
This is the **published version** of the bachelor thesis:

Orts Delgado, Paula; Robert Guillén, Santiago, dir. La aplicación de la neurociencia a la mediación familiar. 2025. (Grau en Dret)

This version is available at <https://ddd.uab.cat/record/319288>

under the terms of the  license



LA APLICACIÓN DE LA NEUROCIENCIA A LA MEDIACIÓN FAMILIAR

TRABAJO DE FIN DE GRADO

FACULTAD DE DERECHO

GRADO EN DERECHO

CURSO ACADÉMICO 2024-2025

BARCELONA, MAYO DE 2025

AUTOR:

PAULA ORTS DELGADO

TUTOR:

SANTIAGO ROBERT GUILLÉN

ÍNDICE

1. Introducción	7
2. Fundamentos conceptuales y jurídicos de la mediación familiar	10
2.1. Conflicto de pareja y dinámica familiar	10
2.1.1 El conflicto como fenómeno inherente a la convivencia familiar	11
2.2. Función, objetivos y fundamentos jurídicos de la mediación familiar	13
2.2.1. Concepto jurídico de mediación familiar y regulación normativa aplicable	13
2.2.2. Principios estructurales de la mediación familiar: fundamentos y función garantista	15
2.2.3. La figura del mediador y el procedimiento de mediación	16
2.2.3.1. Requisitos legales, funciones y perfil profesional del mediador	17
2.2.3.2. Configuración jurídica y práctica del procedimiento de mediación	19
2.2.3.3. Fases del procedimiento de mediación según la normativa vigente	19
2.2.4. La aplicación de la mediación familiar en situaciones de separación y de divorcio	21
2.3. Aportaciones de la neurociencia a la comprensión del conflicto familiar y su gestión emocional	23
2.3.1. Configuración emocional del conflicto familiar desde una perspectiva neurocientífica	23
2.3.2. Bases neurocientíficas para la comprensión del conflicto familiar y su gestión a través de la mediación	28
2.3.3. Estrategias de regulación emocional y neurocomunicación aplicables al procedimiento de mediación familiar	31
3. Propuesta metodológica de protocolo de mediación familiar con base neurocientífica	35
3.1. Fundamentos generales del modelo propuesto	37
3.1.1. Objetivos operativos del protocolo	37
3.1.2. Principios estructurantes del protocolo	38
3.1.3. Estructura secuencial del procedimiento	39
3.1.3.1. Fase previa: recepción del caso y valoración inicial	39
3.1.3.2. Fase 0: Sesión informativa y consentimiento por escrito	40
3.1.3.3. Fase 1: Sesión inicial: primera identificación del conflicto y exploración prematura de bloqueos	40
3.1.3.4. Fase 2: Sesión Constitutiva: reconocimiento emocional	

y de posibles soluciones	40
3.1.3.5. Fase 3: Sesión final de acuerdo o cierre: presentación del acuerdo alcanzado	41
3.1.4. Despliegue operativo del protocolo	42
3.1.4.1. Fase 0. Sesión informativa: acogida, marco del procedimiento y activación del vínculo	42
3.1.4.2. Fase 1. Sesión inicial: exposición del conflicto y construcción del espacio relacional	44
3.1.4.3. Fase 2. Sesión constitutiva: regulación emocional, narrativas y generación de propuestas	45
3.1.4.3.1. Subfase de identificación y regulación emocional	45
3.1.4.3.2. Subfase de construcción compartida de propuestas y validación emocional del acuerdo	46
3.1.4.4. Fase 3. Sesión final de acuerdo o cierre: formalización del acuerdo y revisión de los aprendizajes y avances	48
3.1.5. Evaluación del impacto neurocientífico en la mediación	49
3.1.6. Revisión periódica del protocolo basada en la evidencia	51
4. Conclusiones	52
5. Referencias bibliográficas	55
5.1. Doctrina	55
5.2. Legislación	58
5.3. Jurisprudencia	58
5.4. Bibliografía web	60
6. Anexos	63

Resumen

El presente trabajo fin de grado abordará cómo los recientes avances neurocientíficos pueden enriquecer y optimizar el procedimiento de la mediación familiar. Partiremos de un análisis teórico de los conflictos familiares, su impacto en los menores y la justificación de la mediación como método alternativo de resolución de conflictos frente al procedimiento judicial. Desarrollaremos un protocolo de actuación para los mediadores fundamentado en técnicas neurocientíficas que potencien la inteligencia emocional, la comunicación y la toma de decisiones conscientes por parte de las partes involucradas. Este protocolo se dividirá en fases concretas y se detallarán las estrategias y técnicas neurocientíficas señaladas. Se establecerán indicadores de éxito para evaluar la dimensión emocional y comunicativa del procedimiento, a fin de aumentar la cultura del diálogo y la autorregulación emocional.

Palabras clave

Mediación familiar, Neurociencia, Gestión de conflictos, Protocolo, Resolución alternativa de conflictos, Conflicto, Autorregulación, Comunicación, Inteligencia emocional.

Abstract

This final degree project will address how recent neuroscientific advances can enrich and optimize family mediation procedures. We will begin with a theoretical analysis of family conflicts, their impact on minors, and the justification for mediation as an alternative method of conflict resolution to judicial proceedings. We will develop a protocol for mediators based on neuroscientific techniques that enhance emotional intelligence, communication, and conscious decision-making by the parties involved. This protocol will be divided into specific phases and will detail the neuroscientific strategies and techniques outlined. Success indicators will be established to evaluate the emotional and communicative dimensions of

the procedure, in order to increase the culture of dialogue and emotional self-regulation.

Keyword

Family mediation, Neuroscience, Conflict management, Protocol, Alternative conflict resolution, Conflict, Self-regulation, Communication, Emotional intelligence.

1. Introducción

La sociedad en la que vivimos es un lugar en constante cambio; los vínculos familiares no son ajenos a esta dinámica, y a raíz de estos surgen también nuevos modelos de convivencia. Junto con ellos, la necesidad de abordar los conflictos de formas distintas. La mediación familiar se ha convertido en una manera eficaz y humanista de abordar, en especial, situaciones tan delicadas como una separación o un divorcio. Mientras en el proceso judicial hay una intensificación de las disputas, la mediación está marcada por la cooperación, comunicación y responsabilidad, siempre buscando soluciones favorables para ambas partes, y en especial para los hijos e hijas de las partes.

Con la entrada en vigor de la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, donde se prevé la mediación como un requisito de procedibilidad, se constata la necesidad de cubrir una necesidad real e inminente. Hace un tiempo nació mi interés por el tema de la mediación como un método alternativo de resolución de conflictos y el deseo de integrar otras disciplinas en este campo, lo que me permitió descubrir la neurociencia como una esfera adicional. Paralelamente con la implementación de las nuevas medidas ya mencionadas, se constata mi interés en la posibilidad de mejorar el proceso de mediación a través de un enfoque más humano.

A través de la neurociencia, podemos comprender cómo y por qué trabajan ciertas partes de nuestro cerebro durante los conflictos. Los ejecutores de la mediación deben ser conocedores del funcionamiento del cerebro de las partes involucradas para lograr una solución más satisfactoria del conflicto.

El objetivo general del trabajo es estudiar si ciertos principios de la neurociencia pueden aplicarse a la mediación familiar con el fin de mejorar la praxis de los profesionales y la experiencia de los intervenientes.

Este desemboca en varios objetivos específicos, como el estudio del aspecto jurídico que regula la mediación familiar en España, el análisis de cómo afecta el conflicto familiar al desarrollo emocional de los menores, entender cómo trabaja

el cerebro en situaciones de conflicto y la actuación como mediadores desde la neurociencia. Además de proponer un protocolo práctico de mediación familiar que incluye técnicas de autorregulación emocional y neurocomunicación, y evaluar la eficacia del protocolo a través de indicadores de éxito que miden la capacidad de autogestionar las emociones, la capacidad de comunicarse de forma asertiva, entre otros.

El tipo de investigación del presente trabajo es teórica y doctrinal, ya que se analizan textos legales, jurisprudencia, doctrina y normativas, pero también empírica por usar datos extraídos de la observación, así como entrevistas, con el fin de entender el funcionamiento práctico. Se han llevado a cabo entrevistas con profesionales del derecho, así como mediadores. El método científico adoptado es deductivo por partir de normas generales que serán aplicadas a los casos concretos; también es un hermenéutico en el sentido de que se lleva a cabo una lectura crítica e interpretativa de los textos y sistemático en el sentido de que se analizan y organizan las normas y fuentes estudiadas con el fin de entender cómo puede relacionarse con el aspecto científico desde el punto de vista de la neurociencia y los éxitos que puede alcanzar. Las fuentes utilizadas son normativas, jurisprudenciales, doctrinales y empíricas. Considero que la metodología adoptada es adecuada para los objetivos del trabajo expuesto anteriormente y para responder las hipótesis y cuestiones de investigación planteadas.

En cuanto a su estructura, el trabajo se estructura en tres capítulos. Un primer capítulo introductorio que aporta una mirada general a la investigación realizada. Un segundo capítulo centrado en referencias teóricas y normativas sobre los conflictos en el ámbito familiar, la mediación como método alternativo de resolución y bases neurocientíficas. Este se sostiene sobre el análisis de doctrina y leyes vigentes. Y por último, un tercer capítulo basado en una propuesta práctica de un protocolo dirigido a los mediadores que incluye estrategias neurocientíficas aplicables en todas las fases del proceso, que se sostiene en técnicas adaptadas de la neurociencia bajo un enfoque interdisciplinario desde lo jurídico hasta lo humano.

En definitiva, el trabajo pretende aportar una mirada más innovadora a la mediación como un modelo más consciente, empático y, por ende, más eficaz, tomando en cuenta no solo lo jurídico, sino también el lado emocional, las percepciones y las necesidades de las personas en conflicto.

2. Fundamentos conceptuales y jurídicos de la mediación familiar

2.1. Conflicto de pareja y dinámica familiar

El conflicto, en términos generales, supone una dimensión natural en la esfera social y en las interacciones humanas. Así mismo, en la sociedad en general, los conflictos son inevitables, pues todos partimos de creencias, pensamientos e ideas distintas. Particularmente, los conflictos familiares tienen origen en la convivencia de los miembros de la unidad familiar, donde pueden generarse sentimientos de inestabilidad, desengaño o preocupación.

La institución familiar está integrada por miembros estrechamente relacionados, por lo que es habitual que afloren conflictos que afecten a la dinámica familiar. Los conflictos nunca son deseables; aún así no deben obviarse, pues pueden ser una buena posibilidad de aprendizaje. Lo más acertado en estos casos es afrontarlos de forma inteligente, asertiva y con la colaboración de todos los miembros. Respecto a esto, el Tribunal Supremo ha señalado que los conflictos forman una parte inherente de la dinámica familiar y deben ser gestionados con madurez y responsabilidad, con el fin de fomentar la colaboración de los padres en beneficio siempre de los hijos menores (STS 175/2021, de 29 de marzo).

Si bien la pareja y la familia pueden ser “un refugio frente a lo inhóspito del mundo, no es menos cierto que, tanto una como otra, pueden ser fuente de gran sufrimiento” (García, 2025)¹. Los conflictos de pareja, por lo general, surgen de problemas de comunicación o por la falta de habilidades para resolver los problemas que afloran. Esta situación puede derivar en un desgaste emocional significativo, afectando no solo a los propios miembros de la pareja, sino también al resto del núcleo familiar, especialmente a los hijos menores, quienes constituyen sujetos especialmente vulnerables ante el conflicto (Alfonso Rodríguez, 2008).²

¹ García, B. (2025). *Conflictos en la pareja y la familia*.

² Alfonso Rodríguez, M. E. (2008). *La mediación familiar en España: concepto, caracteres y principios informadores*.

Cada familia es única y la situación originaria del conflicto puede ser diferente en cada una de ellas. Esto genera una serie de emociones que puede desbordar a los miembros de la unidad familiar, por lo que debemos aprender a afrontar los problemas desde una perspectiva más alentadora.

Ahora bien, es primordial aprender a identificar aquello que provoca las discrepancias para evitar que se generen posibles situaciones de conflicto. En este contexto, la doctrina ha subrayado la importancia de crear formas de manejar los conflictos de manera pacífica, como la mediación familiar. Esto fomenta un enfoque más comprensivo y colaborativo en lugar de uno aislado (García Villaluenga, 2007)³. Igual de esencial es la escucha empática, intentando ponerse en el lugar del otro, comprendiendo sus emociones y sentimientos. El lenguaje debe usarse con cautela, reemplazando los reproches por una comunicación sincera, al igual que el lugar y el momento para hablar debe escogerse con cuidado, evitando así discutir en público o delante de los hijos.

2.1.1 El conflicto como fenómeno inherente a la convivencia familiar

La educación familiar es trascendental por la influencia que esta ejerce en el comportamiento infantil. Los niños empiezan a desarrollarse y socializar dentro del marco de la familia, por lo que el rol de los padres juega un papel primordial en el desarrollo de su comportamiento (Muñoz Silvia, 2005)⁴.

