

The logo consists of the letters 'MRC' in a bold, green, sans-serif font, enclosed within a rounded rectangular border of the same color.

**MRC**

A photograph showing the back view of a man and a woman standing side-by-side, looking out over a bright, hazy landscape. The man is on the right, wearing a light-colored jacket, and the woman is on the left, with long hair.

Revista Científica y de Divulgación de la  
**Mediación y Resolución de Conflictos**

Año I, nº 1 -- SAT Agrovega -- Diciembre 2015



**Tu alojamiento rural donde el confort y el mejor descanso  
van unidos, encuéntralo en [www.duquesadelaconquista.com](http://www.duquesadelaconquista.com)**



Revista de Mediación y Resolución de Conflictos

Edita: SAT AGROVEGA

Director: Francisco Javier Jiménez Canales

DL: AV 131-2015

ISSN: 2445-382X

[mf@mediadoresfamiliares.com](mailto:mf@mediadoresfamiliares.com)

[www.mediadoresfamiliares.com](http://www.mediadoresfamiliares.com)

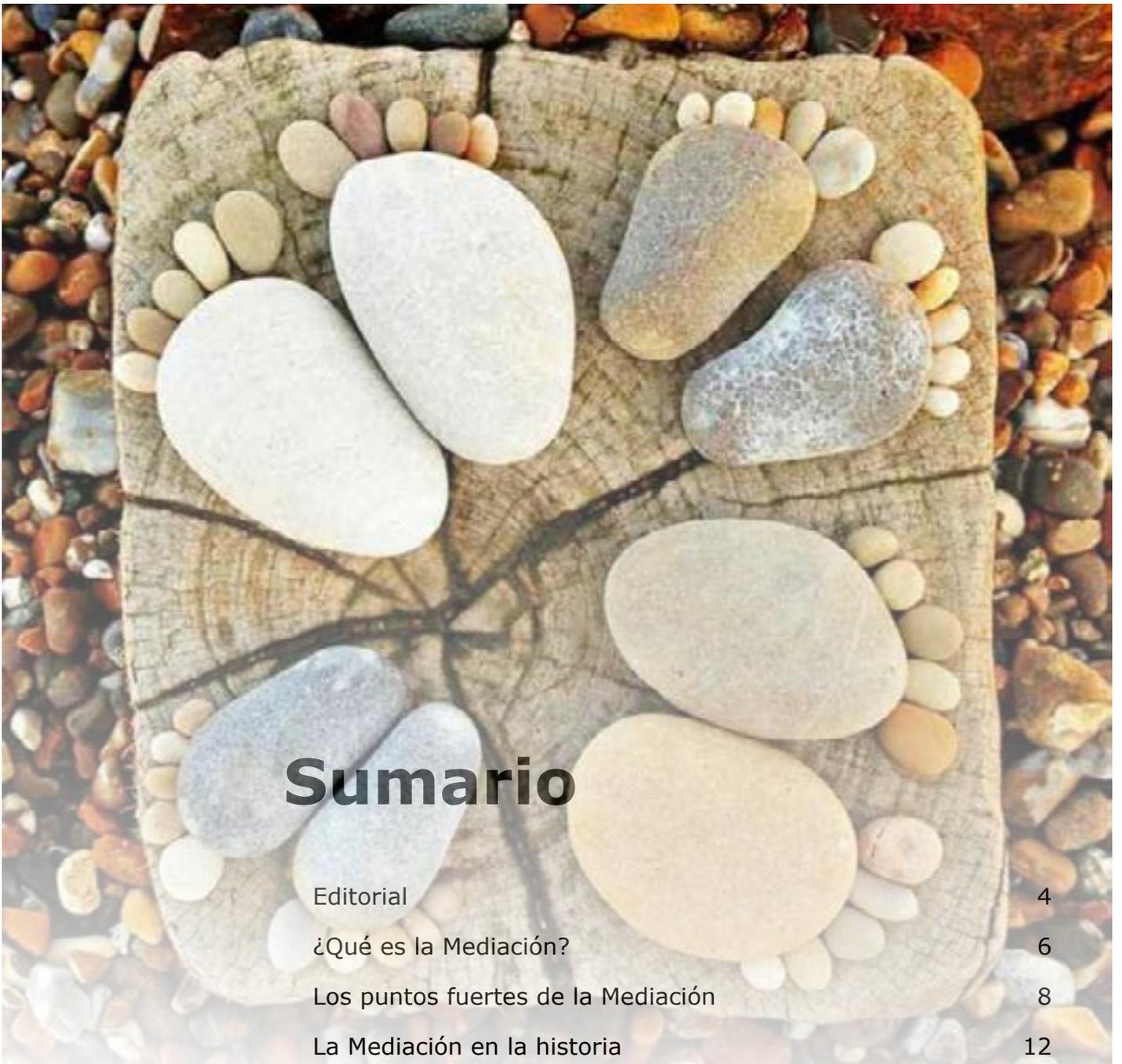
Consejo de redacción: Junta Directiva de SAT Agrovega

Maquetación: Mónica Lamela Colmenar

Precio del ejemplar: 10 euros

Periodicidad: 2 números al año

Si necesita fotocopiar o reproducir algún fragmento de esta edición, diríjase a CEDRO



# Sumario

Editorial	4
¿Qué es la Mediación?	6
Los puntos fuertes de la Mediación	8
La Mediación en la historia	12
La infidelidad como causa de separación y divorcio	16
El maltrato a la pareja	20
El maltrato a los hijos de padres separados	24
La Mediación sanitaria	28
Conócete a ti mismo para mejorar en tu comportamiento	30
Los problemas dan dolor de cabeza	34
Difundir la mediación	38
La Mediación online	42
Formación de Mediadores	46
Epílogo	50



# Editorial

Estimado lector:

Ponemos en tus manos esta nueva revista sobre la Mediación, donde vamos a explicar y detallar cuantos aspectos y ventajas tienen estos procedimientos en los casos de divergencias y conflictos entre las partes.

Pretendemos llegar, desde este primer número, a los profesionales de la Mediación y al público en general, conscientes como somos que el conflicto vive entre nosotros y que a veces no sabemos manejarlo hacia el mejor sentido y hacía la mejor solución.

Los intereses de las personas, sobre todo las que viven juntas, las que más contacto tienen, viven en ocasiones situaciones contrapuestos que superan las normas de entendimiento y que derivan en una confrontación, encontrando fuerte oposición y diferencias en los puntos de vista en las posiciones iniciales. Esto nos lleva a conformar una intencionalidad muy distinta en los objetivos finales, encontrándonos ante unas situaciones completamente antagonistas que nos incitan tomar decisiones y realizar acciones que no son las deseadas. No digamos cuando vemos en el oponente a un rival y nuestros objetivos pasan por rivalizar con el contrario hasta derribarle en sus intereses, dañar su posición y traer la infelicidad. Aderezados con un enfrentamiento verbal, nos enrocamos en nuestro punto de vista, en nuestro enfoque del que no queremos movernos y en un estado inmovilista que impide ver solución alguna, más allá de derribar a nuestro contrario. ¡Ahí tenemos la naturaleza del conflicto!

Llega en este caso la Mediación, como sistema alternativo a la resolución judicial de las diferencia entre unos y otros, como el mejor proceso de restaurar las heridas.

Para que esto fructifique debemos conocer la Mediación y esto es lo que pretende la Revista que tienes en tus manos: Dar a conocer este proceso, analizar los casos y las situaciones que nos resulten más cercanas, conocer qué les ha pasado a otros y como han conseguido superar esos procesos y ver en los demás reflejada una salida y una solución que se nos muestra a nosotros oscura y escondida sin que se nos revele la luz del final.

El conflicto nuestro es algo dañino para nosotros y para los demás, nos cambia el carácter y el trato con los otros, nos hace centrarnos en la lucha que ocupa todo nuestro pensamiento, dejando atrás otras cosas importantes e incluso más urgentes. Olvidamos nuestros valores, nuestra situación, a la familia, a los que nos quieren, nos obsesionamos con lo que nos ocupa y dejamos atrás y damos la espalda a muchas cosas importantes.

**4**

La luz a nuestros problemas con los demás la trae el proceso de mediación don de en busca de la solución final, y todos ganan algo, nadie pierde y se trata

de reconducir las situaciones y restablecer un estatus más amigable que existía antes del conflicto. Es una manera de entender la vida y de posicionarse a favor y no en contra de ninguna persona, de escapar de las garras de cuanto nos pudiera hacer el mal y tratar de encontrar la mejor solución sin hallar ganadores ni vencidos.

Aquí nuestra publicación que esperamos que con la salida a la calle de dos números al año, sea del agrado de todos y con ella encontremos la posibilidad de solucionar todas y cuantas cuestiones nos diferencien y alejen del entendimiento humano.

Esperemos que os guste.

Francisco Javier Jiménez Canales

Hoy 31 de diciembre de 2015

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Francisco', with several horizontal strokes underneath.

# ¿Qué es la Mediación?

## Conceptos básicos

- **MRC**

La Mediación es un proceso extrajudicial para resolver conflictos entre dos o más personas, basado en la buena voluntad de las partes que participan en la negociación de forma voluntaria, en la que interviene un tercero que es un profesional especializado, técnico superior entrenado en el manejo de conflictos, que mantiene la neutralidad, para ayudar a los participantes a llegar a un acuerdo que sea ventajoso para ambos y que sea decidido y aceptado por las partes.

Los Mediadores no son jueces ni árbitros, ni tienen que imponer soluciones a las partes, ni verter opiniones sobre quién tiene razón ni que postura es mejor.

Deben tratar de satisfacer las necesidades de las partes en disputa,

**6**

y su misión principal es regular el proceso de comunicación y conducirlo, con la colaboración de las partes, hacia la solución



*El amor hay que regarlo día a día, como las plantas...*

que éstas crean que les puede favorecer, teniendo que flexibilizar sus pretensiones iniciales hasta que la solución y el acuerdo sea de su satisfacción.

---



*Sentarse, hablar, pensar en el otro. En Mediación todos ganan*

Los acuerdos alcanzados, se plasman en un documento que es firmado por las partes y por el Mediador interviniente y puede ser presentado por los mediados ante el juez, ante el notario o ante la administración, dependiendo de la naturaleza del conflicto.

La Mediación es el método idóneo para la resolución de conflictos, al llevar intrínsecamente menor desgaste emocional, sentimental, económico, etcétera.

