

La guía que enseña a separarse y a seguir siendo padre y madre

Fundación ATYME

TUS EXPERTOS EN MEDIACIÓN

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



¿Conoces la Mediación?

La guía que enseña a separarse y seguir siendo padre y madre.

Equipo de la Fundación ATYME:

Trinidad Bernal Samper
Sacramento Barba Maroto
Francisco Iglesias Miranda
José Ángel Galán Torrecilla
Pilar Fernández Taramino
Laura Ortega López

Dirección:

Trinidad Bernal Samper

© Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constituida de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sgts del código penal). El centro español de derechos reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Primera edición, 2009
Segunda edición, 2010
Tercera edición, 2019

© Edita:
Fundación ATYME Atención y Mediación para el Cambio
www.atymediacion.es
info@atymediacion.es

Ilustraciones de Jorge Senabre Bernal

Diseño Artístico Jorge Senabre Francés

Depósito Legal nº M-33590-2019

Impreso en España



ÍNDICE

1. Prólogo a la primera edición 7

2. 30 años trabajando y divulgando la Mediación 13

3. ¿Qué vas a encontrar en esta guía? 27

   - El camino que sigue la Mediación 42
   - ¿Qué es la Mediación? 52
   - Aspectos emocionales 64
   - Lo que la Ley dice y cómo lo tratamos en Mediación 90
   - Expectativas y preguntas 106

4. Más información sobre el cuidado de los hijos 119

5. Los resultados nos avalan..... 137

PRÓLOGO A LA PRIMERA EDICIÓN





La Asociación "Atención y Mediación a la Familia en Proceso de Cambio" (ATYME) conmemora los 20 años del funcionamiento de su Programa de Mediación en Ruptura de Pareja.

Haciendo un poco de historia, me remonto al año 1990 cuando el entonces Ministerio de Asuntos Sociales subvencionó las dos primeras experiencias que sobre Mediación Familiar existían en nuestro país. Me refiero a los dos programas que en aquel momento desarrollaban la Asociación ATYME, la primera entidad española que impulsó la mediación familiar, y la Unión de Asociaciones Familiares (UNAF).

Ambas experiencias fueron pioneras y con ellas se trataba de iniciar una corriente de "no confrontación" en los litigios familiares (separación y divorcio) en beneficio de todos los miembros de la unidad familiar y, particularmente, de los menores a su cargo.



Ante la buena acogida que tuvo este recurso por parte de gran número de parejas que querían formalizar su ruptura a través de la negociación de sus derechos y responsabilidades parentales, el Ministerio planteó la necesidad de impulsar el desarrollo de los servicios de mediación familiar en nuestro país desde el ámbito público, con independencia de las iniciativas privadas que han ido surgiendo a lo largo de los años.

En este tiempo, ATYME, con su directora Trinidad Bernal al frente, no sólo nos ha brindado un modelo de intervención de calidad para la resolución de conflictos de forma pacífica, sino que ha desarrollado una amplia labor en la formación de profesionales, en la investigación en temas relacionados con la ruptura de pareja y con los distintos tipos de familias que han ido surgiendo en nuestra sociedad y sobre todo ha contribuido de manera notable a que se produzca en nuestro país el cambio de la cultura del conflicto a la cultura del acuerdo.



Con motivo de su aniversario, ATYME nos presenta esta Guía Práctica de ayuda a personas que se plantean la separación o el divorcio, elaborada a partir de su experiencia y de la aportación de los usuarios del Programa de Mediación en Ruptura de Pareja. La Guía, dirigida al público en general, constituye una herramienta eficaz para abordar de modo pacífico los conflictos que las familias tienen en la actualidad.

Juan Carlos Mato Gómez
Director General de Política Social, de las Familias y de la Infancia
Ministerio de Sanidad y Política Social



30 AÑOS TRABAJANDO Y DIVULGANDO LA MEDIACIÓN



Han pasado 30 años desde la puesta en marcha del primer programa de mediación en España, treinta años de trabajo continuado de la Fundación Atención y Mediación para el cambio (ATYME), treinta años de resultados excelentes.

Ahora nos encontramos con la sensación de que identificar la separación como una solución es algo generalizado, como si siempre se hubiera pensado de esa forma. Pero el cambio no ha llegado solo, hace mucho tiempo las ideas innovadoras sobre cómo manejar la separación de una forma diferente comenzaban a inquietar a algunas personas que eran consideradas como Quijotes frente a molinos. Introducir ideas nuevas en un momento social en el que solo existía "la familia", donde el rol social estaba claramente identificado y las relaciones de pareja estaban jerarquizadas. Hablar de separación era sinónimo de que algo no andaba bien en la cabeza del que tenía tal pensamiento, necesitando algún tratamiento para corregirlo. Este fue el contexto en el que comienza nuestra historia.



Allá por el año 1979, la psicóloga Trinidad Bernal se dio cuenta, por los casos vistos en terapia de pareja, que la separación podía considerarse una solución a los conflictos de pareja y no como lo peor que puede ocurrirles a las personas. Pensó que Derecho y Psicología tenían mucho que decirse y creó un despacho interdisciplinar, uniendo ambas disciplinas y ayudando a las personas a separarse de una manera distinta a la utilizada hasta el momento, una empresa que ahora es considerada normal y que entonces, cuando aún no teníamos ni Ley de divorcio, significó todo un cambio.

Pasó el tiempo y continuó su trayectoria profesional aplicando sus conocimientos psicológicos al mundo del Derecho, tratando de humanizarlo y hacerlo asequible para las personas que tenían que usarlo. En lo que respecta a la separación, la idea seguía rondando en la cabeza.



¡Algo hay que hacer para que las personas se puedan separar con un menor coste!

La experiencia profesional de esos años y algunos cambios sociales (en 1981 nace la Ley del divorcio) comienzan a dar forma a un nuevo modelo de trabajo. Bernal desarrolla un diseño que da recursos a las personas que se separan para que lo puedan hacer de forma menos conflictiva, siendo capaces de tomar decisiones sobre sus hijos y sobre sus bienes, lo llamó separación negociada. Para dar soporte científico a sus hipótesis emprendió varias investigaciones sobre cómo trabajan los abogados y los psicólogos en este tema. Analizó más de 1.000 casos llevados por abogados y otros tantos casos de los Juzgados de Familia sobre la intervención de los psicólogos en los temas de ruptura. Fruto de estas investigaciones elabora un modelo de trabajo, Modelo de Competencia (Bernal, 1990), confirmando la eficacia de las separaciones realizadas utilizando la mediación.



A principios del 90, sus ideas se exponen en público y llegan a oídos del entonces Director General de Familia del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, D. Juan Carlos Mato, dando luz verde al primer Programa de Mediación en España.

Trinidad Bernal se encarga de preparar al primer equipo mediador y de la puesta en marcha del proyecto, contando con Gloria Martín y Verania Andrés para tal fin. La primera información que los ciudadanos recibieron sobre la mediación es a través de una rueda de prensa con gran repercusión en radio, prensa y televisión, que dio lugar a más de 60 intervenciones en estos medios. Además, se consiguió atraer el interés del sector académico y profesional y prueba de ello fueron las 508 entrevistas telefónicas y personales que se realizaron con diferentes profesionales de varias comunidades.



Durante estos 30 años se ha conseguido ampliar el equipo de profesionales, formando a psicólogos y abogados y, más tarde, a otros profesionales en este modelo de trabajo mediador, combinando el contenido teórico, la práctica directa y el trabajo personal de cuyo resultado se desprende la calidad de las intervenciones, la satisfacción de los ciudadanos con el uso de este programa y con los resultados obtenidos y el entusiasmo mantenidos de los mediadores.

Además de atender a cerca de 10.000 familias, hemos realizado una labor de promoción de la mediación, estando presentes, durante los cinco primeros años, en los primeros eventos internacionales europeos y nacionales sobre mediación. A partir de 1995, el Centro de resolución de Conflictos Ápside, en colaboración con la Asociación ATYME, comienzan la formación de mediadores, actividad que sigue en la actualidad, extendiendo este programa a otras comunidades, bien a través de una delegación de la propia Asociación, bien con la puesta en marcha del modelo de trabajo,



extendiendo así el mismo programa de trabajo. Igualmente, nos hemos hecho cargo de la actualización de mediadores en ejercicio, ayudando a mantener la ilusión y el buen hacer de esta profesión. Otra de las actividades realizadas desde 1999, es la organización de 12 jornadas sobre mediación, la última en 2019 con gran éxito de participación y buenas críticas.

En 2005, Trinidad Bernal y un grupo de profesionales de la Fundación ATYME crean la Asociación Estatal de Mediadores, lugar de encuentro e intercambio para los profesionales interesados en aunar experiencias, fomentar el estudio y la difusión de la mediación.

En 2009, además de seguir atendiendo a las familias, elaboramos la primera edición de esta guía, como preámbulo de lo que supuso la celebración de veinte años de trabajo en mediación y su publicación un año más tarde.



En 2011 se crea la Fundación ATYME "Atención y Mediación para el Cambio", cambiando de Asociación a Fundación, para dar mayor solidez al proyecto iniciado en el año 90.

En 2012 y 2013 se realizan diversas investigaciones sobre parejas que han usado la mediación y sus hijos dando como resultado dos publicaciones; "Cambio social, respuesta emocional ante la ruptura de pareja y el valor de la Mediación" (2102), "Hijos Mediación y Divorcio" (2013).

En 2014 La Fundación ATYME organiza las Jornadas Internacionales de Mediación con representación de prestigiosos mediadores europeos.

En el año 2015 se extiende la mediación a otros campos de aplicación y se celebra los 25 años trabajando en Mediación con unas jornadas en las que se da reconocimiento a diversos profesionales que han contribuido a la extensión y divulgación de la mediación.



En 2016 se presenta la Delegación de la Fundación ATYME de Valencia y se obtiene el certificado de Calidad ISO 9001:2015, siendo la primera institución en España de mediación con un sello de calidad.

En 2017 se presenta la publicación del estudio "Custodia Compartida y Mediación ", cuya investigación se realizó entre 2016-17.

En 2018 los programas de Mediación en Ruptura de pareja y en Adultos mayores pasan a depender de la Comunidad de Madrid. La Fundación sigue en colaboración con el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, renovando su imagen y adentrándose en la difícil preparación de una Campaña, a nivel nacional para la divulgación de la mediación. También diseña una línea 900 para atender cuestiones informativas sobre mediación. Así mismo se inaugura los grupos de trabajo, "Desayunos Mediados", un espacio creado para debatir y organizar un espacio de reflexión



en torno a la Mediación. En este año también se realiza un estudio sobre la custodia compartida impuesta, publicándose en el 2019.