Por la dificultad que presentan las relaciones de pareja, aun no siendo aconsejables, los conflictos en este marco son cada vez más frecuentes. El riesgo de cambios de comportamiento aumenta cuando los niños presencian estas tensiones, ya que es en ese momento cuando aprenden los patrones de conducta que utilizarán en sus futuras interacciones sociales (Pantzay Oztøy & España

³ García Villaluenga, L. (2007). *La mediación a través de sus principios. Reflexiones a la luz del Anteproyecto de Ley de mediación en asuntos civiles y mercantiles*.

⁴ Muñoz Silvia, A. (2005). *LA FAMILIA COMO CONTEXTO DE DESARROLLO INFANTIL. DIMENSIONES DE ANÁLISIS RELEVANTES PARA LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA Y SOCIAL*.

Chajón, 2007)⁵. En este sentido, la Sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Cataluña 24/2016, de 11 de abril, refleja la importancia de mantener a los hijos menores al margen de las disputas o enfrentamientos que puedan surgir entre los padres.

En esta línea, el Ministerio Fiscal informa de la existencia de un progresivo deterioro de las relaciones entre los progenitores, que repercute colateralmente sobre sus hijos, por no lograr mantenerlos al margen de las crisis matrimoniales, lo que incide negativamente en los menores que se ven inmersos en dichas tensiones (SAP Sevilla 362/2014, 15 de julio).

Un estudio realizado por psicólogos de la Universidad de Leicester en Reino Unido demuestra que las discusiones y problemas continuos de los padres pueden acarrear problemas conductuales en los niños. Según el Director del estudio, el profesor Gordon Harold (2013), “los niños expuestos a conflictos diarios entre sus padres - conflictos que no son violentos, pero sí frecuentes, intensos y mal resueltos- tienen un riesgo más elevado de padecer problemas de salud mental”.⁶ Un ambiente de conflicto constante deteriora la crianza eficaz, lo que a su vez fomenta los problemas conductuales y emocionales de los niños. La forma en la que los padres afrontan las adversidades puede marcar una gran diferencia para sus hijos. Es imprescindible que los padres lleven a cabo una correcta gestión de los conflictos, especialmente aquellos que son hostiles y frecuentes, por ser los más perjudiciales para los niños.

En este sentido, la Sentencia 545/2022, de 7 de julio, refleja la postura del Tribunal Supremo respecto a que una relación “muy deteriorada y de alta conflictividad entre los litigantes” desaconseja el sistema de guarda y custodia compartida. El Tribunal considera que tal acuerdo vulneraría el artículo 92 del

⁵ Pantzay Otzoy, A. E., & España Chajón, M. L. (2007). “IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN A PADRES DE FAMILIA SOBRE LOS PATRONES DE CRIANZA Y SU IMPLICACIÓN EN EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS”.

⁶ Harold. (2013) *¿Cómo afectan a los niños los conflictos parentales?* de [Revista online] Infocoponline.

Código Civil y la doctrina jurisprudencial, ya que el interés superior del menor no quedaría debidamente protegido. Por lo que se exige una correcta relación entre los progenitores para poder acordar un régimen de custodia compartida.

2.2. Función, objetivos y fundamentos jurídicos de la mediación familiar

2.2.1. Concepto jurídico de mediación familiar y regulación normativa aplicable

La Ley 15/2009, de 22 de julio, de mediación en el ámbito del derecho privado, define en su artículo 1.1 el proceso de mediación como:

El procedimiento no jurisdiccional de carácter voluntario y confidencial que se dirige a facilitar la comunicación entre las personas, para que gestionen por ellas mismas una solución a los conflictos que las afectan, con la asistencia de una persona mediadora que actúa de modo imparcial y neutral.

En el ámbito familiar las situaciones en las que mediar suelen venir determinadas por los efectos de las situaciones conflictivas entre los miembros de un sistema familiar y las situaciones de divorcio o separación de la pareja. El Tribunal Supremo ha expresado en múltiples circunstancias, como en la Sentencia 129/2010, de 5 de marzo, sobre la oportunidad de recurrir a la mediación como un mecanismo de resolución de conflictos menos agresivo que el proceso judicial, en los casos de conflictos derivados del ámbito familiar.

Comúnmente en los casos de divorcio, las parejas acuden a la vía judicial en vez de decantarse por la mediación familiar. En la vía judicial la finalidad primera no es resolver el conflicto sino vencer al otro, obtener la razón por parte del juez, un tercero que toma la decisión. Esto impide solucionar los conflictos de manera independiente y eficaz, sino que simplemente se dejan en manos de un tercero que tomará la decisión. Se prefiere adoptar una postura cobarde, evitando el diálogo, la colaboración, la comunicación afectiva, el consenso, así como el acuerdo.

La familia es un concepto indeterminado, que no debe ser definido por el derecho, pero este sí debe estar preparado para contemplar sus distintos modos. La regulación actual está confeccionada desde la perspectiva del adulto, olvidándose de los niños y únicamente centrándose en los intereses de los adultos. Este es uno de los defectos que presenta la actual regulación normativa en el ámbito familiar. Los conflictos no deben examinarse únicamente desde la perspectiva del adulto; el interés superior debe ser el de los niños, y la regulación debería ser a la vista de estos. En este sentido, la Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia, establece en su artículo 2 que "todo menor tiene derecho a que su interés superior sea valorado y considerado como primordial en todas las acciones y decisiones que le concierne". Esto nos recuerda que aquellas situaciones en las que intervienen menores requieren una especial atención.

Un ejemplo de ello es la Sentencia de la Audiencia Provincial de Valencia de 22 de abril de 1999, que acuerda la custodia compartida, estableciendo que, de acuerdo al interés superior del menor, "debe procurarse con carácter general que los hijos tengan el mayor contacto posible con ambos progenitores".

El proceso judicial, como medida legal, separa más a las parejas. Con el inicio de este, las partes se colocan automáticamente en una posición de confrontación, se identifican el uno al otro como el enemigo a abatir, olvidándose de que deberán seguir relacionándose como progenitores.

El proceso de separación es un momento especialmente difícil; en él se presentan muchas preocupaciones e incertidumbre en los hijos. Esta incertidumbre puede verse agravada si los progenitores no gestionan positivamente el proceso de separación. La ruptura es un evento traumático en el ámbito familiar, pero una buena gestión, comunicación, así como una buena relación entre los cónyuges, es beneficiosa para los niños, que deben ser siempre nuestro interés superior. Los tribunales requieren la mediación, como figura idónea facilitadora de la

comunicación, al amparo del interés de los hijos menores de edad (SAP Barcelona 605/2014, 8 de octubre).

La mediación tiene como finalidad unir y no separar. Esta figura, como modalidad alternativa de solución de conflictos, pretende alcanzar soluciones menos traumáticas y acuerdos más satisfactorios para ambas partes a través de la comunicación, el acuerdo y una razonada aplicación de la norma jurídica (STS 324/2010, 20 de mayo).

2.2.2. Principios estructurales de la mediación familiar: fundamentos y función garantista

Los principios de la mediación son los que conforman la identidad de esta. Su importancia es esencial, pues estos son los elementos que determinan el modo en que se configura la institución mediadora. Por ende, los principios son el “eje en torno al cual gira la mediación, manteniéndose como una estructura inalterable sobre la que construir el proceso en el que se desarrolla” (García Villaluenga, 2007, p.718).⁷

Los principios de la mediación se encuentran recogidos en la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles. El principio de la voluntariedad anuncia que las partes en conflicto pueden acogerse libremente al proceso de mediación, así como desistir en cualquier momento (STS 399/2013, de 18 de octubre). La imparcialidad y neutralidad del mediador son fundamentales, pues este no puede presentar intereses respecto a ninguna parte. Su papel es el de conductor del procedimiento, pero no puede involucrarse ni proponer ni imponer soluciones sobre el mismo. Debe ser neutral y velar por el equilibrio de las partes durante el proceso. Tal y como recoge la jurisprudencia en la Sentencia del Tribunal Supremo 109/2011, de 2 de marzo, el principio de confidencialidad se relaciona con el de buena fe. Los contenidos, al igual que toda la documentación tratada en las sesiones de mediación, deben ser confidenciales y no podrán ser

⁷ García Villaluenga, L. (2007). *La mediación a través de sus principios. Reflexiones a la luz del Anteproyecto de Ley de mediación en asuntos civiles y mercantiles.*

utilizados a lo largo del proceso, por estar sujetos al secreto profesional. El principio de confidencialidad afecta tanto al mediador como a las partes que intervienen en el proceso de mediación. Asimismo, las partes deben actuar según los principios de lealtad, buena fe y respeto mutuo durante la negociación para alcanzar acuerdos satisfactorios, prestando la debida colaboración y el apoyo necesario al mediador. De igual modo, el carácter personalísimo de las partes, así como la persona mediadora, se sustenta en el deber de asistir personalmente a las sesiones, sin que puedan valerse de representantes y actuando siempre de acuerdo con el principio de flexibilidad.

En definitiva, el mediador se postula como un profesional especializado, imparcial e independiente que posibilita una vía de comunicación entre las partes con el fin de alcanzar soluciones satisfactorias en el contexto de un conflicto familiar sin atribuirse facultades autoritarias (AAP Álava 15/2025, de 17 de enero).

2.2.3. La figura del mediador y el procedimiento de mediación

Las formas de resolución de conflictos pueden clasificarse atendiendo a un criterio básico, como quién va a resolver el conflicto. Con base en este encontramos dos tipos: los métodos autocompositivos, que son aquellos en los que la solución a la controversia nacerá de forma voluntaria de las propias partes, y los métodos heterocompositivos, donde será necesaria la intervención de un tercero que impondrá la solución.

El arbitraje, entre otros, es un método heterocompositivo, igual que el proceso judicial común, pues uno no decide voluntariamente someterse a una determinada solución. Como se establece en la Sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Cataluña, 72/2013, de 9 de diciembre, en el arbitraje, aunque las partes eligen someterse a este procedimiento, no disponen del objeto del procedimiento, no deciden voluntariamente la solución, y la decisión del árbitro tiene fuerza vinculante y ejecutiva.

Por el contrario, la mediación es un método autocompositivo. Dentro de los métodos autocompositivos también encontramos la conciliación y la negociación. Según Revilla Giménez (2020)⁸, estos métodos permiten a las partes alcanzar acuerdos que reflejan sus verdaderos intereses, promoviendo soluciones más duraderas y satisfactorias. En el mismo sentido, la Sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Madrid 38/2014, de 10 de junio, refuerza la distinción entre estas dos figuras, destacando que en el arbitraje, el árbitro decide, al igual que un juez, pero con un alcance más restringido; en cualquier caso, decide sobre el fondo del conflicto mediante un laudo vinculante, aunque para su ejecución es imprescindible recurrir a la protección judicial. Mientras que el mediador no posee la habilidad para solucionar de manera vinculante el conflicto".

2.2.3.1. Requisitos legales, funciones y perfil profesional del mediador

En un procedimiento de mediación puede haber cuantos mediadores las partes consideren necesarios. No obstante, lo habitual para evitar costes es contar con un solo mediador. La Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles, establece que la mediación es un procedimiento voluntario y confidencial, en el que las partes pueden gestionar por sí mismas una solución a los conflictos que las afectan, con la asistencia de una persona mediadora que actúa de modo imparcial y neutral.

El mediador no podrá proponer soluciones; este se limita a intentar aproximar las posturas de las partes. Como ya hemos mencionado, la mediación es confidencial; los temas tratados en las sesiones de mediación no podrán ser utilizados como información en un proceso judicial posterior. Además, las partes podrán escoger libremente el mediador o mediadores que intervendrán en la resolución de la controversia.

⁸ Revilla Giménez, M.I. (2020). *Métodos autocompositivos de la resolución de conflictos y sus efectos jurídicos. En El futuro de la abogacía ante la transformación digital y las necesidades de la era postcovid.*

La elección del mediador, al igual que la de un abogado, es crucial y debe basarse en criterios tales como: por razón de materia, teniendo en cuenta la formación y experiencia del mediador, por el método que aplica el mediador (facilitativo, evaluativo o adaptado al caso), o por la cualificación. El mediador debe acreditar los requisitos legales que se exponen en los artículos 11 y 12 de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles. El mediador necesita ser poseedor de un título oficial universitario o de educación profesional superior, además de tener una formación específica para la práctica de la mediación. Esta formación se obtiene a través de la ejecución de uno o varios cursos específicos impartidos por instituciones debidamente acreditadas, los cuales tendrán validez para llevar a cabo la actividad mediadora en cualquier parte del territorio nacional. Del mismo modo, el mediador debe firmar un seguro o garantía similar que proteja la responsabilidad civil resultante de su intervención en los conflictos en los que participe. Finalmente, para desempeñarse como mediador, será imprescindible la inscripción en el Registro de Mediadores e Instituciones de Mediación vinculado al Ministerio de Justicia o, si se requiere, en los registros de mediadores establecidos por las comunidades autónomas. Igualmente, el Ministerio de Justicia y las entidades públicas pertinentes, en cooperación con las entidades de mediación, promoverán y exigirán la formación inicial y constante de los mediadores, la creación de códigos de comportamiento voluntarios, así como la conformidad de estos y de las instituciones de mediación a dichos códigos.

