en que para los primeros están unidos, por lo que si la pareja se rompe, también lo hace la familia. Desde esta concepción, la

ruptura es lo peor que puede pasarle a una persona, la causante de la destrucción familiar y de los problemas de los hijos, llevando aparejado la pérdida del contacto y atribuciones respecto a los hijos de uno de los padres, generalmente el padre. Mientras que los del segundo grupo,

CONCEPTO FAMILIA, PAREJA Y RUPTURA	
PAREJAS DE ANTES	**PAREJAS DE AHORA**
Ruptura de pareja= Ruptura de familia=Pérdida de hijos	Pareja se rompe = Familia continúa = Responsabilidad compartida de los hijos
Dificultad para decidir	Decisión más clara y vista como solución
Hay más parejas casadas de mediana edad	Hay un incremento de personas mayores, de parejas de hecho y de divorciados
Relación entre separarse y quedarse embarazada	Descenso de parejas que se casaron embarazadas
Periodo largo entre pensar en separarse y tomar la decisión (duración del conflicto)	Periodo menos largo, (menor tiempo en conflicto)
Dureza, dramatismo y más coste	Dolor y superación, le cuesta pero entienden que ocurra
Distancia entre el mundo emocional de hombre y mujeres: los hombre "no disculpan" la infidelidad, no se separan si no tienen otra	Mundo emocional más cercano: Ambos "disculpan" la infidelidad, los hombres se separan aunque no exista otra relación, ha aumentado el número de mujeres que
relación, tener otra relación era una cuestión de hombres. solicitan sólo información en relación a los hijos	tienen relación con una tercera persona. solicitan más información relacionada con la pareja (más empatía)
Temor a efectos negativos de la separación sobre los hijos	Temor a perder la cotidianidad con los hijos (petición de custodia compartida)
Separación como problema.	Separación como solución: cada vez se ven más cosas positivas en la separación.

TABLA XV. Diferencias encontradas por los mediadores entre las parejas de antes y de ahora en los conceptos de familia, pareja y ruptura

parejas que se ha separado más recientemente (CD), suelen separar más fácilmente el binomio familia-pareja, tienen una visión menos dramática de la ruptura, menos culpabilizadora y se esfuerzan en mantener las relaciones en un ambiente de cierta cordialidad para favorecer el mantenimiento de las relaciones de los dos padres con los hijos, aunque su relación de pareja haya concluido.

En este apartado los mediadores han observado diferencias en lo referente al **mundo emocional de los dos sexos** en que no hay tanta distancia como antes la había. El mundo emocional del hombre y de la mujer estaba claramente delimitado y aspectos "consentidos" y hasta bien vistos para los hombres estaban vedados o eran motivo de reprobación social para las mujeres. Las parejas que se han separado más recientemente, a diferencia de las de hace varios años, tienen un mayor equilibrio en lo que respecta a motivar la ruptura por la existencia de otra relación, mientras que era poco pensable hace varios años el que fuera motivo en las mujeres.

En ese mismo orden de cosas, mientras que las mujeres perdonaban las infidelidades, en las parejas de hace años, la infidelidad femenina difícilmente podía ser olvidada por el hombre, mientras que en las parejas que se separan más recientemente ambos sexos, en función de sus características, no por el sexo, pueden por igual seguir con la relación aunque haya existido infidelidad. Además, los mediadores informan que actualmente los hombres también se separan sin necesitar la existencia de una nueva relación, algo impensable en las parejas de hace años. Finalmente, el cambio en el terreno emocional también se observa en que las parejas que se separan más recientemente incorporan una nueva preocupación, unida al hecho de separarse, que son las emociones propias y las del otro, cómo puede encontrarse el otro, demandando más información en lo referente a pareja, lo que parece indicarnos un aumento de la empatía, mientras que las parejas de antes, la información solicitada se refería a los hijos.

En tercer lugar, los cambios observados en **relación al proceso de mediación**, según las manifestaciones proporcionadas por los profesionales mediadores, informan que las negociaciones de proceso de mediación, de las parejas de LD, presentaban un mayor dramatismo interpretativo de la ruptura, escasa información de lo que es mediación e ideas muy claras

PROCESO DE NEGOCIACIÓN	
PAREJAS DE ANTES	PAREJAS DE AHORA
Pocas sesiones de negociación	Mayor número de sesiones de negociación
Más simplicidad a la hora de conseguir acuerdos porque los roles estaban más definidos	Roles más flexibles, más dificultad para alcanzar acuerdos
Negociaciones enturbiadas por la dureza y dramatismo pero más fácil de llevar para el mediador, los temas a tratar son más desconocidos por las partes	Tienen mucha información, por lo que las negociaciones son más difíciles, más largas e influencia de la familia extensa en los acuerdos por la necesidad de ayuda diaria
Grandes problemas para liquidar, casa e hijos estaban unidos y el uso no solía tener límites	La liquidación se plantea con menor dificultad, lo que hace que el uso sea provisional
La pensión de alimentos era como un pase de factura para el que se va	La pensión de alimentos es una aportación del padre y de la madre para los hijos
Respecto al documento de acuerdo, se quedaba con el documento inicial y casi no existían las renegociaciones	Ahora hay muchas más renegociaciones, ya que el documento de acuerdo se adapta a las situaciones cambiantes de las personas
Aumento de parejas que no llevan el documento de acuerdo al juzgado hasta que se cumpliese el plazo para divorciarse sin separarse previamente	Hasta hace poco los documentos de acuerdos se llevan al juzgado para divorciarse directamente. Ahora, con la crisis aumentado el no llevarlo al juzgado

TABLA XVI. Diferencias encontradas por los mediadores entre las parejas de antes y de ahora en la negociación

sobre los roles parentales establecidos, por lo que había menos motivo de discrepancia respecto a los hijos y esto hacia que el proceso fuera más fácil, aunque su carga emocional fuera alta.

Mientras que las parejas de CD presentan menor dramatismo interpretativo, una mayor capacidad negociadora, más información sobre mediación y más movilidad en cuanto a los roles parentales, que hacen más difícil y largo el proceso de mediación.

De hecho, en relación a los asuntos a negociar, la posibilidad legal de la custodia compartida hace que un gran número de parejas la solicite y, su relación con la pensión de alimentos y el uso del domicilio, complica

ASPECTOS DESTACADOS POR LOS PROFESIONALES MEDIADORES
Transmitir con claridad que es mediación
Resaltar el protagonismo de las partes
Cambiar la percepción del conflicto

TABLA XVII Aspectos destacados por los mediadores en el proceso de mediación

su resolución. Otros aspectos distintivos entre las parejas de antes y ahora son: la liquidación de la sociedad de gananciales, donde se puede observar una mayor predisposición, en las parejas de ahora, a liquidar lo antes posible e igualmente pasa con la pensión por desequilibrio económico, donde ni si quiera se solicita y si se hace se ajusta a la realidad de la pareja, equilibrando la cantidad y limitando el tiempo.

¿Qué priorizan los mediadores, del proceso de mediación, y qué aconsejan a los mediadores que empiezan?

En base a su experiencia profesional, los mediadores destacan como aspectos importantes el saber transmitir con claridad lo que es mediación a las personas que acuden a mediación. Es algo que parece fácil pero que suele presentar alguna complicación por la situación con la que las personas vienen a mediación, donde resulta difícil escuchar lo que se le

tiene que decir porque la intensidad emocional con la que se presentan en mediación disminuye su capacidad atencional en unos momentos en que resulta importante conocer qué es mediación para que puedan aceptar participar en el proceso(Bernal, Barba, López, Iglesias, 2009).

Otro aspecto que los mediadores consideran importante destacar es saber transmitir el protagonismo a las partes para que decidan sobre sus propios asuntos, evitando el consejo y el asesoramiento. Esto, que es fácil decirlo, es muy difícil hacerlo, ya que cuanto mayor es la experiencia

profesional de origen más difícil es evitar ofrecer la solución al problema, lo que el profesional cree que es la mejor solución para salir del conflicto. Por eso, una de los consejos de los mediadores es evitar el intervenir. El tercer aspecto señalado por los mediadores, es el saber situar a las personas, que vienen enfrentadas, de manera que puedan percibirse en el mismo lado de la mesa y dirijan la mirada hacia un objetivo común, cambiando su percepción del conflicto.

De las sugerencias ofrecidas por el grupo de profesionales de la mediación entrevistados, después de las reflexiones llevadas a cabo en esta sesión de trabajo y fruto de su experiencia profesional, todo el grupo destaca la importancia de la formación continuada en mediación, una formación que cuide la parte personal del mediador. También destacan el desgaste que esta actividad profesional produce y la necesidad de cuidar el

aspecto emocional del mediador, ya que de la misma forma que los mediadores percibimos el estado emocional en que se encuentran las parejas, éstas perciben también cómo nos encontramos los mediadores

.

Además del valor prioritario dado a la formación, los aspectos más valorados como necesarios para el mediador son: la **flexibilidad mental**, importante para comprender cómo se sienten las personas, el valor que les dan a su forma peculiar de entender las situaciones, la capacidad de escucharlos, de entender su verdad, la lógica de sus deducciones, sin asombros ni suspicacias, es decir, todos aquellos procesos que componen la empatía. El **no implicarse en la historia** de personas que experimentan emociones intensas situacionales, ya que la historia la conforman dos versiones distintas y para mantener la imparcialidad es necesario no decantarse hacia ningún lado. Finalmente, este grupo de profesionales destaca, como sugerencia a los mediadores que empiezan, el uso de la **sinceridad**, entendiendo como tal, el ser auténtico a la hora de transmitir lo que se quiere transmitir a las parejas, lo que tiene que decirle, porque si el mediador lo cree, las personas también lo hacen.