Así mismo se ha contado con colaboradores externos ampliándose la plantilla de profesionales.

Durante el año 2019 se continúa con los programas de Mediación en Ruptura y en Adultos mayores financiados por la Comunidad de Madrid. Se sigue con la campaña de divulgación en diversas comunidades autónomas para dar a conocer la Mediación en Adultos mayores y en otros campos de actuación.

La trayectoria de estos treinta años nos hace sentirnos orgullosos y satisfechos porque la labor realizada ha servido para situar a la mediación en el lugar que hoy está y ha ayudado a muchas familias a seguir manteniendo

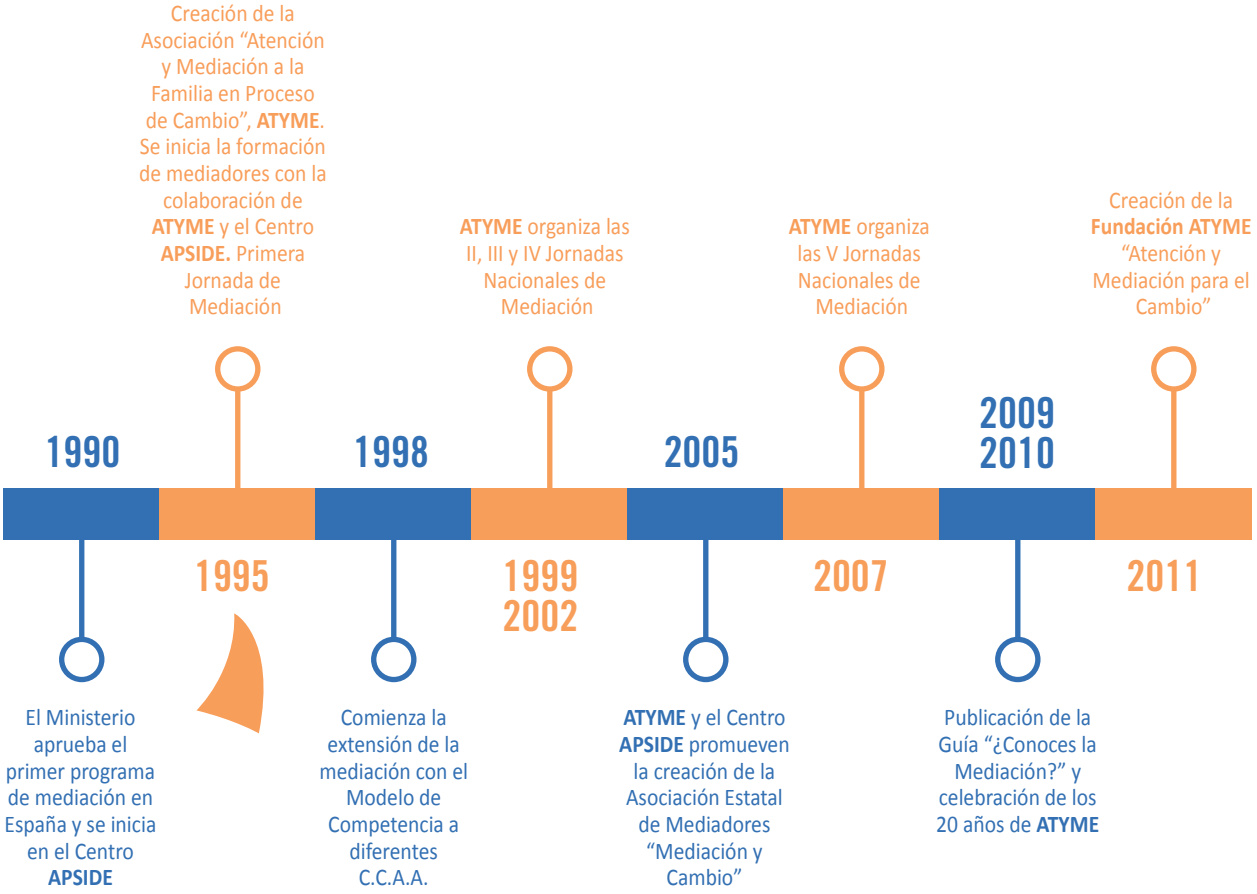


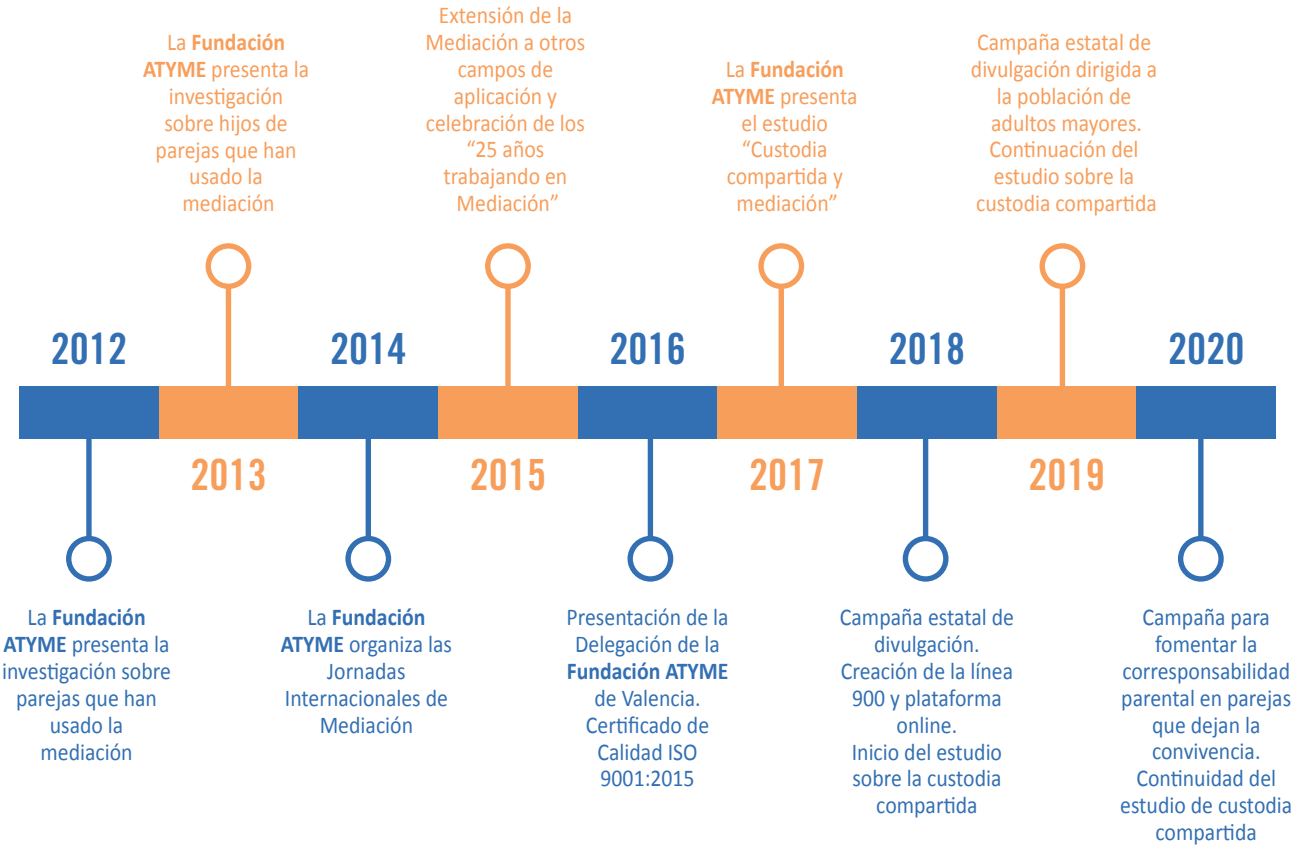
una relación muy estrecha con sus hijos y a desmontar estereotipos que dificultan las relaciones continuadas de los padres con sus hijos.

El éxito conseguido tiene que ver, sin duda con un espíritu inquieto y tenaz con la perseverancia ante las dificultades manteniendo siempre una mirada positiva hacia el futuro y la habilidad de crear equipos desde la cercanía personal sin descuido de lo profesional. Trinidad Bernal ha hecho posible la creación y el mantenimiento de este proyecto acompañada de un equipo de profesionales cualificados y fieles a los valores de respeto, esfuerzo, trabajo, calidad y confianza.

María del Carmen Medrano

Presidenta del Patronato de Fundación ATYME


1990
El Ministerio aprueba el primer programa de mediación en España y se inicia en el Centro **APSIDE**
1995
Creación de la Asociación "Atención y Mediación a la Familia en Proceso de Cambio", **ATYME**. Se inicia la formación de mediadores con la colaboración de **ATYME** y el Centro **APSIDE.** Primera Jornada de Mediación
1998
Comienza la extensión de la mediación con el Modelo de Competencia a diferentes C.C.A.A.
1999
2002
ATYME organiza las II, III y IV Jornadas Nacionales de Mediación
2005
ATYME y el Centro **APSIDE** promueven la creación de la Asociación Estatal de Mediadores "Mediación y Cambio"
2007
ATYME organiza las V Jornadas Nacionales de Mediación
2009
2010
Publicación de la Guía "¿Conoces la Mediación?" y celebración de los 20 años de **ATYME**
2011
Creación de la **Fundación ATYME** "Atención y Mediación para el Cambio"


2012
La **Fundación ATYME** presenta la investigación sobre parejas que han usado la mediación
2013
La **Fundación ATYME** presenta la investigación sobre hijos de parejas que han usado la mediación
2014
La **Fundación ATYME** organiza las Jornadas Internacionales de Mediación
2015
Extensión de la Mediación a otros campos de aplicación y celebración de los "25 años trabajando en Mediación"
2016
Presentación de la Delegación de la **Fundación ATYME** de Valencia. Certificado de Calidad ISO 9001:2015
2017
La **Fundación ATYME** presenta el estudio "Custodia compartida y mediación"
2018
Campaña estatal de divulgación. Creación de la línea 900 y plataforma online. Inicio del estudio sobre la custodia compartida
2019
Campaña estatal de divulgación dirigida a la población de adultos mayores. Continuación del estudio sobre la custodia compartida
2020
Campaña para fomentar la corresponsabilidad parental en parejas que dejan la convivencia. Continuidad del estudio de custodia compartida



¿QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA GUÍA?



