

# La Mediación y la Conciliación de la vida familiar y laboral

**Margarita García Tomé**

*Instituto S. Ciencias de la Familia*

*Universidad Pontificia de Salamanca*

## Resumen

Margarita García Tomé, propone un trabajo sobre *La mediación y la conciliación de la vida familiar y laboral*. El presente trabajo estudia la mediación familiar como un procedimiento apropiado para tratar de ayudar a la familia en esa armonía que tiene que haber entre la vida familiar y la laboral. Y puesto que la mayoría de los conflictos familiares son debidos a la falta de tiempo y comunicación entre los miembros de la familia, uno de los objetivos del proceso de mediación familiar es la prevención de estos conflictos, que surgen a partir de una inadecuada conciliación de estas dos esferas, la privada y la pública, ayudándolas a reestructurar sus rutinas, y a fortalecer los lazos de unión en la familia.

**Palabras clave:** Mediación Familiar. Comunicación. Conflicto. Conciliación. Prevención.

## Abstract

The present study examines the family mediation as an appropriate procedure to try to help the family harmony that must exist between the family and work life. And since most family conflicts are due to lack of time and communication between family members, one of the objectives of family mediation process is to prevent these conflicts, arising from inadequate reconciliation these two spheres, the private and public, by helping them to restructure their routines, and to strengthen ties within the family.

**Keywords:** Family Mediation. Communication. Conflict. Conciliation. Prevention.

## 1. Introducción

El objetivo de esta comunicación no es otro que el de realizar una pequeña contribución a la reflexión y debate entorno a la mediación y al tipo de actuaciones que sería necesario establecer para ayudar a las familias a tener en cuenta la necesidad de armonizar la vida familiar y la laboral y prevenir situaciones de conflicto y de ruptura.

Cabría preguntarse: ¿Cómo ayudar a las familias a conciliar la vida familiar y laboral? ¿Cómo ayudar, desde la mediación, a prevenir los conflictos por las situaciones que se generan por esta falta de armonía entre uno y otro ámbito? ¿Es la mediación familiar un espacio idóneo para trabajar con las familias estos aspectos? ¿Podría ser la mediación un proceso eficaz en la prevención de los conflictos y rupturas generados por la falta de armonía entre el ámbito familiar y el laboral? A lo largo de la comunicación trataré de responder a estos interrogantes.

## 2. Mediación y armonía de la vida familiar y laboral

Posiblemente muchos de ustedes se estarán preguntado ¿Que tiene que ver la mediación familiar con la conciliación de la vida familiar y el trabajo fuera del hogar?

Son muchas las personas y profesionales, que creen que la mediación familiar solo sirve para ayudar a que los cónyuges que desean separarse, lleven a cabo su separación de la manera menos conflictiva y traumática posible y continúen ejerciendo sus funciones y responsabilidades como padre y madre. Y es que en realidad, no se conoce la mediación como prevención, ni los beneficios que supone para la familia que acude a ella cuando tienen un conflicto, y no solo cuando deciden separarse.

Sin embargo, la mediación Familiar no es simplemente una solución para tratar los conflictos derivados de las situaciones de separaciones o divorcios. Porque aunque inicialmente estaba centrada en la mediación familiar conyugal, las Leyes de Mediación Familiar de las Comunidades Autónomas han extendido su ámbito de actuación para que desde la mediación se pueda intervenir en todos los conflictos y desavenencias que afectan a la familia en toda su amplitud y complejidad, entre ellos podemos mencionar:

- Los problemas de relación y comunicación de los cónyuges
- Conflictos generacionales entre padres e hijos.
- Problemas de relación que se puedan dar entre padres y abuelos. Y entre éstos y los nietos.

- Problemas entre hermanos originados por las responsabilidades que han de compartir respecto al cuidado de los padres ancianos, o el cuidado de otros miembros de la unidad familiar: como enfermos, disminuidos psíquicos o físicos.
- Disputas hereditarias (económicas o no), que en muchos casos dan lugar a que la familia se desuna.
- Y en cualquier otro conflicto, que afecte las relaciones familiares.