REFLEXIONES, COMENTARIOS Y CONCLUSIONES

"No son las cosas las que nos afectan sino la manera en la que las interpretamos"
Ellis y Grieger, 1981

El conocimiento científico no puede basarse solo en la razón, sino que es una combinación de la razón y de la emoción (Tiezzi, 2006), desde esta perspectiva, este trabajo muestra nuestra inclinación por un enfoque basado en las personas, en la importancia que ellas dan a los hechos, en su percepción subjetiva, en definitiva en "su realidad", porque partiendo de esa realidad podemos comprenderlas mejor. Un enfoque basado en

nuestra práctica profesional y orientado a un deseo de ampliar la comprensión de lo que acontece a las personas en esta situación emocional para que el acompañamiento sea más efectivo y productivo, tanto desde el punto de vista de alcanzar acuerdos consensuados como de reducir el impacto emocional de lo acontecido. Este mayor conocimiento de las personas con las que trabajamos, unido con la necesidad del autoconocimiento, propicia el desarrollo de la comprensión sobre la evaluación necesaria para conseguir la confianza de las personas en el mediador y en el proceso de mediación. Una confianza que revierte en los propios interesados y que propicia su participación activa en el proceso, haciendo que cambie la intervención de los profesionales mediadores (Bernal, 2012).

El contexto en el que está situado el trabajo es el mundo de las relaciones de pareja, un mundo interesante y complejo, que se complica aún más cuando, una de las partes, en general, decide dar por finalizada la relación y la otra se resiste a ello. Aquí las emociones surgen con gran virulencia, incluso en aquellas parejas en las que las emociones parecía que ya se hubieran apagado y es entonces cuando acuden a mediación, entran en contacto con el mediador, que les acompaña en todo el proceso hasta alcanzar acuerdos que les parezcan aceptables. Más de 20 años trabajando en mediación nos ha proporcionado una mirada larga y profunda del proceso interactivo de la pareja, que nos ha llevado a reflexionar sobre los cambios ocurridos en el transcurso de estos años en nuestro panorama social y cómo esos cambios han introducido modificaciones en la manera en que las parejas abordan esta situación difícil que es la ruptura. Nuestra reflexión se ha extendido a los mediadores y cómo el paso del tiempo, la experiencia acumulada y el contacto constante con parejas que terminan su relación, han hecho mella en comprender el mundo de la ruptura, motivando cambios en la práctica profesional.

Para comprender una situación tan compleja como la ruptura y

la intervención mediadora en ella, nos hemos acercado con sumo cuidado y mucho respeto, preguntando a personas usuarias de la mediación y a profesionales que trabajamos como mediadores para que nos den sus percepciones de cómo han vivido esta situación difícil, en el caso de los primeros y cómo han interpretado e interpretan esta situación los mediadores desde su práctica profesional. Las preguntas se han realizado en un ambiente relajado y propicio para el diálogo y donde ha sido evidente la gratitud de todos los participantes por su contacto con el mundo de la mediación desde la doble perspectiva de usuarios y mediadores. De las preguntas que nos hemos hecho en esta investigación nos planteamos varios objetivos: 1.- Conocer el impacto y la repercusión de la ruptura en parejas que han usado la mediación en tiempos distintos, 2.- Conocer la percepción de los profesionales de la mediación y el impacto en su actuación profesional, 3.- Conocer la valoración de la mediación y sugerencias de usuarios y mediadores para una mejora social. Del análisis realizado de los dos grupos de participantes vamos a compartir algunas reflexiones y comentarios, que no están cerrados y que deseamos seguir desarrollando en un futuro próximo.

¿Cuál ha sido el impacto de la ruptura en las personas que han utilizado el programa de mediación y cuáles sus repercusiones?

La ruptura, tal y como aparece en la literatura científica, es un estresor de los más duros de abordar de la vida de las personas (Kaslow, 1986) y los usuarios que han participado en este estudio, tanto los que se separaron hace años como los que lo han hecho más recientemente, manifiestan que este acontecimiento significó un cambio en sus vidas, un hito vivido con emociones intensas y que supuso un antes y un después en sus vidas. Junto con este reconocimiento de impacto negativo expresado con emociones de tristeza, duda, culpa, temor, ansiedad, también mencionan emociones positivas de liberación, alivio y tranquilidad, que muestran la ambivalencia emocional ante el acontecimiento de ruptura.

Sin embargo este evento se inscribe dentro de la categoría de las llamadas crisis de desarrollo, es decir que es una situación que puede producirse en el desarrollo de la vida de las personas y que superada adecuadamente facilita el crecimiento (Pittman, 1990). Desde esta óptica, creemos que según la manera en que se interprete este acontecimiento, así será el impacto emocional resultante, cuando en realidad la idea errónea extendida es que los acontecimientos y las personas generan nuestras emociones, porque no somos conscientes del papel que juega la propia interpretación en la generación de las emociones, al pasar con mucha rapidez, ni nos damos cuenta de que somos nosotros los que las generamos mediante lo que nos decimos a nosotros mismos acerca de las cosas y de las personas (Ellis y Grieger ,1981). Por eso el mundo de las emociones en su triple vertiente nos ha ofrecido un panorama para conocer cómo las personas abordan la situación de ruptura y nos brinda la oportunidad de comprenderlos mejor, relacionando la emoción que dicen sentir, los autodiálogos que pasan por su cabeza y lo que nos dicen que hacen en esa situación. A través de las manifestaciones de las personas entrevistadas hemos visto que, aunque el impacto de la ruptura es interpretado en general de forma negativa, apreciamos diferencias entre las personas que se separaron hace años de las que lo hicieron más recientemente. Las primeras lo vivieron con un mayor dramatismo, permaneciendo más tiempo con la duda de dar este paso o no, manteniendo el conflicto con el consiguiente efecto en sus vidas y en las de todos los miembros de la familia, y las personas que se separaron más recientemente, aunque el impacto también lo valoraron de manera negativa, salieron con menos dificultad de esta situación difícil.

Aunque el acontecimiento *"dejar la relación"* ha tenido un fuerte impacto emocional, las personas entrevistadas informan que la repercusión a **nivel personal** ha resultado beneficiosa influyendo positivamente en sus vidas, mejorando su calidad de vida, aunque las personas que se han separado hace años presentan dudas respecto a la decisión tomada en su día, dudas menos manifestadas por las

personas que su separación se ha realizado más recientemente. Este doble efecto de calidad de vida y dudas en la decisión distingue a los dos grupos, observando un significado diferente en la mejora de la calidad de vida mencionada, en las de LD la repercusión positiva se traduce en una vida más tranquila, en un menor sufrimiento, junto con sentimientos de soledad, mientras que las personas que se separaron más recientemente, la repercusión positiva se experimenta con plenitud porque no aparece la duda respecto a la decisión tomada.

En cuando a las repercusiones en el **área socia**l si podemos observar diferencias claras entre un grupo y otro, las personas del grupo de LD manifiestan que el peso del contexto social ha sido un agravante para llevar a cabo la decisión de separarse, que la vida sin pareja ha supuesto inconvenientes difíciles porque se han sentido estigmatizadas, con muchas dificultades para mantener la decisión, mientras que las de CD no presentan este tipo de dificultad y en los casos que aparece es mucho menor la intensidad y el número de personas que les ha ocurrido. En las entrevistas individuales, las diferencias están en la misma línea presentada por los grupos de referencia, las que se han separado hace más tiempo no han tenido ningún apoyo en los momentos difíciles por los que han pasado y sus intentos de salir adelante se han visto boicoteados por la mirada social imperante.

La repercusión de la ruptura en **los hijos**, pese a ser una de las preocupaciones manifestadas por una mayoría de las personas que se han separado recientemente, el 81% dice tener una relación excelente con sus hijos, no viendo cumplidos sus temores y apreciando una gran madurez en ellos y adaptados perfectamente a la nueva vida. De igual manera, el 72% de los de LD también hacen manifestaciones en el mismo sentido, aunque la ruptura haya sido más complicada. En las personas entrevistadas individualmente, las que se separaron hace años, y las que lo han hecho más recientemente, con independencia

del mayor o menor coste emocional, expresan que la relación con los hijos ha mantenido la calidad o, en algunos casos la ha mejorado. En definitiva, las personas que han usado la mediación en tiempos distintos, nos informan que la ruptura ha constituido un acontecimiento duro y difícil aunque la repercusión en sus vidas y en sus hijos ha resultado positiva. Las diferencias entre los dos grupos de estudio nos aportan información sobre aspectos que parecen amortiguar ese impacto de la ruptura:

El momento social en el que se produce la ruptura.- las diferencias presentadas por los dos grupos de LD y CD nos dan información de que según sea el momento en el que tiene lugar la ruptura, así se interpretan y así la viven las personas entrevistadas. Si hace años la ruptura era considerada como mala, perjudicial y socialmente mal vista, los que pasaban por esta situación tenían una dificultad mayor que se les añadía al coste emocional que toda ruptura conlleva. Así lo manifiestan las personas de la muestra que se separaron hace años y que nos informan de su sufrimiento por no poder contar con el apoyo de nadie, viéndose cuestionadas por una sociedad que penaliza el hecho de decidir dejar la convivencia. Ni la familia, ni los amigos, ni los hijos, ni tampoco la LEY comprendían esta decisión y la ocultación del acontecimiento enturbiaba más el panorama de las personas que entraban en el "t*únel"* del divorcio: *"era una situación machacante… quería separarme pero no tenía fuerzas. No me sentía apoyada por nadie, ni por mi propia familia, ni por mi madre… nadie me animaba a decir adelante…. Lo pasé muy mal, fue muy difícil pero lo peor fue el no tener apoyo de nadie, pensaba que estaba haciendo una barbaridad, me sentía cuestionada por todos".*

Los mediadores también nos informan, que las parejas que se separaron hace más tiempo, presentaban diferencias con las que lo han hecho más recientemente en línea con este influjo social, las primeras mantenían el binomio familia y pareja, por lo que si la pareja se rompía, la

familia también y la ruptura era interpretada como lo peor que le puede ocurrir a uno con el consiguiente efecto dañino en los hijos. Estas parejas también presentaban más dificultades para la toma de decisión, hecho confirmado, tanto por la información obtenida cuando las parejas vinieron a separarse a mediación, como por la ofrecida en las entrevistas objeto de esta investigación, donde las personas de LD necesitan más tiempo para tomar la decisión, lo cual hace que se mantengan en conflicto mucho tiempo, con el resultante desgaste emocional y el efecto en todo el sistema familiar. Las parejas que se han separado más recientemente se han encontrado con un contexto social más permisivo donde la decisión de separarse no estaba penalizada y han podido tomar la decisión con menos presión, empezando a diferenciar pareja y familia y donde la ruptura se ve como una solución a las dificultades de relación, a un derecho de la persona a ser feliz sin darle valor de fracaso del proyecto de vida, manifestaciones apoyadas también por las informaciones de los mediadores.

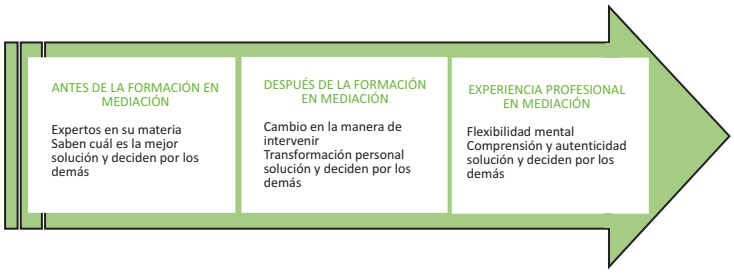
Calidad de las emociones.- La relación entre emoción, cognición y conducta, y la manera de acompañarse unas emociones con otras, dan un perfil emocional distinto entre un grupo y otro. La emoción que más mencionan las personas entrevistadas de los dos grupos es la tristeza, pero no es igual en los dos, ya que la tristeza puede ser adaptativa o desadaptativa y depende del contexto y del contenido de la tristeza, por eso, no tiene el mismo significado en un grupo que en otro. No es lo mismo la tristeza y la depresión, que es lo que se puede observar en el grupo de LD, la tristeza, que aparece tanto en el conjunto de emociones positivas y negativas, como entre las de signo negativo, lo que se observa es dolor, el sentirse herido o destrozado, acompañado de cogniciones de desesperanza, soledad y asombro negativo ante la noticia, que dan como resultado un mantenimiento de la tristeza al no asumir la pérdida, que lo que hacen es prolongar el sufrimiento. Finalmente se completa con una retirada pasiva, de abandono y conductas de lamentaciones, lloros y quejas: *"no voy a poder vivir sin ella"*, *"la vida no tiene sentido"*, *"quiero morirme para no sufrir"*, seguidas por conductas de lloros y lamentaciones

que realimentan la emoción. Estas cogniciones no se parecen a las que presentan las personas del grupo de CD y que también acompañan a la misma emoción de tristeza, si se tienen en cuenta las emociones negativas: *"Se me cae el cielo encima pero tengo que ir para adelante", "Te tienes que hacer la fuerte", "Esto es muy duro pero seguro que saldré adelante"*, seguidas por conductas tendentes a buscar alternativas para encontrarse bien, consensuar con el otro padre o madre lo relativo a sus hijos e ir a mediación.

Otro aspecto interesante a destacar en el tema emocional es el diferente acompañamiento que tiene la tristeza, con otras emociones que le dan un matiz distinto a cada uno de los grupos. En las personas de LD, **la tristeza** va acompañada por **la duda** y por cogniciones de temor a romper el esquema de vida y de familia ideal, dudas sobre la decisión que afianzan el sufrimiento al estar sumidas en un conflicto que dura, en ocasiones, varios años y por la sorpresa negativa ante la decisión del otro, seguidas por conductas tendentes a centrarse y a ocuparse de los hijos para evitar pensar. A pesar de este panorama emocional negativo, **la emoción liberación, alivio y tranquilidad,** presentes en una parte de este grupo, abre una ventana para que en la actualidad, después de pasar un tiempo desde la ruptura, las personas consideren que su decisión fue acertada y se sientan tranquilas y aliviadas. En el grupo de CD, **la tristeza** parece estar mejor asumida, y seguida por autodiálogos de afrontamiento, de encontrarse con fuerzas para salir adelante, haciendo frente al dolor. Esta emoción está acompañada por **el temor** a perder el contacto con los hijos, emoción que no es de extrañar por el cambio ocurrido en la familia española, donde las relaciones entre las parejas es más igualitaria, cambiando también las relaciones entre padres varones e hijos, siendo esta más frecuente y cotidiana por lo que la ruptura podría hacer perder este logro alcanzado.

La utilización de la mediación.- Aunque hemos observado diferencias entre las personas que se han separado hace años de las que

lo han hecho más recientemente, todas ellas valoran altamente la mediación, tanto en relación a su paso por ella como por los resultados obtenidos. Las ventajas más destacadas, entre los que se separaron hace años (LD), se refieren al beneficio de encontrar a una persona imparcial para disminuir el conflicto, equilibrar las emociones y ayudarles a mantener la comunicación y el contacto con los hijos, opiniones secundadas por las personas entrevistadas individualmente con frases como *"hablar con una persona imparcial ha facilitado el acuerdo, entre nosotros hubiera sido imposible", "si hubiéramos ido antes a mediación nos hubiera reducido mucho los conflictos y el desgaste emocional" "ha sido beneficioso para mis hijos, tienen una buena relación conmigo y con su padre","me ayudó a establecer una comunicación que ya estaba rota y eso me parece que es importante"*. Las ventajas mencionadas por las personas que se han separado más recientemente también hacen hincapié como favorecedora del diálogo, del trato igualitario, de equilibrar emociones y disminuir el conflicto: *"La mediación ha sido una experiencia muy positiva", "me ha aportado una nueva valoración" "ha sido fundamental porque si no llegamos a utilizar la mediación, tal y como estaban las cosas, hubiera sido un auténtico debacle", " la mediación ha*



hecho que no aparezcan situaciones de tensión que, con el alto nivel emocional, podría haber hecho cosas que luego te arrepientas". Estas manifestaciones de las personas que se han separado usando la mediación nos sugieren que la mediación supone uno de los elementos amortiguadores del impacto de la ruptura en las personas.

¿Cómo perciben los mediadores la ruptura y cuál es el impacto en su actuación profesional?

Las informaciones dadas por los mediadores nos muestran que la interpretación de la situación de "dejar la convivencia" y por tanto de percibir a las personas que toman esta decisión, ha ido cambiando con el paso del tiempo en función de dos aspectos mencionados por ellos, la formación en mediación y la experiencia profesional. Comentan que la formación en mediación constituyó un antes y un después, y que no sólo

	PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA	PERCEPCIÓN DE LAS PERSONAS QUE ROMPEN	AUTOPERCEPCIÓN
ANTES DE LA FORMACIÓN	Conflicto negativo como fracaso al proyecto común	Necesitados de ayuda	Expertos en su materia, que saben cuál es la mejor solución.
DESPUÉS DE LA FORMACIÓN	Una posible elección con solución	Autosuficientes que toman decisiones	Cambio en la manera de intervenir y transformación personal
EN LA ACTUALIDAD	Una percepción positiva	Valientes, decididos	Mayor comprensión, autenticidad y flexibilidad mental.

cambió su concepción de la ruptura, sino que su propia vida personal también fue influida por este acontecimiento, dándole una nueva óptica al percibirla, viendo influenciada su actuación profesional por la forma de pensar sobre la situación en la que intervienen, y cómo esta reinterpretación está a su vez marcada por el contexto social.

El cambio progresivo experimentado por los mediadores sobre la forma de interpretar la ruptura, sigue un camino similar a la de los usuarios: **antes de la formación** consideraban la ruptura, como un acontecimiento negativo y dramático o como un asunto legal, estando influida por la profesión de origen y a los usuarios como personas necesitadas de ayuda, receptores pasivos del saber de los profesionales, considerándolos como

personas que no están en condiciones de saber lo que quieren, y mediatizados por sus emociones; **después de la formación en mediación**, perciben la ruptura de manera positiva y desean hacer ver a las personas que se separan esta positividad, se esfuerzan en que no sufran, quieren que entiendan la inutilidad del sufrimiento y más tarde, **en la actualidad**, con la experiencia mediadora, la ruptura la ven como solución a una situación dura y difícil, siendo más realistas, considerando a los usuarios personas valientes y con poder suficiente para resolver sus problemas y elegir cómo hacerlo.