Esta guía quiere hacer de faro que ilumine a las parejas que van a cambiar de ruta para que puedan ellas mismas, llegar a puerto seguro con sus hijos. Presenta una forma de recorrer un camino difícil, repleto de obstáculos, donde el cambio de actitud y la información son los aliados perfectos para que éste se realice más suavemente y con un menor coste para las personas que deciden llevarlo a cabo y para las que, aunque no pensaran en hacer este viaje, se ven obligadas a realizarlo.

La guía se asienta en dos pilares fundamentales: difundir el conocimiento de la mediación, porque si no es conocida no puede ser elegida y ofrecer confianza en el proceso a través de un modelo de trabajo validado por los resultados obtenidos en estos treinta años y de la experiencia profesional del equipo mediador.

Decidir poner fin a la relación de pareja es una de las experiencias más dolorosas con la que las personas nos podemos encontrar. Es una etapa de deliberación, donde los sentimientos de desilusión e insatisfacción conducen al distanciamiento. A la dificultad que supone restablecer



la consonancia mental entre separarse o no hacerlo, hay que añadir el que la decisión no suele ser compartida y uno llega a esa conclusión, tras una larga y dura reflexión y el otro no puede visualizar la situación de la misma manera, teme el cambio y opone resistencia a todo lo que significa modificar su situación. Ambos se sitúan en momentos distintos, el que toma la iniciativa cree que ya ha hecho todo lo posible por reconstruir la relación y ya no hay vuelta atrás, mientras que el compañero hace intentos de arreglo que no suelen tener éxito. El uno ha ido elaborando su decisión, a lo largo del tiempo, mientras que para su pareja ha sido una sorpresa.

El camino se empieza a dibujar cuando en la mente de las personas se suceden, de manera insistente, auto diálogos en torno a seguir o no con la relación, la repercusión en los hijos, el temor al futuro... Las dudas que surgen, cuando uno va a tomar una decisión, son parte de lo que ocurre en todo proceso y es lógico que ocurran ya que los aspectos a favor y en contra del sí o el no, mantienen la indecisión, incrementando la preocupación. A veces resulta complicado compatibilizar tu necesidad de estar



bien con no dañar al otro, y es lógico el sentimiento de malestar ante esta disyuntiva. No existe momento bueno para separarse y posponer la decisión suele ocasionar más sufrimiento que beneficio.

Algunas ideas equivocadas sobre la pareja y la ruptura ocasionan un mayor sufrimiento y hacen que las personas permanezcan más tiempo en la indecisión. Una de ellas es el considerar que "Familia" es igual a "Pareja" y si la pareja se rompe también lo hace la familia, por lo que la ruptura pasa a ser la causante de todos los problemas, tanto de los hijos, como de la soledad, el descenso de la economía etc. Sin embargo, la ruptura no es la causa, sino el resultado de los conflictos de relación y lo que es necesario conocer es que, cuando la ruptura se produce, es la pareja la que desaparece, mientras que la familia permanece, aunque su estructura cambie.

Los problemas que los hijos pueden presentar, así como los que acompañan a los adultos, se corresponden con los conflictos que la pareja presenta antes, durante y después de la ruptura. Este tipo de problemas



también se dan en las parejas sin que medie una ruptura y los que están directamente relacionados con la ruptura, como es el descenso de la economía, hay que relacionarlo con las ganancias emocionales que proporciona la salida del conflicto.

La toma de decisión conlleva emociones diferentes, pero igualmente duras y difíciles, tanto para el que quiere separarse, mostrando una conducta de cesión, intentando terminar cuanto antes, como para el que no lo desea, cuyo comportamiento exigente y de poner obstáculos tiene como objetivo retrasar el cambio que teme. Tomar la decisión no equivale a ser responsable de los conflictos, la responsabilidad es compartida ya que ambos han participado en el rumbo que ha tomado su relación de pareja y que ha dado lugar a su finalización.

La guía, precedida de los pensamientos indecisos que las personas manifiestan en situación de conflicto, está estructurada en los siguientes apartados:



1.- El camino que sigue la Mediación.

Describe los pasos realizados en todo el proceso y constituye la base de esta guía, mostrando la manera de trabajar, en mediación, de la Fundación ATYME, a través del caso de Matilde y Juan, una pareja tipo, que ella ha tomado la decisión, después de mucho tiempo de intentar que las cosas funcionaran, insistiéndole a su pareja en arreglar las cosas, sin resultado. Matilde teme dañar a sus hijos y cuenta con la oposición de su pareja, que no se cree que la decisión de ella sea firme y que ahora propone arreglar la pareja.

A los diálogos, mantenidos entre los mediadores y la pareja, se han incorporado una serie de informaciones del campo emocional y legal que ayudan a entender la situación por la que pasan las parejas que van a separarse y que tienen como objetivo cambiar la manera de interpretar lo que les ocurre.



2.- Lo que las personas esperan y quieren saber de la Mediación.

Este apartado comprende la tipificación de las expectativas manifestadas por las personas que han utilizado nuestro Centro de mediación, así como preguntas frecuentes que nos han presentado. Ambos tipos de cuestiones, diferentes a las que han expuesto Matilde y Juan, son contestadas por los mediadores de manera que quede de manifiesto el enfoque pacífico y comprensivo que caracteriza a la mediación.

3. ¿Quieres más información?

En este apartado se ha incorporado una serie de informaciones, que hemos elaborado en mediación y que consideramos útiles como herramientas para que las personas puedan ejercer con el protagonismo que les corresponde, eligiendo cómo quieren organizar su vida futura y la de sus hijos. La información, también tiene como objeto cambiar actitudes relacionadas con el cuidado de los hijos para que sigan ejerciendo como padre y madre; cómo hablar con ellos de su separación como pareja;



qué respuestas pueden esperar de los menores y cómo actuar. También se presentan algunas propuestas y conductas a evitar y, finalmente, un pequeño texto que relaciona la ruptura con la responsabilidad parental.

4.- 30 años trabajando y divulgando la Mediación

En este último apartado hemos incorporado los resultados obtenidos en esta larga andadura, las actividades realizadas para difundir mediación, la extensión de esta manera de trabajar (Modelo de Competencia, Bernal, 1990), para terminar con los consejos de las personas que han utilizado la mediación, en estos 30 años, dan a las que van a entrar a recorrer este camino de dejar de estar en pareja.

¿Cómo se ha elaborado esta guía?

La guía, ha sido elaborada por el equipo de mediadores de la Fundación ATYME. El trabajo en grupo de la guía ha sido todo un reto para los mediadores, combinándolo con la atención a las personas que acuden y que



presentan una situación difícil, de alto nivel emocional, lo que requiere gran habilidad y conlleva un desgaste emocional para el mediador.

La guía, igual que la mediación, está hecha artesanalmente y ha tomado forma de las manos de dos artistas, Jorge Senabre Bernal, con una ilustración de dibujos que muestran con viveza y soltura el proceso mediador y el cálido diseño artístico de Jorge Senabre Francés, fiel colaborador que nos ha acompañado en toda nuestra trayectoria.
Toda esta representación gráfica está adaptada a lo que los mediadores queremos transmitir, cuidando el lenguaje, ofreciendo mensajes positivos, introduciendo cierto desenfado, a la vez que comprensión ante las emociones experimentadas por los que atraviesan esta situación y encuadrando toda la guía en un halo de suavidad y respeto a la importancia que el hecho de separarse tiene para las personas.

Trinidad Bernal Samper

Directora Técnica. Fundación ATYME

Algunos pensamientos insistentes que suelen preceder a la ruptura...



Algunos pensamientos insistentes que suelen preceder a la ruptura...



Algunos pensamientos insistentes que suelen preceder a la ruptura...



Algunos pensamientos insistentes que suelen preceder a la ruptura...



Algunos pensamientos insistentes que suelen preceder a la ruptura...

Si alguna vez te has planteado alguna de estas dudas, o tu pareja o tú habéis pensado en separaros...

ACÉRCATE A MEDIACIÓN



Fundación ATYME

C/ Alcalde Sainz de Baranda 61, 1º C
28009 Madrid
Teléfono: 91 409 78 28
info@atymediacion.es
www.atymediacion.es

Llámanos

900 908 104

El camino que sigue la Mediación


Lo estoy pasando fatal. Estoy pensando en separarme.
Ya te había notado algo, y siento que te encuentres así. ¿Qué vas a hacer?


Estoy perdida. No sé qué voy a hacer, y tengo dudas por mis hijos. No sé si les va a afectar.
Vale.
Pues mira, mi hermano Antonio se separó y ellos y sus hijos están muy bien. Él fue al Centro de Mediación. ¿Quieres que quedemos con él y así recibes información de primera mano?