La normativa de acceso a la mediación a escala nacional menciona que el Ministerio de Justicia habilitará a las instituciones públicas y privadas a otorgar títulos oficiales de formación específica habilitantes a mediadores. Aún así, en ningún caso menciona qué competencias o habilidades prácticas deben integrarse dentro de estos programas, más allá de exigir un 35 por ciento del curso a la formación práctica.

Esta no regulación sobre los perfiles de egreso de mediadores puede estar sujeta al debate que se abre en este trabajo, donde se demuestra que una formación enfocada a la neurociencia puede beneficiar los procedimientos de mediación.

2.2.3.2. Configuración jurídica y práctica del procedimiento de mediación

La reciente aprobación de la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, establece la obligatoriedad de intentar una mediación antes de acudir a los tribunales en determinados asuntos civiles y mercantiles, con el objetivo de agilizar la justicia y descongestionar los tribunales. Esta ley refuerza la importancia de la mediación como un medio adecuado de solución de controversias.

Cuando la mediación no es voluntaria, es decir, cuando se lleva a cabo porque la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, la exige como uno de los requisitos de procedibilidad previo a poder llegar a un procedimiento judicial, se establece un plazo máximo para mediar que no podrá exceder de tres meses prorrogables por un plazo igual.

Podemos acudir a un procedimiento de mediación, bien por ser un requisito de procedibilidad o porque las partes se prestan a ella voluntariamente. El juez, previo acto de juicio, puede derivar a las partes a un procedimiento de mediación (SAP Barcelona 358/2014, de 29 de mayo). Esta derivación no nos obliga a someternos a un procedimiento de mediación, pero sí debemos acudir a la primera sesión informativa para evitar una presunción de mala fe. Si decidimos no someter el conflicto a un procedimiento de mediación, no hará falta que asistamos a las siguientes fases de la mediación.

2.2.3.3. Fases del procedimiento de mediación según la normativa vigente

Antes de dar comienzo a las sesiones de mediación, se llevará a cabo la preparación de estas. Las partes se preparan para la mediación, recopilando información relevante sobre sus necesidades y deseos.

1. Sesión informativa

Se da inicio a la mediación. Estas sesiones son individuales con cada parte. En estas sesiones el mediador les informa sobre el funcionamiento de la mediación, de la voluntariedad de someterse a ella, cuáles son las partes, el coste de la sesión, además de otra información general. Según el artículo 17 de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles, esta sesión informativa debe garantizar el conocimiento claro del procedimiento, la función del mediador y el carácter voluntario del procedimiento.

2. Sesión constitutiva

Se establece como objetivo de esta sesión la determinación de la duración del procedimiento de mediación, las sesiones a realizar, la determinación del coste a asumir por cada parte (o en los casos en que las partes se beneficien de justicia gratuita) y la determinación del objeto del procedimiento. Si mediamos y alcanzamos un acuerdo, llegamos a la sesión final (art. 19, Ley 5/2012, de 6 de julio).

3. Sesión final

En esta sesión se llevará a cabo la elaboración de un acta final. Este acta final es de obligado cumplimiento por las partes, y para que esta sea ejecutable se deberá distinguir según el tipo de mediación, si es por requisito de procedibilidad o sometimiento voluntario de las partes. Según el artículo 23.2 de la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles, si las partes desean dotar de fuerza ejecutiva al acuerdo alcanzado en mediación, pueden elevarlo a escritura pública, convirtiéndolo en un título ejecutivo no judicial.

En cambio, si dentro del proceso judicial el juez ha derivado a las partes a mediación y estas han alcanzado un acuerdo, dicho acuerdo puede ser homologado judicialmente (art. 25.4, Ley 5/2012, de 6 de julio), adquiriendo así

fuerza de título ejecutivo judicial. Ambos son ejecutivos; la única diferencia es que uno es judicial y otro no. El acta siempre se elevará a escritura pública ante notaría cuando no exista intervención judicial.

Las sesiones de mediación pueden ser individuales o conjuntas; pueden determinarse según las circunstancias. Si se realizan sesiones individuales, deberá ponerse en conocimiento de la otra parte que estas se llevarán a cabo, pero no se desvelará el contenido de estas sesiones (art. 18.3, Ley 5/2012, de 6 de julio).

2.2.4. La aplicación de la mediación familiar en situaciones de separación y de divorcio

La mediación familiar en el contexto de separación y divorcio supone una alternativa al proceso judicial convencional que puede resultar beneficiosa para las partes (AAP Barcelona 47/2025, 29 de enero). La mediación familiar es un mecanismo de resolución de conflictos que tiene como objetivo alcanzar un acuerdo sobre asuntos surgidos de una disputa familiar, evitando el proceso judicial. Este procedimiento ayuda a los cónyuges a mejorar su comunicación y colaboración, con el objetivo de conseguir un acuerdo satisfactorio para todo el núcleo familiar. Es una alternativa rápida y menos costosa, además de presentar múltiples ventajas, respecto a la vía judicial.

El procedimiento de mediación familiar, a raíz de la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, se prevé como obligatoria. Esto implica que, en caso de divorcio, los cónyuges deberán intentar obligatoriamente un procedimiento de mediación antes de acudir a los tribunales. En caso de divorcio, cuando existan desavenencias en la pareja sobre las consecuencias del divorcio, el mediador será el encargado de escuchar a las partes, recabar la información necesaria y ofrecer su ayuda a la pareja para alcanzar el acuerdo más satisfactorio para ambas partes. La figura del mediador, como exige la Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles, debe ser imparcial, neutral y estar debidamente formado y acreditado conforme a los artículos 11 y 12 de dicha ley.

Los objetivos principales de la mediación familiar son facilitar la comunicación entre las partes, ayudar a identificar y clarificar los problemas y necesidades de cada uno, promover una expresión de voluntad de cada parte, en busca de soluciones que satisfagan a ambas partes, y minimizar el conflicto, reduciendo a su vez el estrés emocional que este puede ocasionar. En estos casos, los temas comunes en la mediación familiar son la custodia y crianza de los hijos, que requieren llegar a un acuerdo sobre cómo se van a compartir las responsabilidades parentales y el tiempo que los hijos pasarán con cada progenitor. La división de bienes donde deberá acordarse cómo se repartirán los activos y las deudas acumuladas en el matrimonio. Los acuerdos sobre la manutención de los hijos y la manutención conyugal, o cualquier otro aspecto legal que deba abordarse con el fin de encontrar una solución.

El mediador durante las sesiones debe facilitar el diálogo, alentando a ambas partes a expresarse y a escuchar al otro (SERRANO & URIOS, 2004)⁹. La mediación en el ámbito familiar ofrece varias ventajas. Este mecanismo suele ser más rápido y menos costoso que un proceso judicial. Además, la mediación es privada, a diferencia de los procedimientos judiciales. Esta figura jurídica fomenta un enfoque más positivo y colaborativo, que favorece el diálogo y la comunicación entre los cónyuges, lo que puede ser muy beneficioso, especialmente cuando hay hijos involucrados. Se reparte la responsabilidad en la toma de decisiones entre ambos cónyuges, lo que también permite ajustar los acuerdos a las necesidades reales de estos. En la mediación no existen vencedores ni vencidos, sino que son las partes las que tienen el control sobre el resultado, ya que son ellas las que deciden los términos del acuerdo.

La mediación familiar en casos de separación y divorcio ofrece una alternativa constructiva a los procesos judiciales, contribuyendo a que las partes lleguen a acuerdos que respeten las necesidades de todos los involucrados, especialmente de

⁹ Serrano, M. P. G.-L., & Urios, A. S. (2004). *LA MEDIACIÓN FAMILIAR COMO FORMA DE RESPUESTA A LOS CONFLICTOS FAMILIARES*.

los niños. Cuando encontramos hijos involucrados en este tipo de procedimientos, es importante preservar siempre el interés de estos (art. 1 de la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia). Los cónyuges deberán seguir comunicándose y colaborando en la crianza y el cuidado de sus hijos, por lo que un final satisfactorio para ellos también lo será para los hijos.

2.3. Aportaciones de la neurociencia a la comprensión del conflicto familiar y su gestión emocional

2.3.1. Configuración emocional del conflicto familiar desde una perspectiva neurocientífica

La neurociencia nos revela que los conflictos poseen características únicas y especiales, pero, al igual que cualquier otro conflicto, están impulsados y alimentados desde las emociones.

La forma en la que afrontamos los conflictos emite distintos modelos conductuales, que nuestros hijos, a través de las células espejo, van a mimetizar y a repetir (Rodríguez Ceberio & Rodríguez, 2019)¹⁰. Estos modelos son condicionantes para nuestra vida, ya que influyen en cómo gestionamos a nivel personal nuestras emociones, en cómo nos relacionamos con los demás y en cómo resolvemos las tensiones que puedan surgir de las interacciones con el resto de individuos. Además, según como las resolvamos, iremos construyendo un clima de convivencia en el que estaremos sumergidos; este podrá ser más positivo o, por el contrario, más negativo.

Cuando nos relacionamos con otros aparecen tensiones, por lo que podemos afirmar que el conflicto nace de forma inherente en las interacciones humanas. Según cómo estos conflictos sean resueltos, el clima de convivencia se verá condicionado y este a la vez condicionará las relaciones que puedan establecerse

¹⁰ Rodríguez Ceberio, M., & Rodríguez, S. E. (2019). *LAS NEURONAS ESPEJO: UNA GÉNESIS BIOLÓGICA DE LA COMPLEMENTARIEDAD RELACIONAL*.

con los demás. Cada miembro de la unidad familiar está involucrado en este clima de convivencia. Esto puede hacerlos conscientes de la crisis o mantenerla latente, provocando condiciones emocionales difíciles como la ansiedad, la depresión o simplemente el sufrimiento.

El clima de convivencia se construye a nuestro alrededor y va a condicionar las relaciones con los que nos rodean. Estos van a absorber o contaminarse de ese ambiente más positivo o negativo que estamos generando. De aquí nace una responsabilidad individual consistente en resolver con los demás nuestras diferencias. No solo eso, sino que también estamos emitiendo modelos de comportamiento y de gestión de las situaciones.

El aprendizaje surge principalmente de la cultura familiar. Lo analizaremos a través de la metáfora de la “mochila”, utilizada por Mº Luz Sánchez (2021)¹¹, Doctora en Psicología y Licenciada en Pedagogía y Mediadora. Todos nuestros aprendizajes desde el inicio de nuestra vida hasta el final de esta los incluimos en nuestra propia “mochila”. La mochila representa nuestro cerebro que, como anuncia la neurociencia, puede modificarse siempre que permanezca sano.

Cada persona tiene una mochila determinada, única, como lo es cada persona. Fundamentalmente, los esquemas relacionales, comunicativos y la escala de valores la recibimos en casa, a través de nuestra familia, aunque luego se vayan ampliando. También se puede ir modificando y mejorando; esa es la noticia positiva que establece la neurociencia, es decir, que puede modificarse en positivo.

La convivencia se construye de lo personal a lo relacional. Cada persona como individuo debe gestionar lo que siente con el otro, pero la responsabilidad recae en uno mismo, en la solución inteligente de los conflictos. Por lo tanto, para mejorar la convivencia, debemos mejorar a escala individual en la forma de relacionarnos

¹¹ Sánchez García-Arista, M. L. (2021). *Del cerebro hostil al cerebro inteligente. Neurociencia, conflicto y mediación*. Reus.

o de comunicarnos con los demás (Cálad, 2001)¹². Al mejorar individualmente, construimos una mejora colectiva, una mejor convivencia y una inteligencia colectiva.

Goleman (1996)¹³ afirma que emoción e inteligencia están bajo el paraguas de otras inteligencias y no son, en absoluto, incongruentes. Salovey y Mayer (1990)¹⁴ argumentan que con frecuencia la gente piensa en las emociones como un obstáculo para un funcionamiento mental adecuado. Argumentan que es un error profundo pensar de este modo, por cuanto las situaciones emocionales intensas en ocasiones estimulan la inteligencia, ayudando a los individuos a priorizar los procesos del pensamiento.

El papel de los mediadores, como profesionales, consiste en ayudar a la gestión de conflictos y en encontrar una solución positiva. Fundamentalmente, porque afectan a todo el sistema familiar y se integran en la “mochila” de cada miembro. Haciendo especial referencia a los hijos que lo asumirán e integrarán en su fondo de mochila y repetirán esos esquemas en el futuro. Esa manera de resolver va a formar parte de la memoria emocional y será continuamente un referente para el cerebro en el momento de evaluar las situaciones vividas y la forma de resolverlas. Por lo tanto, la forma en la que ayudamos a resolver los conflictos en temas familiares influye en una construcción de la educación y socialización más positiva o negativa.