El cambio que se opera en los mediadores a través de la formación en mediación hace que su interpretación de la ruptura cambie y también lo hace su intervención profesional. La experiencia profesional consolidada aumenta su capacidad comprensiva e introduce cambios en su práctica profesional, dando a las emociones de las personas que se separan un valor situacional que no les impide hacerse cargo de sus propios acuerdos. Por lo tanto, según la manera en que los profesionales de la mediación entiendan la ruptura, así será su actuación profesional, y esa manera de actuar influirá sobre los usuarios, favoreciendo o entorpeciendo el impacto emocional (Bernal, 2008)

¿Cómo valoran la mediación y qué sugerencias hacen los usuarios y los mediadores?

Los criterios para evaluar el éxito de la mediación pueden referirse en función de los resultados obtenidos a corto o a largo plazo. Los resultados a corto plazo se refieren al grado de satisfacción de las personas con el proceso y con los acuerdos obtenidos, mientras que el cumplimiento de los de acuerdos solo puede ser medido a largo plazo, un cierto tiempo después de finalizar la mediación, (Pruitt y Carnevale, 1993; Pruitt, 1990). En relación al criterio de satisfacción resulta útil distinguir la satisfacción con el acuerdo de la satisfacción con el proceso (Serrano, 2008), aunque las personas que han usado la mediación y han participado en este estudio

valoran altamente su paso por la mediación y manifiestan estar muy satisfechas, tanto con el proceso en sí, como por el resultado obtenido, destacando el efecto beneficioso al descender el conflicto, equilibrar emociones, favorecer el diálogo y mantener la relación con sus hijos, tal y como indican las siguientes manifestaciones: *"Se restó la conflictividad entre nosotros y se suavizaron las emociones negativas", "Para mí la mediación fue el único enclave sólido para no desmoronarme", "Pudimos mantener la comunicación…".*

En lo que respecta al cumplimiento de los acuerdos, las parejas que han participado en este estudio dicen seguir manteniendo los acuerdos alcanzados en su día o los que, en una renegociación posterior, acordaron para sustituir a los acuerdos iniciales y eso que para las personas que pertenecen al grupo de LD han pasado entre 15-20 años desde que llevaron a cabo la mediación. Indudablemente, el que las personas estén satisfechas con la mediación y además que les parezca que el acuerdo es justo son buenos predictores para el mantenimiento de los acuerdos (McGillicuddy y otros, 1996).

Respecto a la valoración de la mediación, por parte de los mediadores, todo el grupo señala el beneficio obtenido en la formación en mediación, atribuyendo a ésta la capacidad para cambiar su filosofía de vida y la repercusión personal de todos los valores propuestos desde la mediación. Lo que más destacan los mediadores es el beneficio del conocimiento de las propias emociones para cambiar aspectos personales que dificultaban su relación con los demás y la repercusión de ese

En función de estas reflexiones quisiéramos presentar las siguientes conclusiones:

1. La ruptura es un acontecimiento de los más duros que se le pueden presentar a los seres humanos.

2. Las emociones se relacionan con la manera de pensar y de actuar.

3. Las emociones ocupan un lugar destacado en el proceso de mediación y están influenciadas por el contexto social (socialización de las emociones)

4. Dada la estrecha relación entre el mediador y las partes, para que cambien los usuarios tienen que cambiar primero los mediadores

5. Importancia de la formación del mediador en el aspecto emocional y en el cambio de chip, además de necesitar formación continuada.

6. El beneficio de la mediación para: disminuir la intensidad de las emociones, cambiar actitudes e ideas equivocadas sobre ruptura, pareja y familia, facilitar la continuidad de la relación con los hijos, además del hecho de conseguir acuerdos.

autoconocimiento para comprender mejor a las personas que atienden en mediación. Al mismo tiempo han aprendido a saber transmitir la información, a escuchar activamente, a impulsar la participación de las personas, evitando la intervención y poder acompañar a las personas para que puedan cambiar su percepción del conflicto.

En cuanto a las **sugerencias dadas** por usuarios y mediadores, tenemos que las personas que se han separado concuerdan en aconsejar a aquellas que van a pasar por esta experiencia que se separen sin esperar mucho tiempo, que si lo tienen claro que no lo retrasen y que lo hagan pacíficamente a través de la mediación porque a ellos les ha funcionado. La frase más repetida ha sido: *"Sepárate cuanto antes, es*

difícil pero merece la pena y ve a mediación". Mientras que los mediadores lo que aconsejan a los profesionales que van a introducirse en el mundo de la mediación es una formación continuada en mediación y la incorporación, junto con las materias de contenido, del conocimiento personal del mediador, de su mundo emocional, de conseguir un mejor equilibrio entre la razón y la emoción, ya que la mediación puede generar un desgaste importante porque las emociones con las que trabajamos pueden condicionarnos en nuestra propia vida personal e influir en el proceso de mediación en el que estamos interviniendo (Bernal, 2012).

Quisiéramos terminar este trabajo resaltando:

El valor de las emociones en el proceso de mediación y por tanto la necesidad de tenerlas en cuenta en el proceso de formación de los futuros mediadores. La experiencia obtenida, en la formación de mediadores nos lleva a considerar que una formación centrada en contenidos garantiza la realización de un buen proceso, pero no herramientas para trabajar con situaciones interpersonales difíciles. El conocimiento y manejo de las emociones de las partes en conflicto y la preparación emocional del mediador pasan a ser uno de los pilares para la formación del mediador, junto con todas aquellas habilidades que se desprenden de este bagaje emocional (Bernal, 2000-2011; 2012).

La estrecha relación entre las partes y el mediador para el éxito de la mediación, tal y como el modelo de Competencia muestra (Bernal y colb., 1990-2011), nos da un camino para seguir estudiando los efectos de esta interacción. Las manifestaciones recogidas en esta investigación de los participantes, usuarios y mediadores nos ofrecen una valoración compartida sobre el beneficio de la mediación para las personas que están en conflicto como para los mediadores que trabajan con el conflicto.

ANEXOS

ANEXO I.

MUESTRA DE PARTICIPANTES: USUARIOS Y MEDIADORES

PARTICIPANTES		
USUARIOS 62		MEDIADORES 13
LD 29	HOMBRES 9 MUJERES 20	5 HOMBRES Y 8 MUJERES PROFESIÓN DE ORIGEN: ABOGADOS Y PSICÓLOGOS FORMACIÓN: CURSO DE EXPERTO EN MEDIACIÓN: MODELO DE COMPETENCIA 250 HORAS (50h. prácticas) EXPERIENCIA MEDIA EN MEDIACIÓN:10 AÑOS
CD 29	HOMBRES 15 MUJERES 14	

	REUNIONES		
	GRUPO DE USUARIOS	ENTREVISTAS INDIVIDUALES	MEDIADORES
LD	4	2	1
CD	5	2	
Duración	3 – 4 horas	2 horas	4 horas
Entrevistadores-mediadores	3-4	2	3-4
Método de recogida de datos:	Grabadora y hoja de registro		Grabadora, video y hoja de registro

LUGAR DE LAS REUNIONES Y ENTREVISTAS

ANEXO II.

CUESTIONARIO SOLICITANTE Y PAREJA DEL SOLICITANTE

Nº de carpeta

DATOS PERSONALES SOLICIT.

¿Cómo conoció el servicio de Mediación?

M.C.	C. Público	C. Privado	Usuarios	Otros

.....

Edad.....Sexo.....Estado Civil.....Profesión.....

Puesto de trabajo.....Horario.....

Estudios.....Ingresos anuales.....

¿Qué piensa de la Mediación?

.....

.....

¿Qué espera recibir aquí?

.....

.....

Años de convivencia.....

Edades al comienzo del matrimonio/convivencia

ÉL..... ELLA..... SÍ / NO

Años de convivencia previa.....

Años de noviazgo.....

Vida Social

_____

_____

_____

Hijos

Edad												
Sexo												

Otras personas que vivan en el domicilio: Sí ___ Quién / No

Grado de sentimientos negativos respecto a la separación

Antes	Después

Expectativas de conflicto ante la separación

Antes	Después

Opinión sobre:

Familia.....

Pareja.....

Separación.....

Tipo de problema

Comunicación ☐ Relaciones sexuales ☐ Domésticas ☐ Otros ☐ .....