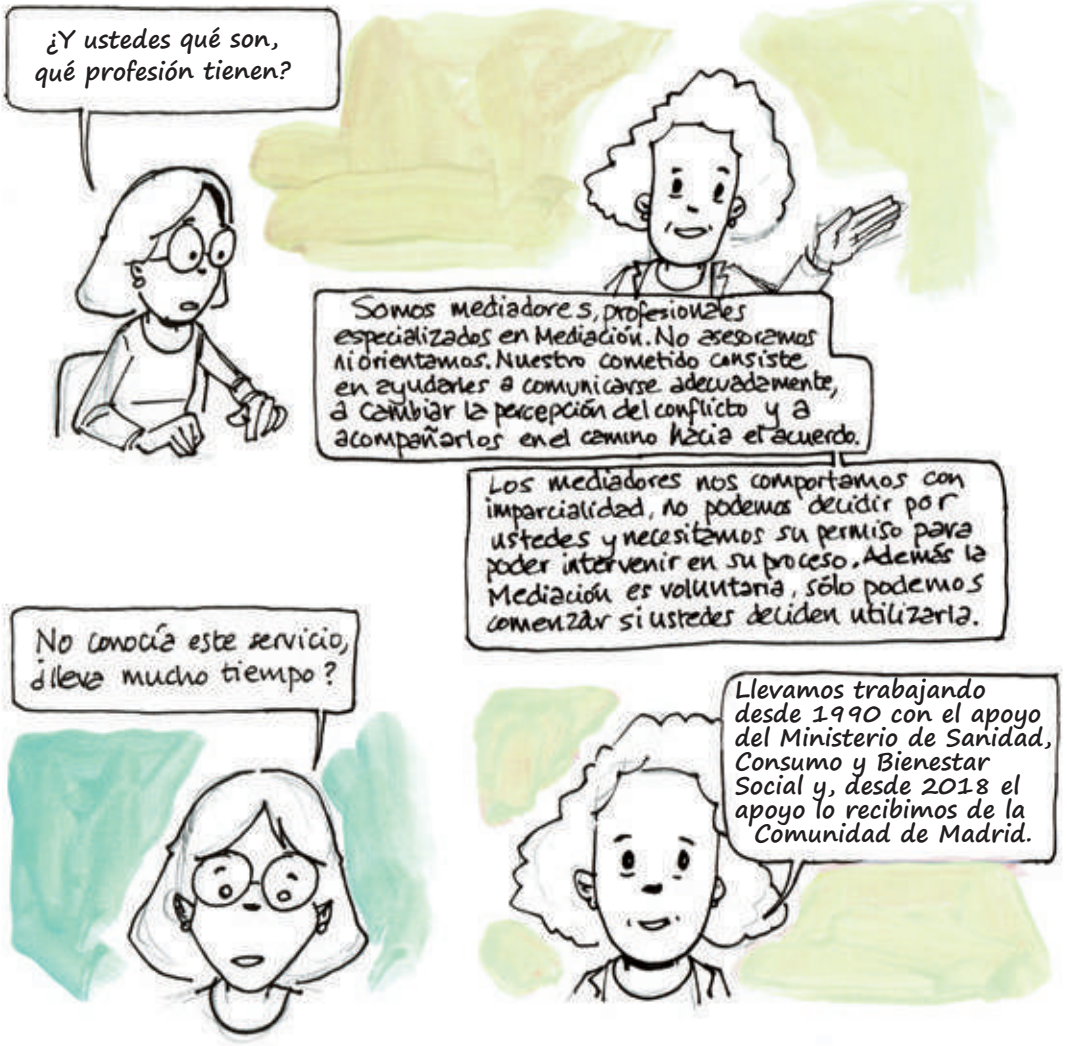

...Bueno Antonio, cuéntale qué es eso de la Mediación.
¿Tú ya has decidido separarte?
Llevo mucho tiempo pensándolo y lo único que me echa atrás son mis hijos.
Pues mira, en Mediación vas a encontrar que se tiene en cuenta a los niños porque te ayudan a separarte y a seguir siendo padres.
Eso es muy bonito pero ¿cómo se hace?
Es difícil pero no imposible. Van haciendo que os centréis más en las necesidades de vuestros hijos y que los dos busquéis la forma de seguir cuidándolos aunque estéis en casas distintas.


Entonces, ¿en qué consiste exactamente la Mediación?
Es una manera pacífica de separarse, donde somos nosotros los que decidimos nuestros acuerdos, en lugar de un juez, y puedes hablar sin dejarte llevar por las emociones.
Eso de no dejarte llevar por las emociones está muy bien porque a nosotros nos falta muy poco para pasar el límite.
Ya, ya lo sé, a mí me pasaba lo mismo y lo que encontré en Mediación fue una manera de hablar con mi pareja usando la razón más que la emoción.


¿De qué habláis en la Mediación?
De todos los temas que están relacionados con los hijos, bienes, casa, deudas,... para así acordar cómo organizarnos después de la separación.
Y cómo hago yo para que mi pareja vaya, porque no sé si Juan va a querer ir.
Mira, de momento ve tú a informarte. Yo también fui solo la primera vez. Te voy a dar el número de teléfono y la dirección, y también la página web.


CENTRO
DE
MEDIACIÓN


...Así que conoce la Mediación por una persona que ha utilizado este servicio. ¿Tiene alguna duda sobre nosotros o lo que hacemos?
Sí, me gustaría saber quiénes son ustedes.
Somos una Fundación sin ánimo de lucro que lleva a cabo un programa de mediación apoyado por la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid, con el objetivo de ayudar a las parejas con hijos para que la forma de dejar la convivencia les afecte lo menos posible.


¿Y ustedes qué son, qué profesión tienen?
Somos mediadores, profesionales especializados en Mediación. No asesoramos ni orientamos. Nuestro cometido consiste en ayudarles a comunicarse adecuadamente, a cambiar la percepción del conflicto y a acompañarlos en el camino hacia el acuerdo.
Los mediadores nos comportamos con imparcialidad, no podemos decidir por ustedes y necesitamos su permiso para poder intervenir en su proceso. Además la Mediación es voluntaria, sólo podemos comenzar si ustedes deciden utilizarla.
No conocía este servicio, ¿lleva mucho tiempo?
Llevamos trabajando desde 1990 con el apoyo del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y, desde 2018 el apoyo lo recibimos de la Comunidad de Madrid.


Pues mire, yo quiero separarme, pero mi pareja no.
¿Qué puedo hacer si él no quiere venir a Mediación?
Eso es lo que le ocurre a muchas parejas. Para separarse sólo hace falta que uno lo quiera.
Ahora veremos eso. Antes es necesario que Usted conozca qué es la Mediación y pueda decidir si le interesa.

¿Qué es la Mediación?


La Mediación ayuda a que la ruptura se realice con un menor coste emocional. No tiene como objetivo evitar la separación.
Es una alternativa extrajudicial, no se basa en los derechos legales, sino en lo que ambas partes consideren adecuado para ellos y para sus hijos.
Proporciona el mantenimiento de los acuerdos.
En Mediación no existe la fórmula gano-pierdes, sino que ambas partes deben intentar tener en cuenta sus intereses, los del otro y los de los hijos.
Es un proceso voluntario. Puede ser interrumpido en cualquier momento, tanto por las propias personas como por el mediador.


Reduce el enfrentamiento legal, la duración del procedimiento y, por lo tanto, los costes.
Va dirigido a parejas casadas o no casadas que vayan a dejar la convivencia
Fomenta la coparentalidad, porque se mejora la responsabilidad del padre y de la madre en el cuidado de los hijos.
Es necesario haber tomado la decisión de dejar la convivencia uno o ambos miembros de la pareja.


¿Tiene alguna duda?
De lo que ha escuchado, ¿qué cree que puede ser interesante para él?
No, ya sé lo que es la Mediación. ¿Cómo se lo digo a él?
El que sea subvencionado le va a gustar, porque controla muy bien los gastos. También, cómo se trata aquí el tema de los hijos.
Bien, eso es lo que tiene que destacar a la hora de hablar con él. Recuérdele que puede venir sin compromiso a informarse y que aquí la decisión es de ustedes.


CENTRO
DE
MEDIACIÓN


Pensé que me iba a atender la misma persona que la atendió a ella.
Pues nada, poca cosa. Vengo porque ella me lo ha dicho, y no sé si ella les ha contado que yo no me quiero separar.
Bueno, somos varios mediadores. Pero no se preocupe porque en este centro trabajamos en equipo y, si siguen viniendo, ya nos irán conociendo a todos. ¿Qué idea trae de la Mediación? ¿Qué conoce de la Mediación?
Lo que ella haya podido comentar, igual que lo que usted cuenta, ahora es información confidencial. Cuando vengan juntos podrán compartir la información que consideren oportuna.


¡Pues yo no quiero separarme!
Es una situación difícil y tiene que sentirse afectado. Comprendo su malestar y su deseo de arreglar sus diferencias, aunque para eso es necesario que los dos lo quieran e ira terapia de pareja. Yo le voy a comentar lo que es la Mediación para que la conozca por si en algún momento puede necesitarla.
...


Ya veo que han decidido venir los dos. ¿Les parece que nos tuteemos?
Sí.
Sí, mejor.
Bueno, hemos venido, pero va a ser difícil llegar a un acuerdo; él no quiere arreglar nada.
Más bien eres tú la que eres difícil de entender.
Es posible que no utilicéis la misma fórmula para arreglar las cosas y eso hace que penséis así. En Mediación os ayudamos a entender cómo lo ve el otro.


¡No va a ser posible dialogar!
¡Imposible llegar a un acuerdo!
Pues parece que ya tenéis un acuerdo, porque los dos estáis aquí en Mediación.


He venido aquí pero yo no quiero separarme. No sé cómo hacer que ella cambie de opinión.
Matilde, ¿crees que hay algo que Juan pueda hacer para hacerte cambiar de idea?
No, ya hemos hecho muchos intentos y no ha funcionado. No podemos seguir haciéndonos daño.
Juan, es cierto que tú no has decidido separarte y el que Matilde lo quiera te coloca en una situación difícil. Comprendo que te sientas mal y en lo que podemos ayudarte es a que conozcas otra forma de separarte y que tú decidas cuál opción coger.


Bueno, no quiero separarme, pero pienso que a mis hijos les beneficia que acordemos las cosas.
Hacerlo pacíficamente es lo mejor para todos.
Así que os parece bien a los dos usar la Mediación.


La verdad, Matilde, que tanta independencia y al final nos encontramos en esta situación.
La culpa es tuya. Te lo he estado diciendo mucho tiempo y no has hecho nada.
Seguramente tendreis vuestra propia versión de lo que os ha pasado en pareja y experimentais sentimientos contrastados. Vamos a comentar una serie de aspectos que os van a ayudar a comprender todo lo que os pasa y equilibrar la responsabilidad ya que los problemas son cosa de dos.
También vamos a concretar algunos aspectos de cómo conversar para que la forma de hacerlo no ponga en peligro el proceso de negociación.

Aspectos emocionales

PERFIL DE LAS PERSONAS EN CONFLICTO.

Las personas que están en conflicto presentan una serie de sentimientos de **inseguridad, incapacidad, confusión** y **ausencia de participación en la situación conflictiva** que le conduce a centrarse en el pasado, lo negativo y lo imposible.

En estas condiciones no es extraño que la comunicación sea inadecuada, no se entienda al otro y resulte complicado conseguir acuerdos.


EL PASADO
LO IMPOSIBLE

En Mediación, los sentimientos negativos disminuyen, mejora la comunicación entre las personas y hace que se centren en el futuro, en lo positivo y en lo posible.




P
S
I W
T P
I R O
V E S
O S I
F E Z B
U N Q L
T T E E

DIFERENCIAS ENTRE EL QUE DECIDE Y NO DECIDE:

La interpretación de la ruptura varía en función de quién ha tomado la decisión...







DECIDE

PENSAMIENTO
Dudas acerca de su decisión
Miedo a equivocarse
Miedo a perder a sus hijos
Ideas de volver atrás
EMOCIÓN
Confusión emocional
Culpa
Pérdida
Tristeza
ACCIÓN
Alejamiento de la pareja
Acelerar las cosas para acabar cuanto antes



NO DECIDE

PENSAMIENTO
Miedo a la soledad
Centrado en los hijos
Ideas de venganza
EMOCIÓN
Confusión emocional
Sentimiento de abandono
Venganza
Tristeza
ACCIÓN
Acercamiento a la pareja
Retrasar las cosas para evitar concluir la relación


DECISIÓN


ABANDONADO

Los dos se sienten mal, uno porque le abruma el peso de la decisión y el otro porque se siente abandonado. Tanto el sentimiento de abandono como el de culpa son diferentes pero los dos importantes y se necesita tenerlos en cuenta. Ambos sentimientos provocan sufrimiento, los dos sufren.