Las partes se ven negociando no como enemigos, sino como defensores de sus intereses, pensando en el futuro y sin reprochar causas que en el pasado fueran fuentes de disputas y de discrepancias.

No pensemos que a pesar de las ventajas que tiene en todos los sentidos la Mediación, esto es la panacea y la solución definitiva para todos los conflictos. Debe el mediador hacer que las partes estén plenamente convencidas de que deben realizar esfuerzos para su cumplimiento, dado que los acuerdos se cumplen y se firman con la voluntad de no alterarlos y por supuesto inclumplirlos.

Para ello es muy bueno hacer un seguimiento de los acuerdos de Mediación por parte del profesional que ha atendido el conflicto a los tres meses de su firma, por citar un período prudente, pero también son las partes las que deben, en el momento en el que detecten que algún aspecto del conflicto o se cumple o ha quedado sin definir y tratar del todo, revisar los acuerdos iniciales y volver a tomar decisiones conjuntas antes de que esos "hilos sueltos" den al traste con el convenio inicial.

La Mediación está regulada y recogida en la Ley, es un instrumento valioso para la convivencia, y aún falta en nuestro país que los juzgados la tengan mas en cuenta para aligerar los procesos judiciales, antes de dictar sentencias que puedan perjudicar a alguna de las partes, teniendo en cuenta que siempre hay parte de razón en cada planteamiento de las demandas.

Las Administraciones deberían comprometerse mas con la Mediación como mejor métodos de resolución de conflictos y facilitar el acceso a los ciudadanos a este sistema.

# Los puntos fuertes de la Mediación.

## Pilares que sustentan el proceso

- **Francisco Javier Jiménez Canales**

La Mediación es voluntaria, confidencial y está basada en el diálogo entre las partes, en un proceso regido por el Mediador que actúa como tercero independiente y neutral.

En el proceso de Mediación se trata de resolver y prevenir desavenencias, discrepancias, disputas, conflictos y litigios, desde la confidencialidad, con mayor rapidez y menor coste emocional y económico que en cualquier otro procedimiento.

Los tipos de conflictos que se tratan en Mediación son los relacionados con la convivencia familiar, como separaciones y divorcios, los problemas de comunicación entre padres e hijos, o hermanos o con la comunidad de vecinos, con la empresa, entre empresa y empleados, conflictos intracomunitarios, desarrollo de herencias, amistades deterioradas e incluso para resolver problemas entre la administración y los ciudadanos.

Para que pueda desarrollarse la Mediación, tenemos que estar en un escenario ausente de violencia y de situaciones en la que las partes o alguna de ellas, estén influidas por drogas, estupefacientes o medicamentos que anulen la voluntad y la capacidad de negociación, así como por la influencia de terceras personas que anulen la voluntad individual de cada persona.

Las partes son tratadas como iguales, sin que haya vencedores ni vencidos después de un acuerdo y se considera como el mejor método para resolver conflictos, lo que hace que se im-

ponga frente a la cultura del enfrentamiento, posesionándose como el procedimiento más eficaz frente a la solución judicial y proporcionando a la justicia una herramienta inmejorable para resolver las diferencias entre las partes, pudiendo llegar a acuerdos que satisfagan a todos, siendo siempre lo ideal para llegar a un acuerdo amistoso antes que el impuesto por un juez.

Teniendo en cuenta que en la Mediación hay que considerar a las personas con capacidad para negociar y llegar a acuerdos y que las partes tienen la capacidad de resolver por sí mismas las diferencias con los otros y las disputas y discrepancias, para desatranchar estas situaciones distantes hay que tener en cuenta que los principios de la Mediación y sus pilares donde se sustenta un proceso son:

### LA VOLUNTARIEDAD

En el proceso participan de forma voluntaria las partes y el Mediador que actúa como tercero imparcial. Esta característica debe ser aceptada, puesta de manifiesto por escrito en el acta de inicio del proceso y firmada por las partes antes del comienzo de las sesiones.

### LA NEUTRALIDAD

El Mediador que interviene en el procedimiento será neutral sin que exista ningún vínculo anterior con ninguna de las partes y procurará que su intervención sea equidistante e igualitaria en cuanto al tiempo, a las sesiones individuales y en el trato con unos y otros.



*Menor daño emocional y reducción de la conflictividad*

## **LA IMPARCIALIDAD**

De ninguna manera el Mediador tomará partido por ninguna de las partes y lo pondrá de manifiesto en las reuniones, en el trato individual y en conjunto. No se decantará ni hará juicios de valor, ni juzgará ni dará la razón a uno u otro, pues no es juez, sino facilitador del diálogo y distribuidor equidistante de las oportunidades para expresar las posiciones e intereses de las partes en conflictos.

## **LA CONFIDENCIALIDAD**

Creando un clima de seguridad en lo referente a las reuniones, tanto individuales como en común, nada de lo que salga en el procedimiento de Mediación, salvo aquello que sea constitutivo de delito, se quedará en secreto entre los participantes sin que pueda ser usado en ningún otro proceso como acusación contra el otro.



*Un proceso tan natural como la vida misma*

## **LA PRIVACIDAD**

Para mantener la mayor privacidad, la Mediación debe desarrollarse en espacios adecuados y a ser posible en salas independientes donde las partes se sientan cómodas y puedan entrevistarse de forma individual o colectiva, con total garantía de privacidad.

ro de intervenciones o de ideas discutidas y tratadas, gozando cada una del tiempo necesario para que la comunicación sea efectiva y correcta.

## **LA COMPLETA IGUALDAD**

**10**

El Mediador garantizará la igualdad en el tratamiento respetuoso a las partes y equilibrará las intervenciones de cada una procurando que sean de igual tiempo expositivo o cuando menos del mismo núme-

# MUSEO DE ESCULTURA AL AIRE LIBRE VSM



## VEGA DE SANTA MARIA - ÁVILA

Entrada libre. Abierto todo el año

Mas información: <http://www.vegadesantamaria.com/MuseoVSM.htm>



# La Mediación en la historia.

## Los Hombres Buenos

- FJJC

La Mediación como forma de resolución de conflictos, no es algo novedoso que se haya inventado en los últimos tiempos, ni es un invento para adelgazar los armarios de los juzgados, ni obedece a algo moderno que se estuviera imponiendo ahora porque seamos recientemente más sabios o indulgentes o que hubiera nacido por al aumento de divorcios al actualizarse la Ley.

Las personas mayores, sobre todo las de los pueblos, han conocido y saben quienes eran y como actuaban "Los Hombres Buenos".

Esta figura no es novedad ahora con el auge de la Mediación, ya existía y sobre ellos les vamos a hablar: Se trata de esa persona de edad y sabiduría que había en los pueblos sobre todo y que era capaz con su intervención de resolver los problemas vecinales del municipio. Aceptado por las partes en los conflictos, sus intervenciones eran asumidas como las más justas y de acuerdo a los intereses de ambos y se aceptaban de acuerdo con sus recomendaciones.

Podría no ser la misma persona en los municipios, pues de acuerdo con la naturaleza de la disputa, se elegía a una u otra persona, siempre experta e imparcial. Para ello, cuando se trataba de asuntos en conflictos relacionados con los campesinos, como las disputas de tierras, traza-

do de lindes, caminos, servidumbres, acequias de riego, pozos, se llamaba a un agricultor de avanzada edad y de prestigio, formal e imparcial al que se le consultaba y quien dictaba





*Aprender de la historia y de nuestros antepasados*

sentencia que se ejecutaba sin respuesta ni apelación. Si se trataba de un asunto donde se litigaban paredes de edificios urbanos, me-

dianías, goteras o particiones, se llamaba a un albañil reconocido para que hallara la solución.

*El respeto al otro, una victoria que aún hay que conseguir*

En las relaciones comerciales como ventas y compras de tierras o casas, de productos o animales de labor, si alguna de las partes no había cumplido el compromiso inicial o el trato que se había pactado, la intervención del "Hombre Bueno" concluía con la puesta en común de las condiciones y los acuerdos que se sellaban con un apretón de manos y tenía entonces más validez que una escritura registrada notarialmente.

Los  
Hombres  
buenos"  
eran tam-  
bién fieles  
testimonios



de los acuerdos tomados sobre la resolución de herencias o testamentos, donde el papel no tenía sentido si las partes no sabían leer o escribir. Desde antiguo esta figura, hoy reconocida e institucionalizada como el Mediador, tenía un precedente: "El individuo del estado llano". Un ciudadano, mayor de edad, que se considera con honradez y bondad suficientes para intervenir en los actos de la vida civil

La Ley de Enjuiciamiento Civil lo define como: "Mediador en los actos de conciliación. Arbitro o arbitrador a quien las partes someten la decisión de algún negocio".

En casi todos los procesos judiciales, los abogados, tratan de buscar la avenencia y se convierten en asesores a fin de evitar transacciones precipitadas o perjudiciales para los intereses de las partes, por ello en los actos de conciliación, sometidos antiguamente a aquellos procedimientos, dice la Ley que tanto el demandante como el demandado deben concurrir acompañados cada uno por un hombre bueno, que "han de ser españoles y gozar plenamente de sus derechos civiles. Si acuerdo no hay, son los Hombres Buenos los que deben procurar avenirlos" (arts. 470 y 471).

La Ley contempla también que se puede dar el caso que, cuando sea por urgencia y como extraordinario, a falta de secretario judicial, el juez de instrucción formará el sumario "con la intervención de un notario o de dos hombres buenos mayores de edad, que sepan leer y escribir, los cuales jurarán guardar fidelidad y secreto" (art. 321).

La intervención de esta figura de los "hombres buenos" está regulada también en la Ley para los casos de faltas o mal intenciones y les afectan las penas establecidas para el cohecho de los funcionarios públicos (art. 388 del Cód. Pen. Esp.).

En el Derecho histórico español, "Hombre Bueno" está tomado como si se tratara de un juez ordinario del distrito, el testigo digno de crédito y ciertos vecinos de buena fama y cualidades que investigaban los homicidios en unión del alcalde de barrio o parroquia.