Relación hijos ☐ Relación familiares amigos ☐ Estilo de vida ☐

Grado subjetivo de conflictividad percibido en su relación en los últimos meses de convivencia

Ningún Problema	muy pocos problemas	pocos problemas	algunos problemas	bastantes problemas	muchos problemas	muchísimos problemas
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Cuánto tiempo hace desde la ruptura _____ Quién propuso romper: VD ☐ EL OTRO ☐ AMBOS ☐

Decisión — Firme / Dudosa

Estaban de acuerdo los dos con la propuesta

SÍ ☐

* No quiere, aunque cree que es lo mejor ☐
* Es una solución ☐
* No se aguantan, incompatibles ☐
* Desencanto, desamor por ambas partes ☐
* Ya no la / lo quiere ☐
* Otros ☐

NO ☐

* La / lo quiere ☐
* Soledad, miedo al futuro ☐
* No toma en serio la decisión ☐
* Comodidad del otro ☐
* No sabe romper ☐
* Cree que hay solución ☐
* Por principio ☐
* Otros ☐

Tiene actualmente nueva pareja

☐ Sí _____ Convive actualmente con ella — Sí / No

☐ No

Causa real de la ruptura:

* Incompatibilidad de caracteres ☐
* Falta de Comunicación ☐
* Conductas agresivas ☐
* Conductas adictivas ☐
* Otra persona ☐
* Diferentes expectativas de vida ☐
* Desamor ☐
* Otros ☐

Tiempo transcurrido entre pensar en la separación y llevarla a cabo

.....

¿Hubo reconciliaciones?

SÍ ☐ NO ☐

¿Ha consultado un abogado antes de venir a este centro? SÍ ☐ NO ☐

Problemas que le preocupen unidos a la ruptura:

- Hijos ☐
- Económicos ☐
- Situación afectiva propia ☐
- Situación afectiva del otro ☐
- Preocupación por el futuro ☐
- Ninguno ☐
- Otros ☐

¿Ha dejado alguno de Uds. el domicilio conyugal?

SÍ ☐ NO ☐ — ÉL ☐ ELLA ☐

¿Comenta sus problemas de ruptura con algún familiar o amigo?

SÍ ☐ NO ☐

¿Quién?..... ¿Estaría interesado en venir aquí? SÍ ☐ NO ☐

Copyright © Bernal, 1990

DATOS PERSONALES PAREJA E

¿Cómo conoció el servicio de Mediación?

M.C.	C. Público	C. Privado	Usuarios	Otros

Edad.....Sexo.....Estado Civil.....Profesión.....

Puesto de trabajo.....Horario.....

Estudios.....Ingresos anuales.....

¿Qué piensa de la Mediación?

.....

.....

¿Qué espera recibir aquí?

.....

.....

Grado de sentimientos negativos respecto a la separación

Antes	Después

Expectativas de conflicto ante la separación

Antes	Después

Opinión sobre:

Familia.....

Pareja.....

Separación.....

Tipo de problema

Comunicación ☐ Relaciones sexuales ☐ Domésticas ☐ Otros .....

Relación hijos ☐ Relación familiares amigos ☐ Estilo de vida ☐

Grado subjetivo de conflictividad percibido en su relación en los últimos meses de convivencia

Ningún Problema	muy pocos problemas	pocos problemas	algunos problemas	bastantes problemas	muchos problemas	muchísimos problemas
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Cuánto tiempo hace desde la ruptura _____ Quién propuso romper: VD ☐ EL OTRO ☐ AMBOS ☐

Decisión — Firme / Dudosa

Estaban de acuerdo los dos con la propuesta

SÍ ☐

* No quiere, aunque cree que es lo mejor ☐
* Es una solución ☐
* No se aguantan, incompatibles ☐
* Desencanto, desamor por ambas partes ☐
* Ya no la / lo quiere ☐
* Otros ☐

NO ☐

* La / lo quiere ☐
* Soledad, miedo al futuro ☐
* No toma en serio la decisión ☐
* Comodidad del otro ☐
* No sabe romper ☐
* Cree que hay solución ☐
* Por principio ☐
* Otros ☐

Tiene actualmente nueva pareja

Sí ☐ _____ Convive actualmente con ella — Sí / No

No ☐

Causa real de la ruptura:

* Incompatibilidad de caracteres ☐
* Falta de Comunicación ☐
* Conductas agresivas ☐
* Conductas adictivas ☐
* Otra persona ☐
* Diferentes expectativas de vida ☐
* Desamor ☐

Tiempo transcurrido entre pensar en la separación y llevarla a cabo

.....

¿Hubo reconciliaciones?

☐ SÍ ☐ NO

¿Ha consultado un abogado antes de venir a este centro? SÍ ☐ NO ☐

Problemas que le preocupen unidos a la ruptura:

- Hijos ☐
- Económicos ☐
- Situación afectiva propia ☐
- Situación afectiva del otro ☐
- Preocupación por el futuro ☐
- Ninguno ☐
- Otros ☐

¿Ha dejado alguno de Uds. el domicilio conyugal?

SÍ ☐ NO ☐ — ÉL ☐ ELLA ☐

¿Comenta sus problemas de ruptura con algún familiar o amigo?

SÍ ☐ NO ☐

¿Quién?..... ¿Estaría interesado en venir aquí? SÍ ☐ NO ☐

ANEXO III.

ENTREVISTA DE LOS PARTICIPANTES USUARIOS

ENTREVISTA GRUPAL DE USUARIOS		
	OBJETIVO	PREGUNTA
APERTURA	Obtener información sobre las ideas generales que tienen a cerca de los cambios ocurridos en el momento de la ruptura	Después de todos estos años, ¿podríais decirnos qué significó la ruptura paravosotros, cúando se produjo?
PERCEPCIÓN DEL CAMBIO	Adquirir qué idea va asociada con los cambios ocurridos en la ruptura a nivel cognitivo, emocional y conductual	¿Cómo os sentisteis ante este cambio, qué pensasteis, qué hicisteis?
REPERCUSIONES DEL CAMBIO	Observar cuáles son las repercusiones que han percibido después de la ruptura en la vida personal, familiar y social	¿Qué repercusiones ha tenido este a contecimiento en tu vida personal, familiar, social?
SUGERENCIAS PARA LAS PERSONAS QUE SE VAN A SEPARAR	Recoger lo que le dirían a otra persona que estuviera en su lugar, después de la experiencia vivida y el tiempo transcurrido	¿Qué aconsejarías a una persona que está pensando en separarse?
REFLEXIONES	Alcanzar una visión general de lo que para ellos supuso el paso por la mediación	¿Podíais decirnos qué ha significado para vosotros usar la mediación?

ANEXO IV.

HOJA DE RECOGIDA DE INFORMACIÓN PARA LAS ENTREVISTAS GRUPALES E INDIVIDUALES DE USUARIOS

Nombre: Fecha

APERTURA

PERCEPCIÓN DEL CAMBIO

EMOCIÓN	COGNICIÓN	CONDUCTA

PERCEPCIÓN DEL CAMBIO

YO	HIJOS	SOCIO-FAMILIAR

¿QUÉ LE DIRÍAS A UNA PERSONA QUE SE VA A SEPARAR?

¿QUÉ SIGNIFICÓ USAR LA MEDIACIÓN?

ANEXO V.

ENTREVISTA DE LOS PARTICIPANTES MEDIADORES

ENTREVISTA GRUPAL DE PROFESIONALES DE LA MEDIACIÓN		
	OBJETIVO	PREGUNTA
CAMBIOS EN LA PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA CON EL PASO DEL TIEMPO	Obtener información de la diferente interpretación del concepto de ruptura para los profesionales, en función de la formación y su experiencia mediadora	¿Ha habido cambios con el paso del tiempo en la apreciación de la ruptura por los mediadores, antes de la formación en mediación, después de la formación y en la actualidad?
DIFERENCIAS EN LAS PAREJAS QUE HAN USADO LA MEDIACIÓN	Observar las diferencias en las parejas que han usado la mediación en tiempos distintos	¿Qué diferencias has notado en las parejas que han usado la mediación, con el paso del tiempo?
ASPECTOS A DESTACAR DEL PROCESO DE MEDIACIÓN	Obtener la información más destacada que como profesionales les gustaría ofrecer a aquellas personas que desconocen la mediación	¿Qué destacarías del proceso de mediación a unas personas que van a iniciar el Programa de mediación?
SUGERENCIAS PARA LOS MEDIADORES QUE EMPIEZAN SU ACTUACIÓN PROFESIONAL	Recoger lo que les dirían a los profesionales que van a comenzar su actividad mediadora	Consejos de un mediador experto a uno que va a empezar.

ANEXO VI.

HOJA DE REGISTRO PARA LA ENTREVISTA GRUPAL DE MEDIADORES

Nombre: Fecha

¿Has apreciado cambios con el paso del tiempo en el significado de la ruptura de pareja?

¿Qué diferencias has notado trabajando con las parejas que atendías hace más años y tus últimas intervenciones?

¿Qué consejos darías como mediador experto a uno que va a empezar?

¿Qué destacarías del proceso de mediación (global) a unas personas que van a iniciar el Programa?

OBSERVACIONES:

ANEXO VII.

RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE RECEPCIÓN. GRUPOS DE PARTICIPANTES USUARIOS (LD Y CD)

	LD	CD
Solicitantes	66	58
Parejas de solicitante	34	42
Conocimiento de la mediación		
Medios de comunicación	76	3
Usuarios	17	57
Centros públicos	3,5	16,5
Centros privados	3,5	23,5
Sexo		
Hombre	34,5	48,6
Mujer	65,5	51,4
Edad		
< 30	7	9
30 a <35	14	15
35 a <40	31	23
40 a <45	31	20
45 a <50	10	18
50 a 55	7	12
>55	--	3
Estado		
Solteros	0	16
Casados	100	78
Divorciados	0	6
Profesión		
Desempleo	6,9	0
Auxiliar	3,4	11,8
Administrativo	27,6	17,6
Comercio y obreros	10,3	23,5
Técnicos	17,2	8,8
Directivos	34,5	38,2
Trabajo		
Desempleo	6,9	2,9
Auxiliar	3,4	8,8
Administrativo	27	17,6
Comercio y obreros	10,3	26,5
Técnicos	20,7	5,9
Directivos	31	38,2
Estudios	10,3	12,5
Primarios	44,8	46,9
Medios	44,8	40,6
Superiores		

	LD	CD
Opinión Mediación		
No sabe	3,8	10,7
Positiva	96,2	89,3
Expectativas Mediación		
Información/ayuda	88,5	84,4
Separarse bien	11,5	6,3
Terapia	0	9,4
Años convivencia		
Menos de 10 años	13,7	38,8
De 10 a 20 años	75,8	44,2
Más de 20 años	10,3	17,6
Años convivencia previa		
No conviven	86	80
1 año	7	11
2 años	7	0
3 años	0	0
Más de 3 años	0	9
Número de hijos		
1 hijo	17,2	52,9
2 hijos	58,6	29,4
3 hijos	24,1	17,6
Grado sentimiento negativo		
Bajo	25	10,7
Medio	10,7	28,6
Alto	64,3	60,7
Expectativas de conflicto		
Bajo	23,1	2
Medio	42,3	24
Alto	34,6	44
Tipo de problema		
Comunicación	58,6	68,5
Relaciones familia/amigos	31	42,8
Relaciones sexuales	20,7	17,1
Estilo de vida	20,7	57,1
Tercera persona	13,7	5,7
Relaciones domésticas	10,3	40
Relaciones hijos	6,9	28,6
Desamor	6,9	8,5
Quién propuso romper		
Usted	65,5	56,7
El otro	27,6	26,7
Ambos	6,9	16,7

	LD	CD
Como fue la decisión		
Dudosa	66,7	35,7
Firme	33,3	64,3
Estaban los dos de acuerdo		
Si de acuerdo con la propuesta	32,1	45,2
Es una solución	100	17,1
No quiere, pero es lo mejor	17,2	25,7
Incompatibles	6,9	8,6
Desencanto de ambos	3,4	100
Ya no le quería	3,4	100
Otros	27,6	2,9
No de acuerdo con la propuesta	67,9	54,8
No sabe romper, cree que hay solución, por principios	20,7	28,5
Lo quiere	20,7	8,6
Comodidad del otro	13,8	5,7
Soledad, miedo al futuro	3,4	11,4
Tiene nueva pareja		
Si	18,5	11,8
Convive actualmente		
No	80	100
Si	20	0
No	81,5	88,2
Causa real de la ruptura		
Falta de comunicación	34,5	31,4
Otra persona	31	8,6
Desamor	27,6	17,1
Incompatibles	27,6	31,4
Diferentes expectativas de vida	13,8	37,1
Otros	17,2	45,7
Grado subjetivo conflictividad		
Ninguno	0	6,5
Muy pocos	3,8	6,5
Algunos y pocos	34,2	41,9
Muchos y bastantes	57,3	38,7
Muchísimos	3,8	6,5

	LD	CD
Hubo reconciliaciones		
Sí	57,7	72
No	42,3	28
Consulta a un abogado		
Sí	22,2	29,2
No	77,8	70,8
Problemas unidos a la ruptura		
Hijos	82,8	71,4
Económicos	37,9	34,3
Afectividad propia	24,1	22,9
Afectividad del otro	6,9	17,1
Futuro	6,9	14,3
Ninguno	3,4	2,9
Otros	13,8	17,1
Abandono del domicilio		
No	61,5	74,2
Sí		
Él	30,8	16,1
Ella	7,7	9,7
Comenta familiares / amigos		
Sí	62,5	22,9
No	37,5	77,1

ANEXO VII.

RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE RECEPCIÓN ENTREVISTAS INDIVIDUALES (LD Y CD)

	LARGA DURACIÓN		CORTA DURACIÓN	
	ELLA	ÉL	ELLA	ÉL
Solicitante	X		X	
Conocimiento de la mediación	Medios de comunicación		Usuarios	
Edad	49	51	44	47
Estado civil	Casados		Casados	
Profesión	Administrativa	Técnico	Administrativa	Directivo
Trabajo	Administrativa	Desempleo	Auxiliar	Directivo
Estudios	Medios	Superiores	Superiores	Superiores
Opinión mediación	Positiva		Positiva	No sabe
Expectativas mediación	Información /ayuda		Información /ayuda	Separarse bien
Años de convivencia	Más de 20 años		De 10 a 20 años	
Años convivencia previa	No conviven		No conviven	
Número hijos	2		2	
Grado sentimiento negativo	Alto		Alto	
Expectativas conflicto	Medio	Alto	Alto	
Tipo de problema	Comunicación Relaciones familia /amigos Relaciones sexuales Relaciones domésticas		Comunicación Relaciones familia / amigos Relaciones domésticas	
Grado subjetivo conflictividad	Muchos y bastantes	Algunos y pocos	Algunos y pocos	Muchos y bastantes
Quién propuso romper	x		x	
Cómo fue la decisión	Firme		Dudosa	Firme
Estaban de acuerdo con la propuesta	Sí	Sí Incompatibles	No sabe romper, cree que hay solución, principios	No
Tiene nueva pareja	No		No	
Causa real ruptura	Falta comunicación		Falta comunicación Diferentes expectativas de vida	Sí
Reconciliaciones	No		Sí	
Consulta abogado			Sí	
Problemas unidos ruptura	Hijos Económicos	Hijos	Hijos Económicos	Hijos
Dejar el domicilio	No		No	

ANEXO IX.

RESULTADOS DE LA ENTREVISTA. PARTICIPANTES USUARIOS

		LD	CD
EMOCIONES TOTALES	Tristeza	24%	13%
	Liberación	15%	13%
	Duda	13%	4%
	Alivio-tranquilidad	10%	13%
	Culpa	7%	12%
	Sorpresa	6%	-
	Ansiedad	6%	9%
	Soledad	6%	6%
	Alegría	6%	5%
	Seguridad	4%	-
	Miedo pérdida económica	3%	
	Miedo pérdida hijos		13%
	Fracaso		6%
	Injusticia		6%
COGNICIÓN	Desesperanza, soledad y necesidad del otro	25%	13%
	Asombro negativo ante la noticia y autorreferencia personal	21%	6%
	Temor a romper el esquema de vida (hijos)	15%	25%
	Liberación y mensajes de autoeficacia	13%	15%
	Autodiálogo de afrontamiento de la realidad aunque no le guste	11%	21%
	Dudas respecto a sus propias fuerzas para afrontar la ruptura	9%	11%
	Expectativas de arreglo	6%	9%
CONDUCTA	Lamentaciones, lloros y quejas	44%	--
	Centrarse en los hijos	19%	--
	Buscar alternativas para encontrarse bien	14%	50%
	Buscar consenso con el otro padre	12%	22%
	Ir a mediación	11%	28%
REPERCUSIÓN PERSONAL	Cambio positivo, calidad de vida	59%	80%
	Dudas respecto a la ruptura	18%	6%
	Disminución de la economía	13%	7%
	No rehacer la vida	10%	1%
	Mala relación con la expareja	2%	6%
REPERCUSIÓN HIJOS	Mayor calidad en la relación / madurez de los hijos	72%	81%
	Repercusión negativa, menor relación con el padre no conviviente	28%	19%
REPERCUSIÓN FAMILIAR Y SOCIAL	La sociedad penaliza no vivir en pareja	49%	24%
	Apoyo familiar, social y laboral	34%	36%
	Renovación círculo social	11%	27%
	Rechazo de la familia	6%	13%
¿QUÉ LE DIRÍAS A UNA PERSONA QUE SE VA A SEPARAR?	Sepárate cuanto antes	30,5%	20%
	Cuidado de uno mismo, no dejarse llevar por la culpa	17,5%	33%
	Separarse es difícil pero merece la pena	8,5%	24%
	Puntualizar el CR, liquidar	13%	4%
	Separarse pacíficamente (MD)	30,5%	19%

ANEXO X.

RESULTADOS IMPACTO EMOCIONAL:

EXPRESIÓN EMOCIONAL DE LOS PARTICIPANTES USUARIOS GRUPOS DE LD Y CD

	TOTAL EMOCIONES LD = 68		TOTAL EMOCIONES CD = 93	
	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE
TRISTEZA	16	24	12	12
TEMOR(económicos/hijos)	2	3	12	12
LIBERACIÓN	10	15	12	12
DUDA	9	13	3	3
ALIVIO-TRANQUILIDAD	7	10	12	12
CULPA	5	7	11	11
ANSIEDAD / ANGUSTIA	4	6	9	9
FRACASO	--	--	6	6
SORPRESA	4	6	--	--
INJUSTICIA	--	--	6	6
SOLEDAD	4	6	6	6
ALEGRIA	4	6	4	4
SEGURIDAD	3	4	--	--

	TOTAL EMOCIONES NEGATIVAS LD = 44 (65%)		TOTAL EMOCIONES NEGATIVAS CD = 65 (70%)	
	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE
TRISTEZA	16	36	12	19
DUDA	8	18	3	4
CULPA	5	11	11	17
SORPRESA	5	11	--	--
ANSIEDAD / ANGUSTIA	4	9,5	9	14
SOLEDAD	4	9,5	6	9
TEMOR (económico /hijos)	2	5	12	19
FRACASO	--	--	6	9
INJUSTICIA	--	--	6	9

	TOTAL EMOCIONES POSITIVAS LD = 24 (35%)		TOTAL EMOCIONES POSITIVAS CD = 28 (30%)	
	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE
LIBERACIÓN	10	42	12	43
ALIVIO - TRANQUILIDAD	7	29	12	43
ALEGRIA	4	17	4	14
SEGURIDAD	3	12	--	--

ANEXO XI.