DESDE MEDIACIÓN INTENTAMOS HACERLES ENTENDER QUE LOS DOS SUFREN Y NO SOLO UNO DE ELLOS.



IDEAS QUE DIFICULTAN / FACILITAN EL CONSENSO

IDEAS EQUIVOCADAS	IDEAS ACERTADAS
Pareja es igual a Familia, romper la Pareja es romper la Familia.	La Pareja termina y la Familia continúa.
La ruptura es la causa de los problemas.	La separación es el resultado y no la causa de los problemas. La ruptura es una solución.
La ruptura afecta a los hijos. Es mejor no separarse por los hijos.	La separación bien llevada mejora la relación entre la expareja y entre los progenitores y los hijos.

IDEAS EQUIVOCADAS



IDEAS ACERTADAS

1. La Pareja termina y la Familia continua.

2. La separación es el resultado, y no la causa, de los problemas. La ruptura es una solución.





3. La separación bien llevada mejora la relación entre la expareja y entre padres e hijos.

ALGUNAS SUGERENCIAS PARA COMUNICARSE MEJOR:

√ **Escuchar** al otro.

√ **Respetar** la opinión diferente y el uso de la palabra.

√ **Describir** la conducta del otro, no al otro.
Hablar de lo que hace, no de lo que es.

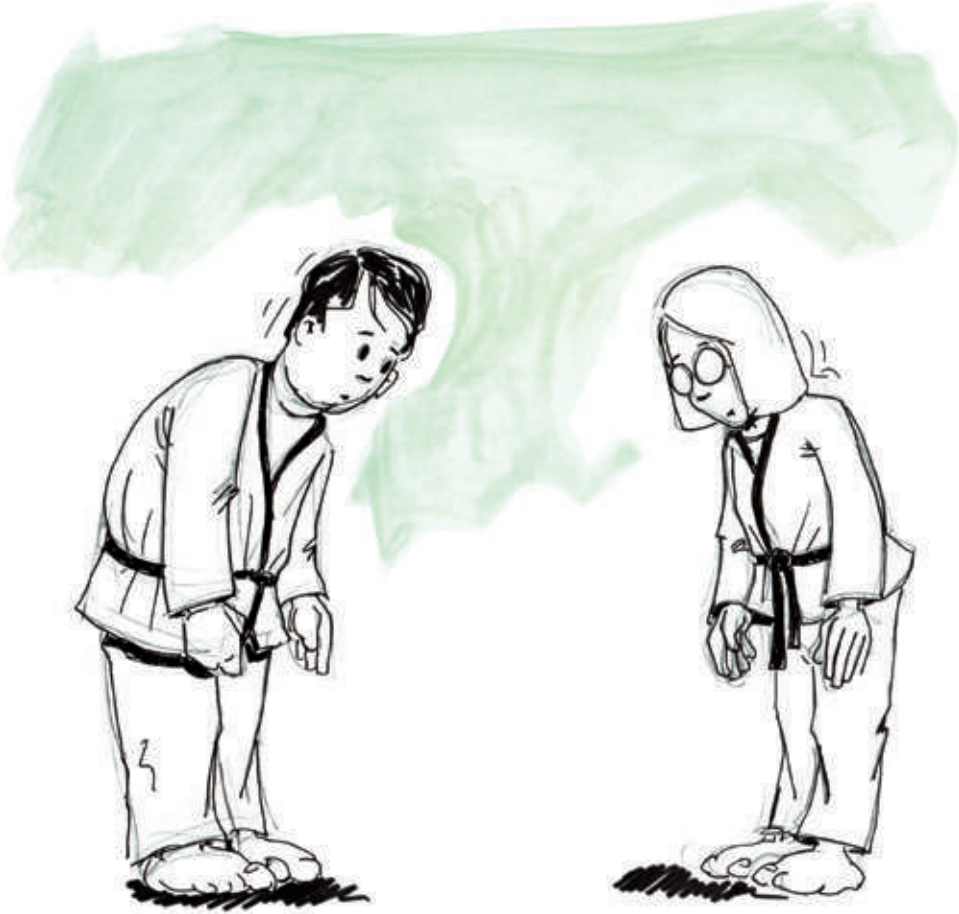
√ **Hablar** desde uno mismo, de los sentimientos y no de exigencias.

√ **Dar** razones.

√ **Comprender** al otro.

√ **Ofrecer** sugerencias.

√ **Comunicar** de forma respetuosa, evitando los malos tonos y la agresividad.




Ya conocéis la forma en que trabajamos en este Centro de Mediación. El documento que os muestro es un recordatorio de lo que hemos comentado, y recoge vuestra aceptación a las reglas de la Mediación y el compromiso vuestro y nuestro de mantener la confidencialidad de lo que aquí tratamos. ¿Os parece bien?
Muy bien.
De acuerdo.
Ahora os voy a explicar cuáles son los temas que vamos a tratar para que veamos cómo los vamos trabajando.
Los dos estamos de acuerdo en que los niños son lo primero para nosotros.
Sí, pero el tema económico también es importante.


Así que a los dos os parece prioritario el tema de vuestros hijos y que tú, Juan, también consideras importante el tema económico.
Yo también considero importante el tema económico, pero mis hijos son lo primero y quisiera saber cómo podemos decirles que nos vamos a separar.
Bueno, parece que los dos temas son importantes y los veremos ambos. De hecho, cuando tratemos las necesidades de vuestros hijos, unas se refieren al cuidado y afecto y otras al aspecto económico. Si os parece empezamos a ver cómo podéis hablar con vuestros hijos sobre este asunto. Después, continuaremos con los aspectos económicos. ¿Os parece bien?
Bien.
A mí también me parece bien.


Me habéis comentado que tenéis dos hijos, Claudia y Gonzalo, y tienen cinco y diez años, ¿verdad?
Sí.
¿Cómo habéis pensado hablar con ellos?
Pensamos que Claudia es muy pequeña y no se entera, y al niño no sabemos cómo decírselo.


"A mí me preocupa más Gonzalo. Es muy inteligente, se da cuenta de todo y lo guarde todo para sí."
Así que te inquieta que tu hijo lo pase mal porque es muy reservado. ¿Qué le diríais?
"Pues dado que él no nos va a decir lo que piensa, nosotros le podríamos dar una información que le ayude a entender lo que pasa."
Eso está muy bien. ¿Y la niña?
"Bueno, Claudia lo entendería a su manera y quizás con cinco años poco tendríamos que decirle."


Sí, aunque es verdad que las edades marcan la manera de percibir la situación, eso no significa que vuestra hija no se da cuenta de lo que ocurre. Teniendo en cuenta esas diferencias entre los dos, ¿cómo se lo diríais?
Pues no sé... Desde luego, Gonzalo es un chaval muy maduro para su edad, y Claudia es tan cría... Yo pienso que sería mejor decírselo a cada uno
Sí, yo también estoy de acuerdo, pero me preocupa qué decirles si todavía no sabemos cómo nos vamos a organizar.
Bueno, una posibilidad es hablar con ellos cuando lo tengáis todo acordado. ¿Qué os parece?


Sí, me parece bien.
Yo también opino igual, pero si nos pregunta Gonzalo que porqué nos vamos a separar, ¿qué le decimos?
¿Qué creéis que conoce vuestro hijo de vuestra situación?
Nos ha visto discutir y que no dormimos juntos. Y desde hace años se respira una situación tensa en casa.
Sí, pero con ellos nos comportamos como si nada.
Parece que Gonzalo ya sabe que vuestra situación no es muy buena, aunque vosotros intentéis que no lo note. ¿Qué os parece si le dais más datos que confirmen lo que ya conoce y los cambios que se van a producir?


Eso está muy bien, pero yo quiero decirle por qué ella quiere separarse. El niño tiene que saber la verdad.
Recordad que los temas relacionados con la separación son de pareja. Sin embargo a vuestros hijos lo que les va a ayudar y a dar seguridad es que los mantengáis al margen de vuestros problemas y les transmitáis que como padres os van a seguir teniendo a los dos aunque viváis separados.
Yo sigo pensando que Claudia es muy pequeña y que no lo va a entender.


Aunque no entienda lo que está pasando, ella verá que dejáis de vivir juntos y puede sentir miedo a que la abandonéis. Podríais decirle que la separación no tiene nada que ver con ella y que los dos la queréis mucho. Os puede ser útil que expliquéis con ejemplos cotidianos los tiempos que va a compartir con cada uno, por ejemplo, que el día que tiene natación la recoge papá, el día que tiene música la recoge mamá.
¿Dónde se lo decimos, en casa o fuera de casa?
Eso lo podemos ver tú y yo, pero a mí me gustaría que se lo dijéramos los dos.
Si decidís decírselo juntos, tenéis que acordar lo que le vais a decir para transmitir coherencia y eso les proporcionará seguridad y confianza en seguir contando con los dos. El dónde decírselo depende de vosotros, de dónde os sintáis cómodos, tranquilos, y los niños perciban normalidad y naturalidad.


Ya sabéis cómo hablar con vuestros hijos. Ahora vamos a entrar en todas los aspectos que la Ley contempla para que podáis hacer vuestro documento de acuerdo.
¿Te refieres a la Patria Potestad, Custodia, Pensión de Alimentos?
¿Y qué pasa con la casa y las deudas?
Sí, esos términos son los que la Ley recoge y también os explicaremos cómo los tratamos en mediación.

Lo que la Ley dice y cómo lo tratamos en Mediación

LO QUE LA LEY DICE

CONVENIO REGULADOR EN EL CÓDIGO CIVIL: documento presentado de común acuerdo, junto con el escrito de petición de la separación o divorcio, o resuelto por el Juez, cuando no existe acuerdo.

ARTÍCULO 90.

El convenio regulador a que se refieren los artículos 81 y 86 de este Código deberá contener, al menos, los siguientes extremos:

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

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

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

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

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

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



PATRIA POTESTAD
Es el poder legal que la ley otorga a los padres sobre los hijos, es decir, el conjunto de derechos y deberes que tienen los padres sobre los hijos menores no emancipados y sobre los mayores incapacitados.
La patria potestad la ejercen conjuntamente el padre y la madre en base al principio de igualdad.