Los conflictos que proceden de los progenitores repercuten de manera directa en los hijos. Estos conflictos en el sistema familiar tienen que ver con el liderazgo de la pareja disfuncional. Cuando esta es disfuncional, ni el equilibrio ni el estilo relacional de la pareja ni el estilo de crianza funcionan adecuadamente. Es por eso que los mediadores tienen una gran responsabilidad sobre cómo abordar de forma eficiente estos conflictos familiares y esto no puede realizarse de forma eficiente sin entender las emociones que brotan en una situación de conflicto.

¹² Cálad, C. A. A. (2001). *HACIA UNA PSICOLOGÍA DE LA CONVIVENCIA*.

¹³ Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

¹⁴ Salovey y Mayer (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.

La neurociencia nos ayuda a conocer las emociones para gestionarlas positivamente. Debemos tratar de entender a las partes como personas con su “mochila” especial y única y entender el conflicto partiendo de la mochila inherente de cada uno.

Por eso debemos entender bien cómo funciona el cerebro humano, cómo funciona lo básico y fundamental de los conflictos, las emociones. El divulgador de la inteligencia emocional, Daniel Goleman (1995), decía que “la emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y al tipo de tendencia a la acción que lo caracteriza”.¹⁵

Cuando percibimos e interpretamos, lo que hace nuestro cerebro es proyectar desde la memoria emocional. La amígdala tiene como función generar emociones. Junto a ella encontramos el hipocampo, que es el encargado de almacenar la memoria emocional; todo lo que nos ha activado, en positivo o en negativo, durante nuestra vida queda almacenado allí. Estas serán las bases que la amígdala usará como patrones de comparación. Lo que percibimos lo interpretamos desde lo que guardamos en la memoria emocional, que será lo que usamos como patrón comparativo. Es decir, se deduce en positivo o en negativo, generando la emoción correspondiente (Sánchez García-Arista, 2021)¹⁶.

En el sistema límbico, junto a la amígdala, encontramos el hipocampo, el hipotálamo y el tálamo; estos forman lo que Morgado Bernal (2011)¹⁷ denomina como cerebro emocional, heredado de los animales. El cerebro humano evolucionó y generó la corteza cerebral y, dentro de esta, la corteza prefrontal. Ahí es donde se gestiona el razonamiento, el pensamiento, la ética o la empatía. Todo ello es fundamental, pues es lo que nos hace personas.

¹⁵ Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional* (19th ed.). Kairós.

¹⁶ Sánchez García-Arista, M. L. (2021). *Del cerebro hostil al cerebro inteligente. Neurociencia, conflicto y mediación*. Reus.

¹⁷ Morgado Bernal, I. (2011). *Emociones e inteligencia social: las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón*.

Cuando evolucionó el cerebro, se crearon estas dos cortezas, sin desechar el cerebro emocional heredado de los animales, sino que a través de procesos bioquímicos quedaron conectadas la corteza prefrontal y la amígdala. Este es el funcionamiento del cerebro integrado, del cerebro pleno e inteligente. Solo desde este modo inteligente daremos respuestas inteligentes y solo desde allí llegaremos a acuerdos satisfactorios y estables (Sánchez García-Arista, 2021)¹⁸.

Cuando la amígdala se pone en acción, tenemos dos caminos: identificar y gestionar esa emoción que genera la amígdala y tomar las riendas de nuestro comportamiento. O bien, si no la identificamos o no la gestionamos, la amígdala toma el control.

Cuando la amígdala se hace con el mando, a través de procesos bioquímicos nuevamente, desconecta la corteza prefrontal. Es por eso que Goleman (1995) habla del cerebro secuestrado; este es el preciso instante en el que no somos capaces de razonar. Nuestro cerebro funciona solo desde el aspecto emocional, entra en lo que Aarón Beck (2003)¹⁹ denomina modo hostil. Este cerebro en modo hostil hace referencia a una amígdala desconectada de lo que nos hace personas, es decir, de la corteza prefrontal. Este estado del cerebro no nos permite razonar y puede dar lugar al autoengaño porque esa parte de nuestro cerebro queda secuestrada.

Desde un cerebro en modo hostil, el único código de actuación conocido es el de defensa-ataque. Solo nos centramos en ver al otro como el enemigo que debemos abatir. Se trata de ganar al otro, no existe capacidad de razonar y, por tanto, tampoco somos conscientes de las consecuencias de nuestra actitud ni de nuestro comportamiento.

La amígdala tiene como mecanismo de protección a las emociones y está entrenada para generarlas rápidamente. Las emociones son las que nos protegen,

¹⁸ Sánchez García-Arista, M. L. (2021). *Del cerebro hostil al cerebro inteligente. Neurociencia, conflicto y mediación*. Reus.

¹⁹ Beck, A. T. (2003). *Prisioneros del odio: las bases de la ira, la hostilidad y la violencia*. Paidós.

pero solo serán valiosas una vez lleguemos al cerebro superior; si las gestionamos desde ahí, daremos respuestas inteligentes y controladas por nosotros y no por la amígdala.

Es fundamental llevar a cabo una gestión emocional positiva. Se trata de identificar aquello que sentimos, analizar por qué lo estamos sintiendo y dar una respuesta ajustada. Consiste en identificar lo que estamos sintiendo, analizar por qué lo estamos sintiendo, qué es aquello que nos activa y qué nos hace sentir de esa manera.

De acuerdo con Goleman (2001)²⁰, las personas emocionalmente desarrolladas, aquellas que gobiernan sus emociones adecuadamente y saben interpretar y relacionarse con los demás, disfrutan de ventajas en todos los aspectos de la vida.

Con todo esto estamos conectando lo emocional y lo racional, y sólo desde ahí elaboramos una respuesta ajustada e inteligente. La respuesta obtenida será autorregulada, es decir, gestionada por nosotros, por nuestro cerebro. Todo esto nos permite crecer en autorregulación, en control y para eso es necesario trasladar el foco a nosotros mismos.

2.3.2. Bases neurocientíficas para la comprensión del conflicto familiar y su gestión a través de la mediación

Desde perspectivas diferentes y con “mochilas” diferentes, dos personas pueden tener visiones distintas de una misma realidad. Pueden aparecer realidades divergentes, que son las que se tratan en mediación.

Debemos controlar este tipo de emociones como la ira, rabia o hostilidad mantenida que son muy comunes en el seno de los conflictos familiares. También los encontramos presentes en otros sistemas, pero en el ámbito familiar se produce

²⁰ Goleman, D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Cherniss, C. y Goleman, D. (Eds.). *The emotionally intelligent workplace*.(pp.13-26). San Francisco: Jossey-Bass

más dolor y se genera una memoria emocional más dañada. No obstante, nuevos descubrimientos aseguran la existencia de un nuevo tipo de neurona, denominada célula ovoide, ubicada en el hipocampo y responsable del almacenamiento de recuerdos de objetos nuevos (Soriano, 2025)²¹.

En los conflictos familiares encontramos elementos visibles, elementos de enfado o de conflicto, pero realmente la raíz de ese conflicto familiar no es visible. Además, los conflictos se mantienen en los sistemas familiares muchas veces aletargados, y se suelen negar u ocultar.

Hemos visto cómo funcionan las emociones, pero estas también tienen que ver con los conflictos. Tenemos la capacidad de dar diversas respuestas a las tensiones que surgen con el otro para poder dar cada vez las respuestas de forma más inteligente y modificar ese fondo de mochila o esos estilos aprendidos que no dan un buen resultado.

El conflicto tiene una dinámica interna que es de ciclo y que tiende a perpetuarse, pero la neurociencia establece que puede cambiarse por depender de la autorregulación o gestión emocional.

Nuestras creencias y actitudes, al entrar en interacción con otra persona con creencias diferentes, pueden generar tensiones, cuya situación es totalmente natural. Al identificar la tensión, se inicia la gestión inteligente del conflicto. Si no se gestiona de forma inteligente, la respuesta es automática y son estos estilos los que fomentan el afrontamiento de respuestas aprendidas. Estos estilos dan un resultado que remite a nuestra mochila, pero tenemos la oportunidad de gestionarlos de forma más inteligente y razonable, desde una buena gestión emocional.

La forma de hacerlo es revisando nuestras creencias iniciales al coincidir con alguien e identificar las tensiones. En ese instante debe analizarse qué podemos

²¹ Soriano, J. (2025, February 20). *Descubren un tipo de Célula que nos permite recordar nuevas cosas*. Psicología y Mente.

hacer y elaborar una respuesta ajustada a la interpretación con esa persona y la situación en la que nos encontramos; esta será una respuesta inteligente. Además, nuestra respuesta estará envuelta en comunicación, que va conectada completamente con lo emocional. Desde ahí podemos dar distintas respuestas envueltas en comunicación asertiva para defender nuestros intereses en positivo.

La gestión inteligente de conflictos consiste en pasar de un modo hostil del cerebro a un modo integrado y pleno, y desde ahí damos respuestas adaptadas y, por tanto, llegamos a acuerdos más beneficiosos, tal y como lo describe el Doctor Siegel (citado por Villarreal, 2024)²².

Cuando perdemos el control sobre nuestras respuestas inteligentes, aún tenemos una manera de solucionarlo y es acudir a mediación. La mediación es un proceso que dirige un tercero imparcial que ayuda a las partes a comunicarse inteligentemente para poder llegar a un acuerdo. Es un modelo positivo de convivencia que devuelve a las partes el protagonismo que debieron no haber perdido sobre su conflicto, les otorga el protagonismo y la responsabilidad sobre su conflicto. Se trata de aprender a solucionar nuestros propios conflictos en lugar de que otros lo hagan por nosotros. En vez de ir a los tribunales y a un litigio, acudimos a un mediador que profesionalmente nos ayudará a pasar de la hostilidad a tener una capacidad de razonamiento y de mirada inteligente del conflicto.

Si los mediadores como profesionales ayudan a las partes que acuden a ellos, sobre todo en el caso de conflictos familiares, les están ayudando a crecer en autorregulación, a tener un estilo relacional más positivo y, como consecuencia, también a mejorar la convivencia.

Los mediadores ayudan a las partes a mejorar su gestión emocional y esto afecta a la percepción que tiene cada parte sobre el conflicto y sobre el otro. Esto ayuda a cada parte a flexibilizar el posicionamiento polarizado en el que entraron. Cuando

²² Villarreal, D. E. (2024, February 28). *Integración en el Cerebro*. Psicdv.

damos respuestas no inteligentes, automáticamente nos posicionamos. En el ciclo del conflicto se pueden dar respuestas, si no son autorreguladas, posicionadas en el binomio de culpa y razón (Sánchez García-Arista, 2021)²³. Los progenitores en el sistema familiar que acuden se encuentran confrontados desde ese posicionamiento que genera una narrativa polarizada, de la que no quieren salir porque les da una falsa idea de poder.

Una buena gestión emocional permite la flexibilización de ese posicionamiento polarizado; se empieza a escuchar al otro y a entender qué es aquello necesario para alcanzar acuerdos satisfactorios que puedan solucionar el conflicto.

Por tanto, a partir de las técnicas sobre gestión emocional de los mediadores, entendiendo cómo funciona nuestro cerebro, se ayuda a transformar el conflicto desde una escucha activa, a que ese diálogo interior de cada parte alterado por emociones no gestionadas en positivo que han dado como resultado narrativas alteradas se vayan limpiando y la narrativa y la comunicación recuperen la inteligencia, es decir, se ayuda a conseguir pensamientos y narrativas más inteligentes.

2.3.3. Estrategias de regulación emocional y neurocomunicación aplicables al procedimiento de mediación familiar

La neurociencia ha revelado avances en la comprensión de nuestras emociones y comportamiento en diferentes situaciones a través del estudio del cerebro humano. Ha quedado demostrada la importancia de incorporar principios neurocientíficos en el procedimiento de mediación con el fin de potenciar la eficacia del procedimiento y mejorar la satisfacción de las partes involucradas.

Las técnicas de neurocomunicación son técnicas que combinan el conocimiento de la neurociencia y la psicología para descubrir cómo podemos mejorar nuestras habilidades comunicativas y establecer conexiones más efectivas con los demás.

²³ Sánchez García-Arista, M. L. (2021). *Del cerebro hostil al cerebro inteligente. Neurociencia, conflicto y mediación*. Reus.

La neurocomunicación nos hace más conscientes de cómo nuestro cerebro y nuestras emociones influyen en nuestras palabras y acciones en el momento de comunicarnos (Barberá Cebolla, J. P., & Chavarría Aznar, M. Á., 2022)²⁴.

Para desarrollar una mayor empatía y comprensión, es esencial comprender cómo funciona el cerebro. Conocer e identificar cómo nuestras propias emociones influyen en nuestras interacciones facilita el desarrollo de un mayor autocontrol emocional y mejora la capacidad de comunicarnos de manera assertiva. Entender cómo las emociones afectan a nuestras respuestas en momentos de tensión nos ayuda a evitar reacciones impulsivas y encontrar soluciones más adecuadas (Garaigordobil, M., & Maganto, C., 2011)²⁵.