MUESTRAS VERBALES DE LAS COGNICIONES

	LD	CD
Liberación y mensaje de autoeficacia	*"Ahora puedo hacer lo que quiero"* *"Por fin se ha ido"* *"Por fin me lo he quitado de encima"* *"Por fin puedo estar con la persona que quiero"* *"Nuevo horizonte"* *"Esto es lo más parecido a la felicidad"* *"Me he quitado un peso de encima"* *"Me he quitado una losa de la espalda"* *"Con tal de separarme lo que sea, merece la pena"*	*"Ahora estoy en paz conmigo, en la bendita gloria"* *"Me siento relajado"* *"Puedo hacer lo que quiera"* *"Mi vida es otra"* *"Esto es una solución"* *"Los dos tenemos la cabeza bien amueblada, saldremos"* *"Lo más importante es la predisposición"* *"Me niego a vivir con miedo"* *"Me tengo que mover, no puedo esperar a que me llamen"* *"Voy a salir, lo sé"*
Autodiálogos de afrontamiento de la realidad	*"Los problemas son de los dos"* *"Ya lo he hecho"* *"No puedo permitir el engaño"* *"Esto no puede seguir así"* *"No me queda más que llevarlo yo sola"* *"Tener que hacerlo"* *"Ahora tengo más fuerza, aunque el cansancio es el doble"* *"Puedo salir adelante"*	*"Tengo que pagar por haber decidido"* *"A ver si ocurre algo"* *"Tengo que evitar responder a su agresión"* *"No puedo irme bajo un puente"* *"Tengo que irme y buscar piso"* *"Hasta aquí"* *"Aunque nos llevamos mal puedo aguantar"* *"Tiene que ser así"* *"Tengo que salir por mi hija"* *"No estoy dispuesta a pelear"* *"No quiero que mi hijo sea como él"* *"A veces perdiendo se gana"* *"Él me ha querido mucho, pero tonta y obediente"* *"No hay nada que hacer"* *"Te tienes que hacer la fuerte"*
Desesperanza, soledad y necesidad del otro	*"Necesito de él"* *"No tengo futuro, nada tiene sentido, esta situación no me deja vivir"* *"Esto no tiene arreglo"* *"Tengo que empezar de cero"* *"No puedo vivir sin ella"* *"Sólo quiero vivir"* *"No seguir juntos me mata"* *"Estoy sola"* *"No tengo a nadie"* *"No voy a poder vivir sin ella"* *"Necesito respirar"* *"Qué hago yo con este hombre"* *"Esto es traumático total, no me veo casada para toda la vida"* *"Quiero morirme para no sufrir"*	*"Me aterra quedarme solo"* *"Estoy sólo, me siento raro"* *"No tenemos proyecto de vida en común"* *"Echas de menos muchas cosas, se te olvidan las cosas malas y te acuerdas de las buenas"* *"Estoy harta de tomar transilium"* *"No me quiero separar"* *"¿Por qué no estoy con él?"* *"Se me destroza el mundo"* *"He querido a todo el mundo menos a mí"*

	"Nadie se merece esto que estoy pasando" *"Es mi amor, vivo a gusto y bien, aunque voy a tener que asumirlo"* *"Fue terrible"*	
Asombro negativo ante la noticia	*"¿Por qué me ha tocado a mí?"* *"¿Qué he hecho yo para merecer esto?"* *"No me puedo creer que me vaya a dejar, n los demás tampoco"* *"Fue terrible"* *"Fue un castigo"* *"No me lo puedo creer"* *"No debería hacer esto, con todo lo que he hecho por ella"* *"No creí que pudiera hacerlo"* *"No me lo esperaba"* *"No me lo puedo creer"* *"¿Por qué me tiene que tocar?"* *"Qué horror"* *"¿Por qué me hace esto?"* *"No me puede estar pasando a mí"* *"Nunca hubiera pensado que me pasara esta desgracia"*	*"¿En qué he fallado?"*
Temor a romper el esquema de vida	*"¿Qué va a pasar con mis hijos?"* *"Qué pena que mis hijos no tengan una familia normal"* *"Nos quedamos en la calle"* *"¿Y ahora qué?"* *"La familia se queda coja"* *"Me falta un miembro"* *"Me ven diferente"* *"Familia rota"* *"Yo pensaba que esto era para toda la vida*	*"Voy al matadero, me traían de las orejas"* *"Sujetar la convivencia"* *"Lo das todo y te quedas sin nada"* *"Una silla a la que le faltan dos patas"* *"Hay que aguantar"* *"Tengo que estar ahí por mis hijos"* *"La custodia sigue siendo una cuestión de sexo"* *"Esto es una batalla salomónica, la mitad de cada hijo para cada uno"* *"Dudas de qué hacer por mis hijos"* *"¿Perderé a mi hija?"* *"¿Cómo reaccionará mi hijo?"*
Expectativas de arreglo	*"Expectativa de cambio"* *"Vamos a intentarlo de nuevo"* *"Espero que se arregle"*	*"Mis hijos preferirían que no nos hubiésemos separado"* *"No tiene que ser para siempre, no ha sido tan malo"* *"Cómo voy a hacer esto después de tantos años"*
Dudas respecto a sus propias fuerzas para afrontar la ruptura	*"No puedo estar sin él ni seguir con él"* *"No estoy preparada"* *"Lanzarme al vacío sin red"* *"Me tengo que separar y estoy enamorada"* *"No sé si puedo hacerlo"* *"He rectificado, me siento capaz"*	*"¿Habré hecho bien?"* *"¿Qué va a ser ahora de él?"* *"Ella va sufrir mucho"* *"No me creo estar separada"*

ANEXO XII.

COMPARACIÓN DE LAS EXPRESIONES COGNITIVAS DE LOS GRUPOS CON LAS ENTREVISTAS INDIVIDUALES

COGNICIONES DE GRUPO LD	PUNTUCIÓN DIRECTA	PORCENTAJE	COGNICIONES ENTREVISTA INDIVIDUAL (ELLA)	COGNICIONES ENTREVISTA INDIVIDUAL (ÉL)
Desesperanza, soledad y necesidad del otro	17	25	*"No sé si voy a poder hacerme cargo de mi vida"*	*"En cuanto tomas conscien-cia del asunto es terrible"*
Asombro negativo ante la noticia	14	21	-----	*"Es un impacto peculiar"*
Temor a romper el esquema de vida	10	15	*"Es una locura sepa-rarme, pensaba que era mejor hacerlo cuando los hijos fuesen mayores".*	
Liberación y mensajes de autoeficacia	9	13	*"No quería vivir como es-taba viviendo"*	*"He cortado con una amenaza"*
Autodiálogo de afrontamiento de la realidad aunque no le guste	8	11		
Dudas respecto a sus propias fuerzas para afrontar la ruptura	6	9		
Expectativas de arreglo	4	6		
COGNICIONES GRUPO CD	PUNTUACIÓN DIRECTA	PORCENTAJE	COGNICIONES ENTREVISTA INDIVIDUAL (ELLA)	COGNICIONES ENTREVISTA INDIVIDUAL (ÉL)
Desesperanza, soledad y necesidad del otro	9	13	-----	-----
Asombro negativo ante la noticia y auto-rreferencia personal	4	6		
Temor a perder a los hijos	17	25	-----	*"Estaba bastante desesperado pensando poder perder el contacto, la vida diaria, con mis hijos"*
Liberación y mensaje de autoeficacia	10	15	*"Yo veía la separación como la salida del puente"*	-----
Autodiálogo de afrontamiento	14	21	*" Aguantas, hasta que eres consciente de que no puede ser y tomas la decisión"*	*"Esto no tiene solución, me voy a tener que separar"*
Dudas respecto a sus propias fuerzas para afrontar la ruptura	8	11		
Expectativas de arreglo	6	9		

ANEXO XIII.
PERCEPCIÓN DE LA RUPTURA POR LOS PARTICIPANTES MEDIADORES

ANTES DE LA FORMACIÓN

"Mi percepción de la ruptura estaba muy lejos, en el mundo de lo legal, era una percepción totalmente de hechos".
"Para mí, antes de formarme en mediación, la ruptura era parte del conflicto".
" …yo pensaba que se trataba de un trastorno mental transitorio, un flus mental".
"…la mía también era profesional."
"… algo que se desmorona"
"... tenía la idea de que era como el fracaso, el fracaso de un proyecto común."
"…tenía una visión bastante sesgada y entendía la separación unida a la culpabilidad, a una actitud egoísta por no pensar en los hijos, los que pierden son los hijos…"
"…siempre que conocía a alguien que se estaba separando creía que necesitaba ayuda."
"…creía que, cuando las personas pensaban en separarse es que necesitaban terapia"
"… pensaba que necesitan ayuda psicológica".
"… personalmente para mí es un fracaso, socialmente un estigma y familiarmente una pérdida".

DESPUÉS DE LA FORMACIÓN

"… primero sensación de euforia, de fácil, después aprendes también porque tus emociones pueden ser de lo más negativas,…existe la identificación de las emociones, ves que la ruptura puede ser como una solución".
"…mi segunda fase es muy optimista y muy dialéctica, es una fase totalmente irreal…"
"… con la formación cambié mi forma de ver la ruptura, de pensar en lo peor a pensar que era una solución, a querer convencer a los sufrientes de que si lo vieran como yo, seguramente sufrirían la mitad y que esto es la solución, y que están equivocados como yo al principio."
" … optimismo y fe ciega en la mediación."
"…está muy vincula al tema de las emociones, por el hecho de que elija uno u otro,…emociones que uno puede tener y también las pueda sentir el otro…"
"Momento complicado y complejo"

EN EL MOMENTO ACTUAL

"...la propia ruptura hace de agente de realidad y eso indica que cada proceso es distinto. En lugar de ayudarle a ellos, son ellos los que me ayudan a entender su realidad y ya no estoy con ese "optimismo de la fase anterior"
"... no se trata de convencerlos, es una cuestión de tolerancia y respeto".
"…comprendes más las emociones de los otros, ya no es teoría, vivencias las tuyas y tienes una nueva realidad más empática, más vivencial..."
"...he pasado del optimismo y fe ciega en mediación a verla de una forma más realista, por lo que la ruptura la considero como una de las maneras de solucionar esta situación"
"Yo nunca quise ver la separación como algo normal y ahora, estoy convencida de que la ruptura es una solución, si es lo que han decidido"

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alberdi, I. (1999). La nueva familia española. Editorial Taurus.

Aristóteles (1995). Retórica. 1ª edición, 4ª impresión. Editorial Gredos.

Arranz, E. y Oliva, A. (Coord.) (2010) Desarrollo psicológico en las nuevas estructuras familiares. Editorial Pirámide.

Becerril-Ruiz, D. (2008). La percepción social del divorcio en España. Revista Española de Investigaciones Sociológicas, 123, 187-208.

Beck, A. (1990.) Con el amor no basta: cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de pareja. Editorial Paidós.

Beck, A.; Rush, J.; Shaw, B. y Emery, G. (1979-1983). Terapia cognitiva de la depresión. Editorial Paidós.

Beck-Gernsheim, E. (2003). La reinvención de la familia: en busca de nuevas formas de convivencia. Editorial Paidós.

Beck, U. y Beck-Gernsheim, E. (2003). La individualización: el individualismo institucionalizado y sus consecuencias sociales y políticas. Editorial Paidós.

Bernal, T. (1998, 2008). La mediación: Una solución a los conflictos de ruptura de pareja. (1ª y 4ª ed). Editorial Colex.

Bernal, T. 2000-2011. Seminarios de Crecimiento emocional para mediadores. Centro de Resolución de Conflictos APSIDE. Madrid.

Bernal, T. (en prensa). Hablemos de mediación. Editorial EOS.

Bernal y colb., 1990-2011. Memorias anuales del programa de mediación. ATYME. Madrid.

Bernal, T., Barba, S., López, M., Iglesias, F. (2010). ¿Conoces la mediación? Una guía que enseña a separarse y a seguir siendo padres. Atención y Mediación a la familia en Proceso de Cambio. (2ª Ed). ATYME. Madrid.

Bruner, J. (1991). Actos de significado: más allá de la revolución cognitiva. Editorial Alianza.
Denzin, N. (1989). The research act: A theoretical introduction to sociological methods (3ªed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
Ellis, A. y Grieger, R. (1981). Manual de Terapia Racional Emotiva. Editorial DDB.
Estadísticas de nulidades, separaciones y divorcios 2010. Disoluciones matrimoniales entre cónyuges de diferente sexo, Resultados autonómicos y provinciales. (2011).
Flick, U. (2007). Introducción a la investigación cualitativa. Editorial Morata.
Fontana, A. y Frey, J. (2000). "The interview: From Stuctured Questions to Negotiated Text", en N. Denzin e Y.S. Lincoln (Comps), Handbook of Qualitative Research (2ª ed). Londres: Sage, pgs. 645-672.
Holsti, O. (1969). Content analysis for the social sciences and humanities. Reading, MA: Addison Wesley.
Instituto Nacional de Estadística. Indicadores Sociales 2010. Familia y relaciones sociales (2011).
Kaslow, F. (1986). La mediación en el divorcio. Terapia Familiar. Estructura, Patología y Terapéutica del grupo familiar, Nº 15, Buenos Aires, Argentina.
Lazarus, R. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. D. D. B.
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.
Ley 11/1990, de 15 de octubre, sobre reforma del Código Civil, en aplicación del principio de no discriminación por razón de sexo.
Ley 42/2003, de 21 de noviembre, de modificación del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de relaciones familiares de los nietos con los abuelos.
Ley 13/2005, de 1 de julio, por la que se modifica el Código Civil en materia de derecho a contraer matrimonio.

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.
McGillicuddy et al. (1996): Factores que afectan al resultado de la mediación. En Duffy, K. y otros, La Mediación y sus contextos de aplicación. Paidós.
Miles, M. y Huberman, A. Michael (1994). Qualitative data analysis: a sourcebook of new methods. Londres: Sage.
Monroy, A. (1995). Salud, sexualidad y adolescencia. México: Pax
Montero, I. y León, O. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. International Journal of Clinical and Health Psychology, 7(3), 847-862.
Moscovici, S. (1984-1999). Psicología social: pensamiento y vida social. Psicología social y problemas sociales. Editorial Paidós.
Pittman, F. (1990). Momentos decisivos. Tratamiento de familias en situaciones de crisis. Editorial Paidós.
Rimé, B. (2005). Le partage social des émotions. Paris: Presses Universitaires de France.
Rousell, L. (1992). La familia en Europa Occidental: Divergencias y convergencias. Infancia y Sociedad, nº 16 pp. 104-120. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales
Serrano, Marzo 2008. Eficacia y mediación familiar Boletín de Psicología, No. 92, 51-63.
Tiezzi, E. (2006). La belleza y la ciencia. Hacia una visión integradora de la naturaleza. Icaria.
Visher, E. y Visher, J. (1988). Old Loyalties, new Ties: Therapeutic strategies whith Stepfamilies. N. York: Brunner/Mazel.

cuál es el resultado

Mejora:

- La participación de todos los miembros del núcleo familiar en el proceso de negociación.
- La responsabilidad del padre y de la madre en el cuidado de los hijos.
- La relación continuada con los hijos.
- La autoestima de padres e hijos.

Reduce:

- Los sentimientos negativos.
- El enfrentamiento legal.
- La duración del procedimiento.
- Los costes del trámite legal.

dónde estamos

C/ Ibiza, 72 - 5º B - 28009 - Madrid (previa petición de cita)
Tel.: 91 409 78 28 - Fax: 91 409 04 65
e-mail: info@atymediacion.es
web: www.atymediacion.es

Mediación Familiar

Desde 1990

Mediación Familiar

"Una manera de separarse
y seguir siendo padre y madre"

Dejar de convivir en pareja y seguir ejerciendo como padre y madre es una de las empresas más difíciles de los seres humanos.

Los resultados alcanzados desde 1.990 por el Programa de Mediación Familiar han hecho que el actual MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD siga subvencionándolo en la actualidad.

Este Programa, promocionado por la Asociación Atención y Mediación a la Familia en Proceso de Cambio (ATYME) y realizado por el Equipo APSIDE, constituye una vía extrajudicial para que las parejas puedan resolver sus desacuerdos, reduciendo el coste emocional y económico de la separación o el divorcio.

qué es la mediación

Es la intervención de un equipo mediador que ayuda a la pareja a conseguir acuerdos para que el cese de la convivencia se realice de forma pacífica y puedan, ambos padres, seguir ocupándose de sus hijos aunque ellos hayan dejado de ser pareja.

a quién va dirigida

A las parejas casadas y no casadas que vayan a dejar la convivencia o que deseen alcanzar acuerdos que garanticen la continuidad como padre y madre.

qué se consigue

- Evitar enfrentamientos inútiles entre la pareja y su incidencia en los menores.
- Disminuir los procedimientos contenciosos como forma legal de resolver la separación o el divorcio.
- Evitar los incumplimientos.
- Fomentar la coparentalidad.

qué se necesita

- Haber tomado la decisión de dejar la convivencia uno o ambos miembros de la pareja.
- No haber iniciado los trámites legales de separación o divorcio y, de haberlo hecho, comprometerse a paralizarlos temporalmente.

ATYME

Ibiza, 72 5º B -28009 MADRID
Tlf. 91 409 78 28 - Fax. 91 409 04 65
info@atymediacion.es
www.atymediacion.es

Más de 20 años trabajando en mediación nos ha proporcionado una mirada larga y profunda del proceso interactivo de la pareja, que nos ha llevado a reflexionar sobre los cambios ocurridos en el transcurso de estos años y cómo esos cambios han influido en la manera en que las parejas abordan esta situación difícil que es la ruptura. Nuestra reflexión se ha extendido a los mediadores y cómo el paso del tiempo, la experiencia acumulada y el contacto constante con parejas que terminan su relación, han hecho mella en comprender el mundo de la ruptura, motivando cambios en la práctica profesional.

ATYME