DEBERES Y FACULTADES DE LA PATRIA POTESTAD Art. 154
1º. Velar por ellos, tenerlos en su compañía, alimentarlos, educarlos y procurarles una formación integral.
2º. Representar a los hijos y administrar sus bienes.

PENSIÓN DE ALIMENTOS (art. 142):

"Se entiende por alimentos todo lo que es indispensable para el sustento, habitación, vestido y asistencia médica.

Los alimentos comprenden también la educación e instrucción del alimentista mientras sea menor de edad y aún después cuando no haya terminado su formación por causa que no le sea imputable.

Entre los alimentos se incluirán los gastos de embarazo y parto, en cuanto no estén cubiertos de otro modo".

¿CÓMO SE ESTABLECEN LOS ALIMENTOS? (art. 142):

"La cuantía de los alimentos será proporcionada al caudal o medios de quién les da y a las necesidades de quién los recibe".

BASE DE ACTUALIZACIÓN

Anual, pudiéndose utilizar cualquier medida (incremento salarial, Euribor...), aunque la más utilizada es el IPC.

CÓMO LO TRATAMOS EN MEDIACIÓN

- **NECESIDADES EMOCIONALES Y DE CUIDADO DE LOS HIJOS:** qué necesitan los hijos, a nivel afectivo y de cuidado y atención, según su edad y sus características personales y cómo van a contribuir los progenitores a cubrir esas necesidades (patria potestad, guarda y custodia y sistema de comunicación).

- **NECESIDADES ECONÓMICAS DE LOS HIJOS:** Cuáles son los gastos que conllevan las necesidades materiales de los hijos, como el alimento, la ropa, la educación, los gastos médicos y otros, atendiendo a la edad y al nivel de cada familia y cómo van a contribuir los padres a esos gastos (pensión de alimentos).

- **CÓMO VAN A VIVIR LOS DOS:** Trabajar con los progenitores en donde van a vivir cada uno, teniendo en cuenta el hecho de que los hijos tengan la posibilidad de estar con ambos padres. Si uno va a usar el piso, cómo y hasta cuándo (uso del domicilio).

- **REPARTO DE LOS BIENES Y DE LAS DEUDAS:** Trabajar con la pareja para establecer la lista de bienes y dudas y proceder a su reparto (liquidación).

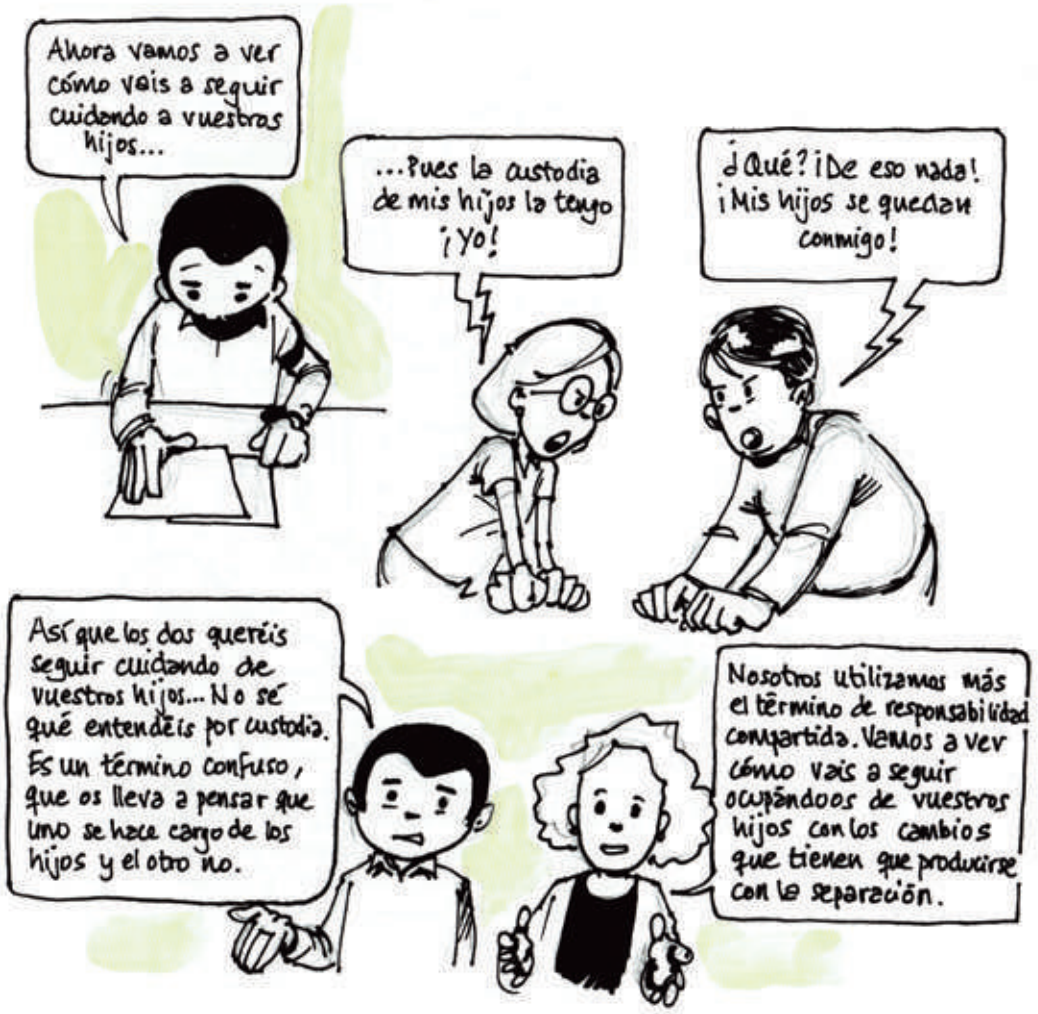
- **APOYO ECONÓMICO:** Cómo se puede tratar la diferencia en la que las personas quedan tras la separación (pensión por desequilibrio económico, Art. 97).

En Mediación nos parece importante la participación de ambos padres en el cuidado y la atención de los hijos/as teniendo en cuenta las actividades diarias que realizan los hijos, sus horarios, y el estilo de vida de cada uno de los padres.

Trabajar con las necesidades de los hijos y ver cómo pueden los padres cubrirlas es diferente de abrir una polémica sobre quién ejerce la custodia.

Tratamos de ayudar a los padres a establecer los gastos de los hijos y acordar su contribución a esos gastos, de acuerdo con sus gastos e ingresos, para lo cual elaboran un desglose pormenorizado de lo que los hijos necesitan diariamente, además de trabajar con ellos en qué domicilio va a vivir cada uno, considerando que los dos necesitan una vivienda para estar con los hijos.

También trabajamos cómo pueden apoyarse económicamente, si tras la separación se produce un desequilibrio en la economía de uno de los dos cónyuges, para que ambos puedan salir adelante, además de concretar cómo dividir los bienes y las deudas.


Ahora vamos a ver cómo vais a seguir cuidando a vuestros hijos...
...Pues la custodia de mis hijos la tengo ¡YO!
¿Qué? ¡De eso nada! ¡Mis hijos se quedan conmigo!
Así que los dos queréis seguir cuidando de vuestros hijos... No sé qué entendéis por custodia. Es un término confuso, que os lleva a pensar que uno se hace cargo de los hijos y el otro no.
Nosotros utilizamos más el término de responsabilidad compartida. Vamos a ver cómo vais a seguir ocupándoos de vuestros hijos con los cambios que tienen que producirse con la separación.


Yo siempre he cuidado de mis hijos y él puede verlos cuando quiera.
Eso queda muy en el aire porque va a ser cuando tú quieras y como tú quieras.
Vuestros hijos tienen una necesidad que es también su derecho de seguir contando con vosotros para que su desarrollo psicosocial sea saludable.
Aquí en Mediación os vamos a ayudar a que acordéis cómo vais a seguir cuidándoles en función de vuestras posibilidades laborales y las necesidades que ellos tienen de cuidado y atención.


Todos estos cambios nos van a llevar a la ruina. ¿Y ahora cómo vamos a arreglarnos económicamente? Porque la separación nos va a dejar muy mal parados.
Yo, desde luego, no estoy dispuesto a pagar un euro más de lo que mis hijos gastan.
Tu obligación es pagar la pensión de alimentos que la ley marque.
Es cierto que ahora vais a tener más gastos, pero se trata de ver qué necesitan vuestros hijos (educación, comida, ropa,...) y cómo podéis cubrirlas entre los dos para seguir ocupándoos de ellos.


¿Yo tengo derecho, por mis hijos, a quedarme en la casa?
Yo no estoy dispuesto a quedarme sin mi casa porque tú te quieras separar.
En Mediación tratamos de manejarnos con un planteamiento distinto al de derechos legales. Entendemos que ambos necesitáis una vivienda para vosotros y para vuestros hijos. Cada familia es un mundo. ¿Os parece que veamos diferentes posibilidades y que reflexionéis sobre ellas para elegir la que recoja el interés de de vuestros hijos y las vuestras?


¿Qué va a pasar con la hipoteca y con el dinero que le debemos a mi madre?
¿Cómo vamos a repartir los coches y el apartamento de la playa?
Como habéis dicho que estáis en gananciales, todos los bienes y las deudas son al 50%, aunque aquí lo que cuenta es lo que vosotros acordéis. Por eso, en los próximos días iremos viendo todos estos temas para ver cómo organizar vuestra vida futura y la de vuestros hijos. Y así finalmente poderlo plasmar en un documento.