Reconocido desde muy antiguo, la figura del Hombre Bueno, que aparece en la legislación española en la Ley de Enjuiciamiento Civil, como el que ayuda a encontrar una solución al conflicto calificado como "el sabio mediador" que tiene ese don natural y que es reconocido desde muy antiguo.





de siempre que había que tener un hombre (o mujer) que, por su sentido común, por su seriedad y formalidad en tratar los asuntos y avalados por su buen hacer en sus intervenciones, fuera capaz de encontrar una solución a los problemas que se les planteaban y aportara coherencia para encontrar una salida digna.

Tanto ha sido así, desde siempre, que ya en las Partidas de Alfonso X el Sabio, en el Título IV de la Partida III, en su Ley Tercera y también en otras, cuando se refiere a los hombres buenos, se apunta:

*"que sean leales e de buena fama e sin mala cobdicia. E que ayan sabiduría, para judgar los pleytos derechamente por su saber o por uso del luengo tiempo. E que sean mansos e de buena palabra a los que vinieren ante ellos a juyzio".*

Ya desde antaño, quedan definidas cuales son esas cualidades innatas o adquiridas que se precisan para ser mediadores, o jueces como dicen las partidas. Pues se trata de cambiar el enfoque del texto de "judgar los pleytos" por mediar y ya tenemos al actual mediador, heredero del Hombre Bueno dotado de buena voluntad y garantías de saber tratar los asuntos para llegar a acuerdos.

Miles de historias y chascarrillos, de anécdotas y de asuntos tratados, pasan de boca en boca y dan sentido a innumerables casos que aún hoy trascienden a la actualidad en numerosos pueblos sobre particiones, usos y disfrutes, legados de propiedad, derechos de paso y otros acuerdos que gracias a la intervención de esos Hombres Buenos de la antigüedad, cambiaron la naturaleza del conflicto y se han convertido en costumbre que hoy prevalece en los juzgados a la hora de imponer sentencia por algunas disputas. Aquellas soluciones negociadas, abocaron hoy en acuerdos que evitaron el enquistamiento del conflicto e hicieron, gracias a la intervención de los Hombres Buenos, llegar a una resolución que propiciara la mejor convivencia.

# La infidelidad como causa de separación y divorcio

## Un tercero en la pareja punto de discordia

- **MRC**

La aparición de una tercera persona en la pareja, que toma protagonismo y desvía los sentimientos y la atención al otro, como causa o consecuencia de una crisis de pareja o un distanciamiento, en la mayoría de los casos aboca a la separación o al divorcio.

Las causas son diversas y algunos estudios de los que aquí damos cuenta, relacionan la infidelidad con la relación económica de la pareja y la dependencia que supone esto y como afecta a la relación.

Para ilustrar este artículo, resumimos brevemente un caso que tratamos en nuestro gabinete de una pareja con dos niños pequeños que llegaron a la pérdida total de afectividad, al perder el padre el empleo, depender económicamente de su mujer y él no colaborar en nada en la casa, ni en las tareas domésticas, ni en el cuidado de los hijos. "Llego del trabajo y hay un hombre en casa" decía la mujer y madre de los niños, al referirse a su marido.

Este caso nos llevó a analizar los estudios que reflejamos a continuación:

Se ha publicado que cuando el hombre depende un 100% del ingreso económico de su mujer, más posibilidades tiene de serle infiel. Hasta tres veces más que las mujeres que dependen de sus maridos, concluye la socióloga Christin L. Munsch, de la Universidad de Connecticut, que afirma que existe un 5% de probabilidades de que una mujer que es completamente dependiente

económicamente de su marido le sea infiel, mientras que los hombres que dependen de las mujeres tienen un 15% de posibilidades de tener una aventura amorosa.



*Prometo serte fiel*



*Mirar al otro como uno mismo, verse reflejado en él. Cada día, cada mañana, un canto de amor*

Sin entrar en las causas y en la veracidad de las respuestas a las encuestas, la que más fiabilidad nos ha proporcionado en el asunto de la infidelidad, es la que dice que son entre un 20 y un 30% de los hombres casados y entre un 10 y un 15% de las mujeres casadas, los que han tenido una relación extra-matrimonial. La credibilidad viene dado porque la encuesta no se ha basado en la exacta respuesta al no ser el asunto admitido por todos, sino interpretada por los expertos.

Otro estudio, publicado en la revista científica *American Sociological Review*, asegura que el ser económicamente dependiente, choca con la idea de hombría, de masculinidad y de capacidad del hombre, macho dominante, capaz de sacar adelante su familia y cumplir las expectativas sociales, con lo cual atribuye estos resultados a un tema cultural sobre lo qué significa ser un hombre.

Si esto es una causa, podemos afirmar que la infidelidad sería una forma de restablecer la masculinidad de aquellos hombres dependien-

tes económicamente de sus mujeres, lo que hace que se sienta amenazada su identidad y su masculinidad, enganchándose en conductas hiper-masculinas...y el sexo, es una de las principales que sienten asociadas a su masculinidad.

Otro de los aspectos destacables del estudio de este tema es que las mujeres que trabajan y cuyos maridos dependen de ellas económicamente, son las que menos posibilidades tienen de engañarlos y de traicionarlos siéndoles infieles: sólo un 1,5%.

Así pues y relacionado con el caso anterior de mediación que exponíamos al principio, observamos que no es un caso único y que son muchas las mujeres, como sabiéndose sostenedoras de la casa, rompen las normas sociales y se sienten culpables muchas veces, tratando de aumentar el sentimiento de masculinidad de sus hombres, a través de realizar también la mayoría de las tareas del hogar.

Algunas mujeres toman estas decisiones con un pensamiento cercano al de hacer todo lo que esté a su alcance para que la relación permanezca intacta y no serían infieles para no ponerla en peligro, sumando además el escaso tiempo para infidelidades, al estar permanentemente ocupadas.

Sin embargo, cuando se trata de hombres, aunque trabajen todo el día, el tiempo y la oportunidad no parece ser un problema para tener una aventura amorosa. Los hombres, cuyas mujeres son totalmente dependientes de ellos, tienen más posibilidades de ser infieles. Los casos de famosos y de hombres de éxito que son infieles a sus parejas, son un espejo para los comportamientos sociales de otros hombres por las actuaciones por imitación.

### El por qué de la infidelidad

La razón mayoritaria de los hombres en sus respuestas a esta pregunta es que dicen que son infieles cuando su vida sexual no los satisface y las mujeres porque quieren atraer la atención de otra persona, dado que de su pareja no la tienen.

Sin embargo, de todas maneras, ambos, tanto hombres como mujeres coinciden en que no buscan un romance para abandonar a sus parejas sino como una forma de mantener sus relaciones en la forma más llevadera y ponerles un atractivo condimento.

Entre las carencias que achacan, las principales mencionadas son:

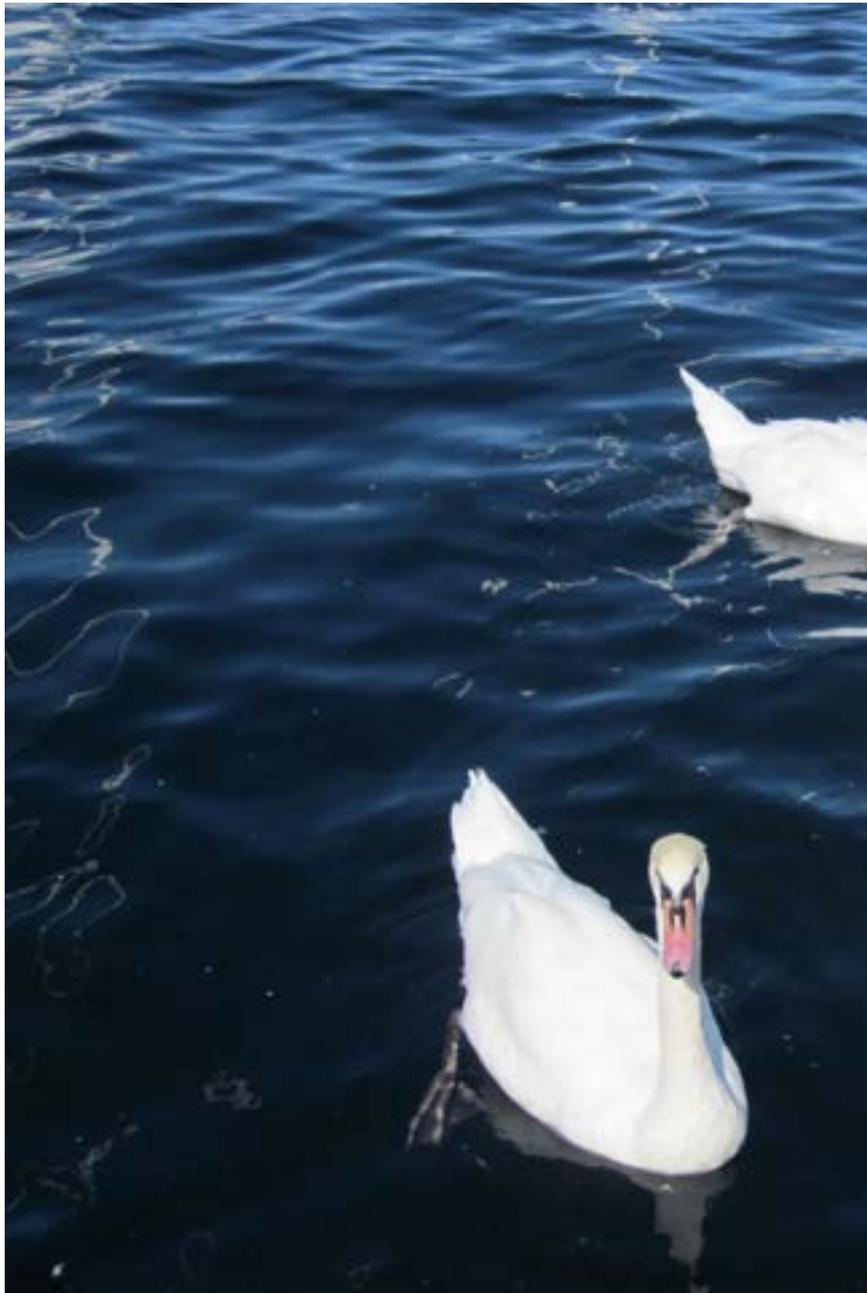
- La falta de atención y de afecto
- La búsqueda de romper con la rutina de las relaciones largas.

La muestra en la encuesta está realizada entre aquellos casados desde hace más de 10 años y de ellos, más del 60% tiene hijos. La primera vez, suele ocurrir cuando la pareja atraviesa el cuarto año.

Otro dato fiable es el que dice que en su círculo más íntimo de amistades, conocen al menos dos de cuatro que han cometido una infidelidad.

**18**

La realidad en los estudios de Mediación que nosotros hemos



*Lo mas sano es expulsar las dudas*

abordado y estudiado, es que la separación y el divorcio es una consecuencia de las infidelidades que supone la destrucción de la pareja y que cuando hay aceptación de los hechos, por vínculos de dependencia económica, la pareja no mejora, asume y pierde la igualdad si es que alguna vez la hubo.

Si hubiere perdón, la totalidad de las veces será necesario un compromiso pactado de condiciones que restituyan esa igualdad y mucho trabajo en acciones destinadas a recuperar la confianza.

Cada pareja es un mundo y cada persona otro. Ningún caso es igual. Pero lo que sí es claro es que la infidelidad no es un aliciente, ni



En un acuerdo de Mediación que pretenda cerrar con el perdón del ofendido la traición efectuada en la pareja, debe ser tratado con mucha delicadeza como hemos visto anteriormente, dado que pueden producirse episodios de rememoración de los hechos, de utilizar el pasado como argumento contra hechos del presente u otras alternativas que den al traste con el proceso. Debe por tanto presentar la Mediación como un enterramiento total de los hechos vividos.

En el caso de la separación por la intervención de un tercero, una vez que la pareja ha decidido romper los vínculos hay que tratar también de que no exista ningún sentimiento de odio o rencor que no enturbie el futuro. Es verdad que siempre hay una víctima y es cierto que traer al recuerdo los hechos causa dolor, pero conociendo todo esto es como debemos afrontar un acuerdo de Mediación que deje bien pulido los agujeros que puedan presentarse en el futuro y que puedan ser usados como saeteros para lanzar dardos y hacer daño al otro.

La solución tiene que venir de que el acuerdo sea lo que las partes quieran, pero por muy ácidos y duros que sean los hechos acaecidos hay que sacarlos, ponerlos encima de la mesa para que sean analizados, tratados y sometidos al criterio de las partes que son en definitiva los que van a dirigir su futuro y su relación en el resto de sus días.

un revulsivo para la vida de la pareja, como se esfuerzan en verter algunas redes sociales dedicadas a promocionar la infidelidad y el morbo que produce lo desconocido, lo prohibido y lo peligroso.

Las crisis de pareja, las desmotivaciones, las rutinas y la desidia se pueden tratar. El conflicto emocional producido por una infidelidad, acaba casi siempre en la destrucción definitiva de la pareja y con los consiguientes daños colaterales, sobre los hijos y los familiares.

### **Buscando una solución**

Para tratar un problema de infidelidad en la Mediación tenemos que tomar uno de los dos caminos que se presentan: o el perdón del ofendido o la separación cordial evitando la acritud.

# El maltrato a la pareja

## Bajo violencia no hay Mediación

- **MRC**

Cuando una de las partes que acuden a Mediación, ha sufrido o sufre violencia ejercida por la otra parte, no puede ni cabe mediación alguna. El maltrato es una de las causas que hacen que la Mediación no sea posible.

Los numerosos episodios que conocemos por los medios de comunicación de maltrato en la pareja que, lamentablemente vivimos con demasiada frecuencia, donde los execrables casos llegan a finalizar con la muerte de alguna de las partes, sobre todo mujeres, e incluso afectando a otros inocentes, nos deben poner en guardia para que afrontemos y sensibilicemos todos en nuestra sociedad, de esta lacra que sin duda debe erradicarse.

Las autoridades, ya hace tiempo que se pusieron manos a la obra para intervenir y evitar esto y nos dieron leyes para proteger a las víctimas y luchar contra el maltrato. El teléfono 016, atiende a estos casos y es garantía de protección. Anuncios en los medios de comunicación, tratan de levantar los casos ocultos y dar garantía de acogimiento a los afectados, cuidando a los débiles y no dejando solas a las víctimas frente al maltrato. Tratan de concienciar de que vivir bajo el maltrato no es común, no es aceptado y que hay una salida digna. Profesionales diversos están a disposición de quien lo necesita y aportan soluciones en todos los casos.

Vamos a conocer que es el maltrato y abordar este aspecto que, al no poder ser tratado desde la conciliación amistosa, simplemente porque no hay igualdad y alguna parte es más

vulnerable que la otra y no actúa libremente, sin coacción o amenazas.

El maltrato es la acción y efecto de maltratar (tratar mal a una persona, menoscabar, echar a perder). El concepto está vinculado a una forma de agresión en el marco de una relación entre dos o más personas.

En el contexto en que decimos que no cabe la Mediación, pasa por aquellos casos que van desde los insultos, cuando no son ocasionales sino continuos, hasta las agresiones físicas que un abusador propina a su pareja.

### **DIVERSOS TIPOS DE MALTRATO**

Hay diversos tipos de maltrato que clasificamos como de tipo físico, de clase sexual e incluso emocional. En este último, puede realizarse por parte del maltratador de varias formas, ya sea mediante la intimidación o a través del atemorizamiento, la degradación de la otra persona, la indiferencia, la reclusión, el rechazo, la marginación, etcétera.

Para detectar estos casos, nos fijamos en los muchos síntomas que indican que una persona está siendo víctima de malos tratos. En el plano psicológico se encuentran el aislamiento que tiene respecto a familiares o amigos, la mirada huidiza que presenta la víctima, la baja autoestima que muestra, una escasa capacidad de comunicación producida por el temor a lo que dice o incluso a con quien habla, la sensación de culpabilidad y sentirse responsable de lo que sucede, los sentimientos de vergüenza e incluso una dejadez de tipo social



*La violencia es contraria a la Mediación*

que también afecta a lo personal.

## CATEGORÍAS DE MALTRATO

Si hablamos de categorías, podríamos decir que el maltrato más leve es aquel que se produce en una situación espontánea o esporádica y que suele estar relacionado con la falta de respeto y la agresión verbal. Si bien suele ser el inicio de una situación venidera más cruda, si se para a tiempo, puede terminar de forma abrupta y sin mayores consecuencias.

Si el maltrato es constante, se produce a diario y entra dentro de la cotidianidad de la convivencia, resulta mucho más grave, porque puede dejar marcas físicas y huellas psicológicas en la víctima.

Entramos entonces en lo que conocemos como violencia de género que es el que se produce en el seno de la familia. Este es un problema social muy importante que, como nos referíamos antes, ocasiona numerosas víctimas mortales. Por lo general, aunque no de manera excluyente, el maltratador suele ser el hombre, quien hace uso y abuso de su fuerza física contra la mujer y los niños. Las cifras de muerte

p o r  
v i o -  
l e n -  
c i a  
d e  
g é -  
n e r o

son espeluznantes y debiera levantar el común rechazo de todos los que formamos nuestra sociedad.

Parecida a esta tipología encontramos el maltrato infantil, cuando la víctima son los niños que conviven con el maltratador, hijos suyos o de su pareja, que sufren las agresiones, casi siempre junto a las de la mujer.

*¿Darías tu vida por salvar a un desconocido? ¿Por qué quitársela a quién has querido?*



Casos hay de madres y madrastras que ejercieron este maltrato con los más pequeños e indefensos de la casa, muchas veces inducidos o afectados por el consumo de estupefacientes o motivados por otras causas cuya justificación es imposible de encontrar.

No olvidemos otra categoría de maltrato, afortunadamente hoy incluida en el código penal para ser castigada, es el maltrato animal. Este, como su propio nombre indica, abarca todas aquellas acciones que se realizan con el objeto de causar un daño a cualquier animal. Suelen ser mascotas ya no deseadas y se lle-

van la primacía los perros.

Las agresiones no son sólo físicas como golpes, palos o pinchazos, sino que también se consideran faltas no proporcionarles los cuidados básicos y necesarios para sobrevivir.

Definido el maltrato, su tipología y la categoría, queda como deber de nuestra sociedad, estar atentos para detectar estos casos y denunciar a los agresores, dado que nuestra acción puede salvar una vida.



# El maltrato a los hijos de padres separados

## Otra forma de hacer daño

- **MRC**

Cuando una pareja se separa, y son más de cien mil las que se rompen al año, se tiende a pensar que las víctimas indirectas son los niños. ¡Cuanta razón tienen!

Claro que son los niños los que sufren ese desencuentro y una nueva vida que no han elegido ellos y a la que tienen que enfrentarse y acomodarse.

Son conocidos los casos de los niños con las maletas de un lado a otro, en peregrinación constante de casa de su madre a la de su padre y es conocida también como en tertulias y conversaciones comentamos como un juez que ha querido evitar esto ha "castigado" a los padres a que sean ellos los que se muden periódicamente sin que los niños se cambien de casa.

Todo está muy bien y a todo eso lo aderezamos con que si la separación ha sido amistosa, de mutuo acuerdo o impuesta e incluso empezamos a comentar como en un mismo piso de pocos metros cuadrados viven con el niño sus padres y las parejas de los padres, y ponemos todo el picante que queramos pero olvidamos lo principal, unos niños que sufren un maltrato proporcionado por los padres que poco a poco les hacen derribar la idea idílica que los menores tienen de sus mayores. Es a esos casos que utilizan a los hijos para lanzarlos contra los padres a los que nos referimos aquí, a los hijos que son utilizados para hacer daño al otro, vertiendo en su cabeza opiniones interesadas en hacer ver a los menores que su padre o su madre no es como

ellos piensan sino el ser malvado causante de todos los males y de lo que se pretende conseguir mucho que su trato con él o ella sea nulo. Esas opiniones son como la gota malaya que pasito a pasito va descubriendo del otro esas negativas cualidades y tienen el objetivo de causar el mayor daño al progenitor contrario.

Ese es un tipo de maltrato que debe ser tratado y erradicado. Tiene que ver con los acuerdos de Mediación cuando la pareja se separa mediante negociación amistosa, pero tiene que estar penado cuando se detecten esos comportamientos anómalos entre los componentes de las exparejas que utilizan a los propios hijos para lanzarlos contra el otro que antes fue compañero y ahora es enemigo. Se produce esto cuando no hay tratado un acuerdo que evite ese conflicto de lealtad que debe pactarse y razonarse previendo que pueda pasar esto que hablamos.

Detectar y probar esto es lo difícil. Cuando hay maltrato físico, los profesionales de la salud, saben distinguir muy bien lo que es una herida o una marca de un golpe producido fortuitamente por una caída a la de un golpe proporcionado por violencia física. Eso se detecta muy bien y las normas de actuación y el protocolo a seguir está muy bien trazado y marcado.

Las estadísticas en estos casos son contundentes y de hecho se cuantifican, pues son más de 400.000 los casos de maltrato físico que se producen en España anualmente. Pero los casos de niños a los que se va inculcando que su padre o su madre no es lo que ellos piensan y que es el otro progenitor y el que



*Los niños, víctimas inocentes*

tiene la culpa de todo lo malo que los pasa, bien por no hacer nada al respecto, por haber actuado mal o por el simple hecho de existir, no está cuantificado ni detectado en todas las situaciones. No olvidemos que este es un caso de maltrato y de al menos, comportamiento anómalo en la educación de los menores.

Sí sabemos que estos casos aumentan y son más proclives los inocentes hijos a sufrir este tipo de maltrato cuando se trata de los infelices que tuvieron la mala suerte de nacer fruto de una relación anterior y son rechazados por la nueva pareja, así como los ilegítimos o los que padecen algún tipo de deficiencia. En todas estas situaciones es más fácil que se produzca este tipo de maltrato según arrojan los análisis de algunos casos que tienen este factor común.

No hay que desdeñar esos otros casos de parejas normales que deciden separarse y también vierten opiniones y razonamientos a los menores, fruto de la insidia de un progenitor contra el otro que tiene el objeto de enfrentar a los hijos con el padre o la madre contraria. Estos casos son más comunes de lo que podríamos imaginar y se da en todas las clases sociales, incluso a veces por sistema y casi sin pensar si se hace daño a sabiendas o no, solamente con la intencionalidad de enviar el mensaje al menor de que quien culpa a la parte contraria es mejor que el otro. Ese comportamiento se produce adjetivando la actitud del contrario y crea en el niño un verdadero conflicto de con quien debe ser leal y que los menores, situados entre dos fuegos, no tienen culpa de que uno de los dos se aleje y con ellos toda la familia que le ha rodeado hasta ahora.

Habría que tratar de evitar que los hijos no terminen odiando a uno de sus padres, pues ellos no tienen culpa ninguna de la separación y para los niños, siempre serán sus padres.

No es nada bueno para su futuro que un hijo, que tiene una idea de sus padres, se le vaya desmoronando esa imagen que tienen idealizada al escuchar atentamente como le van di-



ciendo que su padre o su madre sólo busca la felicidad propia y la vida cómoda sin el hijo que le estorba o que nunca le han querido o no cumplen con su deber, restando felicidad al niño.



# La Mediación sanitaria

## Algo mas que atención al paciente

- **Javier Jiménez**

La Mediación en el ámbito sanitario y hospitalario, pretende resolver los conflictos que puedan surgir entre usuarios, sanitarios, proveedores, responsables técnicos, directivos y cuantos profesionales intervienen en el mundo de la salud.

La Mediación entre los profesionales es un buen método para no tener que acudir a los juzgados ganando así en rapidez en la respuesta, en confidencialidad y propiciando la reparación de daños con más garantías y menor coste emocional.

Sabemos que nuestro sistema de salud, es deficiente en muchas ocasiones en recursos y que las listas de espera son a veces, de periodos muy largos que los pacientes no entienden que pueda ser así. Esto genera tensión y disconformidad en muchos casos, que termina con las malas relaciones entre médico y paciente e incluso con las discrepancias de varios especialistas sanitarios que genera conflicto. Además los gestores de hospitales y centros médicos, se ven también involucrados por la parte de su responsabilidad, así como con las empresas que suministran servicios y las que forman parte del equipo logístico como los proveedores.



*La sanidad, fuente de conflictos*

abocado a generar situaciones conflictivas que terminan en la vía judicial con el consiguiente gasto económico, dilatación en el tiempo y difícil restauración de necesaria cooperación y confianza que se precisa en estos casos.

Por otro lado, la demanda de los pacientes, inmersos de en interminables listas de espera, generan situaciones propicias y cercanas al conflicto con las más inesperadas aunque previsibles consecuencias, habiéndose registrado casos de violencia que son indeseables.

El sistema público de salud, de la seguridad Social, ya prevé desde hace tiempo a través



*Procurar la salud de todos los demás y buscar la conformidad es tarea difícil*

de la Atención al Paciente, que puedan aminorarse los conflictos trabajando para dar soluciones a los demandantes de servicios sanitarios y tratan de gestionar de la mejor manera los recursos que posee el sistema.

La Mediación en sanidad es un recurso que se impone por las ventajas antes señaladas y que pretende ir un poco más allá al poner en contacto directo los intereses y las necesidades de una parte que son los pacientes, frente a quien tiene que atenderlos que son los gestores, los profesionales de la medicina o el personal responsable de suministrar el servicio. Todo ello hablando del paso más allá que se da para superar a la atención al paciente y que cada parte gestiona según sus intereses para encontrar una solución basada en un acuerdo que satisfaga las demandas de los mediados.

En los casos de proveedores y empresas comprometidas con los servicios al sistema público de salud, cuando se trata de conflictos por retrasos en los pagos o en los suministros necesarios para el funcionamiento de hospitales y otros centros, evitando llegar a los juzgados, encontramos en este sistema todas las ventajas frente a la vía judicial y es el

mejor método para que puedan satisfacerse las demandas de unos y otros, con el comportamiento razonado que evita situaciones no deseadas.

La Mediación sanitaria por tanto, tiene todas las ventajas sobre los métodos conocidos y empleados y si se accede voluntariamente a ella, podrá encontrarse una solución razonada, rápida y eficaz a esas demandas con respuesta pactada que satisfaga los intereses de ambas partes.

Si los hospitales y el sistema sanitario en general, se abren a la posibilidad de la Mediación como mejor método para resolver conflictos y se implanta de manera sistemática, habremos conseguido poner en manos de los demandantes una herramienta que satisfaga los intereses y las necesidades de todos, de una manera amistosa y con el menor coste emocional.

# Conócete a ti mismo para mejorar en tu comportamiento

## Test para valorar tus impulsos

- MRC

Quando nos conocemos bien a nosotros mismos, somos capaces de controlar mejor nuestro comportamiento y podemos eludir o sortear de mejor manera, aquellas posibles situaciones que puedan provocar reacciones negativas que acaben complicando nuestra vida.

Si nos conocemos bien a nosotros mismos, o conocemos mejor a nuestra pareja, el trabajo en conjunto, las relaciones personales o simplemente la convivencia puede mejorar muchísimo.

Estas reacciones, ante situaciones diversas, pueden escapar a nuestro control y llevarnos a soportar consecuencias no deseables.

Muchas personas no controlan bien sus impulsos y pierden el control con más facilidad. Esto es conocido por ellos y por sus acompañantes o compañeros en ciertos casos, haciendo que sean estos los que de alguna forma puedan sujetar y hacer reaccionar de otro modo al sujeto.

Pero cualquiera puede sufrir un momento de descontrol, ajeno a nuestro comportamiento y sin





*Valorar la personalidad propia y la del grupo*

poderlo prever. Para eso proponemos un test que pueda ayudar a conocernos mejor y de esta manera ser capaces de reaccionar de manera más comedida y sin que pueda llevarnos a situaciones indeseadas. Intentaremos encontrar con estas respuestas tasadas, la mejor forma de canalizar estos impulsos incontrolados, conociéndonos un poco mejor con esta herramienta que nos puede servir.

Contestemos, ante estas situaciones cuál es la que mejor describiría nuestro comportamiento.

1.- Ante una situación conflictiva, tu reacción habitualmente es:

- A) Siempre digo lo que pienso y expreso mis emociones en todos los casos.
- B) Mis opiniones me las guardo y controlo mis pensamientos.

2.- ¿Te has metido en algún problema por decir algo que no podías callarte?

- A) No lo recuerdo

- B) Sí, Yo soy de esos.

3.- Me molestan las opiniones de los demás cuando las expresan en público.

- A) Si, me molesta y me rio de ellas.
- B) Me dan igual, no lo considero como ofensas.

4.- Cuando conduces y alguien hace algo mal tú ...

- A) No le critico y sigo mi camino
- B) Tengo que censurarlo y hacérselo saber.

5.- Cuando voy de compras tengo tendencia a ...

- A) Comprar todo según me parece, tiempo habrá para descambiarlo.
- B) Sólo compro lo que necesito

- 6.- Cuando tengo que tomar una decisión....
- A) Soy rápido, no le doy muchas vueltas.
  - B) Tiendo a pensármelo bastante viendo pros y contras.
- 7.- ¿Qué opinan tus amigos de tú carácter?
- A) Que me dejo llevar por mis impulsos y mis emociones.
  - B) Que soy muy activo y no tardo en tomar una decisión.
- 8.- ¿Te arrepientes tras tomar una decisión?
- A) No, suelo pensar las cosas mucho.
  - B) Si, creo que debo reflexionar más.
- 9.- ¿Qué tiempo te lleva tomar una decisión fundamental?
- A) Depende. Las cosas hay que pensarlas.
  - B) Poco. Lo que me salga en ese momento
- 10.- Cuando siento rabia o ira, luego pasa:
- A) Intento controlarla
  - B) No puedo controlarla, luego me arrepiento.
- 11.- Cuando la ira me supera..
- A) Intento controlarla
  - B) Exploto
- 12.- ¿Has tenido alguna adicción o conducta que no puedas reprimir.
- A) Alguna.
  - B) No, las reprimo.
- 13.- ¿Eres de los que compran compulsivamente ante una situación que te desagrada?
- A) No. Tengo claro lo que necesito y es lo que compro.
  - B) Sí. Es una forma de calmarme.

14) ¿Tienes situaciones de en las que no puedes escapar y provocan el descontrol de tus actos?

- A) No reconozco ninguna idea que me provoque esto.
- B) Sí, hay situaciones o pensamientos que no puedo quitarme de la cabeza

15.- ¿Te pasa que antes de tomar una decisión te sientes especialmente nervioso?

- A) Sí, me altero y me pongo nervioso.
- B) No, cuando tengo que tomar una decisión estoy tranquilo, sereno y no me pongo nervioso.

Ahora analiza tus resultados y si has conseguido la mitad de puntos, es probable que no tengas problemas con el control de impulsos y que de existir alguna situación parecida se deba a factores externos y con probabilidad de controlarlos con relativa facilidad. Cuanto más te acerques a la puntuación de 7, que es el punto que hemos considerado de corte, más situaciones probablemente se hayan dado, por lo que puedes interpretarlo como no problemático, pero sí hay que tener en cuenta que se puede convertir en una dificultad con el consecuente sufrimiento que conlleva. Atento. Hay que tener en cuenta que existen ocasiones en las que ni siquiera la persona más tranquila podría contenerse de expresar su enfado por la naturaleza de la situación, a veces perder el control es la única opción en determinadas situaciones que nos sobrepasan. Sin embargo, a las situaciones que nos referimos, que podemos controlar, son aquellas que carecen de justificación para el estallido emocional que muchas veces provocan. Dicen que lo que no controlas te controla y en el mundo emocional quizá más si cabe. Es por esto que debemos aprender a conocer y controlar nuestros propios impulsos en aras de que estos no nos controlen a nosotros, he ahí la virtud.

Con más de la mitad de respuestas puntuables, podemos empezar a pensar que puede haber un problema de control de impulsos. A medida que te acerques al 15, que sería la máxima puntuación, significa que tu falta de control de impulsos afecta a grandes áreas de tu vida, por lo que es recomendable atender especialmente este problema consultando con

## Conócete a ti mismo para mejorar en tu comportamiento

un especialista en la materia.

Es preciso identificar aquellas situaciones que nos provocan el descontrol de nuestros impulsos, también podemos detectar que son pensamientos intrusivos los que pueden provocar que no controlemos nuestra conducta. Ser conscientes e identificar el problema nos ayuda a saber cuando tenemos que ponernos en guardia y ayudarnos a nosotros mismos. Aprender estrategias para autorregularnos dándonos mensajes que previamente hemos elegido para calmarnos y hacer que nuestro pensamiento controle a nuestros impulsos y no al revés. Todo análisis de la situación hace que tomemos conciencia por lo que sería recomendable.

Una buena solución es buscar alternativas conductuales y postergar lo más posible la respuesta nos puede ayudar a que el propio tiempo diluya y quite intensidad a nuestras emociones disruptivas o tóxicas como puede ser la ira o la furia en un momento dado.

Hay que decidir conscientemente no tomar decisiones hasta pasado cierto tiempo también ayuda a darnos el tiempo suficiente para pensar en frío sin la premura que supone la situación o la prisa que muchas veces nos autoimponemos.

Se trata de encontrar estrategia adecuada que te permita caminar hacia lo que te hace feliz. Sigue a tu inteligencia, a tu corazón y

a tu instinto, pero no te dejes manejar por un impulso no pensado, no razonado y probablemente no inteligente y dominarás tu mente sin que afecten las emociones más que la razón.



# Los problemas dan dolor de cabeza

## Mediación contra migraña

- **Francisco Javier Jimenez Canales**

**M**uchas veces los problemas nos dan dolor de cabeza y no nos dejan vivir tranquilos. Ese dolor de cabeza es algo físico, no figurado, real y que afecta a nuestra salud.

Hay quien dice que los dolores de cabeza, las migrañas, les quitan un año de vida y ¡es cierto! Condicionan nuestro estado de salud y nuestras relaciones con los demás.

Los dolores de cabeza o cefaleas, son comunes en una de cada cuatro personas y su duración muchas veces se alarga hasta las dos semanas, con las consiguientes intranquilidades y desazones que producen los problemas que pueden resolverse con la Media-

ción.

Estadísticamente son las mujeres las que más lo padecen, en casi el triple de los hombres, fijándose porcentualmente en un 18 % para ella y un 6% para los varones que puede medirse en un total de un cuatro por ciento de la población mundial de los que un 90 % se ven incapacitados de realizar sus actividades cotidianas cuando sufren este mal.

*Hay que aprender a vivir sin problemas*



Para reconocer este problema de salud que puede ser causado por una desavenencia con otros semejantes, hay quien lo describe de una forma muy gráfica: es como si te martillearan en la sien y no te dejaran ni pensar, acompañado de náuseas y vómitos y que no se calman ni con el silencio ni con la oscuridad. Son días de anulación de la persona que vive obsesionada con dar una y mil vueltas al problema en su cabeza y sus pensamientos sólo van a ese desencuentro del que no ven solución final.

Los neurólogos saben de este problema que presenta síntomas como la pérdida momentánea de visión producida por una luz blanca que se va haciendo muy grande y que durante veinte minutos como máximo te aturde y te inhabilita hasta que desaparece. A veces son sólo cinco largos minutos, pero son el principio de una crisis de migraña en la que desembocan tantas complicaciones que pueden tener solución si un mediador abre la puerta a la esperanza y tiente el problema desde un punto de vista positivo y previendo un futuro mejor.



Clínicamente dicen los especialistas que cuando aparece la migraña viene causada por la activación de un mecanismo encefálico que conduce a la liberación de sustancias inflamatorias y causantes del dolor alrededor de los nervios y vasos sanguíneos de la cabeza.

La solución la encuentran los afectados en la medicación. Como el dolor es muy fuerte y no se toma el control, en muchos casos se cae en la automedicación y puede que en la ingesta de abundantes medicinas al comprobar que

*Saber buscar la solución a los conflictos*

el dolor no cede ante los medicamentos, dado que los analgésicos a veces no responden. Es cierto que en España hay esa tradición de automedicarse, pero lo más recomendable cuando estos males aparecen y tenemos identificada si es una cefalea simple o una migraña que tiene más definida su patología, debemos acudir de inmediato al especialis-



*Nada nos debe ser ajeno ni extraño*

ta. Si nos automedicamos podemos complicar el problema y aumentar el dolor de cabeza. Algunas personas no acuden al médico porque el tratamiento piensan que les puede restar calidad de vida y hasta que los dolores de cabeza no sea hacen insostenibles no ceden y mientras se han automedicado. También estos dolores se heredan, se recuerda de cómo los sufrían padres y madres, abuelos y se ven como algo natural con lo que hay que convivir, conociendo que es en la adolescencia, tras el cambio hormonal, cuando empiezan estos problemas.

Afectados por los conflictos de convivencia y de relación con los demás, los afectados padecen una enfermedad real al no dejar de pensar y dar vueltas aun conflicto cuya solución se escapa, no ven clara y les agobia, les trastorna y les produce ese decaimiento físico y ese malestar que les inhabilita para su desarrollo de la actividad cotidiana.

como algo saludable que termina dando posibilidades a las partes y ofreciéndoles algo que ganar y con un menor coste emocional que sin duda en estos casos es salud y bienestar físico.

### 36

La solución a los problemas con las herramientas de Mediación, se perfila una vez más,



**"Cuando vengas, no te querrás marchar"**



# Difundir la Mediación

## Una tarea difícil, un compromiso continuo

- MRC

Muchas son las instituciones que se han comprometido, desde hace tiempo en la difusión de la Mediación, como mejor método para la resolución de conflictos. Siempre se les pide más a los políticos y seguro que razones hay para exigir de ellos más esfuerzos, más compromisos y más trabajo en este y otros sentidos.

la Mediación. La Comunidad de Murcia, la de Cataluña, por citar algunas más ha empleado fondos y personal cualificado para hacer este sistema viable. Así una a una, cada Comunidad Autónoma en mayor o menor grado, pero ninguna ha dado la espalda a este sistema de resolución de conflictos, como el mejor y más idóneo para ejercitar la fórmula que menor

No podemos decir que la Mediación no se haya impulsado desde las instituciones, sino todo lo contrario. La Comunidad de Madrid, por ejemplo, no cesado desde hace unos años en poner en práctica la Mediación de forma efectiva en todos los huecos que ha podido y poner medios y materiales para hacer realidad estos proyectos. La Junta de Castilla y León, ha pagado el coste de profesionales que daban charlas en sus instituciones so-

ciales  
para  
di-  
fun-  
dir la  
prác-  
tica de





*El diálogo empieza en casa y no termina ni en el trabajo ni en la calle*

impacto emocional y económico produce en cuanto a la resolución de conflictos se refiere.

En Europa, ha pasado lo mismo y no este un campo que se haya abandonado en cuanto a la difusión de la Mediación, dado que el Comité de Asuntos Legales del Parlamento Europeo, se ha comprometido a elaborar un estudio para ver que tiene que pasar para que la Mediación sea algo de uso más común en la Comunidad Europea.

En febrero de 2014, se presentó un documento titulado Reinicializar la directiva de Mediación: evaluando el limitado impacto de su implementación y proponiendo medidas para incrementar el número de mediaciones en la Unión Europea

Los promotores han sido un grupo de expertos internacionales vinculados a una de las más prestigiosas asociaciones mundia-

les de Mediación y Arbitraje, conocida como JAMS, que está formada por antiguos jueces y abogados de prestigio, de toda Europa, que han analizado el impacto de la Directiva 52/2.008 en Europa.

En el trabajo se describen los múltiples beneficios que aporta y, a pesar del decidido impulso del Consejo de Europa, la Comisión Europea y la mayor parte de los gobiernos, los resultados nos dicen que sólo ha sido utilizada la Mediación en el año 2015 en un 1 % de los litigios civiles y mercantiles surgidos en Europa.

En números concretos, los expertos de los 28 estados, han contestado un cuestionario cuyos resultados muestran el fracaso de las políticas pro-mediación que se han seguido hasta ahora, lo que

destaca respecto al desarrollo en los países de tradición anglosajona donde, sin tan fuertes impulsos públicos, la mediación ocupa ya un lugar relevante en el mundo de los conflictos y ha sido asimilada e incorporada como un instrumento de trabajo muy utilizado por los abogados.

Los análisis de estudio nos dicen que se proponen dos vías para reactivar la práctica de la Mediación:

Por un lado, que hay que proceder a una modificación drástica de la norma, o bien que cada estado se comprometa, y quede obligado firmemente, a fijar unos objetivos para conseguir una relación equilibrada entre el proceso judicial y la Mediación.

Concretamente se desprende de este análisis que la diferencia que existe en la utilización de la Mediación es muy elevada entre los Estados Miembros que registraron más de 10.000 procesos de Mediación como Alemania, Inglaterra, Holanda e Italia, a Estados como España donde no se llegó a los 2.000 procedimientos, o el grupo más numeroso que agrupa casi al 50% de los Estados Miembros que no alcanzaron las 500 mediaciones.

El caso es que es que el ahorro en tiempo es muy importante dado que de 566 días de promedio en procesos judiciales, a 212 en procesos de Mediación y el gasto para el Estado que va de 9.179 €uros de promedio para el Estado, a 6.124 € por Mediación.

Anotemos que entre las propuestas que realiza el comité de expertos, están la implanta-

ción de la semana de la negociación la cual ha dado un magnífico resultado en Estados Unidos, el soporte institucional a las iniciativas y proyectos de Mediación o la introducción de la

obligatoriedad por categorías de asuntos o áreas de conflictividad. Aquí mismo, en España, hay proyectos que están evaluando algunos juzgados donde se realiza una invitación a las partes a que participen en un proceso de Mediación antes de que se produzca en pronunciamiento de juez sobre su divorcio y sea ley un acuerdo que no satisfaga a las partes por parte de quien no conoce ni las peculiari-



dades ni las diferencias de las personas implicadas, lo que conlleva a que la resolución implique el difícil cumplimiento de la sentencia.

Es la Mediación por tanto, un sistema que puede acercar la solución a los conflictos y que está en todos nosotros hacer que su difusión y su necesaria inclusión en la sociedad pueda ser el camino para tener a nuestro alcance un futuro mejor.

emocional y económico produce en cuanto a la resolución de conflictos se refiere.

En Europa, ha pasado lo mismo y no este

un campo que se haya abandonado en cuanto la difusión de la Mediación, dado que el Comité de Asuntos Legales del Parlamento Europeo, se ha comprometido a elaborar un estudio para ver que tiene que pasar para que la Mediación sea algo de uso más común en la Comunidad Europea.

En febrero de 2014, se presentó un documento titulado Reinicializar la directiva de Mediación: evaluando el limitado impacto de su implementación y proponiendo medidas para incrementar el número de mediaciones en la Unión Europea

Los promotores han sido un grupo de expertos internacionales vinculados a una de las más prestigiosas asociaciones mundiales de Mediación y Arbitraje, conocida como JAMS, que está formada por antiguos jueces y abogados de prestigio, de toda Europa, que han analizado el impacto de la Directiva 52/2.008 en Europa.

En el trabajo se describen los múltiples beneficios que aporta y, a pesar del decidido impulso del Consejo de Europa, la Comisión Europea y la mayor parte de los gobiernos, los resultados nos dicen que sólo ha sido utilizada la Mediación en el año 2015 en un 1 % de los litigios civiles y mercantiles surgidos en Europa.

En números concretos, los expertos de los 28 estados, han contestado un cuestionario cuyos resultados muestran el fracaso de las políticas pro-mediación que se han seguido hasta ahora, lo que



# La Mediación online

## Una herramienta que pide ser regulada

- **MRC**

Los sistemas de comunicación han aumentado y lo siguen haciendo a un ritmo inimaginable. En todo el mundo las personas se comunican a través de la Web cada vez con más asiduidad, dejando atrás otros métodos que hasta hace poco regulaban nuestras vidas. Hoy es Internet quien domina en gran manera la forma de comunicarse y por tanto también de trabajar.

En este ámbito, la Mediación no puede ser ajena al desarrollo de su procedimiento a través de la red de redes y las nuevas tecnologías.

Estos dos elementos, mediación y nuevas tecnologías, unidos, han dado cuerpo al Proyecto de Real Decreto por el que se regula el desarrollo de la Mediación por Medios Electrónicos. De esta manera estamos ante una oportunidad que nos pide paso y exige peso en los acuerdos y resoluciones aprovechando que se incrementan las ventajas en la resolución de disputas, esta vez de una forma electrónica.

El apoyo de la informática a las conversaciones en línea, tiene las mismas ventajas en una reunión de resolución de conflictos que si se hiciera de forma presencial dado que sumariamos a las tradicionales ventajas las de la rapidez, la efectividad y la disminución de costes.



por ello es preciso regular una norma que implique más seguridad a la hora realizar una mediación On Line, dado que vamos a perder un poco de intuición y de observación a las partes al tener más concentrada la imagen o no tenerla, según la modalidad que empleemos.

El ahorro de tiempo, es una de las variables cruciales de los procesos de Mediación, aunque hay que añadir que no son sólo eso, sino que también se eliminan las barreras lingüísticas, geográficas e incluso superan algunas discapacidades físicas.



Pondremos en valor que la globalización va a permitir que a través del ordenador, muchos mediadores españoles puedan tener fácil el acceso al escenario internacional.

Por ello, el pleno del Parlamento Europeo, se ha encargado de confeccionar dos directivas de Resolución Alternativa de Litigios (ADR) y Resolución de Disputas Online (ODR), que pretenden garantizar que los consumidores de la Unión Europea tengan acceso a una Mediación rápida, barata e imparcial.

Todos los países miembros de la Comunidad Europea, están invitados a introducir sistemas de Mediación On Line en todos los sectores comerciales, destinando fondos para garantizar la imparcialidad de los mediadores a quienes los consumidores podrán recurrir para todo

tipo de bienes o servicios, ya sean adquiridos en una tienda física o digital, en su país o en cualquier otro de la Unión Europea.

Otro de los temas legales de fondo, que necesitan regularse es el término "Mediación", que se viene utilizando para referirse a un amplio abanico de situaciones, muchas de las cuales difícilmente tienen cabida den-

*A las nuevas tecnologías les exigimos mucho mas*

tro del marco normativo vigente. Por ello, los términos mediación electrónica, mediación a distancia, mediación por medios electrónicos, ODR, pueden dar lugar a confusión, incluso interesada.

Para ello, la labor del legislador y de la doctrina legal es ir clarificando conceptualmente los ámbitos de cada una, dicho sea en palabras del Sr. Andrés Vázquez, mediador de BDR & Med que explica también que en el ámbito privado internacional ya existían plataformas diseñadas para funcionar en el ámbito del derecho civil en materia de consumo, para ayudar a empresas y consumidores a resolver sus disputas.

Citaremos el caso de Colin Rule, pionero en ODR que a finales de la década de los 90 y como director de los servicios de resolución de disputas en eBay y PayPal, lanzó la plataforma MODRIA, con sede en San José, California, para que resultara eficaz y redujera costas a su empresa.

Aquí, en España, ODR Solomediacion, es una iniciativa

conjunta de Miquel Tort y Franco Conforti, que crearon en el 2009, la web mediaronline que ofrecía el software de webconf para realizar mediaciones online, si bien el proyecto no tuvo continuidad.

Posteriormente, Mediar On Line, dirigida por el profesor Franco Conforti, se convirtió en la primera plataforma que ofrece servicios de mediación sincrónica. Y más recientemente, el sistema de gestión + ODR Mediare (SGMARC), de la compañía eJustIC, ofrece un software de negociación / mediación simplificada, automático On Line. También, la plataforma Amicuo ofrece un proceso de Mediación, donde todas las comunicaciones entre el mediador y las partes se realizan por vídeo, teléfono o correo electrónico. En todos los casos, las partes se ayudan de la plataforma On Line de Mediación para gestionar los trámites y documentos.

Al no contra con la comunicación presencial no resulta una excelente posición de partida, pero la experiencia y la investigación en el campo de la mediación electrónica han puesto de manifiesto que el entorno, en línea, también puede mejorar la eficacia de la comunicación y tiene el potencial de generar una resolución más centrada en los intereses de las partes, según escribía D. Andrés Vázquez.

**44**

La regulación es una exigencia para que pueda haber mayor



legitimación pues de esta forma se abortan las opiniones que albergan críticas fundamentadas en que esto es contrario al derecho vigente en España, que básicamente viene vinculada a la normativa de Protección de Datos de la Ley Orgánica 15/1999, con la diferenciación entre firma digital y electrónica referida a la codificación cifrada y, a la utilización de sistemas sincrónicos o asincrónicos de Mediación. De hecho, ya las certificaciones notariales On-Line que actualmente se realizan, así como los servicios relacionados con la infraestructura de clave pública, la firma electrónica reco-

ses para evitar otros futuros que traigan su origen en la misma causa.

Elegir este sistema, es sin duda una elección de las partes y del Mediador, que tendrá que evaluar lo adecuado o no del procedimiento por este sistema en función de las características propias de cada mediación en particular. Tampoco la normativa de desarrollo, que estructurará la utilización del mismo a pesar de configurarse como un potencial procedimiento integral, que puede desarrollarse de principio a fin y que atiende a la libertad de las partes. Esta claro que se serán siempre los protagonistas de la Mediación, quienes decidirán la utilidad o no de su uso, pero la tendencia, al menos para determinado tipo de conflictos susceptibles de mediación, parece apuntar decididamente por estas plataformas, con todo el apoyo de los grupos políticos y de las autoridades comunitarias europeas, por lo que se hace más urgente y decisivo aún que exista una regulación aprobada por los responsables políticos y que pueda servir como base eficaz para los mediadores.



nocida, etcétera, se emiten conforme a los requerimientos de la Ley 59/2003 de 19 de diciembre de Firma Electrónica, y pueden ser emitidos por Internet por Agencias de Certificación como la Agencia Notarial de Certificación S.L.Unipersonal (ANCERT)

En definitiva, el recurso a la mediación electrónica es una herramienta más que el legislador pone al alcance de las partes y de los mediadores para auxiliarles en el objetivo de concluir un acuerdo que pueda resolver la situación previa de conflicto y establezca las ba-

# Formación de Mediadores

## Casos prácticos para el role playing

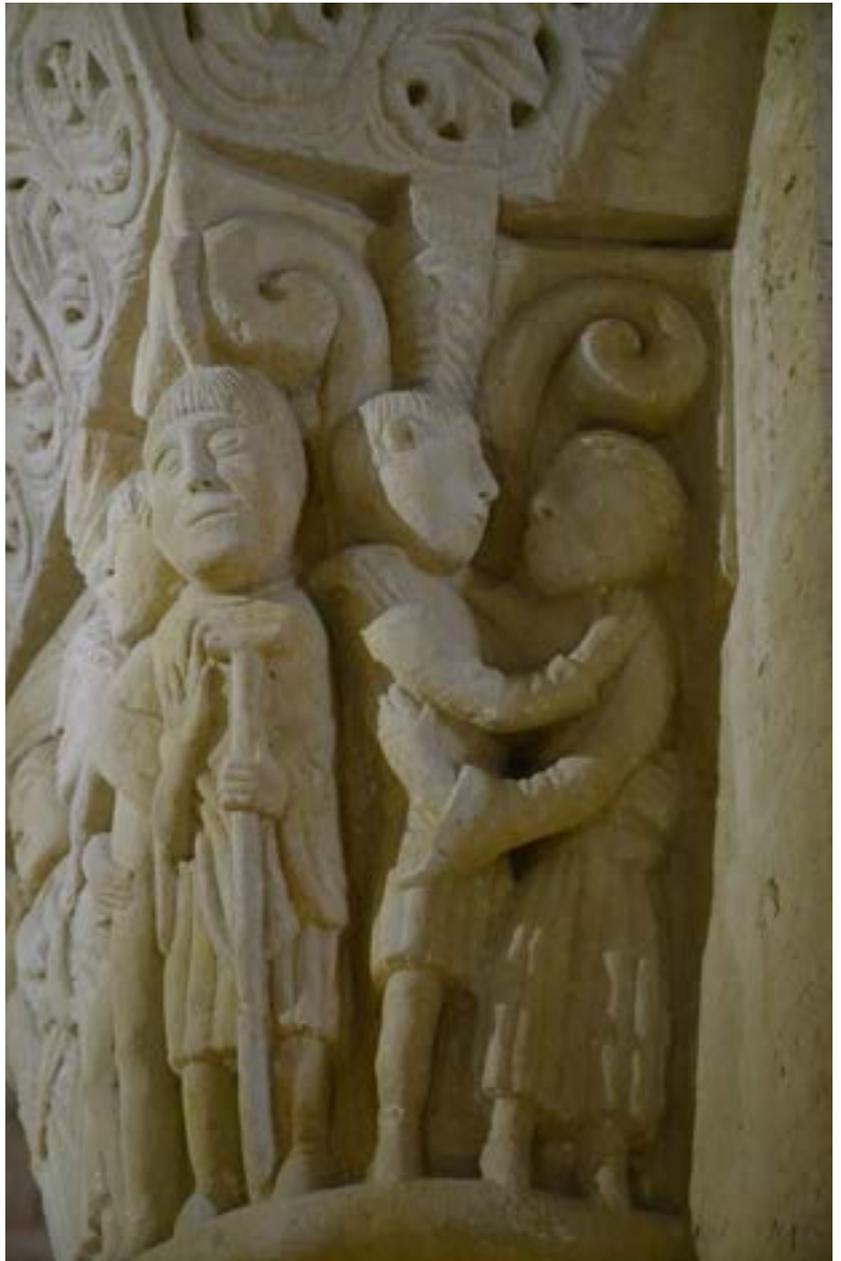
- MRC

Uno de los objetivos de esta revista es que sirva de formación a los mediadores. Un licenciado que esté realizando el Máster en Mediación y Resolución de Conflictos, necesita realizar una serie de prácticas donde pueda usar las herramientas que obtiene durante la formación. Para que sirva de ayuda a esa formación, en esta sección de nuestra Revista, planteamos uno de los casos prácticos que servirán sin duda para hacer mejores mediadores y para que estos tengan la habilidad suficiente para enfrentarse a casos reales.

A través de esta técnica de "role playing" que simula unos hechos reales, el mediador en prácticas tendrá argumentos para ir usando las herramientas y llegar a la solución. Es un caso muy común del que tendrán que derivarse algunos acuerdos que certifiquen el buen desarrollo de la Mediación.

### Planteamiento del caso:

Cristina y Javier se han separado después de varios años de convivencia, entre siete y ocho. Llevan un año separados. Tienen dos niñas gemelas Carolina y Jennifer, que viven en el piso de los dos, de donde Javier salió para vivir con su hermana, médi-





*Aprender la Mediación jugando para que no sea una carga para los inexpertos*

co psiquiatra que está soltera y le acompaña en la sesión de Mediación, a la que han acudido por invitación de Cristina que conocía estos métodos por una sesiones en su trabajo en la administración pública.

Cristina tiene una nueva pareja, Quique, joven desenfadado y completamente distinto a los formalismos de su anterior marido.

Desde que se separaron Javier no ha parado de intentar contactar continuamente con Cristina porque no acepta la separación, pero ahora con más contundencia: llama por teléfono a deshoras, la envía cartas y ha llenado su correo electrónico de mensajes de diversos contenidos y en diferentes tonos. Todo porque ha seguido a Quique, le ha espiado y adivinado por sus propios métodos o a través de un detective que toma drogas y que puede haber metido a Cristina en aquel tortuoso mundo, dado que el comportamiento de Cristina ha cambiado en unos meses: abandona

el móvil en la calle, la han llamado la atención en el trabajo y las niñas faltan a la escuela a menudo, donde el padre alguna vez, las ha espiado y la directora del cole le ha llamado la atención.

Las niñas nunca han gozado de buena salud y Jenni sufre los síntomas de una enfermedad crónica infantil muy grave, y en menor medida también Carol. El padre, Javier, ha sabido de la gravedad porque Cristina le acusa de que con su acoso ha producido este mal a las hijas.

Habían acordado pasar una cantidad de dinero (400 Euros) y cada fin de semana con una parte de la pareja, pero eso no se cumple desde hace tres meses por la enfermedad de las niñas. La situación es grave y tensa.

La hermana, como médico infantil puede curar o diagnosticar correctamente y por supues-



*Mediación, una asignatura que tendría que estar en la escuela*

defender al padre de aquellas acusaciones.

La enfermedad de las niñas es "el desorden del pánico" que es un desorden común y tratable. Los niños y adolescentes con el desorden del pánico sufren períodos inesperados y repetidos de intenso terror, o incomodidad, acompañados de otros síntomas tales como palpitaciones rápidas y falta de aliento. Estos períodos se llaman "ataques de pánico" y duran desde algunos minutos hasta varias horas. Los ataques de pánico se presentan sin dar aviso. Los síntomas de un ataque de pánico que sufre Jenni son:

**48**

- terror intenso (un presentimiento de que algo terrible va a ocurrir y se lo cuentan a Cristina que se angustia, reaccionando contra el padre, del que ya no quiere saber nada)
- palpitaciones rápidas del corazón o taquicardia, (han sido ingresadas varias veces)
- mareos o vértigos, (las niñas tienen vómitos)
- falta de aliento o el sentirse sofocado, temblores o sacudidas,
- miedo de morir, (que relata a la madre y



esta cree volverse loca). Jenni sufre una crisis que pone en riesgo la sesión dado que no puede haber Mediación cuando se está actuando bajo medicación o influencia de agentes que determinan la voluntad del paciente.

Como no tienen convenio regulador vienen a buscar uno, pues nadie quiere ir al juzgado, porque el tema de las drogas podría quitar la tutela a la madre, sin embargo el padre podría intentarlo, aunque sus sentimientos van por recuperar también a Cristina.

Quique pasa de todo, da frescor y chiste a la relación con Cristina, es descarado y maleducado y a Cristina le hace gracia y le ríe todo su comportamiento. Con él será muy difícil mediar, siempre quiere la palabra, hace propuestas continuamente...

Javier tiene miedo a que los Servicios Sociales tutelén a las niñas. Él está en paro y cuenta con los recursos de la hermana y del subsidio, que no llega para los 400 €uros acordados.

Su hermana es la única cuerda en cuanto al comportamiento, pero está atada a su hermano y a la situación desesperada que vive. Pone equilibrio aunque cuestiona la idoneidad de la mediación y pregunta constantemente qué hacemos aquí.

# Epílogo

Estas últimas páginas de esta Revista de Mediación queremos aprovecharlas para dirigirnos a los lectores, otra vez, como os decíamos al principio para que sea vuestro lugar de opinión, de reflexión.

Un lugar donde empujar para que la Mediación sea cosa de todos, sea cada vez mas extendida y tenida en cuenta en todos los ámbitos donde debe producir sus efectos y aprovecharse mejor.

El hombre como motor de la sociedad debe eliminar sus conflictos, mejorar la convivencia, hacer en definitiva que las relaciones con los otros sean mas llevaderas y productivas, teniendo en cuenta que la cordialidad y el buen ambiente se fundamenta en un apoyo imprescindible que es la comunicación.

Crear espacios de comunicación, aprovechar la palabra una vez que esta ha sido pulida, limada y limpia de asperezas para que esta sirva de vinculo afectuoso entre unos y otros, condenados como estamos a entendernos, a relacionarnos bien, a hacer cosas juntos, a disfrutar juntos de lo que tenemos en común: la familia, la casa, la comunidad de vecinos, el pueblo, la ciudad, el país, el planeta.

Nuestra labor en este mundo no puede ser nunca destructiva contra lo que nos rodean, no puede ser perjudicial para nuestros semejantes o para quienes nos ofrecen los mejores beneficios.

**50**

La labor nos ha sido encomendada desde el mismo punto de partida en el que na-



cimos y comenzamos a deambular por la vida, trazando nuestro itinerario en el que nunca estamos solos, desde ese mismo punto de origen tenemos la obligación moral de hacer cosas que sean positivas para el conjunto de la sociedad y también para nosotros mismos.

Debe ser esta revista el altavoz de cuantos ajenos o no a la Mediación quieran decir algo que sea positivo para el bien común y tenga como objeto fomentar el bienestar de todos.

He aquí nuestro primer numero de la revista de Mediación, vaya con ella el saludo mas cordial y comprometido que este equipo de redacción tiene a bien ofrecerles para que a través de la Mediación como mejor método para la resolución de conflictos vayamos caminando hacia una sociedad mas comprensiva y en definitiva hacia un mundo mejor



# MEDIACION FAMILIAR

**Un mediador te puede informar sobre tu caso gratuitamente y sin compromiso**

**¡INFÓRMATE!**

**[www.mediadoresfamiliares.com](http://www.mediadoresfamiliares.com)**



**Te ayudamos a resolver tu:**

- Separación, divorcio, herencias
- Crisis de adolescentes
- Convenios reguladores
- Abuelos que no ven a sus nietos
- Conflictos intra familiares
- Repartos, bienes comunales
- Conflictos de convivencia
- Conflictos vecinales
- Procesos de emancipación
- Relaciones interculturales

**Teléfono: 639218601**  
**[mf@mediadoresfamiliares.com](mailto:mf@mediadoresfamiliares.com)**