A continuación se exponen las estrategias basadas en la neurociencia y la neurocomunicación consideradas más óptimas para una posible aplicación en un procedimiento de mediación con el objetivo de mejorar la expresión, la comunicación y evitar bloqueos emocionales o cognitivos.

La neurociencia ha demostrado que el estrés y la ansiedad activan la amígdala, dificultando el pensamiento racional y la comunicación efectiva (Mata Mayrandã, M., 2022)²⁶. Por lo que, con la finalidad de mejorar la regulación emocional y la reducción del estrés, se propone utilizar técnicas de respiración como la respiración diafragmática, consistente en inhalar 4 segundos, retener 4 segundos y exhalar en 6 segundos, que ayuda a reducir la activación de la amígdala (Rodríguez Medina, D. A., Domínguez Trejo, B., Leija Alva, G., Ortiz Omaña, M., & Carreño Morales, C., 2018)²⁷. Un anclaje emocional positivo puede facilitar la dinámica del procedimiento, consistente en invitar a las partes a recordar un momento de calma antes de comenzar la mediación para activar redes neuronales

²⁴ Barberá Cebolla, J. P., & Chavarría Aznar, M. Á. (2022). *Neurocomunicación; cómo captar la atención del alumnado favoreciendo su aprendizaje a través de los principios del Diseño Universal de Aprendizaje*. VII Edición del Congreso Internacional Comunicación y Pensamiento.

²⁵ Garaigordobil, M., & Maganto, C. (2011). Empatía y resolución de conflictos durante la infancia y la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 43(2), 255–266.

²⁶ Mata Mayrandã, M. (2022). El perfil emocional de tu cerebro.

²⁷ Rodríguez Medina, D. A., Domínguez Trejo, B., Leija Alva, G., Ortiz Omaña, M., & Carreño Morales, C. (2018). *Efectos psicofisiológicos de la respiración diafragmática y la estimulación térmica sobre la actividad autonómica del estrés agudo*. Acta de Investigación Psicológica, 8(2), 101–111.

asociadas con la seguridad y la confianza. Por último, la reformulación positiva: reencuadrar los problemas en términos de soluciones y aprendizajes, buscando la perspectiva positiva en lugar de la negativa, lo que activa la corteza prefrontal y disminuye respuestas defensivas.

El cerebro procesa mejor la información cuando se presenta de manera estructurada. Para facilitar la comunicación efectiva y mejorar la expresión, se propone fomentar el uso de la narración. Las historias personales activan el sistema de neuronas espejo, generando empatía y conexión emocional. Pedir a las partes que expliquen sus experiencias desde una narrativa personal facilita la comprensión mutua (García García, E., González Marqués, J., & Maestú Unturbe, F., 2011)²⁸. Las preguntas abiertas y reflexivas contribuyen a la estimulación de la corteza prefrontal, promoviendo el pensamiento crítico y evitando respuestas automáticas defensivas (Valdés, J. L., & Torrealba, F., 2006)²⁹. El mediador puede repetir o reformular lo expresado por una de las partes, es decir, practicar una escucha activa con reformulación, con el fin de reforzar los circuitos neuronales de reconocimiento y validación de las partes.

Cuando una persona se siente atacada, su cerebro entra en modo de amenaza y se bloquea (LeDoux, J. E., 2012)³⁰. Para evitar bloqueos cognitivos y mejorar la toma de decisiones, se propone el uso de la técnica del espacio de silencio, consistente en introducir pausas reflexivas antes de responder; permite que la corteza prefrontal procese la información con menos interferencias emocionales. Asimismo, el uso del movimiento, caminar o cambiar de entorno reduce la rigidez mental y favorece la creatividad, ayudando a desbloquear conflictos. El reencuadre de la situación desde un punto de vista más amplio (perspectiva del

²⁸ García García, E., González Marqués, J., & Maestú Unturbe, F. (2011). *Neuronas espejo y teoría de la mente en la explicación de la empatía*. Universidad Complutense de Madrid, 17(2-3), 265-279.

²⁹ Valdés, J. L., & Torrealba, F. (2006). La corteza prefrontal medial controla la alerta conductual y vegetativo. Implicancias en desórdenes de la conducta. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 44(3), 195–204.

³⁰ LeDoux, J. E. (2012). Rethinking the emotional brain. *Neuron*, 73(4), 653-676.

futuro, de un tercero, etc.) puede ayudar a reducir sesgos y emociones viscerales (Gross, J. J., 2002)³¹.

El cerebro humano está programado para la cooperación, pero el conflicto activa mecanismos de defensa (Persano, H.L., 2018)³². Para estimular la colaboración y la empatía, podrán utilizarse ejercicios de sincronización; actividades como respirar al mismo ritmo o encontrar un punto en común antes de abordar el conflicto fortalecen la conexión a nivel neuronal. A través de las recompensas y el reconocimiento, se produce una segregación de dopamina, un neurotransmisor asociado al placer, que se libera cuando una persona siente que su esfuerzo es valorado (Perret, R., 2016)³³. Agradecer los intentos de diálogo refuerza la cooperación. Por último, un lenguaje corporal abierto, mantener el contacto visual, asentir y usar una postura relajada ayuda a generar seguridad y confianza en el otro (Taft, T., 2024)³⁴.

³¹ Gross, J. J. (2002). *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.

³² Persano, H. L. (2018). *Mecanismos de Defensa*.

³³ Perret, R. (2016). *El Secreto de la Motivación* (con la colaboración de Zohe Vinasco). Segunda edición. México.

³⁴ Taft, T. (2024). What does open body language look like? *Psych Central*.

3. Propuesta metodológica de protocolo de mediación familiar con base neurocientífica

Protocolo de actuación en Mediación Familiar basado en técnicas neurocientíficas

Resumen

Mediante el análisis de la normativa, se ha redactado un protocolo de actuación basado en técnicas neurocientíficas. El objetivo de este protocolo es establecer unas pautas de actuación para los mediadores basadas en los conocimientos neurocientíficos, pero sin perder nunca de vista los principios de la mediación. El eje del mismo es el conocimiento del funcionamiento del cerebro humano para manejar las emociones, la empatía y la toma de decisiones conscientes. El protocolo se ha dividido en distintas fases y se han incorporado las herramientas y técnicas para la autorregulación, para fomentar un ambiente seguro para la toma de decisiones y minimizar los bloqueos cerebrales o cognitivos existentes y, por último, mejorar la calidad de los acuerdos alcanzados. Con el objetivo de suprir esta necesidad, este protocolo, por ende, representa una guía imprescindible para los mediadores, basada en la evidencia científica y en la calidad del procedimiento mediador y del bien de todas las partes intervenientes.

Palabras clave

Mediación familiar, Neurociencia, Regulación emocional, Conflicto, Gestión emocional, Comunicación.

Abstract

Through an analysis of the regulations, a protocol for action based on neuroscientific techniques has been drafted. The objective of this protocol is to establish guidelines for mediators based on neuroscientific knowledge, but without ever losing sight of the principles of mediation. Its core focus is on

understanding how the human brain functions to manage emotions, empathy, and conscious decision-making. The protocol has been divided into different phases and incorporates tools and techniques for self-regulation to foster a safe environment for decision-making and minimize existing brain or cognitive blocks and, ultimately, improve the quality of the agreements reached. Aiming to meet this need, this protocol therefore represents an essential guide for mediators, based on scientific evidence and the quality of the mediation process and the well-being of all parties involved.

Keywords

Family mediation, Neuroscience, Emotional regulation, Conflict, Emotional management, Communication.

3.1. Fundamentos generales del modelo propuesto

3.1.1. Objetivos operativos del protocolo

El presente protocolo tiene como objetivo establecer un marco de actuación para los mediadores, incorporando principios neurocientíficos que favorezcan los objetivos de la mediación. La propuesta se centra particularmente en contextos de separación o divorcio con menores implicados, aunque se pretende su aplicación ante cualquier tipo de procedimiento de mediación.

A través de los avances neurocientíficos y el estudio de la normativa vigente en materia de mediación, se pretende optimizar la labor del mediador, sin desplazar su finalidad primera, con la ayuda de técnicas basadas en el conocimiento del funcionamiento del cerebro humano.

En este sentido, además del objetivo general, se definen los siguientes objetivos concretos. Como primer objetivo, se pretende la incorporación de los conocimientos neurocientíficos en el procedimiento de mediación. Consiste en ofrecer a los mediadores encargados del proceso aquellos recursos basados en la neurociencia que puedan servirles de ayuda para entender los procesos mentales así como emocionales de las partes implicadas en la controversia. Esto, a su vez, fomentará la creación de un clima favorable para la comunicación y la resolución de conflictos de forma más efectiva. Como segundo objetivo, se trata de fomentar el autocontrol emocional en el procedimiento de mediación. Consistente en proporcionar a las partes implicadas técnicas que les permitan desarrollar la capacidad de gobernar las emociones de una manera adecuada, eludiendo bloqueos cognitivos. Esto implica comprender la relación entre emoción, cognición y comportamiento. Con esto se fomentará un diálogo basado en la comprensión y el respeto mutuo, evitando la activación de los mecanismos de defensa. Como tercer objetivo se promueve una comunicación empática. Se busca una mejor comprensión y respuesta a las emociones del resto. Para que la comprensión sea lo más efectiva posible, se usarán técnicas de comunicación que fomenten la activación de las neuronas espejo, las cuales contribuyen a nuestro

entendimiento de la empatía y el comportamiento social. Como cuarto objetivo se pretende posibilitar la toma de decisiones de forma consciente e informada. Establecer estrategias que permitan a las partes tomar decisiones de forma racional, huyendo de sesgos cognitivos y reacciones automáticas fruto del estrés emocional. Como último objetivo encontramos la necesidad de potenciar el procedimiento de mediación sin alterar su objetivo. Crear normas que se ajusten a la normativa vigente y que respeten los principios fundamentales de la mediación. Así, como cerciorarse de que la incorporación de técnicas neurocientíficas no altere la finalidad de la mediación, sino que sirva para optimizarla.

3.1.2. Principios estructurantes del protocolo

Esta propuesta de protocolo de actuación basado en técnicas neurocientíficas se articula sobre los siguientes principios derivados de la normativa actual en materia de mediación, así como desde una perspectiva neurocientífica, que busca optimizar el procedimiento de mediación.

El primer principio se articula sobre la empatía y regulación emocional. A través del uso de técnicas neurocientíficas, se busca establecer pautas y herramientas que guíen a las partes en controversia a alcanzar una comunicación y comprensión empática y eficaz, evitando reacciones impulsivas. Para fomentar este principio, el entorno creado para desarrollar la mediación debe favorecer esta expresión y gestión emocional. Junto con los conocimientos neurocientíficos, podremos alcanzar una adecuada gestión y expresión de las emociones. El segundo principio se sustenta sobre la creación de un entorno propicio y además, seguro. Para que la mediación sea satisfactoria, las partes deben sentirse escuchadas, respetadas y valoradas en un entorno que garantice su libre expresión. El espacio debe garantizar una expresión libre, además de reducir el impacto de factores que puedan dificultar el procedimiento de mediación. La percepción de seguridad de las partes es clave para evitar bloqueos cognitivos y favorecer el diálogo.

El tercer principio ampara la imparcialidad y neutralidad del mediador. Evitar, a través del presente protocolo, que el mediador caiga en prejuicios o sesgos que

puedan afectar a la dinámica emocional de las partes. Se fomenta la toma de conciencia sobre estos factores y se promueve la intervención neutral e imparcial del mediador que no condicione la expresión de las partes. El cuarto principio del presente protocolo se cimienta en la identificación de bloqueos emocionales y respuestas automáticas. En situaciones en las que las partes sienten que no se encuentran en un entorno seguro o que no pueden expresarse libremente, las respuestas obtenidas son automáticas. Se produce un cierre comunicativo, caracterizado por actitudes herméticas o evasivas, que buscan proporcionar protección. A través de las respuestas de una persona podemos identificar si se está expresando libremente o si, por el contrario, se evidencia un estrés, lucha o huida que evidentemente interfiere en el diálogo. El protocolo está diseñado con la finalidad de que el mediador que asista pueda identificar estos bloqueos y aplicar estrategias que faciliten la apertura del diálogo.

3.1.3. Estructura secuencial del procedimiento

3.1.3.1. Fase previa: recepción del caso y valoración inicial

El protocolo debe proporcionar herramientas para que el mediador pueda identificar las necesidades emocionales de las partes, crear un entorno seguro y propicio para la expresión emocional, asegurando que el espacio físico sea neutral y tranquilo, además de prepararse emocionalmente a través de ejercicios de concentración y autorregulación emocional. Los mediadores deben estar en posesión de una formación en técnicas de mediación y resolución de conflictos, así como estar debidamente inscritos en el registro de mediadores correspondiente. Es imprescindible que los mediadores hayan recibido formación en materia neurocientífica para la adecuada aplicación de la propuesta del protocolo de actuación presentada.

El mediador debe tener en cuenta tres aspectos fundamentales antes del inicio de la mediación. Debe realizarse un análisis preliminar del conflicto y de las necesidades emocionales de las partes, una evaluación y elección del lugar donde se llevará a cabo la mediación, asegurándose de que sea un espacio físico idóneo

para la expresión y una previa autorregulación emocional del propio mediador para evitar interferencias.

3.1.3.2. Fase 0: Sesión informativa y consentimiento por escrito

Supone el inicio del procedimiento de mediación, consistente en una sesión informativa o primera toma de contacto con las partes. El mediador informará a las partes sobre el procedimiento de mediación, sus objetivos, normas y principios adaptados a las necesidades de las personas identificadas en fase previa. Si las partes lo desean, expresarán su voluntad de participar en el procedimiento por escrito. Este consentimiento debe ser libre e informado y se recogerá en un acta inicial y de aceptación de mediación.

3.1.3.3. Fase 1: Sesión inicial: primera identificación del conflicto y exploración prematura de bloqueos

Esta etapa está marcada por la generación del clima de confianza, empatía y comprensión. Se trabaja con las partes para identificar la naturaleza del conflicto. Además de la exploración del conflicto, se presenta una primera exploración emocional que nos permitirá identificar de forma prematura bloqueos cognitivos o emocionales que puedan condicionar el procedimiento.

3.1.3.4. Fase 2: Sesión Constitutiva: reconocimiento emocional y de posibles soluciones

En esta fase se trabaja con las partes, de forma activa, aquellas emociones que les genera el conflicto y cómo entenderlas y transformarlas, haciéndoles conscientes de la situación. Así como participes del cambio hacia una visión positiva y una solución más inteligente que resulte lo más satisfactoria posible para ambas partes. Se motiva a las partes a que exploren su capacidad de proponer soluciones para el conflicto a tratar con la finalidad de poner fin al mismo, mejorando así la comunicación y la relación entre ellos.

Se fomenta la exploración de las emociones de las partes mediante herramientas neurocientíficas como la aplicación del principio de escucha activa para fomentar la comunicación y comprensión entre los participantes o la aplicación de técnicas de control del estrés y regulación emocional. Se busca establecer una predisposición de las partes al acuerdo a través de la exploración y gestión de opciones. Debe generarse el estado de ánimo idóneo para que se lleve a cabo el objetivo de la mediación, el acuerdo. La formulación de preguntas orientadas a la exploración de las emociones y necesidades nos ayudará a identificar continuamente el estado emocional de las partes, así como posibles sesgos cognitivos que puedan ser condicionantes e imposibiliten que visualicen soluciones viables.

El desarrollo de esta fase se propone en dos subfases diferenciadas. La primera consiste en la exploración de las emociones de las partes mediante herramientas neurocientíficas y la segunda subfase está centrada en la propuesta de soluciones y toma de decisiones.

3.1.3.5. Fase 3: Sesión final de acuerdo o cierre: presentación del acuerdo alcanzado

En esta última fase, se presenta el acuerdo alcanzado, de forma parcial o final, y se procede a la lectura, repasando juntos todos los puntos. El acuerdo debe haberse presentado de forma clara y comprensible. Debemos asegurarnos de que las partes se sientan cómodas con el acuerdo y que la decisión no haya sido impuesta o condicionada. Es importante también mantener tanto el equilibrio emocional como el del entorno para garantizar que el procedimiento finalice de manera satisfactoria para ambas partes.

Se realiza la presentación del acuerdo de manera clara y comprensible, y seguidamente se pasa a la firma del acuerdo tanto por los mediadores como por las partes implicadas.

3.1.4. Despliegue operativo del protocolo

Cada sesión está pensada para realizarse en 60-90 minutos. Como mediadores debemos recordar cuidar nuestro lenguaje corporal, mantener el equilibrio entre las partes, validar sus emociones sin posicionarnos y aceptar el ritmo de las sesiones.

3.1.4.1. Fase 0. Sesión informativa: acogida, marco del procedimiento y activación del vínculo

La primera sesión informativa del procedimiento de mediación es el primer contacto de las partes con el procedimiento y con el mediador. Está pensada para crear un clima de confianza, resolver dudas y crear una disposición a participar de las partes.

En esta fase se produce la presentación del profesional o profesionales implicados en el procedimiento de mediación, así como de las partes en controversia. La presentación del mediador será cercana y profesional, identificándose con su nombre y rol. El tono de voz del mediador debe ser el más cercano y sereno posible y su lenguaje corporal debe ser relajado y adecuado a las circunstancias. El mediador debe usar un lenguaje respetuoso, inclusivo y sencillo, es decir, debe procurar evitar tecnicismos o palabras que puedan sonar autoritarias.

Con el fin de generar un ambiente acogedor desde el inicio, en el que las partes se sientan cómodas, el mediador puede entablar una breve conversación informal que ayude a relajar tensiones antes de dar inicio a esta primera sesión informativa. Se proporcionará a los mediados una breve explicación de los principios básicos de la mediación, como son su carácter voluntario, la neutralidad y la confidencialidad. Siguiendo esta línea, una luz adecuada, el uso de sillas iguales para todos los participantes, así como una mesa redonda y sin barreras o obstáculos que separen a las partes, ayudarán a crear un ambiente cómodo y óptimo.

Al ser la primera toma de contacto entre los participantes, el mediador dispensará a los mediados una explicación clara del procedimiento de mediación. Se expondrán las fases a las que las partes deberán someterse, el número de sesiones, su estructura, las ventajas, el coste y la duración. Deberán establecerse claramente las normas básicas del procedimiento, como el respeto de turnos equitativos de palabra para que ambas partes se sientan escuchadas, el no interrumpirse y no alzar la voz ni hablar por encima del resto. Además, es importante enfatizar que la función del mediador no es juzgar ni imponer ninguna decisión sobre ellos. Para conseguir que las partes se muestren receptivas y se abran sin miedo, es importante transmitir el compromiso de imparcialidad del mediador.

Se destacará la importancia e incidencia de las emociones sobre la gestión y la toma de decisiones y cómo se trabajarán de forma activa para mejorar la autorregulación emocional y su comunicación, con la finalidad de llegar a acuerdos más satisfactorios para ambas partes.

Es fundamental que en esta primera sesión se realice un examen de las motivaciones e intereses de las partes, en particular en el procedimiento de mediación, mostrando un interés genuino. Pueden usarse preguntas como: ¿Qué ha sido lo que os ha motivado a iniciar este procedimiento? ¿Qué esperáis conseguir con este procedimiento?

En este sentido podrán identificarse posibles resistencias que presenten las partes. Es indispensable validar sus preocupaciones, inquietudes o dudas. Es igualmente importante agradecer y valorar su participación en el procedimiento para generar un clima de confianza, despertar su motivación de participar y su implicación.

Para finalizar esta primera sesión, se realizará un breve resumen de esta y, si las partes acceden a continuar con el procedimiento, se formulará una propuesta clara sobre el siguiente paso.

3.1.4.2. Fase 1. Sesión inicial: exposición del conflicto y construcción del espacio relacional

En esta sesión inicial se empieza a tratar el conflicto en sí, por lo que el enfoque cambia un poco. Ahora el objetivo es crear un espacio seguro en el que las partes se sientan cómodas para contar su versión, sin sentirse juzgadas y fomentar la escucha mutua. Por lo que es fundamental que el mediador siga utilizando estrategias como un lenguaje neutro, la escucha activa, la reformulación positiva y un lenguaje corporal abierto.

La sesión dará inicio con una breve bienvenida y recordatorio del marco de la mediación. Se trata de reafirmar el espacio seguro y la confianza. Se podrán aclarar dudas brevemente si surgen.

Las partes deben poder exponer su visión de conflicto, lo que permitirá identificar cuáles son sus emociones, necesidades e intereses, con la finalidad de preparar el terreno para el diálogo y la búsqueda de soluciones conjuntas más adelante. Se deberá definir el conflicto principal y los temas a tratar derivados de este. Las partes relatarán su versión sin interrupciones y el mediador podrá facilitar o regular el tiempo si es necesario. El objetivo es que cada parte exprese su visión del conflicto sin ser interrumpido. Mientras la otra parte habla, debemos cerciorarnos de que no sea interrumpida y sea escuchada de forma activa por la otra. La reformulación debe darse siempre desde la neutralidad, es decir, parafrasear lo que han expresado servirá de muestra de que han sido comprendidos. Esto ayudará a que la otra parte se escuche desde otro marco: Entonces, si lo he entendido bien, lo que te hizo sentir mal fue que no contara contigo para esta decisión, ¿es así?

Se sigue destacando el uso de un lenguaje neutral y de preguntas abiertas, que eviten que las partes se sientan juzgadas. La discrepancia de opiniones entre las partes sobre el conflicto nos aporta información sobre su visión del conflicto y cómo es su relación. A medida que se explora el origen del conflicto, podemos ir

detectando los bloqueos cognitivos de las partes y las emociones que este provoca en ellas.

Es importante usar el conflicto como algo externo, evitando que se sienta como una lucha del uno contra el otro. Por lo mismo, es fundamental subrayar los puntos de coincidencia, aunque sean ínfimos, para crear una base para la colaboración y la comunicación.

En el caso de detectar tensiones, no debemos olvidar validar las emociones de las partes. Se contempla la posibilidad de realizar pausas o redirigir los hechos. Si una de las partes se encuentra sumergida en un bloqueo cognitivo o se encuentra en un estado de estrés, se puede introducir la figura del “caucus”. Estos son espacios individuales y privados breves en los que el mediador y una de las partes del conflicto pueden hablar por separado con la finalidad de desbloquear emociones o ayudar a reencuadrar el enfoque del conflicto.

3.1.4.3. Fase 2. Sesión constitutiva: regulación emocional, narrativas y generación de propuestas

El objetivo general es establecer un entorno seguro y colaborativo que facilite la apertura emocional y la predisposición a la solución del conflicto por las partes.

3.1.4.3.1. Subfase de identificación y regulación emocional

Esta sesión tiene su enfoque en las emociones despertadas en las partes y la aplicación de técnicas neurocientíficas que ayuden a la toma de decisiones. El objetivo principal es identificar, regular y validar las emociones de las partes, creando un ambiente adecuado para la comunicación.

La sesión dará inicio con una bienvenida basada en un anclaje emocional positivo. Se invita a cada parte a recordar brevemente un momento de calma o de seguridad con la finalidad de activar las redes neuronales relacionadas con la confianza y reducir la activación de la amígdala. El mediador debe emplear una escucha

activa que le permita tener una mirada empática del conflicto. La mirada, así como una postura corporal abierta y relajada, favorecen la activación de las neuronas espejo.

En caso de detectar una situación de estrés o ansiedad en las partes, se podrá proponer la práctica de la respiración diafragmática. Con el mediador como guía, se inicia una respiración controlada (inhalar 4 segundos - retención 4 segundos - exhalar 6 segundos).

Con la finalidad de activar las neuronas espejo, facilitar la empatía y reducir la hostilidad, la sesión continuará con un ejercicio de narración personal. Se invita a cada parte a narrar su vivencia del conflicto en primera persona, en forma de historia. Es fundamental en este momento destacar la importancia de no interrumpir a la otra parte para que esta pueda expresarse con libertad y tenga la sensación de estar siendo escuchada. La escucha activa es un principio fundamental que debe ser respetado por todos los participantes. El mediador puede repetir y reformular con un tono de voz neutro y calmado lo expresado por cada parte, validando sus emociones sin entrar en juicios. En esta técnica de reformulación emocional empática, el mediador reformula tanto el contenido como la emoción detrás del mensaje; esto refuerza el reconocimiento emocional y la validación de los puntos de vista de las partes. Se pueden usar frases como: ¿Lo que entiendo es que en ese momento te sentiste vulnerable?

3.1.4.3.2. Subfase de construcción compartida de propuestas y validación emocional del acuerdo

Esta sesión tiene como objetivo generar un espacio cooperativo desde la regulación emocional, que fomente el pensamiento colaborativo para permitir la construcción conjunta de alternativas desde intereses compartidos.

Se propone el inicio de esta sesión con un reajuste de la regulación cognitiva a través de la técnica del reencuadre o visualización del futuro deseado. Con esto

conseguiremos activar la corteza prefrontal y reducir sesgos automáticos, mejorando la toma de decisiones racionales y empáticas. ¿Cómo te gustaría que se viera esta situación dentro de 1 año? O, ¿Cómo crees que lo vería alguien externo?

Para promover la cooperación entre las partes, los ejercicios de sincronización pueden resultar útiles. Estos son una breve dinámica consistente en identificar un valor o interés común. En caso de detectar bloqueos o tensiones, Mariona Torra recomienda abordar la situación a través del recurso del “caucus” tradicional o con la alternativa del movimiento. Esta pausa individual en movimiento, como puede ser un breve paseo, ayuda a reducir la rigidez cognitiva (comunicación personal, 27 de febrero de 2025).

Es fundamental también que las preguntas formuladas por el mediador sean preguntas abiertas y reflexivas; con esto evitaremos respuestas automáticas de las partes y estimulamos una reflexión más profunda y exhaustiva.

Una actividad sugerida es la escucha activa cruzada con reformulación positiva; en esta, cada parte escucha la propuesta del otro y debe reformularla desde una intención positiva. Cuando se logre alcanzar algún acuerdo o se llegue a un punto común, la reformulación positiva de estas propuestas será fundamental. La reformulación de estos acuerdos en términos afirmativos. Por ejemplo: Nos comprometemos a... Este tipo de estrategias refuerzan la actividad relacionada con la dopamina de nuestro cerebro al centrar la atención sólo en los logros y avances. Así como la recompensa y el reconocimiento lo hacen del mismo modo. Es fundamental reconocer verbalmente los avances de cada parte, los conjuntos y agradecer la predisposición y participación.

Para finalizar la sesión, se agradecerá la predisposición y participación en las actividades sugeridas y el esfuerzo que estas requieren.

3.1.4.4. Fase 3. Sesión final de acuerdo o cierre: formalización del acuerdo y revisión de los aprendizajes y avances

En esta última sesión, si las partes han conseguido alcanzar algún acuerdo, este deberá consolidarse y redactarse. El procedimiento debe cerrarse con claridad y con respeto hacia todas las partes. Es importante, incluso si las partes involucradas no han conseguido alcanzar un acuerdo, celebrar los avances y los aprendizajes adquiridos y no olvidarnos de seguir validando emocionalmente todo el recorrido.

El ambiente seguro debe mantenerse hasta esta última etapa del procedimiento. Se da inicio con una breve explicación del curso de esta última sesión; se revisarán los acuerdos, si se han alcanzado, y se verificará el compromiso de los mediados para el cumplimiento.

Es fundamental para la integración del trabajo realizado durante todo el procedimiento que se realice una revisión del camino recorrido. Con la finalidad de humanizar el procedimiento, deben reconocerse los avances, los aprendizajes y la evolución de su inteligencia emocional, así como la aplicación en su comunicación.

El acuerdo debe confirmarse por ambas partes, por lo que debemos cerciorarnos de que comprenden y aceptan el acuerdo. El mediador procederá a la lectura del borrador del acuerdo y conjuntamente con las partes se irán confirmando todos los puntos. Para asegurarnos de que el acuerdo sea claro, su redacción debe ser sencilla y sin ambigüedades. Antes de proceder a la firma del documento, se verificará que las partes lo sientan justo y posible.

Aún sin acuerdo, es fundamental rescatar los aprendizajes y los avances alcanzados y cerrar el procedimiento en los mejores términos posibles. El cierre emocional y simbólico es indispensable; se debe acompañar hasta el final del procedimiento con una dimensión emocional y de integración.

Esta última sesión y, por consecuencia, el procedimiento, finalizará con la entrega de una copia del acta final de la mediación, tanto si se ha alcanzado un acuerdo como si este no ha tenido lugar. Se facilitará a las partes involucradas una orientación sobre las posibles acciones en caso de que el acuerdo se rompa, como la reapertura del procedimiento de mediación.

La despedida debe ser formal y amable y debe incluir un agradecimiento explícito del mediador por su implicación en el procedimiento de mediación.

3.1.5. Evaluación del impacto neurocientífico en la mediación

Este seguimiento y evaluación del protocolo permitirá una mejora de la aplicación de las técnicas neurocientíficas en el procedimiento, así como una mayor eficacia a largo plazo. Debemos establecer indicadores de éxito para evaluar la implementación de técnicas neurocientíficas en el procedimiento de mediación. Esto es clave para medir no solo los resultados tangibles, como lo son los acuerdos, sino también los avances emocionales y comunicativos.

Es fundamental evaluar el impacto del protocolo, así como las estrategias neurocientíficas que se han introducido en él con tal de poner en valor el uso de la neurociencia. Vamos a medir 3 dimensiones diferentes que permitirán medir el grado de satisfacción y la eficacia del procedimiento.

El objetivo de medir la regulación emocional es evaluar si las técnicas neurocientíficas aplicadas ayudan a disminuir la reactividad y aumentan la autorregulación. La calidad de la comunicación nos ayuda a evaluar si las técnicas aplicadas mejoran la interacción entre los participantes. Finalmente, buscamos evaluar si las técnicas facilitaron la toma de decisiones y el alcance de acuerdos conscientes.

La regulación emocional podemos medirla a través de la escala de Likert (Véase Anexo I); esta se utiliza al inicio y al final de la sesión para que cada parte pueda autoevaluar su nivel de estrés o calma. Por ejemplo: ¿Cómo te sientes emocionalmente al comenzar esta sesión? (1: muy alterado - 5: muy calmado).

El mediador también lleva a cabo una lista de observación emocional en la que se incluyen puntos a valorar como las interrupciones, el tono de voz, el uso del lenguaje corporal o los silencios.

Al final de cada sesión se elabora un diario de esta. Es un registro escrito de la sesión en la que el mediador anota momentos en que se aplicaron técnicas neurocientíficas y cómo las partes reaccionaron. En este informe final de cada sesión se establece qué estrategias se han aplicado delante de qué situaciones concretas y si el resultado ha sido positivo o no. Se analizan los patrones de eficacia, permitiendo identificar qué estrategias han demostrado ser más útiles en determinadas circunstancias, con el fin de mejorar la aplicación futura del protocolo.

Uno de los indicadores de la calidad de la comunicación son las interacciones verbales de las partes. Se llevará un registro de las veces que cada parte usa reformulaciones, validación de la otra parte, cambia el lenguaje del “tú” acusador al “yo” responsable, escucha activamente o interrumpe.

El análisis semicualitativo del discurso de ambas partes nos permite categorizar frases o expresiones en positivas, neutras o negativas. Por último, se pueden realizar encuestas breves después de cada sesión: ¿Te has sentido escuchado durante esta sesión? ¿Consideras que has podido expresarte con mayor claridad que al principio?

La capacidad de toma de decisiones y acuerdos se medirá a través de una ficha de acuerdo con criterios evaluables como son: ¿Es claro y comprensible? ¿Es viable para ambas partes? ¿Hay compromiso verbal de ambas partes? ¿Hay mecanismos de revisión?

El seguimiento de los acuerdos adoptados después de la mediación (1 o 3 meses después) se realizará a través de una entrevista o formulario: ¿Se está cumpliendo el acuerdo? ¿Cómo ha evolucionado vuestra relación/conflicto?

Puede realizarse también una encuesta de satisfacción final en la que las partes valoren (1 a 5) la experiencia con la mediación, su percepción de imparcialidad y el grado de compromiso con el acuerdo.

Todos estos datos se podrán sintetizar a través de las tablas de resultados (Véase Anexo II) para evaluar el éxito de la implementación de las técnicas neurocientíficas en procedimientos de mediación.

3.1.6. Revisión periódica del protocolo basada en la evidencia

Como todo instrumento de intervención profesional, el protocolo debe concebirse como un documento vivo sometido a una evaluación constante y susceptible de adaptación de los avances científicos, nuevos conocimientos y descubrimientos, así como de las experiencias prácticas. Este protocolo debe mantenerse como una línea de investigación abierta, evolucionando con los avances en neurociencia y mediación, e incorporando nuevas técnicas y estrategias que optimicen su aplicación. Es en este sentido que se recomienda establecer una periodicidad concreta para la revisión anual y designar un equipo responsable de analizar tanto las evidencias empíricas como las buenas prácticas emergentes en la mediación familiar y en la neurociencia. Asimismo, se propone la implementación de un sistema estructurado de recogida de datos y experiencias procedentes de la aplicación real del protocolo, además de la creación de espacios colaborativos entre los profesionales de la mediación, la psicología, la neurociencia y el derecho, como pueden ser talleres, seminarios o grupos de mejora, para que de forma interdisciplinar puedan valorar la pertinencia de modificar, ampliar o actualizar las estrategias o herramientas del protocolo.

Solo a través de esta lógica de revisión dinámica y basada en evidencia se puede garantizar que el protocolo siga siendo una herramienta, no solo eficaz, sino también legítima y científicamente fundamentada en el contexto siempre cambiante de la mediación familiar y de la justicia restaurativa.

4. Conclusiones

La realización de este Trabajo de Fin de Grado me ha permitido adentrarme en una concepción de la mediación familiar que va más allá del ámbito estrictamente jurídico, al incorporar conocimientos procedentes de la neurociencia que enriquecen la labor del mediador.

Conclusión 1: Partiendo de una mirada crítica acerca de los límites del paradigma judicial para la solución de conflictos familiares, se puede comprobar que la mediación, cuando es abordada de manera integral, y no solo se trata como una fuente de soluciones jurídicas, aporta avances también en la transformación personal y, por ende, un valor jurídico añadido.

Conclusión 2: Los conflictos familiares, lejos de ser patológicos, son inherentes a la convivencia y el modo en que estos se abordan puede marcar una diferencia, especialmente cuando existen hijos menores de por medio. La mediación familiar tiene el potencial de hacer el camino más fácil, pero si se ignora el componente emocional, los bloqueos cognitivos y la historia personal que cada una de las partes lleva consigo, se estará desperdiciando su potencial.

Conclusión 3: El conocimiento del funcionamiento del cerebro en situaciones de estrés y tensión aporta un valor incalculable al proceso, al permitir el diseño de intervenciones mejores, más justas y más empáticas. Ese es precisamente el objetivo del protocolo propuesto en este trabajo: ofrecer una guía práctica en sintonía con técnicas neurocientíficas que guíen la labor del mediador en la creación de espacios seguros, la facilitación de la autorregulación emocional de las partes y la consecución de acuerdos conscientes y estables.

Conclusión 4: La mediación familiar informada por la neurociencia no sólo lleva a acuerdos más sólidos, sino que inspira semillas de transformación personal que florecen en quienes participan en ella. Apostar por una cultura de diálogo, entendimiento y responsabilidad compartida es la mejor contribución que puede hacerse a fin de una justicia más reparadora, accesible y respetuosa.

Conclusión 5: El protocolo de mediación basado en técnicas neurocientíficas expuesto anteriormente proporciona un marco de intervención para aumentar la eficacia de la mediación mediante la comprensión y gestión de las emociones. Lo más destacable es que las estrategias empleadas no solo mejoran la comunicación entre las partes, sino que también contribuyen a la toma de decisiones conscientes. El protocolo cubre una necesidad real e inminente con la entrada en vigor de la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia, donde se prevé la mediación como un requisito de procedibilidad.

Conclusión 6: Aplicación de técnicas neurocientíficas durante cada fase del procedimiento, con el fin de crear un entorno seguro que facilite la expresión emocional, evite el bloqueo y los sesgos cognitivos involucrados, mejore la empatía, la escucha activa y la disposición para llegar a un acuerdo, y valide los acuerdos con un marco emocional, validando sentimientos y el estado mental.

Conclusión 7: El protocolo se evalúa mediante un sistema de indicadores de éxito que garantiza la valoración continua de su eficacia y la realización de mejoras. En general, el protocolo integrado crea una combinación única del enfoque racional y empático y representa una contribución valiosa y novedosa a la práctica de la mediación y la ciencia de la resolución de conflictos.

Conclusión 8: Si verdaderamente deseamos contribuir a la construcción de una justicia más reparadora, accesible y respetuosa, necesitamos herramientas como las que nos ofrece la neurociencia.

Conclusión 9: Siendo consciente de las limitaciones del presente trabajo, se propone una posible línea de investigación futura que suponga el primer punto de partida hacia algo mayor. Finalmente, considero que el presente trabajo tiene un gran valor, no solo académico, sino también de investigación en concepto de la nueva normativa establecida en la Ley Orgánica 1/2025, de 2 de enero, de medidas en materia de eficiencia del Servicio Público de Justicia.

Conclusión 10: A través del estudio ha quedado demostrado, como ya imaginaba, que la neurociencia puede aplicarse con éxito en la mediación familiar, aportando un gran valor al procedimiento.

5. Referencias bibliográficas

5.1. Doctrina

Alfonso Rodríguez, M. E. (2008). *La mediación familiar en España: concepto, caracteres y principios informadores.*

Barberá Cebolla, J. P., & Chavarría Aznar, M. Á. (2022). *Neurocomunicación; cómo captar la atención del alumnado favoreciendo su aprendizaje a través de los principios del Diseño Universal de Aprendizaje.* VII Edición del Congreso Internacional Comunicación y Pensamiento.

Beck, A. T. (2003). *Prisioneros del odio: las bases de la ira, la hostilidad y la violencia.* Paidós.

Bolaños, I. (2003). Mediación familiar en contextos judiciales.

Cálad, C. A. A. (2001). *HACIA UNA PSICOLOGÍA DE LA CONVIVENCIA.*

Garaigordobil, M., & Maganto, C. (2011). Empatía y resolución de conflictos durante la infancia y la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología, 43(2),* 255–266.

García García, E., González Marqués, J., & Maestú Unturbe, F. (2011). *NEURONAS ESPEJO Y TEORÍA DE LA MENTE EN LA EXPLICACIÓN DE LA EMPATÍA.* Universidad Complutense de Madrid, 17(2-3), 265-279.

García Villaluenga, L. (2007). La mediación a través de sus principios. *Reflexiones a la luz del Anteproyecto de Ley de mediación en asuntos civiles y mercantiles.*

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional* (19th ed.). Kairós.

Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional.* Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

- Goleman, D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Cherniss, C. y Goleman, D. (Eds.). The emotionally intelligent workplace.(pp.13-26). San Francisco: Jossey-Bass.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Harold. (2013) *¿Cómo afectan a los niños los conflictos parentales?* de [Revista online].Infocoponline.
- Kaiser Permanente. (2024, 31 de julio). *Aprenda sobre la reformulación del pensamiento.*
- LeDoux, J. E. (2012). Rethinking the emotional brain. *Neuron*, 73(4), 653-676.
- Marlow, L. (Noviembre 2001). Mediación Familiar: *Una Práctica en Busca de una Teoría, una Visión Del Derecho.*
- Martín-Casals, M. (2000). *La mediación familiar en derecho comparado: algunas de las propuestas de regulación en España a la luz de las tendencias europeas.*
- Mata Mayrandã, M. (2022). *El perfil emocional de tu cerebro.*
- Morgado Bernal, I. (2011). *Emociones e inteligencia social: las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón.*
- Muñoz Silvia, A. (2005). *LA FAMILIA COMO CONTEXTO DE DESARROLLO INFANTIL. DIMENSIONES DE ANÁLISIS RELEVANTES PARA LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA Y SOCIAL.*
- Pantzay Otzoy, A. E., & España Chajón, M. L. (2007). *“IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN A PADRES DE FAMILIA SOBRE LOS PATRONES DE CRIANZA Y SU IMPLICACIÓN EN EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS”.*

- Perret, R. (2016). *El Secreto de la Motivación* (con la colaboración de Zohe Vinasco). Segunda edición. México.
- Persano, H. L. (2018). *Mecanismos de Defensa*.
- Ramírez, A. M. (2004). Conflictos entre Padres y Desarrollo de los Hijos Convergencia. Revista de Ciencias Sociales. 11(34), 171-182.
- Revilla Giménez, M.l. (2020). *Métodos autocompositivos de la resolución de conflictos y sus efectos jurídicos. En El futuro de la abogacía ante la transformación digital y las necesidades de la era postcovid*.
- Rodríguez Ceberio, M., & Rodríguez, S. E. (2019). LAS NEURONAS ESPEJO: UNA GÉNESIS BIOLÓGICA DE LA COMPLEMENTARIEDAD RELACIONAL.*
- Rodríguez Medina, D. A., Domínguez Trejo, B., Leija Alva, G., Ortiz Omaña, M., & Carreño Morales, C. (2018). *Efectos psicofisiológicos de la respiración diafragmática y la estimulación térmica sobre la actividad autonómica del estrés agudo*. Acta de Investigación Psicológica, 8(2), 101–111.
- Romero Navarro, F. (n.d.). La mediación familiar. Un ejemplo de aplicación práctica: la comunicación a los hijos de la separación de los padres. El papel del mediador.*
- Sánchez García-Arista, M. L. (2021). *Del cerebro hostil al cerebro inteligente. Neurociencia, conflicto y mediación*. Reus.
- Serrano, M.P.G.-L.,& Urios, A.S. (2004). La mediación familiar como forma de respuesta a los conflictos familiares.
- Salovey & Mayer (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9, 185-211.

Taft, T. (2024). What does open body language look like? Psych Central.
Recuperado de <https://psychcentral.com/health/open-body-language>

Valdés, J. L., & Torrealba, F. (2006). La corteza prefrontal medial controla la alerta conductual y vegetativo. Implicancias en desórdenes de la conducta. Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría, 44(3), 195–204.
<https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v44n3/art05.pdf>

5.2. Legislación

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

Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia.

Ley 5/2012, de 6 de julio, de mediación en asuntos civiles y mercantiles.

Ley 15/2009, de 22 de julio, de mediación en el ámbito del derecho privado.

Real Decreto de 24 de julio de 1889 por el que se publica el Código Civil.

5.3. Jurisprudencia

Tribunal Supremo. (2010, 5 de marzo). Sentencia 129/2010 (Sala de lo Civil, Sección 1^a., Recurso 2559/2005). ECLI:ES:TS:2010:984

Tribunal Supremo. (2010, 20 de mayo). Sentencia 324/2010 (Sala de lo Civil, Sección 1, Rec. 1502/2006).

Tribunal Supremo. (2011, 2 de marzo). Sentencia 109/2011 (Sala de lo Civil, Sección 1.^a, Rec. 1821/2007).

Tribunal Supremo. (2021, 29 de marzo). Sentencia 175/2021 (Sala de lo Civil, Sección 1.^a, Rec. 3110/2019).

Tribunal Supremo. (2022, 7 de julio). Sentencia 545/2022 (Sala de lo Civil).
<https://vlex.es/vid/907583165>

Tribunal Superior de Justicia de Cataluña. (2013, 9 de diciembre). Sentencia 72/2013 (Sala de lo Civil y Penal, Sección 1.^a, Recurso 36/2012).

Tribunal Superior de Justicia de Cataluña. (2016, 11 de abril). Sentencia 24/2016 (Sala de lo Civil y Penal, Sección 1.^a, Recurso 146/2014) ECLI:ES:TSJCAT:2016:3124.

Tribunal Superior de Justicia de Madrid. (2014, 10 de junio). Sentencia 38/2014 (Sala de lo Civil y Penal, Sección 1.^a, Recurso 67/2013) ECLI:ES:TSJM:2014:10346.

Audiencia Provincial de Valencia. (1999, 22 de abril). Sentencia 379/1999 (Sección 6.^a, Recurso 371/1998) ECLI:ES:APV:1999:2299.

<https://vlex.es/vid/54670958>

Audiencia Provincial de Tarragona. (2013, 18 de octubre). Sentencia 399/2013 (Sección 1^a, Rollo núm. 285/2013, Mod. Mdds. núm. 149/2012).

<https://vlex.es/vid/divorcio-plan-obligatoriedad-ccc-480221290>

Audiencia Provincial de Barcelona. (2014, 29 de mayo). Sentencia 358/2014 (Sección 12.^a, Recurso 342/2013).

Audiencia Provincial de Sevilla. (2014, 15 de julio). Sentencia 362/2014 (Sección 2^a).

Audiencia Provincial de Barcelona. (2014, 8 de octubre). Sentencia 605/2014 (Sección 12.^a, Recurso 645/2013).

Audiencia Provincial de Barcelona. (2025, 29 de enero). Auto núm. 47/2025 (Recurso 603/2024). ECLI:ES:APB:2025:32A.

Audiencia Provincial de Álava. (2025, 17 de enero). Auto núm. 15/2025 (Recurso 1701/2024). ECLI:ES:APVI:2025:54A.

5.4. Bibliografia web

CMICAMALAGA. (2022, mayo 16). *Neurociencia y formación en Mediación*.

<https://www.cmicamalaga.es/neurociencia-y-formacion-en-mediacion/>

Conflictos Familiar: Cuáles Son y Cómo Resolverlos. (2022, December 7). Centro de Estudios de Psicología.

<https://cepsicologia.com/conflicto-familiar-tipos-consejos-resolver/>

Diario de Mediación. (2023, mayo 2). *MasterClass Dña. M^a Luz Sánchez. La neurociencia en los conflictos familiares*.

<https://www.diariodemediacion.es/masterclass-dna-ma-luz-sanchez-la-neurociencia-en-los-conflictos-familiares/>

Escuela de Postgrado de Psicología y Psiquiatría. (2024, 9 de junio). *Qué es y cómo hacer un anclaje en psicología*.

<https://eepsicologia.com/como-hacer-anclaje-psicologia/>

esMediadores. (s.f.). *La influencia de la neurociencia en la mediación: un nuevo enfoque*.

<https://esmediadores.com/la-influencia-de-la-neurociencia-en-la-mediacion-n/>

Fernández, M., & Tello, I. (2023, January 21). *De la hostilidad a la inteligencia, por Mari Luz Sánchez García-Arista*. Encuentros Dykinson.

<https://encuentrosdykinson.com/educacion-ciencias/de-la-hostilidad-a-la-inteligencia-por-mari-luz-sanchez-garcia-arista/>

García, B. (2025). *Conflictos en la pareja y la familia.*

<https://beatrizgarcia.org/sufrimientos-amorosos/>

Góngora, F. (2015, mayo 8). *La Neurociencia aplicada al proceso de Mediación.*

ResuelveAhora.

<https://resuelveahora.wordpress.com/2015/05/08/la-neurociencia-aplicada-al-proceso-de-mediacion/>

Permanente, K. (2024, Septiembre 28). *Aprenda sobre la reformulación del pensamiento.*

Marciani, E. (2023, septiembre 28). *Mecanismos de defensa: desde Freud hasta hoy.* Unobravo.

<https://www.unobravo.com/es/blog/mecanismos-de-defensa-psicologia>

Marino, P. (n.d.). *La comunicación empática: comprensión y escucha activa.* Arte Social. <https://www.artsocial.cat/articulo/la-comunicacion-empatica/>

National Institute of Child Health and Human Development. (n.d.). *Sobre de la neurociencia.* <https://espanol.nichd.nih.gov/salud/temas/neuro/informacion>

Salemi, G. (2023, febrero 2). *Aportes de la neurociencia a la mediación.* Surgir

InstituciónFormadora.

<https://surgirinstitucionformadora.com/aportes-neurociencia-a-la-medicion/>

Soriano, J. (2025, February 20). *Descubren un tipo de Célula que nos permite recordar nuevas cosas.* Psicología y Mente.

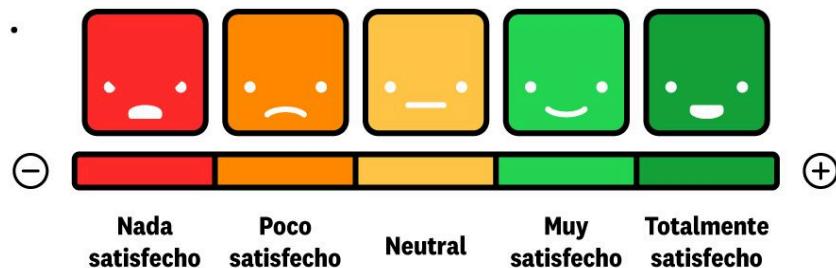
[https://psicologiaymente.com/neurociencias/descubren-tipo-de-celula-permite-rec
ordar-nuevas-cosas](https://psicologiaymente.com/neurociencias/descubren-tipo-de-celula-permite-recordar-nuevas-cosas)

Villarreal, D. E. (2024, February 28). *Integración en el Cerebro*. Psicdv.

<https://psicdv.com/integracion-en-el-cerebro/>

6. Anexos

ANEXO I: Escala Likert



ANEXO II: Propuesta práctica para evaluar el éxito de la implementación de las técnicas neurocientíficas en procesos de mediación.

Regulación emocional: Evaluar si las técnicas ayudan a aumentar la autorregulación emocional de los mediados.

Factor	Cómo medirlo	Meta sugerida
Disminución de las interrupciones	Observación directa	Reducción progresiva en cada sesión
Uso del lenguaje emocional	Conteo de menciones o registro cualitativo	Mínimo una mención por parte
Capacidad de pausa antes de responder	Observación directa	Visible en momento de tensión
Participación en las técnicas propuestas	Presencia/ausencia y expresión corporal	Alta implicación en cada sesión
Cambio del nivel de tensión/estrés	Escala Likert 1-5 (inicio y final de cada sesión)	Mejora de al menos 2 puntos

Fuente: elaboración propia

Calidad comunicacional: evaluar si la implementación de las técnicas neurocientíficas mejora la interacción, colaboración y comunicación de los mediados.

Factor	Cómo medirlo	Meta sugerida
Tiempo de escucha sin interrupciones	Cronómetro o registro del mediador	Incremento en cada sesión
Uso de reformulaciones	Conteo durante la sesión	Al menos una reformulación por parte
Disminución del lenguaje acusatorio	Ánalysis de discurso	Sustitución por lenguaje desde el “yo”
Validación del otro	Registro del mediador	Al menos una validación verbal por parte

Fuente: elaboración propia

Toma de decisiones y acuerdo: evaluar si las técnicas nuerocientíficas facilitaron la toma de decisiones y el cumplimiento de acuerdos sostenibles.

Factor	Cómo medirlo	Meta sugerida
Acuerdo alcanzado	Registro del proceso	Lograr acuerdos en al menos el 80% de los casos
Calidad del acuerdo	Claridad, viabilidad, reciprocidad	Cumple con los 3 requisitos
Satisfacción con el resultado	Encuesta de percepción (escala 1-5)	Promedio mínimo de 4
Compromiso con el acuerdo	Autoevaluación de las partes	Compromiso alto reportado
Cumplimiento posterior	Seguimiento a 1 o 3 meses	Al menos 70% de cumplimiento sostenido

Fuente: elaboración propia