"Aquí tenéis la oportunidad de conocer lo que el otro quiere y de esta manera se despejarán las dudas respecto a las intenciones del otro."
"Más adelante, si deseáis podéis buscar asesoramiento legal a través de un abogado experto."
"Aquí no hacemos ASESORAMIENTO LEGAL."
ABOGADO EXPERTO


¿Y con este documento ¿ya estamos divorciados?
El divorcio solo lo puede conceder el juez, y necesitáis contar con abogado y procurador para tramitar vuestro divorcio.
DOCUMENTO DE ACUERDOS

Expectativas y preguntas

ALGUNAS EXPECTATIVAS CON LAS QUE LAS PERSONAS VIENEN A MEDIACIÓN:

ARREGLAR LA PAREJA



ASESORAMIENTO LEGAL



ASUSTAR AL OTRO



TERAPIA INDIVIDUAL



POSPONER LA RUPTURA



ALGUNAS PREGUNTAS QUE LAS PERSONAS HACEN EN MEDIACIÓN

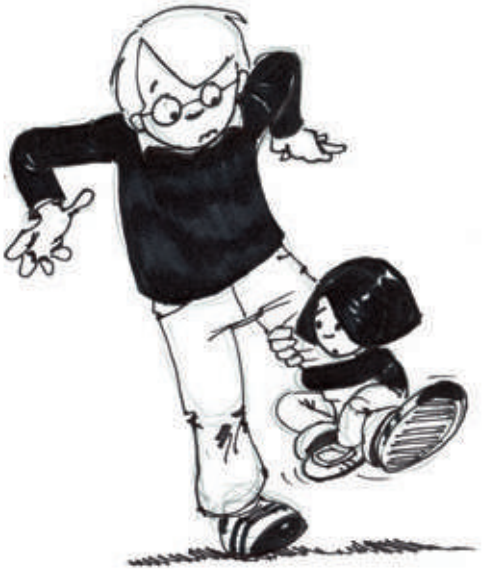



¿Tienen que venir los niños a Mediación?
La separación es un tema que tiene que ver con la pareja, ustedes son los principales protagonistas. Si ustedes quieren nosotros podemos hablar con ellos para explicarles qué es lo que hacen aquí.
En Mediación tenemos en cuenta los deseos y opiniones de los niños, aunque, como en todos los temas importantes, son los padres los que tienen la responsabilidad de decidir qué es lo mejor para ellos.
¿Pueden ellos decidir con quién van a vivir?


¿Podemos ir aunque no estemos casados?
La Mediación va dirigida a parejas casadas y no casadas que vayan a dejar la convivencia, una vez que la decisión esté tomada por lo menos por parte de uno.
¿Es gratuito?
Desde 2018 está subvencionado por la Comunidad de Madrid y es gratuito.


¿Cada uno tiene que tener un abogado?
Si ustedes consiguen acordar todos los puntos del documento para iniciar una vida por separado, pueden usar un mismo abogado para los dos.
¿Qué documentos tengo que traer aquí?
Ya iremos viendo lo que ustedes necesitan y se lo iremos pidiendo.


¿Cuánto dura la Mediación?
Depende de los temas que han de tratarse y de la dinámica de ustedes. Nosotros marchamos a su ritmo. La media de sesiones que tenemos oscila entre seis y ocho.
32
Si mi pareja no quiere venir, ¿puedo yo acudir al servicio de Mediación?
Vamos a intentar que su pareja venga, ya que dificilmente se puede negociar con una parte. Primero es conveniente que usted entienda bien esto y que le parezca bien cómo trabajamos, para que vea el sentido de que venga su pareja.



MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL CUIDADO DE LOS HIJOS

CAMBIO DE ACTITUD PARA EL CUIDADO CONJUNTO

En mediación pretendemos dibujar un esquema con ambos padres de lo que será la aportación de cada uno al cuidado y atención de los menores, tanto en el terreno emocional, como en el material, sentando así las bases de un buen funcionamiento como padres.

El seguir ejerciendo como padre y madre es difícil en una pareja que ha decidido rehacer la vida por separado y cuyo sistema de comunicación es nulo, sin embargo, ofrecemos información tendente a un cambio de actitud que los prepare para el cuidado conjunto de los hijos.

La responsabilidad se mantiene si los lazos afectivos y de convivencia se consolidan con relaciones frecuentes entre padres e hijos. Esto puede conseguirse resaltando la importancia de la "patria potestad" y disminuyendo el de la custodia, así como cambiando ideas estereotipadas sobre el cuidado de los menores en función del sexo.

1. Resaltar el valor de la patria potestad y disminuir el de guarda y custodia.

2. Fomentar el cuidado conjunto de los hijos como derecho-necesidad de éstos, evitando el término "custodia".

3. Corregir errores basados en creencias sobre roles (madre cuidadora – padre pagador).

4. Diseñar, con los progenitores, la forma de cuidar y atender a sus hijos, teniendo en cuenta su sistema familiar y en base a las necesidades de los menores y a las posibilidades de los progenitores.

RESPUESTA DE LOS HIJOS ANTE LA RUPTURA Y SUGERENCIAS DE ACTUACIÓN PARA LOS PADRES

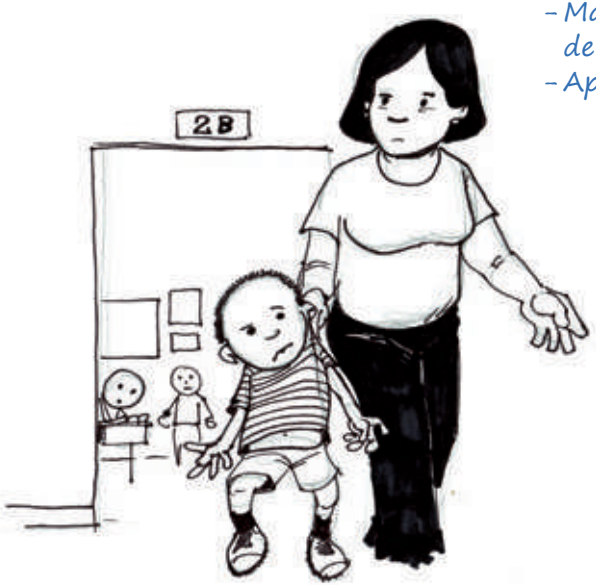
Cada vez que los niños experimentan cambios pueden responder de esta forma y no sólo por motivos de la ruptura. Este tipo de conducta puede aparecer o no aparecer, si apareciera, la labor de los padres es comprenderla como propias de la edad en un contexto de cambio y ayudar a los hijos a que el cambio se produzca con suavidad.

EDAD	POSIBLES RESPUESTAS DE LOS HIJOS	PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA LOS PROGENITORES
0-3	- Llanto, agitación. - Rabietas. - Inquietud.	- Normalizar la convivencia del niño con cada uno de los progenitores. - Interacción frecuente con el niño.



EDAD 3-6	POSIBLES RESPUESTAS DE LOS HIJOS	PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA LOS PROGENITORES
	- Mayor apego a los padres. - Dificultad para dormir y/o con la comida. - Interrupción de hábitos ya adquiridos. - Conductas agresivas. - Miedos.	- Decirles juntos que han decidido vivir separados pero que seguirán ocupándose de los hijos. - Acordar la forma de abordar las dificultades que estos presenten. - Describirles cómo va a ser su día a día con cada uno de ellos. - Confirmarles que la decisión es de los dos y aclararles que su comportamiento no tiene que ver con esta decisión.

EDAD 6-9	POSIBLES RESPUESTAS DE LOS HIJOS	PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA LOS PROGENITORES
	- Dificultades escolares. - Aumento del llanto. - Conflicto con el progenitor que vive habitualmente. - Sentimiento de inseguridad.	- Explicarles la separación antes de que ocurra para prepararles. - Aumentar las muestras de afecto. - Apoyarles en las tareas escolares. - Mantener una imagen positiva del otro progenitor. - Apoyo emocional conjunto.



EDAD 9-12	POSIBLES RESPUESTAS DE LOS HIJOS	PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA LOS PROGENITORES
	- Aumento de conductas de enfado. - Dificultad para expresar los sentimientos. - Idealización del progenitor con el que no conviven y discrepancias con el que conviven.	- Comunicación frecuente con ambos progenitores. - Acordar el sistema educativo (refuerzos-castigos). - Hablar bien del otro como progenitor. - Propiciar la expresión de sentimientos. - Asegurarles el afecto de ambos progenitores.



EDAD 13-18	POSIBLES RESPUESTAS DE LOS HIJOS	PROPUESTA DE ACTUACIÓN PARA LOS PROGENITORES
	- Lucha por su autonomía. - Sentimientos ambivalentes de autosuficiencia y de necesidad de los demás. - Búsqueda de la opinión del grupo. - Desconocimiento ante la ruptura.	- Compartir reglas conjuntas de actuación. - Dar apoyo emocional. - Ofrecer información conjunta sobre la ruptura. - Saber escuchar a los hijos. - Marcar los límites entre su responsabilidad como progenitores y sus necesidades personales.





CÓMO TRANSMITIR LA DECISIÓN DE LA RUPTURA

¿QUÉ DECIRLES?

Explicar los cambios en función de: edad, nivel de compresión, nivel madurativo y conocimiento de la situación.

Informar sobre la coparentalidad.

¿CUÁNDO?

Antes de que se produzca la separación física.

Cuando se tengan claros los acuerdos.

¿CÓMO?

Transmitir la información los dos padres juntos para evitar culpabilidades y dar coherencia.

Dar la información a los hijos, si tienen edades similares. Si hay diferencia de edad los mayores pueden darla a los más pequeños.

¿DÓNDE?

El criterio para seguir es que se haga en un ambiente de "naturalidad" y "normalidad".



CONDUCTAS A EVITAR / PROPUESTAS

A EVITAR	PROPUESTAS
Mentir a los hijos diciendo que no va a cambiar nada, que uno de los padres se ha ido de viaje o cualquier otra excusa.	Fomentar la coparentalidad: los niños necesitan, para un adecuado desarrollo psicosocial, el tener a "ambos" progenitores.
Decir a los hijos que se han dejado de querer, ¿Quién le garantiza al niño que no dejarán de quererle a él también?	Situar a los hijos al margen de la separación, no hacer frentes separando a los hermanos.
Hablar mal el uno del otro en presencia de los hijos.	Evitar criticar al otro padre o madre, delante de los hijos. Si resulta muy difícil hablar bien del otro padre o madre, lo que sí hay que intentar es no descalificarle.
Poner impedimento para que uno de los padres se comunique con los hijos.	



CONDUCTAS A EVITAR / PROPUESTAS

A EVITAR	PROPUESTAS
Intentar ganarse la voluntad de los hijos para formar un equipo, en una "cruzada" contra el otro padre/madre, casi siempre visto como un enemigo.	Defender, ante los familiares propios, la no intervención en el proceso e, igualmente, impedir los calificativos despreciativos del otro padre o madre.
Evitar la interferencia de familiares u otras personas en el proceso del fin de la pareja y en hablar mal del otro padre o madre.	No utilizar a los hijos como vía de transmisión entre los padres; lo que uno tenga que decir al otro debe hacerlo sin intermediarios, sin estar presente el hijo.
Intentar no dejarse llevar por los chantajes emocionales promovidos por los hijos y hablar directamente con el otro padre o madre.	Los padres deben mantenerse firmes y cohesionados frente a imposiciones de los hijos. No acceder a un deseo del hijo no significa ser un mal padre/madre.

¿CUSTODIA COMPARTIDA O RESPONSABILIDAD PARENTAL?