Tenemos que resaltar que algunas de estas Leyes, como la de Madrid y Valencia, incluyen dentro de su articulado la prevención. La Ley de Valencia, también tiene en cuenta la reconciliación.

Por tanto, la mediación tiene una importante contribución a la convivencia humana y al bienestar de las familias, porque: facilita la comunicación constructiva entre las personas; ayuda a preservar y fortalecer las relaciones y vínculos de unión entre la familia; contribuye a que los padres asuman de manera mucho más consciente la responsabilidad de la crianza y educación de los hijos; favorece que las personas tomen decisiones responsables y logren acuerdos satisfactorios para todos.

Por todo ello, es un procedimiento apropiado para tratar de ayudar a la familia en esa armonía que tiene que haber entre la vida familiar y la laboral. Y puesto que la mayoría de los conflictos familiares son debidos a la falta de tiempo y comunicación entre los miembros de la familia, uno de los objetivos del proceso de mediación familiar es la prevención de estos conflictos, que surgen a partir de una inadecuada concordia de estas dos esferas –la privada y la pública–, ayudándolas a reestructurar sus rutinas.

### **3. ¿Cómo ayudar a las familias a armonizar la vida familiar y el trabajo fuera del hogar?**

Aunque el tema de reflexión en esta comunicación se centra en la mediación y su aportación como prevención en los conflictos derivados de la falta de conciliación entre la vida familiar y la laboral, sin embargo es esencial considerar la necesidad de ayudar a armonizar el trabajo y la vida familiar, cuestión que ha sido planteada a nivel internacional y comunitario como una condición vinculada de forma indiscutible a la nueva realidad social.

En todos los países desarrollados, la vida familiar y social, se encuentra inmersa en un profundo proceso de cambio que afecta a todas las dimensiones de la vida de la familia. Uno de los cambios más importantes ha sido la incorporación de la mujer al mercado laboral (Kanter, 1994). Trabajo al que no renuncia cuando se casa o tiene hijos.

En España, la tasa de actividad de la mujer en el año 2004 ha pasado de un 45,79% al 52,60% en el año 2010; y la tasa de ocupación en el trabajo remunerado de las mujeres ha aumentado significativamente, de un 39,13% en el año 2004 a un 41,66% en el año 2010<sup>1</sup>. Es un cambio estructural de la sociedad que se espera siga creciendo en los próximos años (Iglesias de Ussel, 2005:24).

Este acontecimiento ha entrañado un cambio muy importante en el cometido de la mujer –a quien se le asignaba casi en exclusiva la responsabilidad en las tareas de apoyo, ayuda y solidaridad a la familia– que ha transformado por completo las relaciones y la vida familiar. La nueva actividad de la mujer en el mercado laboral, hace difícil que pueda armonizar éste y las ocupaciones que venía cumpliendo en el cuidado de los hijos, de la familia de las personas dependiente y el hogar. Y esto le supone un reto como esposa, como madre, y en muchos casos como hija, y le crea un estrés añadido porque no puede llegar a todo.

Sin embargo, este cambio no ha ido acompañado por las necesarias transformaciones familiares y sociales para armonizar el trabajo remunerado fuera de casa y las labores que las mujeres desempeñan en el hogar, incluido el cuidado de niños y ancianos. Por poner un ejemplo: Los horarios laborales de las empresas son irracionales y, en muchos casos, existe una desconexión absoluta en los horarios laborales de los cónyuges y, entre éstos, y los horarios de los colegios de los hijos. No hay un equilibrio entre su vida familiar y laboral, que les ayude a tener un tiempo para hablar, compartir con los hijos o contar-se cómo les ha ido durante el día. En definitiva, para comunicarse de una manera positiva y relajada.

Todos los expertos coinciden en señalar que esto constituye la principal causa que ha provocado dificultades para compatibilizar la vida de familia y el trabajo fuera del hogar. De tal manera, que conciliar de manera armónica estos dos ámbitos, se convierte en muchos casos, en un verdadero sufrimiento y una fuente de estrés y conflicto.

En estos casos, la situación que vive la familia se aleja de ser la deseada, sin embargo hay caminos que pueden ayudar a conciliar estos dos ámbitos, familiar y laboral, siempre que se cuente con el esfuerzo de todos los implicados:

- Entre el padre y la madre: apoyándose y colaborando en las tareas domésticas, en el cuidado, crianza, normas y límites hacia los hijos, en su propia relación conyugal buscando tiempos para poder dialogar, para tener espacios de ocio conjuntos. Este modelo de reparto en las responsabilidades, más igualitario entre los cónyuges, es de gran importancia para el

<sup>1</sup> Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Encuesta de población activa.

bienestar de los miembros de la familia y para favorecer su estabilidad en el tiempo.

- Los hijos también deben participar, esforzándose todos en la distribución y ayuda de las tareas del hogar.
- La cooperación de los abuelos es importante, sin que éstos ocupen en la vida de los nietos el lugar de la madre o el padre. Los progenitores se quejan muchas veces de esto. Y es que, los abuelos, tienen que ser un apoyo para los hijos y nietos, sin que se sobrecarguen de trabajo y responsabilidad...

Las Empresas y empresarios, también deberían actuar, respondiendo a estos cambios demográficos y sociales, adoptando políticas laborales que ayuden a conciliar los tiempos disponibles entre trabajo y familia, con horarios que permitan a las familias estar tiempo juntas; servicios a la familia; apoyo profesional y beneficios sociales, que ayuden a acomodar estos dos ámbitos de la vida de la familia.

Para responder a las demandas actuales de las familias, la Administración pública debe procurar políticas, que faciliten la integración de la mujer y el mantenimiento en el puesto de trabajo, y a la vez, que facilite la educación y el cuidado de los hijos y personas dependientes. Políticas y medidas que verdaderamente beneficien a la familia y le ayuden a cumplir sus funciones. Porque, es importante que se amplíen y mejoren los servicios escolares y de guarderías, pero no se trata de dejar a los niños todo el día en estos centros al cuidado de otras personas, ni de prolongar los horarios del colegio de los niños hasta altas horas de la noche, ni de llenarlos de actividades extraescolares, para que no molesten a los padres y puedan trabajar sin ocuparse de ellos. Se trata de hacer visible a la familia, y que no sea sustituida en sus funciones y responsabilidad, por nadie.

Sin embargo, estas situaciones, que serían las idóneas para el fortalecimiento de la familia, no se cumplen. La conciliación de los dos ámbitos, el familiar y el laboral, hoy aún no se ha alcanzado. Y el estrés y los problemas que día a día se suceden en la esfera familiar, generan situaciones conflictivas, las cuales, en muchas ocasiones, no pueden ser resueltas por los propios cónyuges. De tal manera que el problema se va agravando; la falta de tiempo y la dificultad para negociar la asunción de nuevos roles dificultan la convivencia y la creación de estados “emocionales” que favorezcan el crecimiento relacional y emocional; la comunicación que había entre ellos se deteriora aún más y, en muchas ocasiones, la decisión que toman para resolverlo es la de separarse o divorciarse.

#### **4. La Mediación, espacio de prevención y de ayuda en la conciliación de la vida familiar y laboral**

Los problemas que la mayoría de las veces nos plantean en mediación, tienen mucho que ver con la falta de conciliación entre estos dos ámbitos: la familia y el trabajo. Durante el proceso de mediación nos cuentan, cómo “están agobiados porque tienen unos horarios de trabajo tan largos que no les deja tiempo para poder disfrutar de la familia, ni atender a sus hijos como quisieran, ni tener un espacio propio de ocio. Pero tienen que pagar la hipoteca del piso, del coche, los colegios de los hijos, la comida, ropa y otros gastos... y por esto, deben trabajar los dos”.

Cuando las parejas llegan a mediación con la decisión de separarse, o pensando en esa solución para resolver su situación, nos dicen: “No puedo soportar más esta situación, estamos sufriendo mucho, lo mejor es que nos separemos” “Hemos decidido separarnos porque es lo mejor para todos”. “Como estamos, no podemos seguir viviendo”. “Queremos separarnos por el bien de nuestros hijos”. Son, pocas veces, las que les oímos decir “Me quiero separar porque no quiero a mi mujer, o porque no quiero a mi marido”.

Recordando lo que las personas e incluso algunos profesionales pensaban sobre la intervención desde la mediación familiar, es importante que nos preguntemos, si la mediación familiar es un espacio idóneo para trabajar con las familias los problemas que tienen, al no poder conciliar la vida familiar y la laboral.

Mi opinión es que sí lo es, porque la finalidad principal de la mediación es prevenir situaciones de conflicto. En esa prevención, está también la de evitar situaciones de ruptura en la familia. Además, la intervención del mediador tiene que evolucionar y hacerse más profunda, se debe interesar por la resolución de los conflictos conyugales, pero también por todos los conflictos que hacen referencia a las relaciones familiares en un sentido extenso.

El caso que expongo a continuación ilustra someramente lo expuesto hasta ahora.

Al Gabinete de mediación Familiar acudió un matrimonio joven, diciendo que querían separarse. Nos cuentan que él, Fernando, tiene 39 años, y ella María, 37. Hace cinco años que se habían casado y tienen dos hijas: Cristina de 2 años y Laura de 1. Los dos trabajan fuera del hogar.

Fernando, es informático y trabaja en una gran empresa. Su horario laboral es de 9 de la mañana a 6 de la tarde, con una hora de descanso para comer. Pero, ningún día puede salir del trabajo, antes de las 8 de la tarde. María, es bióloga, y trabaja como representante de unos laboratorios farmacéuticos. Su horario de trabajo comienza

también a las 9 de la mañana y sale a las 5 de la tarde. La diferencia que tiene con respecto a su marido, es que la hora de comer la dedica a su trabajo, porque habitualmente tiene que ir a comer con algún cliente.

La empresa donde trabaja cada uno de ellos, está lejos del domicilio familiar, por lo que el desplazamiento hasta allí les supone tener que salir del domicilio al menos una hora antes.

A las niñas las llevan a una guardería, donde están desde las 8 de la mañana hasta las 6 de la tarde. Por las mañanas, antes de ir al trabajo, los padres se turnan para dejar a las hijas en la guardería. Por las tardes, las recoge la madre, que llega con un estrés enorme porque, muchas veces, el horario laboral se ha prolongado. Las lleva a casa, prepara el baño, les da la cena y las acuesta. Cuando las ha acostado, se sienta delante del ordenador, y se pone a reportar al jefe de la empresa las incidencias del día.

Cerca de las nueve de la noche suele llegar Fernando, su marido, que normalmente llega de mal humor, porque ha salido tarde de la empresa y no le queda tiempo de poder estar con las hijas. Dice que está cansado y se sienta a ver la televisión. La mujer, María, está enfadada, tiene que acabar el informe para la empresa. No tienen ganas de hablar, ni de contarse como están, ni cómo les ha ido el día, ni de hacer la cena, ni de nada...

Los fines de semana, que pueden estar más tiempo juntos, Fernando, tiene la costumbre –de siempre lo ha hecho– de salir a caminar con los amigos todos los sábados por la mañana. Toda esta situación, que según ellos no les afectaba hace unos años, desde hace un año les supone tantas desavenencias que hace insoportable su vida en común. Por ello, han decidido que lo mejor es separarse y continuar cada uno por su camino. Cuando nos llegan a mediación también tenían resuelto que las hijas iban a vivir habitualmente con la madre.

El conflicto, que estaban viviendo, les había producido mucho dolor, y había levantado un muro entre ellos, que cada vez era más difícil de franquear debido a las agresiones verbales producidas en la escalada del conflicto. Ninguno de ellos se daba cuenta del sufrimiento del otro, y habían perdido la capacidad de escucharse y de comprenderse. Solo vivían el sufrimiento propio y, solo veían, el daño que le producía el otro. De tal manera que salir del conflicto, significaba para ellos, separarse del otro, e incluso hacerle daño. Tampoco se daban cuenta de la tristeza y lo que estaban sufriendo las niñas.

## **5. Y nos preguntamos ¿Cómo contribuir desde la mediación, a que los cónyuges gestionen de manera positiva este conflicto?**

En primer lugar, la mediación les proporcionó un espacio de comunicación diferente, un espacio neutral e imparcial, en el que no se les dice lo que tienen que hacer; ni se les juzga; ni se toma partido por uno, en detrimento del otro; ni se busca quien tiene la razón. Un espacio, en el que se guarda confidencialidad de todo lo que sucede y se cuenta. En él, Fernando y María, pudieron hablar sobre las situaciones y problemas que han vivido, que estaban viviendo en esos momentos, y que les han hecho, y aún les hacían sufrir.

En este contexto, el mediador, les escucha, acoge el dolor y los sentimientos y emociones de cada uno de ellos, y les ayuda a que vean el conflicto de una manera diferente, y se responsabilicen del problema.

También les ayuda a centrar el problema y a reflexionar sobre él: ¿El problema es el mismo para los dos..? ¿Cómo se sienten ante esta situación? ¿Cómo vivían antes de que tomaran esta decisión?

El mediador, aclara los malos entendidos que pudiera haber entre los cónyuges, las percepciones erróneas de las situaciones que han vivido. Pone el problema a la vista de los que están en conflicto, para que comprendan qué es lo que ha sucedido para que hayan llegado a la situación en la que se encuentran. Además, los alienta para que sean objetivos y busquen soluciones para resolverlo. Y manteniéndose neutral, les pregunta: ¿Cómo les gustaría que se solucionara esta situación, y que estarían dispuestos a poner cada uno de su parte para resolverlo?

Es importante que, tanto el marido como la mujer, reconozcan de qué se trata el conflicto, que se hablen sobre los sentimientos, los miedos y las emociones que les provoca esta situación. Que conozcan cuales son las necesidades de uno y otro y también las de los hijos.

El mediador, ayuda también, a que se pongan uno en el lugar del otro, y analicen la insatisfacción que sienten con respecto a su convivencia y a su relación, para que puedan comprenderse mutuamente, y de esta manera, logren tomar una decisión acertada para resolver su situación.

Porque, cuando se plantean claramente los términos del conflicto es más fácil que ellos puedan resolverlo. Y esta resolución, en muchas ocasiones, suele ser, no separarse. Como sucedió en este caso<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> M. García Tomé (2008). Las personas que nos llegan a mediación nos explican que quieren separarse porque llevan mucho tiempo con el problema, y es tal la angustia que



¿Cómo se resolvió el caso? Fernando y María tomaron la decisión de darse otra oportunidad, y establecieron una jerarquía de prioridades, en la que era primordial su vida en familia. Se dieron cuenta de que el trabajo era para ellos una necesidad, pero no una prioridad absoluta. Y que dentro de las necesidades de su economía, podían ver la forma de poder dedicar un tiempo al trabajo y a la familia.

Ambos tenían miedo de plantear a la empresa una reducción de jornada laboral –por si la empresa tomaba represalias contra ellos–, sin embargo, Fernando solicitó una reducción de horario de tres horas: 9 a 15 horas –sin descanso para comer–, que la empresa le concedió, advirtiéndole que si algún día había una incidencia urgente, tendría que solucionarla antes de marcharse –aunque esto le costara quedarse más tiempo–. Las caminatas de los sábados con los amigos las relegó a una vez al mes. Y asumió, junto con María, los cuidados del hogar y la crianza de las hijas.

María, también solicitó a la empresa una reducción de jornada de dos horas, su horario actual es de 9 a 15 horas, y no tiene la obligación de asistir a comidas de trabajo. Ambos, van juntos a recoger a las hijas a la guardería. Están contentos con la empresa y con ellos mismos, por haber sabido llegar a soluciones para tener una vida más plena y armoniosa tanto en el ámbito de la familia como en el del trabajo.

Sin embargo, aunque el caso se resolvió bien, resultó bastante difícil. Durante el proceso de mediación hubo momentos muy duros, en los que creíamos que no se podría mediar ni resolver nada, e incluso que se agredían. Los sentimientos de rencor, de insatisfacción, e incluso de ira, hicieron muy difícil las primeras sesiones de mediación. En algunas de ellas, la interacción entre Fernando y María era muy conflictiva.

María, pensaba que en la vida de Fernando había otra mujer, lo provocaba y menospreciaba como padre y como marido. Fernando se encolerizaba, llegó a irse de una sesión, y dijo que no volvía. Aunque a la siguiente sesión volvió.

---

sienten que creen que no hay otra solución mejor. Sin embargo, cuando tienen un tiempo y un lugar neutral donde recapacitar, clarificar su situación, y tomar conciencia de que la separación o el divorcio no son la solución al conflicto, sino que sería la consecuencia de no haber sabido gestionar de manera positiva sus dificultades; y además analizan las ventajas y los inconvenientes que para ellos, los hijos y toda la familia tendría la decisión que quieren tomar para solucionar sus problemas, se dan cuenta que puede haber otra manera más positiva de resolverlo, y desean intentarlo dándose una segunda oportunidad –porque en realidad aún se siguen queriendo–. Y con voluntad, trabajo, constancia y la ayuda y guía del mediador, la mayoría de las parejas pueden conseguir la reconciliación. Estos son algunos de los motivos por lo que los mediadores no debemos dar por hecho que cuando las personas acuden a mediación, y nos dicen que su decisión es la de separarse, esta decisión la hayan tomado de manera consciente y meditada, y partiendo de esta suposición errónea solo les ayudemos a que ellos lleguen a acuerdos en relación con esto.

Poco a poco, una vez que confiaron en el mediador, y pudieron hablar de lo que sentía cada uno, de sus temores y deseos, y de como se encontraban anímicamente, se pudo ir reconduciendo la situación.

La mediación les dio herramientas para que paulatinamente los sentimientos negativos, las dudas, y las emociones intensas se fueran sustituyendo por la escucha, la comprensión y el perdón. Cada uno de ellos puso algo de su parte. De este modo, María y Fernando, se volvieron a reencontrar y pudieron encontrar pautas que les ayudaron a reconciliarse, a reestructurar su vida familiar, y también su vida laboral, y a volver a crear y fortalecer los lazos de unión que se habían deteriorado.

En este caso que hemos expuesto se pudo prevenir la separación de los cónyuges, en otros –sobre todo cuando se acude tarde a mediación y el conflicto está muy enquistado– no se puede. No obstante, sea cual fuese la decisión tomada por las personas mediadas –separarse o seguir juntos–, los mediadores tenemos que intervenir para que se siga cumpliendo la premisa fundamental de la mediación: el bienestar de los hijos, y el fortalecimiento de lazos de unión en la familia. Para que estos dos factores se den y se pueda paliar las consecuencias negativas que provoca en los hijos la separación de sus padres, los niños deben de convivir tanto con el padre como con la madre el mayor tiempo posible; y no limitarse a estar con el progenitor que no tiene la custodia, que suele ser el padre un fin de semana cada quince días y un par de horas un día entre semana, como sucede habitualmente. Los hijos necesitan tanto al padre como a la madre, y no deben perder a ninguno de los dos.

Prevenir la posible utilización de los hijos en el conflicto que enfrenta a los progenitores, y el alejamiento de los abuelos<sup>3</sup> y la red familiar y social es otra de las premisas de la mediación, porque *“estas relaciones les son indispensables para un crecimiento humano y psicológico equilibrado”*<sup>4</sup>.

<sup>3</sup> Hemos conocido casos de abuelos que no pueden ver a sus nietos desde que se separaron los hijos, esto les causa a ellos y a los nietos un gran sufrimiento. El problema es tan importante y afecta de tal manera a los abuelos y nietos que en el año 2003 se aprobó la Ley 42/2003, de 21 de noviembre, de modificación del Código Civil en materia de relaciones familiares, que permite que los abuelos puedan reclamar judicialmente un régimen de visitas con respecto a sus nietos similar a lo que tienen los padres separados. Sin duda que esto genera también situaciones dolorosas y conflictos entre padres, hijos y nietos que se pueden prevenir en una mediación.

<sup>4</sup> Palabras del Papa Benedicto XVI pronunciadas en el Congreso Internacional “El aceite sobre las heridas, una respuesta a las llagas del aborto y del divorcio”, celebrado en Roma en abril del 2008, en este Congreso se analizó los efectos que el aborto y el divorcio tienen sobre las familias, y refiriéndose a este último, el Papa reclamó que “los hijos no sean víctimas inocentes de los conflictos entre los padres que se divorcian “ y que se debe garantizar “la continuidad del lazo con sus progenitores y con los orígenes familiares y sociales, que es indispensable para un crecimiento psicológico y humano equilibrado”.

Por todo lo expuesto, definiendo el papel de la mediación, en la conciliación de familia y trabajo. Y la entiendo desde una intervención integral, con una metodología preventiva, en todas las fases del proceso.

Y por esto, creo también, que en la definición que se haga de la mediación, no se debe dejar fuera, un principio de tanta importancia, como es el de la prevención. Desde esta definición, se llega a comprender el papel que juega la mediación en estos problemas:

“La mediación familiar es un proceso de gestión positiva de conflictos de carácter preventivo, que restaura y fortalece los lazos de unión entre las personas implicadas por situaciones de ruptura, tensiones o conflictos. Se lleva a cabo a través de un proceso metodológico dirigido por un profesional, el mediador, con formación específica en este campo, y sujeto a los principios propios de la mediación. En este proceso, las partes en desacuerdo encaminan sus diferencias, de manera positiva, con la colaboración del mediador, quien les facilita una comunicación constructiva ayudándoles en la búsqueda de soluciones beneficiosas para todos, sin decidir ni imponer la solución, manteniéndose neutral e imparcial y preservando la confidencialidad<sup>5</sup>” .

Un mediador familiar bien formado en una metodología preventiva, podrá intervenir para “prevenir antes que curar”, y actuar mucho mejor, en ciertas ocasiones, aportando, su presencia y su efecto catalizador (Six, 1997), como en el caso que acabamos de exponer. No se trata de que vuelvan a vivir el conflicto, se trata de recordarlo y vivirlo a otro nivel, para superarlo mediante el regreso a los principios y a los valores que tienen como familia. Cada uno de ellos tiene que poner algo de su parte, para que puedan ganar ambos.

Hay que señalar (García Tomé, 2008) que, las personas que acuden a mediación con la intención de separarse, llegan con una mezcla de sentimientos y emociones tan encontrados, con tanto dolor y rabia, que les dificulta tomar una decisión racional, y les impulsa a realizar conductas y tomar determinaciones de las que posteriormente se arrepienten. En la mayoría de los casos, encontramos en ellos grandes ambivalencias hacia esa “decisión” que dicen, quieren tomar. Si les ayudamos en esas primeras fases del proceso de mediación –en la premediación– a comunicarse de una manera diferente, más constructiva; a hablar de los sentimientos que tienen; a contarse con más confianza qué les sucede; a saber lo que quiere uno y lo que quiere el

<sup>5</sup> M. García Tomé, (2007). *Los Sociólogos como Mediadores Familiares: Una especialidad nueva y atrayente*. Artículo publicado en la Revista de Ciencias Políticas y Sociología del Ilustre Colegio Nacional de Doctores y Licenciados y Colegio de Politólogos y Sociólogos de Madrid. Otoño 2007, p. 13. El programa del Curso de Mediación Familiar que figura en la página 12 de la citada revista ha sido elaborado en su totalidad por la autora.

otro; a tener en cuenta las necesidades de cada uno de ellos, y las de los hijos; a evaluar lo que está pasando y contemplar alternativas; a saber pedir perdón y a perdonarse; en definitiva a reflexionar y analizar la situación, y ven con claridad y la mayor objetividad posible, dónde está la causa del problema, encontramos, en muchos casos, tienen la voluntad de querer arreglar sus desavenencias.

Aprender a saber cómo prevenir los problemas es importante, por esto, una de las premisas fundamentales de la prevención en mediación es que los mediadores, tenemos que tener siempre presente en nuestra intervención que, a través del proceso de mediación, también es posible salvar a la familia de una ruptura inmediata.

Hago mías las palabras de Six (1997:63) cuando dice: “sueño a menudo que la mediación familiar, es antes que nada prevención, y que al igual que en la salud se va al médico y se hacen chequeos para prevenir enfermedades. También, se hacen chequeos de salud familiar, llamando a un mediador con quien la familia dialoga tranquilamente antes de que se declaren los problemas (...)”. Por tanto, una de las proposiciones fundamentales, es formar mediadores en una metodología de mediación integral preventiva.

## 6. Conclusión

Es evidente que el desarrollo económico, y la organización del trabajo que genera, no siempre son el mejor aliado para la familia. Sin embargo, el trabajo es el “fundamento sobre el cual se forma la vida familiar”<sup>6</sup>. Por ello, es esencial que la organización del trabajo sea equilibrada y compatible con la vida de la familia y, que la sociedad, las empresas y empresarios, las Administraciones, y las políticas sociales y familiares, promuevan la unión la estabilidad y el fortalecimiento de la vida personal y familiar.

Es de suma importancia que en el debate sobre la conciliación de la vida familiar y laboral se tengan en cuenta los derechos de la madre, el padre, los hijos y todos los miembros de la familia, ya que todos ellos sufren las consecuencias de la falta de cohesión de este entorno. Las parejas en las que ambos trabajan, se sienten desbordadas al tratar de compatibilizar trabajo y familia. Los hijos, consideran que no tienen los cuidados de sus padres y se resienten por ello. Los abuelos se sienten sobrecargados en sus funciones y en su responsabilidad. Y el estrés, la insatisfacción personal y laboral, el bajo rendi-

<sup>6</sup> Juan Pablo II, Encíclica “Laborem exercenes” 10.

miento, el absentismo laboral... hacen estragos en uno y otro ámbito de la relación.

Por todo lo expuesto, concluyo haciendo hincapié en la importancia de la mediación desde una intervención integral, con una metodología preventiva para la gestión y resolución positiva de los conflictos que pueda presentar la familia.

## Bibliografía

- BONAFÉ-SCHMITT, J. P. (1992). *La médiation: une justice douce*. París: Syros.
- BUSH, R. A. B. y FOLGER J. P. (1996). La promesa de la mediación. Cómo afrontar la mediación a través del fortalecimiento propio y el reconocimiento de los otros. Barcelona: Granica.
- BRIANT DE, V. et PALAU Y. (1999). *La médiation. Definition, pratiques et perspectives*. París: Nathan.
- CENTRO INTERNACIONAL TRABAJO Y FAMILIA. Guía de Buenas Prácticas de la empresa flexible. Hacia la conciliación de la vida laboral, familiar y personal. Consejería de Empleo y Mujer. Comunidad de Madrid, Madrid 2004.
- GARCÍA. TOMÉ, M. (2008). "La mediación familiar preventiva: los hijos en el proceso de mediación familiar": Revista "Familia", nº 36. Enero 2008. Editada por el Instituto Superior de Ciencias de la Familia. Universidad Pontificia de Salamanca. Salamanca, 2008
- (2008). "La Mediación en los conflictos de pareja": Documentación Social. Revista de Estudios Sociales y de Sociología Aplicada. 2008. Edición Cáritas Española
- (2007). "Los Sociólogos como Mediadores Familiares: Una especialidad nueva y atrayente". En Revista de Ciencias Políticas y Sociología del Ilustre Colegio Nacional de Doctores y Licenciados y Colegio de Politólogos y Sociólogos de Madrid. Otoño 2007
- IGLESIAS DE USSEL, J. y MEIL, G. (2001). *La política familiar en España.*, Barcelona: Ariel.
- IGLESIAS DE USSEL, J. (2005). *Un estudio social sobre la Comunidad de Madrid: Presente y futuro*. Madrid: Caja Madrid Obra Social.
- BUQUERAS, Ignacio (2006). *Tiempo al tiempo: un nuevo método de organización y utilización del tiempo*. Editorial Planeta.
- SIX, J.F. (1997). *Dinámica de la mediación*. Barcelona: Paidós.
- SIX, J.F. (1990). *Le Temps des médiateurs*. París: Suil.