El proceso de ruptura conlleva una disociación instrumental y funcional de la pareja marital y parental, permitiendo que la pareja se separe y que los padres continúen como tales mientras los hijos lo requieran. Esta separación de las funciones parentales de las de pareja es muy difícil de realizar en la práctica, y los problemas principales se dan cuando la pareja sigue teniendo una fuerte dependencia emocional y no consigue el distanciamiento adecuado, o bien, cuando los padres se distancian tanto que dificulta el ejercicio cotidiano como padre o madre. En realidad, se trata de dos formas de responder ante una situación de alta intensidad emocional.

La idea estereotipada de que la mujer es la que debe encargarse de los menores favorece el alejamiento de los padres de la vida de estos, cuando ocurre la separación. Las relaciones se espacian, y el padre se comporta con los hijos como si estuviera de visita. No se atreve a imponer normas

ni a recriminar el comportamiento no adecuado de éstos, por miedo a ir contra lo establecido por la madre, que es quien dirige todo el proceso educativo de los hijos. Así mismo, debe pedirle permiso para cambiar las visitas previstas por ley, sintiéndose poco a poco sin ascendente sobre los hijos, y con una relación más de compromiso que afectiva.

Esta misma idea de madre como cuidadora de los hijos hace que si la que decide separarse es ella, se interprete como una violación de los derechos de madre, considerando a ésta como poco para estar con el hijo, sobre todo si a la decisión de irse se le une el surgimiento de otra relación. Aquí, los obstáculos del padre para una relación fluida del hijo con la madre actúan de igual manera, provocando el distanciamiento del menor y el deterioro de la imagen materna.

La no convivencia habitual con uno de los padres es un cambio drástico que se les puede presentar a los hijos cuyos padres se separan. Este puede influir negativamente sobre los menores si el distanciamiento en las rela-

ciones entre los hijos y uno de los padres es grande, si la calidad de esas relaciones no es percibida como satisfactoria y si el tipo de actividades mantenida con los hijos se reduce sólo a las de ocio, contrastando con las ejercidas por el progenitor que vive habitualmente con éstos.

Los derechos de los hijos son sus necesidades psicológicas y una muy importante es el seguir teniendo a su padre y a su madre, y no sólo desde un punto de vista material sino también recibiendo el apoyo, el amor, el cuidado y la responsabilidad de ambos padres. No se trata de niños huérfanos de uno de los padres, por lo que la separación de pareja no debe obstaculizar ese derecho-necesidad de los menores de estar con ambos padres.

Compartir la custodia es continuar ejerciendo la responsabilidad de los hijos, es seguir ejerciendo como padres de igual manera a como lo venían haciendo antes de la separación, con la diferencia de que el padre y la madre tienen distinto domicilio. La cercanía de los domicilios de ambos

padres propicia la complementariedad de funciones y hace más fácil la atención conjunta de los menores. Se trata de adaptarse a las necesidades de los hijos.

La custodia conjunta no es sinónimo de repartirse a los menores 50%, sino de cubrir las necesidades de éstos entre ambos padres. Lo que es importante es establecer un sistema de comunicación tal que ambos padres se ocupen de los hijos de igual manera a como lo venían realizando antes de la separación, o si se introducen cambios, que éstos sean favorecedores del derecho-necesidad de los menores de estar con ambos padres.

En base a ese planteamiento de que los menores necesitan contar con ambos padres, si los padres tienen la posibilidad de acordar conjuntamente cuáles son las necesidades de sus hijos y cómo contribuir a cubrirlas entre los dos; si ellos son los que deciden cómo regular su vida futura y la de sus hijos, sin que otros lo hagan por ellos, favorecerá un desarrollo armónico de los hijos y evitará el conflicto.

Desde un enfoque mediador, pensamos que la custodia, cuando la pareja no convive, debería seguir unida a la Patria Potestad, que son deberes y derechos para con los hijos, que por ley es compartida, pudiendo solicitar la custodia exclusiva, de forma excepcional, los casos donde se cuestione la procedencia de esta.

Actualmente, ya existe la posibilidad de compartir la custodia de los hijos ¿cuáles son las dificultades para ejercerla? Los cambios legales no se corresponden con los que han ocurrido en el terreno emocional, ya que la ruptura de pareja está presidida por fuertes enfrentamientos que también manifiestan a la hora de acordar esas responsabilidades respecto a los hijos y es difícil enfocar el desacuerdo de los progenitores desde un contexto judicial, cuando las dificultades para el acuerdo son emocionales.

En efecto, el panorama emocional actual no ha sufrido cambios y son, precisamente las emociones, las que dificultan alcanzar los acuerdos sobre cómo atender y cubrir las necesidades de todo tipo que los hijos siguen

necesitando y, en definitiva, si compartir o no el cuidado y responsabilidad de los menores.

La custodia compartida ya es una realidad legal y la dificultad está en que las emociones de la pareja permitan vislumbrar el beneficio de su uso para los hijos. La mediación proporciona el descenso de la intensidad emocional y facilita alcanzar acuerdos.

Los ciudadanos ya tienen la posibilidad de elegir la mediación, ahora esperamos que los profesionales sepan actuar como mediadores competentes y promuevan la preparación de las personas en lugar de tomar decisiones por ellas.

Trinidad Bernal



LOS RESULTADOS NOS AVALAN

RESULTADOS DE LOS 30 AÑOS

Procesos de Mediación solicitados: **5.625**

11.178 personas atendidas

Sesiones realizadas: **25.363**

75.109 llamadas atendidas

Parejas que aceptan el Programa y consiguen acuerdos: 84%

93% de estas parejas mantienen acuerdos.

Los usuarios destacan de los mediadores:

Imparcialidad / Profesionalidad / Trato recibido

En Mediación hemos conseguido:

√ Evitar involucrar a los menores en el conflicto emocional de pareja.

√ Alejarlos del enfrentamiento judicial.

√ Fomentar la coparentalidad.

√ Enseñar a las familias formas negociadas de resolver los problemas.

MODELO DE COMPETENCIA

Bernal, T. (1990)

FUNDAMENTACIÓN
Propicia un ambiente de confianza a través de la credibilidad del mediador.
Fomenta la autodeterminación.
Incrementa la inteligencia emocional.
MÉTODO
Reduce las emociones para evitar que dificulten acuerdos.
Ofrece herramientas a las partes para que realicen sus negociaciones.
META
Conseguir una relación de confianza entre las partes y el mediador que mejore la relación de estas entre sí.
Alcanzar acuerdos consensuados, a través de un buen proceso.

ACTIVIDADES REALIZADAS POR LA FUNDACIÓN ATYME



- Participación en Congresos, Jornadas, Eventos nacionales e internacionales.
- Formación y actualización de mediadores (en colaboración con el Centro APSIDE).
- Investigación.
- Entrevistas con profesionales y medios de comunicación.
- Realización de Jornadas de Mediación (nacional e internacional).
- Elaboración de la revista "Mediación y Cambio".
- Ciclo de Charlas-coloquio/ Cenas-Coloquio/ Desayunos mediados.

PROMOCIÓN DE LA MEDIACIÓN

1990-91: Campaña divulgativa a los Medios de Comunicación. Madrid.
1992: Encuentro Europeo sobre Mediación Familiar. A.P.M. París.
1993: Congreso Internacional de Mediación Familiar. Montreal.
1994: I Jornadas Europeas de Mediación. Colmar (A.E.D.).
1995: I Encuentro sobre Mediación. COP. Madrid.
1995-2019: Formación de Mediadores. Madrid.
1998-2001: Extensión del Programa de Mediación a otras Comunidades.
1998-2001: Ponentes en Congresos Internacionales.
1999-2008: I, II, III y IV Jornadas Nacionales de Mediación. Madrid.
1999-2015: I y II Jornadas Internacionales sobre Menores y Mediación. Madrid.
2005-2008: Creación de la Asociación Estatal de Mediadores.
2001-2009: Seminario de actualización de Mediadores.
2009: Iª Edición de la **Guía de Mediación** de la Asociación ATYME.
2009-2010: Inauguración de conmemoración de los 20 años del Programa de Mediación ATYME.

2012: Publicación del libro **'Cambio social, respuesta emocional ante la ruptura de pareja y valor de la Mediación'.**

2013: Presentación del estudio **'Hijos, mediación y divorcio'.**

2013: Elaboración y difusión del anuncio en vídeo **"¿Conoces la Mediación?"** en el que se representaban mediante cortos animados diferentes ámbitos de aplicación de la mediación.

2014: Publicación **'Guía Adultos Mayores y Mediación'.**

2015: Jornadas Internacionales '25 años trabajando en Mediación'.

2016: Publicación del folleto **'Custodia o cómo seguir cuidando a los hijos cuando dejas de ser pareja'.**

2017: Publicación del libro **'Custodia compartida y mediación'.**

2018: Presentación de campaña de sensibilización (17 mayo de 2018) y Cortometraje **"¿...y si hablamos?"** (29 de noviembre de 2018).

2019: Elaboración y distribución de CD´s del Cortometraje "¿...y si hablamos?".

2019: Publicación del estudio **'¿Custodia Compartida?'.**

2020: 30 años trabajando en Mediación.

OPINIONES DE LAS PERSONAS QUE HAN USADO LA MEDIACIÓN

"La Mediación ha conseguido suavizar las emociones, me ha quitado muchas tensiones"

"La Mediación me ha ayudado a establecer una comunicación rota y eso me parece importante"

"El cuerpo me pedía machacarle y si no hubiera acudido a Mediación no habría ido por las buenas"

"En Mediación me ha disminuido el resentimiento y me ha cambiado la sensación de fracaso"

"En Mediación me he sentido escuchado"

"En Mediación he conseguido acuerdos, nosotros no hubiésemos sido capaces"

"En Mediación hemos decidido nosotros, no hemos asumido algo impuesto"

"Hablar con una persona imparcial ha facilitado el acuerdo, entre nosotros no hubiera sido posible"

"Me ha gustado mucho el método de trabajo, ha sido facilitador, bien estructurado y diferente al proceso legal, se respira confianza"



DÓNDE ESTAMOS

Fundación ATYME

C/ Alcalde Sainz de Baranda 61, 1º C
28009 Madrid
Teléfono: 91 409 78 28
info@atymediacion.es
www.atymediacion.es

900 908 104

Llamada gratuita
Chat: www.atymediacion.es

Fundación ATYME
TUS EXPERTOS EN MEDIACIÓN


MEDIAÇÃO
MEDIAÇÃO

30 años

Fundación ATYME

30 años trabajando en Mediación.

Fundación ATYME

TUS EXPERTOS EN MEDIACIÓN

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL