



**CONFLICTOS DE COMUNICACIÓN Y VIOLENCIA SILENCIOSA EN UNA
PAREJA JOVEN, ABORDADA DESDE LA MEDIACIÓN FAMILIAR**

MARÍA DEL ROSARIO RINCON ROBALLO

21852119639

**Universidad Antonio Nariño
Facultad de Psicología
Maestría en Mediación Familiar
Bogotá D.C, Colombia
Noviembre 2023**



**Conflictos de comunicación y violencia silenciosa en una pareja joven, abordada
desde la mediación familiar**

María Del Rosario Rincón Roballo

En cumplimiento de los requisitos para optar por el Título de Magister

Dirigido por Mag. Gabriela Marcela Vanegas Pérez

Asesora

Línea de Investigación:

“Investigación, intervención y cambio en contextos sistémicos”

Grupo

Escuela sistema complejo

Universidad Antonio Nariño

Maestría en Mediación Familiar

Bogotá D.C

Junio, 2018

NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado

Conflictos de comunicación y violencia silenciosa en una pareja joven, abordada desde la mediación familiar

Cumple con los requisitos para optar

Al título de

Magister en Mediación familiar.

Firma del Tutor

Firma Jurado

Firma Jurado

Cali, 7 de noviembre de 2023

Agradecimientos

En primer lugar, deseo expresar mi profundo agradecimiento a la Universidad Antonio Nariño, por brindarme la oportunidad de cursar tanto mi carrera de Psicología como mi Maestría en Medicina Familiar.

Estoy eternamente agradecida con los distinguidos y comprometidos docentes que me brindaron su valiosa formación en este estudio, entre ellos la profesora Gabriela Marcela Vanegas Pérez, el profesor Alejandro Barbosa, el profesor Víctor Prado, el profesor Raúl Santa cruz López, la profesora Magda Sofía Ortiz Clavijo, la profesora Carmen Alicia Segura, la profesora Carmen forero, la profesora Martha Méndez, la profesora Rosa Elena Martínez y la profesora Claudia Parra, mi deseo que Dios continúe iluminando su camino.

Quiero destacar de manera especial la colaboración voluntaria de la pareja que participo en mi estudio.

Expreso mi amor y un sincero agradecimiento a mi familia, específicamente a mis hijos Lucien y Felipe, a mi nieto Isaac y pareja Edilberto, por su incansable respaldo en momentos de agotamiento. Asimismo, reconozco agradezco a mis hermanas, Olga y Teresa, y a sus hijos, por comprender mis ausencias en ocasiones especiales, y es importante destacar que todo mí sistema familiar me motivaron a continuar con mis estudios.

Igualmente, deseo extender mi agradecimiento a todas mis amistades, en particular a Martha Helena, Alicia, Sandra, Kelly Johana y Hamilthon; por su apoyo constante y sus palabras de ánimo en momentos difíciles.

Tabla de contenido

<i>Resumen</i>	7
1. Introducción	9
1.1. Violencia silenciosa	10
1.2. Comunicación en la pareja.....	10
1.3. La teoría de la comunicación humana	11
1.4. Violencia verbal.....	11
1.5. Violencia psicológica	14
1.6. Violencia.....	14
1.7. Conflicto.....	15
1.8. Pareja	16
1.9. Definición de familia	16
1.10. Comprensión del ciclo vital de la pareja.....	17
1.11. La mediación	17
2. Objetivo	22
3. Metodología	23
3.1. Tipo y diseño de la investigación	23
3.2. Técnicas.....	23
3.3. Participantes	23
3.3.1. Criterios de inclusión.....	24
3.4. Procedimiento.....	25
3.4.1. Primera fase.....	27
3.4.1.1. Encuadre.....	28
3.4.2. Segunda fase	28
3.4.3. Tercera fase	28
3.4.4. Cuarta Fase.....	29
4. Consideraciones éticas	31
5. Análisis de resultados	32
4. Discusión	44
5. Conclusiones	49
6. Limitaciones	50
7. Referencias	51

Lista de figuras

Figura 1. Principios y competencias del mediador narrativo.....	19
Figura 2. Modelo narrativo de Sara Cobb.....	20
Figura 3. Fases de la mediación.....	26

Lista de tablas

Tabla 1. Matriz de análisis cualitativas las categorías.....	33
---	----

Resumen

La violencia silenciosa en una pareja representa un conflicto de naturaleza social y colectiva que requiere de investigaciones que generen conciencia en la comunidad. Este estudio adquiere relevancia en el contexto de Cali, Colombia, donde la mediación familiar, actúa como un puente entre las partes en desacuerdo, promoviendo la capacidad de consenso. Los desafíos de la comunicación deficiente y la violencia silenciosa en una pareja se manifiestan en el deterioro progresivo de la relación, la acumulación de resentimientos no expresados, el impacto negativo en la salud emocional y mental durante los conflictos no resueltos, la dificultad en la toma de decisiones conjunta y la emergencia de violencia silenciosa como una consecuencia de la ineficiencia en la comunicación.

El objetivo de este artículo investigativo consiste en abordar los conflictos de comunicación y violencia silenciosa que afectan a la pareja joven, a través de la mediación familiar, para ello se identificaron las características de esas vivencias de violencia y se exploraron las estrategias que la pareja emplea antes y después de la mediación y creación de espacios de negociación que faciliten la consolidación de acuerdos realistas y adaptables mutuamente significativos y fomentar la autonomía de ambas partes en la toma de decisiones.

Esta investigación adoptó un enfoque cualitativo cuyo diseño fue un estudio de caso usando la entrevista en profundidad como técnica los cuales arrojaron resultados que fueron grabados y posteriormente transcritos. Las transcripciones fueron analizadas a partir de la categorización teniendo en cuenta las fases de la mediación y a la luz del contexto teórico.

El estudio reveló que, en casos de conflictos significativos en la comunicación, la violencia se manifestaba de manera silenciosa. Asimismo, se constató la ineficiencia de las estrategias previamente utilizadas por la pareja antes de recurrir a la mediación familiar, se identificaron y abordaron los conflictos relacionados con la comunicación y la violencia silenciosa y fueron tratados a través de la mediación familiar.

Palabra clave: Conflicto, pareja, mediación familiar, violencia silenciosa.

Abstract

Silent violence in a couple represents a conflict of a social and collective nature that requires research to raise awareness in the community. This study acquires relevance in the context of Cali, Colombia, where family mediation acts as a bridge between the disagreeing parties, promoting the capacity for consensus. The challenges of poor communication and silent violence in a couple manifest themselves in the progressive deterioration of the relationship, the accumulation of unexpressed resentments, the negative impact on emotional and mental health during unresolved conflicts, difficulty in making of joint decisions and the emergence of silent violence because of inefficiency in communication.

The objective of this research article is to address communication conflicts and silent violence that affect young couples, through family mediation. To do this, the characteristics of these experiences of violence were identified and the strategies that the couple uses were explored. before and after mediation and creation of negotiation spaces that facilitate the consolidation of realistic and adaptable mutually significant agreements and promote the autonomy of both parties in decision-making.

This research adopted a qualitative approach whose design was a case study using in-depth interview as a technique which produced results that were recorded and later transcribed. The transcripts were analyzed from coding and subsequent categorization following the mediation phases and considering the theoretical context.

The study revealed that in cases of significant conflicts in communication, violence manifested itself silently. Likewise, the inefficiency of the strategies previously used by the couple before resorting to family mediation was confirmed, conflicts related to communication and silent violence were identified and addressed and were treated through family mediation.

Keyword: Conflict, couple, family mediation, silent violence.

1. Introducción

Este artículo se origina a raíz de la necesidad de enfrentar los problemas de comunicación y violencia silenciosa en una pareja joven que reside en Cali Colombia, mediante la intervención de la mediación familiar. Esto permite ahondar en asuntos y dilemas que podrían estar relacionados con formas de violencia tan sutiles que difícilmente se perciben, pero que afectan la salud física, emocional y conductual. Si no se aborda a tiempo podría agravarse.

La relevancia de este artículo se encuentra en la aportación que la Universidad Antonio Nariño hace a través de su Maestría en Mediación Familiar, especialmente en lo que respecta a la en las parejas desde la perspectiva de la teoría de la comunicación no violenta también la teoría de la comunicación humana y mediación. Se profundiza en cuestiones relacionadas con la problemática de la violencia silenciosa o verbal y la violencia psicológica.

También tiene el objetivo este artículo de abordar desde la mediación familiar los conflictos de comunicación y violencia silenciosa de una pareja joven.

Para respaldar la investigación científica que plantea los desafíos en la comunicación en la pareja y violencia silenciosa, se apoya en estudios previos y en fundamentos de la psicología de las relaciones interpersonales. A continuación, se expone algunas razones y argumentos que pueden sustentar la realización de dicho estudio.

Galdón (2001), describe la violencia silenciosa como una opresión que se manifiesta de manera sigilosa; en ocasiones, la víctima se le obliga a mantenerse en silencio para evitar ser descubierta, lo que hace que esta violencia pase inadvertida.

La violencia es un fenómeno complejo influenciado por diversos factores, incluyendo espetos psicosociales y biológicos, aunque no determinan completamente el comportamiento de una persona. Investigadores en la Universidad Antonio Nariño en Bogotá Colombia, han encontrado que en ciertas familias hay una tendencia a perpetuar patrones de violencia a través de generaciones, debido a la transmisión de valores que promueven la resolución violenta de conflictos (González, 2014).

Describe Perrone (1997). “La violencia como un fenómeno relacional donde todos son responsables en cuanto a que participan” la violencia de pareja se genera desde el maltrato recibido por los padres, rompiendo con los límites del agredido y manteniendo el dominio sobre este, cuando crece se convierte en maltratador, se presenta un patrón que no funciona debidamente en ese sistema familiar.

1.1. Violencia silenciosa

La violencia silenciosa en una relación de pareja se caracteriza por su naturaleza sutil e indirecta, lo que hace extremadamente difícil de identificar. No obstante, su efecto puede ser profundamente perjudicial tanto a nivel psicológico como físico, para la víctima. Ejemplos de esta forma de violencia incluye el rechazo hacia la pareja, dar la espalda y negarse a comunicarse, abandonar la habitación o la casa, cuando la pareja intenta hablar, o no responder a las llamadas y mensajes. Esta forma de abuso, conocida como “la ley del silencio”, ha sido definida por varios autores, siendo Deutsch (1949), uno de los más destacados en esta área, quien la describe como “el fenómeno por el cual los miembros de un grupo se abstienen de expresar desacuerdos o crítica con el grupo o con sus líderes”. Modificar un conflicto es una tarea sumamente complicada, que requiere comprender sus causas y origen. Implica la transformación de costumbres, las conductas y, en ocasiones, incluso los valores fundamentales. Este proceso no es algo sencillo y exige un compromiso constante, una dosis de paciencia y la búsqueda continua de conocimiento a partir de los estudios teóricos y prácticos realizados por psicólogos y otros expertos en la materia. (Deutsch, 1973).

Además, según Janžić (2019), esta modalidad específica de violencia ocurre en lugares ocultos, alejados del escrutinio público, con la intención de someter al individuo, transgrediendo las normas morales, como una amenaza latente, que afecta a la persona.

1.2. Comunicación en la pareja

Es importante considerar que la comunicación en las relaciones de pareja es esencial y puede verse afectada por problemas como la falta de educación emocional, la represión de emociones y la dificultad para expresar el malestar. Esto provoca discusiones frecuentes y disminuye el interés de la pareja (Fernández, 2020).

Por otra parte, la comunicación implica compartir información, valores, emociones, sentimientos entre las partes. Durante este proceso las pautas de interacción cambian constantemente de roles de emisor a receptor (Suárez & Marín 2023).

En Lima Perú, un estudio encontró que 49.6% de las parejas jóvenes experimentan un nivel significativo de conflicto en sus relaciones, lo que sugiere que los individuos evaluados

muestran señales de conflicto debido a una comunicación ineficiente y métodos inadecuados para resolver problemas. (Meléndez & Tito, 2023).

Consecuentemente en un estudio llevado a cabo en Bogotá, Colombia, se llega a la conclusión de que con relación al arte de saber comunicar, se ha observado que la violencia situacional se manifiesta en circunstancias específicas, como discusiones en el sistema familiar o laboral, principalmente a través de la comunicación verbal, como resultado de la tensión personal. Se destaca la necesidad impartir ejercicios sencillos de comunicación asertiva y de escucha, hace parte integral del abordaje de esta forma de violencia. Estos ejercicios están diseñados para fomentar diálogos más clamados e efectivos lo que facilita la capacidad de abordar asuntos delicados. Además, estos ejercicios promueven la facultad de la empatía, la identificación de las diferencias y el mérito de la pareja, aspectos fundamentales para fomentar la calidad y satisfacción en la relación de pareja. Estas ideas son respaldadas por (Johnson, 2017; Gottman, 2014) tal como lo cita (Jaramillo et al., 2018).

1.3. La teoría de la comunicación humana

Sin duda alguna, cada acción constituye una forma de comunicación, lo que implica que es ilógico dejar de comunicar. En cualquier comunicación se puede distinguir entre lo que se dice (contenido) y como se comunica (relación). Existen dos niveles de comunicación: Analógico y digital. En el nivel analógico se comunica a través del semblante, cambios en el color de la voz y la forma de mostrar emociones como la tristeza, sorpresa, amor, ira, etc., que conforman la comunicación no verbal, mientras que, en nivel digital, sea utilizan palabras y símbolos, de ahí que la metacomunicación es un concepto que implica la idea de “comunicar sobre lo comunicado” o aclarar cualquier posible malentendido en el mensaje transmitido. (Bateson, 1972; Watzlawick, 2014) citado por (Lamont & Bermúdez, 2023).

1.4. Violencia verbal

Para respaldar la afirmación de que la violencia verbal constituye un problema en las relaciones de pareja, se puede esgrimir varios argumentos basados en investigaciones, teorías y observaciones. Aquí hay algunas razones que sustentan esta afirmación.

- Efectos psicológicos y emocionales.
- Ciclo de abuso.

- Modelado del comportamiento,
- Violación de los derechos humanos.
- Normas sociales y culturales
- Intolerancia a las leyes.
- Prevención del ciclo de violencia

Estos argumentos respaldan la afirmación de que la violencia verbal es un problema significativo en las relaciones de pareja. Con consecuencias emocionales y psicológicas perjudiciales para quienes la experimentan, ya que: La violencia verbal se refiere al uso deliberado de palabras con la intención de lastimar emocionalmente a alguien en particular. En otras palabras, se manifiesta cuando los individuos no pueden comunicar de manera adecuada y recurren a expresiones hirientes, como insultos, amenazas, humillaciones, críticas, gritos o menosprecio. Además, a menudo implica culpar injustamente a la otra persona lo que puede llevar a la auto agresión verbal, con un impacto negativo en el bienestar psicológico, según (Repetto, 2023).

La agresión verbal y psicológica son formas de abuso en las que se recurre a un lenguaje explícito y expresiones destructivas para manifestar emociones, sentimientos y pensamientos negativos. Aunque el lenguaje oral es una característica distintiva de los seres humanos, es fundamental no subestimar estas tácticas, ya que se emplean con el propósito de ejercer control y dominio sobre la víctima. Señala (Bembibre, 2009)

Se destaca el trabajo desarrollado en España, donde observó que aproximadamente un 7.5%, de hombres y un 7.1%, de mujeres entre los 16 y 20 años admitieron haber recurrido a la violencia verbal en sus relaciones amorosas. Además, un asombroso 90%, del estudiantado encuestado afirmaron haber empleado la agresión verbal como una manera de resolver conflicto con su pareja. (Buitrago, 2016). En otros análisis, se ha notado que el uso de la violencia verbal puede mantener un efecto considerable en el bienestar del individuo. en el año 2020, se realizó una investigación en España, que contó con la participación 137 personas de las cuales 101 eran damas y 36 eran varones, con edades que oscilaban entre los 18 y 25 años. Los hallazgos de este estudio destacaron que la forma más prevalente de agresión en parejas adolescentes, independientemente de su género, era la violencia verbal, que incluye provocar enfado, hablar de manera hostil o utilizar un tono de voz desagradable. Estos hallazgos fueron comunicados por (Garrido et al., 2020).

Un ejemplo significativo para analizar es cuando múltiples investigaciones en el ámbito científico coinciden en que, en sus estudios, la violencia verbal se presenta con mayor frecuencia. Esta se manifiesta a través de comentarios sarcásticos, la asignación de apodosos ridículos, la humillación pública, resaltar los defectos físicos o acciones negativas. Es importante destacar que en la actualidad el maltrato verbal también se produce a través de la comunicación en línea y dispositivos móviles, exponiendo a la víctima ante terceros y causando daño moral. Por otro lado la agresión psicológica abarca cualquier actividad destinada socavar la autoestima de un individuo, fomentando sentimientos de inseguridad, estrés, ansiedad y chantaje emocional. Dice (Santafé, 2017).

Conforme a los datos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año (2021), la mayoría de los casos de hostilidad provienen principalmente de la pareja, resultando en traumatismos que incluyen actos sexuales violentos y muestran evidencia de violencia psicológica, física y negligente. Es relevante destacar que una de tres mujeres en el mundo, aproximadamente el 30%, experimenta alguna forma de violencia por parte de su pareja. Además, las estimaciones globales indican que el 38% de los homicidios son causados por alguien con quien la dama sostenía una relación amorosa. Estas cifras concretas demuestran cómo, en pleno siglo XXI, las mujeres siguen enfrentando un creciente riesgo de ser víctimas de diversos tipos de violencia, sin importar su ubicación geográfica o su situación socioeconómica. Este fenómeno se convertido en un grave problema de salud pública. Para evitar la perpetuación de la violencia en todas sus externalizaciones contra las damas, la mediación familiar puede ofrecer una valiosa alternativa.

Es importante destacar un estudio en Lima Perú, donde se observó un predominio de la fuerza física y la violencia verbal, de acuerdo con la información recopilada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INE), en (2019)

De evidencias anteriores, una encuesta demográfica realizada por estudiosos se encontró que el 63.2% de las mujeres informaron sufrir abuso por parte de sus parejas sentimentales. Este estudio pone de manifiesto la agresión perpetuada por individuos que mantiene relaciones sentimentales, la preocupación es significativa, ya que el 58.9% de las mujeres padecieron violencia psicológica, el 48.4% enfrentaron violencia verbal y sexual por parte de la pareja íntima, un 30.7% sufre violencia física según datos (INE) en el 2020. Señala (Espinoza & Falconí 2023).

Por otro lado, resaltando las conclusiones de varios estudios recientes, realizados en diversos países, se evidencia una alta prevalencia de violencia en las relaciones sentimentales entre jóvenes. Según las estadísticas, el 90%, de los adolescentes que participaron en estos

estudios, sin importar su género, reconocen haber empleado violencia verbal en algún momento de sus relaciones amorosas. De manera similar, investigaciones como la de Cortés et al. (2014), sugieren que el 88%, de la muestra, no es conscientes del abuso en sus relaciones, a pesar de la presencia de indicios de abuso en sus relaciones, sin que ellos mismos se identifique como víctimas de maltrato verbal Muñoz et al., (2007) Palmetto et al., (2013), citados por Garrido (2020).

1.5. Violencia psicológica

Se trata de un tipo de abuso que puede manifestarse en diversas relaciones cómo las íntimas, noviazgo, unión libre, matrimonio y relaciones familiares, entre otras. Esta forma de violencia implica causar daño emocional al utilizar tácticas manipuladoras, humillación o intimidación para ejercer el poder y control sobre un individuo, incluye comportamientos como el acoso verbal, el aislamiento social, el chantaje, las mentiras, la coacción, el abandono en lugares solitarios, la destrucción de fotografías y objetos personales, el maltrato a las mascotas, la generación de estrés, la aplicación de la “ley del hielo” o el silencio, los celos, y la desvalorización de las decisiones de la persona afectada . (Martínez, 2006, p. 617).

1.6. Violencia

Se refiere a la acción o comportamiento intencional que involucrara el uso de energía física o la aplicación de agresividad psicológica con el propósito de dominar, ejercer control, o imponer la voluntad sobre alguien. Puede manifestarse de diversas maneras, como violencia silenciosa, verbal, domestica, de género, económica, social, por negligencia, política, en el ámbito laboral, y en muchas otras formas. Señala (Javier-Juárez & Ramírez 2023). Apesar de no ser un fenómeno reciente, la violencia ha ganado mayor visibilidad en las últimas décadas, varios estudios realizados en Europa y América han destacado la existencia de agresiones bilaterales, donde las mujeres suelen denunciar más la violencia que los hombres. Walker (1979), en su investigación describió actos constantes violentos en las relaciones de pareja reconocidos como “Ciclo de violencia” . En la primera etapa, inicia con agresiones verbales y luego se agrava con violencia física y emocional.

En la segunda etapa, aumenta las veces del comportamiento violento, sin control, lo que lleva a una liberación descontrolada de las emociones y sentimientos acumulados a lo

largo de la relación. En esta etapa existe un secuestro emocional y el riesgo que la violencia física, pueda que llegue a causar la muerte de la pareja.

En la tercera etapa, denominada “luna de miel” según el estudioso, se caracteriza por el arrepentimiento del agresor, que pide perdón y promete no repetir sus acciones. Este ciclo puede repetirse con el tiempo. Señala Walker (1979, citado por los estudiosos (Núñez, Parra, & Cortés. 2022).

En última instancia, independientemente de la configuración del sistema, la violencia familiar ha sido una realidad persistente que se mantiene a través de las creencias arraigadas. Es crucial abordar no solo desde la familia en sí, si no en sus entornos circundantes. En el contexto de la violencia familiar no existen individuos claramente definidos como víctimas o agresores; en cambio se desarrolla una dinámica en la que ambas partes contribuyen a su perpetuación, a menudo el silencio y con las creencias de que no se puede cambiar nada. (González, Vanegas, Patarroyo & González 2017).

1.7.Conflicto

Para empezar, Árbol. (2023), proporciona la definición de conflicto como una circunstancia en la que dos o más partes comparten ambiciones, inclinaciones o creencias incompatibles entre sí. Lo que puede dar lugar a desacuerdos y choques de intereses. Sin embargo, estos conflictos pueden ser resueltos de manera pacífica a través de una comunicación efectiva y un diálogo constructivo, si las partes trabajan juntas.

Es importante mencionar que un estudio realizado en Lima Perú observó cómo los hombres son víctimas de violencia en su relación de pareja. La investigación reveló que la sociedad y la cultura suelen considerar al hombre como una figura dominante. Por esta razón la mayoría de las víctimas masculinas prefieren mantener el silencio o tolerar el maltrato por pánico a desafiar lo que está establecido en la relación. (Guizado & Suarez 2023, p. 31). Es preciso tener en cuenta que cuando las parejas, se enfrentan a diversos conflictos, es necesario abordarlos y resolverlos, ya que son una parte natural de la convivencia y pueden representar oportunidades para el crecimiento y desarrollo de nuevas formas más saludables de relacionarse (Toro 2022).

Por último al analizar los desacuerdos entre los miembros de la pareja, es esencial considerar la influencia de la familia de origen, sin darse cuenta, se vuelve habitual que la pareja dominante reitera los mismos conflictos y pautas interaccionales que se observaron en

sus padres y otros familiares de su entorno de origen, lo que puede tener consecuencias graves e incluso devastadoras en algunos casos. A partir de esta investigación, se pueden crear nuevas pautas de interacción tanto para la pareja, como la sociedad en su conjunto.

1.8. Pareja

Siguiendo la perspectiva de Minuchin (2001), la pareja se consideraba un componente integrado a un sistema familiar más amplio, y argumenta que la estructura y las pautas interaccionales presentes en la familia que rodea a la pareja tienen un impacto significativo en ella. Las parejas pueden exhibir diferentes estructuras y dinámicas, dependiendo de sus referentes y circunstancias individuales. La comunicación, las reglas, los valores, los roles y los límites de cada miembro son elementos cruciales en la vida diaria, y juegan un papel fundamental en la sostenibilidad del sistema familiar a lo largo del tiempo, como señalaba Minuchin (1974).

En concordancia con este tema se ha observado la relación de pareja desde una variedad de campos del conocimiento como la psicología, biología, sociología, la historia y la literatura, en diversas circunstancias del ciclo vital, ya sea en situaciones conflictivas o armoniosas. Se han explorado varios factores que influyen en la formación de la pareja al igual que los aspectos que promueven los conflictos de sus miembros. Sin embargo, a pesar de la amplia gama de estudios realizados, aún queda un terreno por explorar debido a la dificultosa y complejidad de la naturaleza del tema. (Ackerman, 2013; Caillé, 1992; Minuchin, 2009; Sager, 2009; Satir, 2008; Satir, 2015; Tenorio, 2012; Zinker, 2005) como se citó en (Espínola, Cambranis, Salazar y Esteves 2017).

1.9. Definición de familia

Con el transcurso de los años, la concepción de la familia en la historia ha versado múltiples interpretaciones, desde un grupo natural en constante evolución, hasta una institución fundamental para la socialización. En cuanto a la comunicación en la familia puede manifestarse de forma lineal, o circular en relación con el entorno social, y los cambios en un miembro del sistema pueden influir en todos los demás. Es importante considerar como los contextos afectan a los miembros de un sistema familiar; cómo señalan (Minuchin y Fishman en 1984).

Para otros estudiosos como Roudinesco (2002) la familia se define tradicionalmente como un conjunto de individuos unidos por lazos matrimoniales, filiación e incluso por la sucesión de generaciones descendientes lo que puede tomar la forma de una dinastía, raza, linaje, la casa nuestra, entre otras. También es reconocida la familia como la principal institución que conforma un núcleo primario de socialización. Con grandes funciones como protección y apoyo, la formación de vínculos, relaciones afectivas, socio culturales y económicas para el crecimiento de sí mismo, necesario para posteriormente formar parte de la dinámica social donde se comporte normal en todos los entornos, citado por Benítez (2023).

1.10. Comprensión del ciclo vital de la pareja

Ciertamente el ciclo de vida de una pareja es un proceso dinámico a lo largo de la relación y varía en intensidad dependiendo de los desafíos que enfrenta. Este ciclo consta de varias etapas claves. La etapa es la formación de la pareja, en la cual se establecen roles y normas. En la segunda etapa, denominada la expansión de la pareja, se toman decisiones importantes, como la convivencia, la elección de tener hijos y la consolidación de la relación. La tercera etapa conlleva a enfrentar desafíos a reevaluar la relación, lo que a veces desencadena conflictos y tensiones que requieren resolución. Cuando la pareja supera los desafíos de la tercera etapa. Entra a una cuarta donde se produce una reorganización de roles y dinámicas para adaptarse a las circunstancias, como el crecimiento de los hijos el envejecimiento de la pareja. La quinta y última etapa puede implicar la disolución de la pareja, a través de la separación o el divorcio. Es crucial subrayar la importancia de abordar esta etapa de manera saludable y constructiva para todas las partes involucradas como destacan (Minuchin 1986; Minuchin y Fishman 1997 ; Minuchin, 2001).

1.11. La Mediación

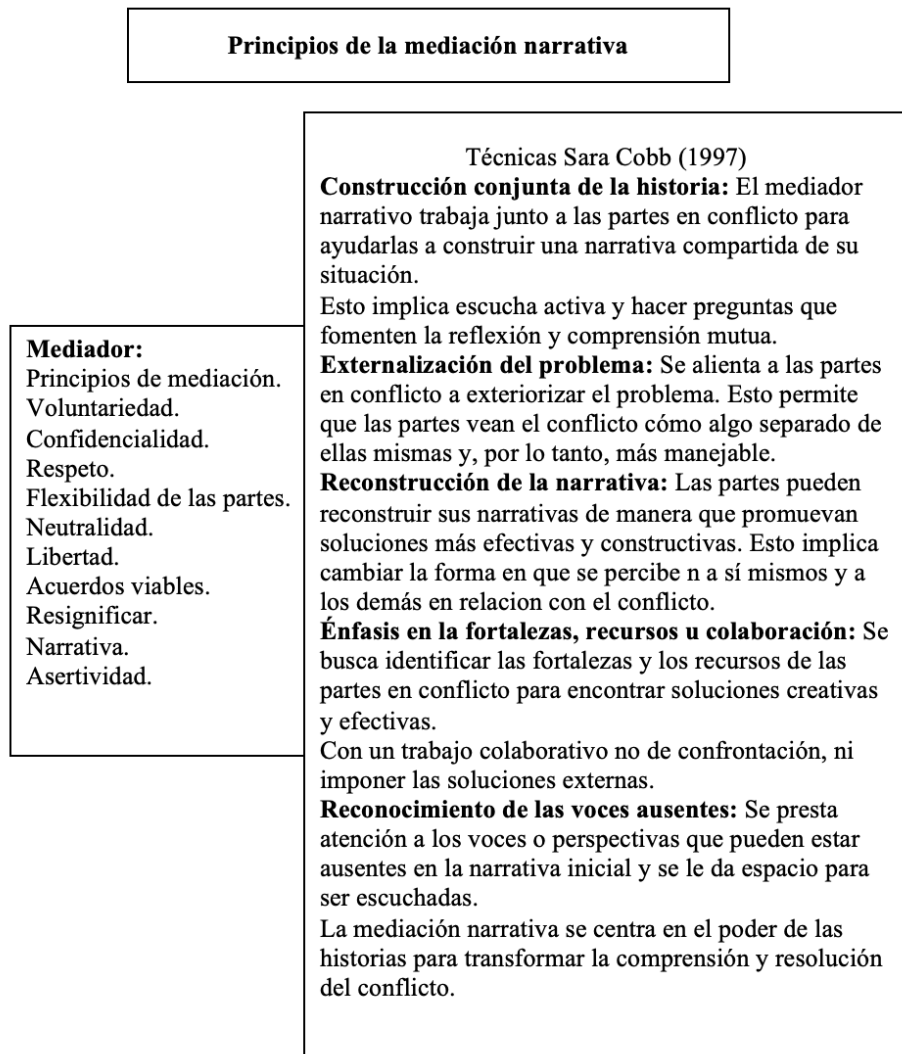
De acuerdo con Lozano y González (2018), la mediación familiar es un procedimiento voluntario y confidencial en el que un mediador neutral ayuda a las partes conflictivas alcanzar acuerdos que sean mutuamente aceptables. En este proceso, el mediador no asume la responsabilidad de tomar decisiones en lugar de las partes, sino que facilita la comunicación y la búsqueda de soluciones que satisfagan sus respectivos intereses. La mediación se basa en

los siguientes principios: Voluntariedad; Confidencialidad; Neutralidad y Autodeterminación, según lo señalado por (Salazar. & Vinet, 2011), el proceso se divide en seis fases:

1. Primera fase: premediación, ahí el mediador se reúne con las partes para evaluar el conflicto y determinar si la mediación es una opción viable.
2. Segunda fase, negociación, las partes se reúnen con el mediador para discutir el conflicto y explorar posibles soluciones.
3. Tercera fase, formulación de propuestas, las partes presentan al mediador sus propuestas de solución.
4. Cuarta fase, negociación de propuestas, las partes negocian las propuestas presentadas por el mediador.
5. Quinta fase, acuerdo, las partes firman los acuerdos que resuelven el conflicto.
6. Sexta y última fase, seguimiento, el mediador se reúne con las partes para garantizar que los acuerdos se cumplan, recordando que la mediación se presenta como un procedimiento competente para abordar los desacuerdos de buena manera y beneficiosa.

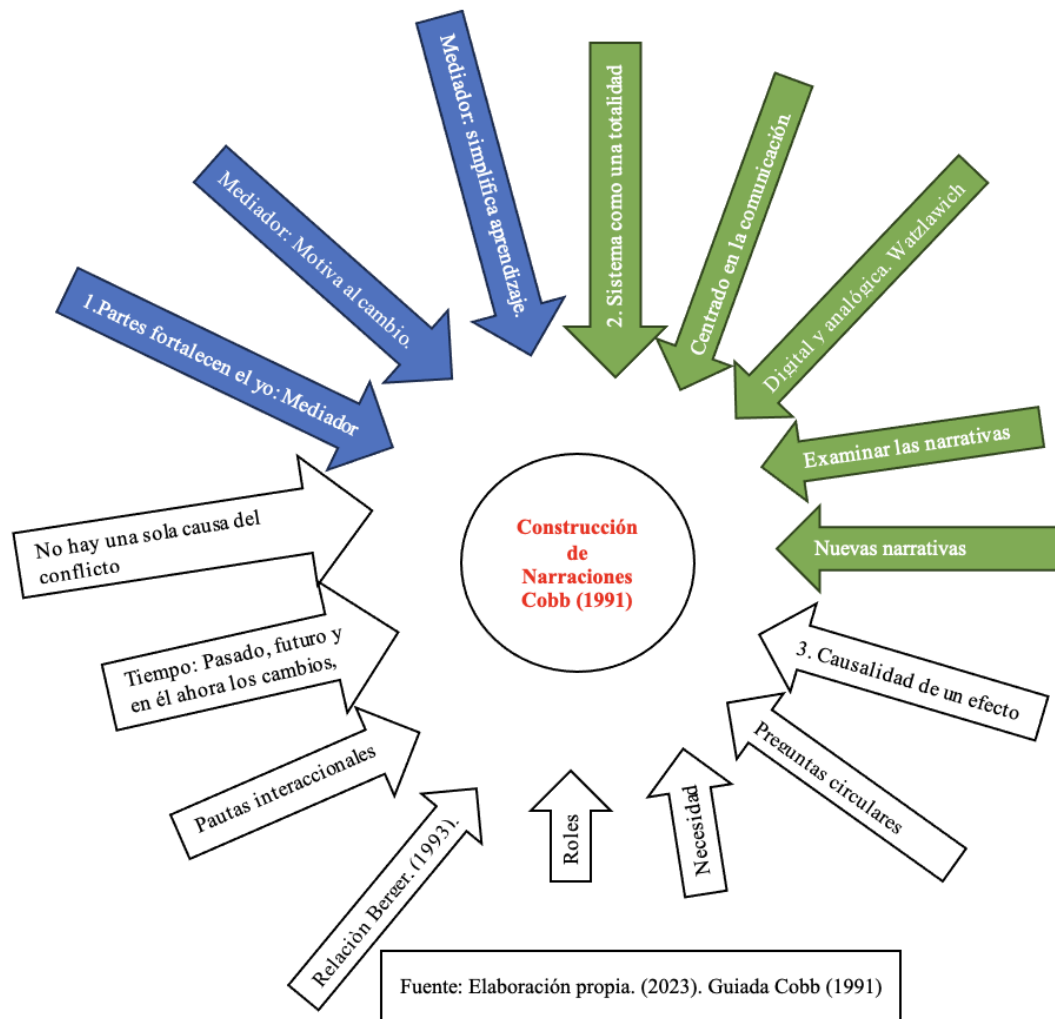
Se destaca el estudio de masculinidad en hombre en la ciudad de Armentia, Colombia, que sufren maltrato por parte de sus parejas, se identificaron elementos culturales que influyen en la construcción de dichos significados. Para promover una transformación positiva en estas dinámicas, se propone la creación de espacios de mediación familiar donde los mediadores promueven modelos flexibles, cooperativos donde los miembros de la familia en discordia abordan sus conflictos. La iniciativa fomenta la equidad de género y contribuye en el equilibrio y armonía de las partes (Méndez 2023)

Figura 1. Principios y competencias del mediador narrativo



Nota. Elaboración propia (2023), se destacan las habilidades específicas del mediador, que debe guiar a las partes de acuerdo con los principios de mediación narrativa aplicados a un caso de conflicto en la comunicación y violencia silenciosa. Este trabajo se inspiró en las técnicas de Cobb (1997)

Figura 2. Modelo narrativo de Sara Cobb



Nota. Elaboración propia (2023), también emplea el modelo circular narrativo con el propósito de asistir a las partes involucradas en la construcción de narrativas más significativas para todos los miembros del sistema familiar, tal como fue propuesto por Cobb (1991)

La medición familiar desde el modelo narrativo de (Cobb 1991) se centra en la creación de un espacio de diálogo y colaboración en el que las familias puedan reconstruir sus narrativas, encontrar nuevas formas de abordar los conflictos y empoderarse para tomar decisiones informadas. Este enfoque se alinea con la idea que las soluciones a los conflictos familiares pueden emerger a través de la co - construcción de significados y la reevaluación de las historias que las familias se cuentan a sí mismas y a los demás. La mediación familiar se fundamenta en varios principios claves:

1. Narrativas y significados: en lugar de abordar los conflictos desde una perspectiva objetiva, la mediación narrativa reconoce que las personas construyen sus realidades a través de narrativas personales y colectivas. Estas narrativas influyen en cómo perciben y abordan los conflictos familiares.
2. Colaboración y diálogo: La mediación narrativa fomenta el diálogo abierto y respetuoso entre los miembros de la familia en conflicto. Los mediadores ayudan a crear un espacio seguro para que las partes compartan sus historias y escuchen las perspectivas de los demás.
3. Reconstrucción de la narrativa: El objetivo de la mediación narrativa es ayudar a las familias a reevaluar y reconstruir sus narrativas para encontrar nuevas formas de comprender y resolver los conflictos. Esto implica cuestionar las narrativas rígidas o negativas y buscar alternativas más constructivas.
4. Empoderamiento y autosuficiencia: A través de la mediación narrativa, se empodera a las partes para que se conviertan en coautores de sus propias historias y soluciones. Se fomenta la toma de decisiones informada y el sentido de autosuficiencia.
5. Contextos culturales y sociales: La mediación narrativa reconoce la influencia de las estructuras sociales y culturales en las narrativas familiares.
6. Los mediadores consideran estos factores al ayudar a las familias a comprender sus conflictos.

2. Objetivo

A partir de lo anterior el objetivo de este artículo investigativo consiste en abordar los conflictos de comunicación y violencia silenciosa que afectan a la pareja joven, a través de la mediación familiar.

3. Metodología

3.1. Tipo y diseño de la investigación

El enfoque de esta investigación es cualitativo y se centra en la recopilación de datos no numéricos, como imágenes o comportamientos, costumbres, cultura, palabras, narrativas que generan significados. El propósito es explorar fenómenos sociales y comprenderlos desde la perspectiva de la pareja, como lo indican Hernández & Mendoza (2020). Este estudio contempla su desarrollo bajo el diseño de estudio de caso, caracterizado por su enfoque exhaustivo en una entidad específica, que puede ser un individuo, un sistema familiar, un conjunto de personas, una corporación (Stake, 1994). Los estudios de caso en una investigación cualitativa se basan en criterios fundamentales para revelar la realidad, se mira el detalle pequeño que conduce a nuevos conocimientos, descubrir teorías, de igual manera son muy importantes en psicología para comprender el comportamiento de los individuos, su percepción, sus emociones, características específicas, virtudes y habilidades, como lo señala Muñiz (2010). La investigación se inscribió a la línea de investigación institucional: “Investigación, intervención y cambio en contextos sistémicos”

3.2. Técnicas

Se escogió una entrevista a profundidad con el fin de recopilar la mayor información posible sobre la conducta, la percepción individual de las partes, al igual que a la actitud frente al conflicto por violencia silenciosa, y verbal a través de las narrativas, observando los participantes para posteriormente llevar a cabo un análisis de contenido.

Las entrevistas en profundidad se centran en adquirir información sobre eventos, situaciones, que no se pueden ser observados directamente. En este tipo de entrevistas las partes involucradas actúan como informantes en el sentido más genuino de la palabra. Ellos desempeñan el papel de observadores para el mediador, actuando como los ojos y los oídos cuando se recaba la información en el campo. Un ejemplo de este tipo de entrevistas se puede encontrar en el estudio Taylor & Bogdan (2008).

3.3. Participantes

Los participantes correspondían a parejas jóvenes, optando por trabajar con un caso. Para recolectar datos relevantes, se empleó la técnica de entrevistas en profundidad que permitieron recopilar información detallada y cualitativa de la pareja joven, lo que ayudó con la comprensión de los aspectos específicos de su experiencia o situación en el contexto del estudio.

Esta investigación consideró el caso de una mujer joven de 26 años, identificada con el seudónimo de María para preservar su identidad. Este procedimiento es esencial para asegurarse que la información recopilada se maneja con ética necesaria para proteger la privacidad. María es originaria del departamento del Huila, quien mantiene una relación de convivencia con un joven de 27 años llamado Andrés, Residente en Cali. Ambos son colombianos, profesionales, empleados en empresas privadas, y no tienen hijos. Su historia comenzó hace cuatro años cuando eran estudiantes universitarios, y desde entonces llevan viviendo juntos los dos últimos años.

Se utilizó el seudónimo de Andrés en el contexto de la investigación con el fin de proteger de manera ética su identidad. Durante sus años de estudios universitarios, Andrés vivía con sus padres y continuó haciéndolo después de graduarse. Mientras tanto, María se trasladó a la ciudad de Cali en Colombia, para cursar su carrera universitaria, donde conoció Andrés quien estaba más avanzado en sus estudios que María. En medio de la pandemia de Covid –19, Andrés ya se había graduado y seguía viviendo con sus padres mientras trabajaba. María por otro lado, estaba finalizando su carrera y, debido a que es de otro departamento de Colombia, se vio enfrentada a la decisión de regresar con su familia por la complicada situación económica. Finalmente, optó por ir a vivir a la casa de Andrés, donde conformaron una familia extendida y permanecieron juntos hasta que terminó el periodo de confinamiento.

En el 2021, María y Andrés deciden ir a vivir juntos como pareja, sin embargo, debido a desafíos en la convivencia relacionados con límites difusos, estructura familiar y estilos de comunicación distintos, deciden participar por primera vez en un proceso de mediación familiar. En 2023, aceptaron de manera voluntaria participar nuevamente en este estudio a través de la mediación familiar, ya que seguían enfrentando dificultades en su relación.

3.3.1. Criterios de inclusión

Durante esta etapa, se establecieron los estándares específicos que deben cumplir los participantes. Estos criterios incluyen características demográficas como edad, el género y estado civil, así como la naturaleza de los conflictos familiares, los problemas de comunicación, junto con otros elementos pertinentes para la investigación. En este contexto, se considera a una pareja joven de Colombia, donde un participante nació y se crió en el Huila y toda su familia sigue viviendo allí, mientras que el otro participante vivió con la

familia que es del Valle del Cauca y ha sido residido en la ciudad de Cali siempre. La pareja convive, mantiene una relación estable, sin descendencia, ambos son profesionales, y han experimentado previamente violencia verbal, la cual ha sido abordada en otras ocasiones desde la mediación familiar, pero aún persisten dificultades en la comunicación.

3.4. Procedimiento

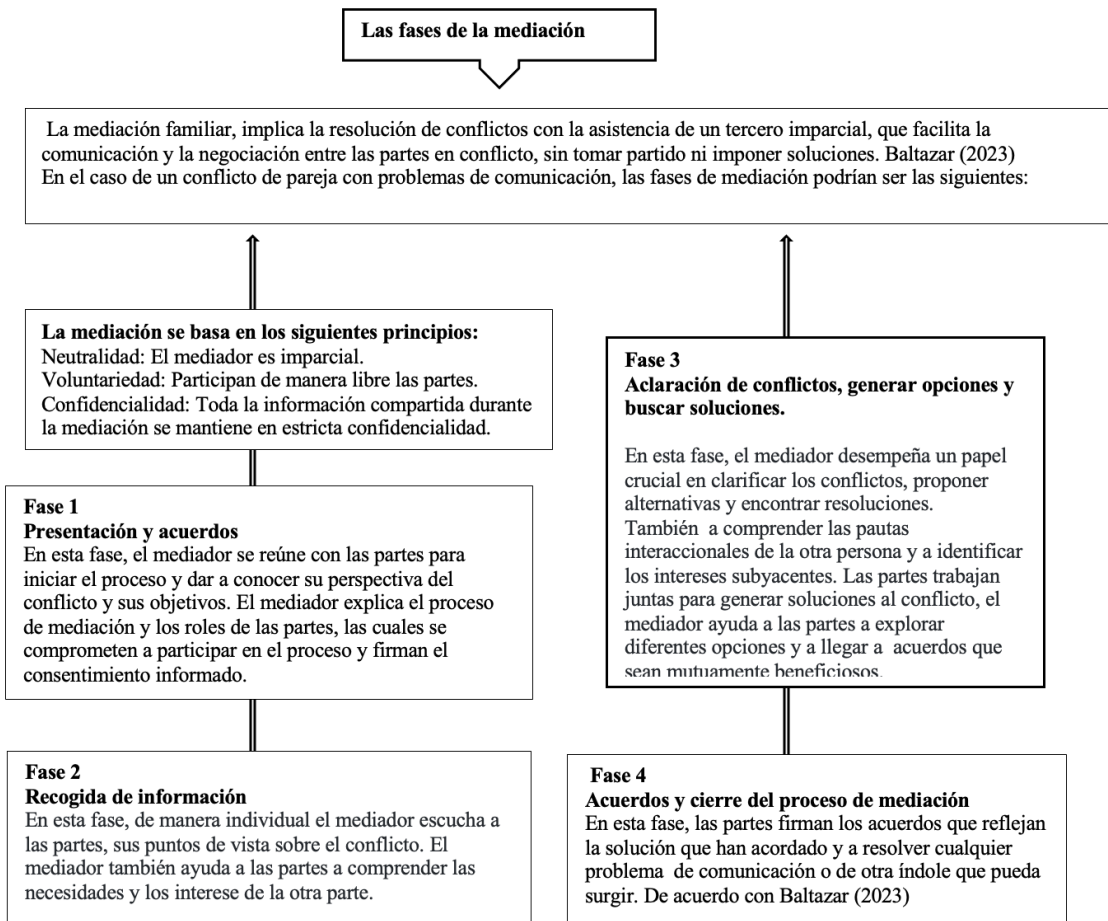
En primer lugar, el procedimiento implicó la integración de múltiples teorías y perspectivas para comprender y abordar desde la mediación familiar el caso, conforme a la teoría de Baltazar (2023). Se consideraron las fases de mediación familiar según lo detallado en la figura tres, utilizando los principios para la creación de categorías derivadas de la construcción de la mediadora en formación. Estas categorías se fundamentaron en teorías propuestas por varios autores, destacando las técnicas que utilizó el autor (Minuchin 1986), además, se destacó la importancia de profundizar en las técnicas específicas de la terapia familiar sistémica, que ofrecen ejemplos de estudio de caso (Minuchin y Fishman 1997, Minuchin, 2001). Se argumentó que la comprensión de las narrativas es esencial para entender percepciones y dinámicas subyacentes, haciendo hincapié en la habilidad de saber escuchar. Se mencionó el desarrollo del modelo circular narrativo (MCN) por Cobb (1997), y se consideraron las ideas de Bateson (1972) y Watzlawick (1993), quienes resaltan la complejidad de los procesos comunicativos y su impacto en la construcción de significado en las relaciones interpersonales.

También se fundamenta en la comunicación no violenta basada en la observación sin emitir juicios, la expresión honesta de emociones y el reconocimiento de las necesidades propias y ajenas, según Rosenberg & Seid (2019). Estos conceptos influyeron significativamente en el proceso de registro, transcripción e interpretación del análisis de la información, y en la posterior revisión de los resultados que condujeron a las conclusiones de este estudio.

En la figura tres, se tomaron en cuenta las fases de mediación familiar representadas en la teoría de Baltazar (2023) ya mencionada, como los fundamentos esenciales para desarrollar las categorías necesarias en el registro, grabación de las partes involucradas en el estudio, transcripción e interpretación del análisis de la información, considerando las teorías propuestas por varios autores desde diversas perspectivas, las cuales influyeron en el proceso de examinar los resultados y llegar a conclusiones de este estudio.

Figura 3. Fases de la mediación

Llevando a cabo las fases de mediación familiar se construyen las categorías claves del estudio.



Nota. Elaboración propia (2023) guiada por Baltazar (2023)

3.4.1. Primera fase

Después de llevar a cabo las fases de la mediación según Baltazar (2023), que sirven como guía para estructurar las categorías de este estudio, se organiza la información de la siguiente manera:

En la primera fase, el mediador se reúne con las partes para iniciar el proceso y compartir su perspectiva del conflicto, junto con sus objetivos. Durante esta fase inicial, el mediador explica el proceso de mediación y los roles de las partes. Estas partes se comprometen a participar en el proceso y firmar el consentimiento informado. Además se les brinda una cálida bienvenida las partes en discordia, seguida por la recepción del consentimiento informado, firmado, se procede a la explicación de los principios de la mediación, abarcando el proceso, reglas y beneficios.

A continuación, se lleva a cabo la primera entrevista en la que ambas partes participan y describen los conflictos que desean resolver a través de la mediación. Durante esta fase, se identifican los siguientes problemas:

Primero: incumplimiento de las promesas previamente hechas.

Segundo: la monotonía de la relación debido a diversas razones.

Tercero: desmotivación en la intimidad.

Cuarto: Desafíos con la mascota, las partes también detallan los intentos previos de resolver estos problemas que no tuvieron éxito.

El interés de la primera entrevista en profundidad, desde la perspectiva sistémica, es observar la situación de la pareja, con el fin de obtener una visión más completa y global de su situación. Durante esta etapa inicial, se exploró la historia de la relación de pareja, evaluando los relatos en aspectos como situaciones emocionales, la satisfacción marital, las dificultades y los obstáculos específicos que enfrentan. El propósito principal era identificar todas las fuentes de insatisfacción y los intentos previos fallidos de solución, además de analizar los entornos en que se encuentra la pareja.

Se emplearon los principios de la mediación familiar como guía fundamentándose en la información proveniente de artículos científicos, biblioteca virtual de la Universidad Antonio Nariño (UAN), y la revista científica hilo analítico. Los modelos que se incluyeron son: El modelo tradicional lineal de Harvard de (Fisher y Ury 1981) según (Fisher et al., 2018). También el modelo circular narrativo de Sara Cobb (1997, 1991) el cual es guía en el estudio.

3.4.1.1. Encuadre.

Luego se procedió a establecer el encuadre de la investigación, que se caracteriza por ser preciso en la relación al problema a tratar, relevante en términos de su importancia para ambos miembros en la resolución del conflicto familiar. Contextualizando en un entorno social y beneficioso para ambas partes, siguiendo los principios propuestos por (López 2013).

3.4.2. Segunda fase

La reunión se llevó a cabo de forma individual, con cada parte teniendo un tiempo de media hora, a través de una videoconferencia en Zoom. Durante estas reuniones, el mediador asistió a las partes en la comprensión de las necesidades e intereses de la otra parte al escuchar sus relatos, siguiendo el enfoque de Cobb (1997).

Primero se realizó un resumen de la fase inicial. Luego se llevaron a cabo entrevistas individuales de 30 minutos para cada una de las partes. Durante estas entrevistas a profundidad, las partes compartieron información sobre las dinámicas de su relación de pareja, expresaron sus necesidades, intereses y postura individual y describieron cómo se comunicaban. El mediador brindó apoyo para que las partes comprendieran el proceso y se aseguró de prestar atención a la comprensión de este proceso. Además, estuvo atento con la expresión de sus sentimientos y emociones, y al final de cada sesión, expresó su gratitud por su disposición a partes a participar en este estudio.

Ambas partes reconocieron los siguientes problemas:

1. Conflicto en la comunicación.
2. Desconexión emocional y falta recurrente de intimidad.
3. Aislamiento en la red de apoyo.

3.4.3. Tercera fase

A continuación, se procede a la tercera entrevista en la que ambas partes participan y describen los conflictos que desean resolver a través de la mediación. se lleva a cabo a través de la Plataforma Zoom.

En esta categoría se realiza un resumen de la segunda fase, en la cual ambas partes aportan su perspectiva, ya que esta categoría es conjunta. Durante esta interacción, llegan a los primeros acuerdos. En esta categoría, los relatos se centran en sus sistemas familiares de

origen y descubren que ambos padres, cuando se enfrentan a problemas complejos, tienden a guardar silencio, lo que con el tiempo lleva a minimizar el conflicto sin encontrar una solución.

Cada parte expone soluciones en las que ambos ganan de manera equitativa. Se negocian algunos acuerdos y se valida la cooperación mutua, con el objetivo de darle un nuevo significado a la relación de pareja.

3.4.4. Cuarta Fase

Esta categoría representa la fase final del análisis, la cual se fundamenta en la medición familiar según Baltazar (2023), enfocándose en los acuerdos y la conclusión del proceso de medición familiar. Además, esta categoría fue grabada a través de la plataforma Zoom. La pareja del estudio muestra un compromiso para abordar de manera continua los problemas y trabajan juntos en la resolución de conflictos, haciendo reuniones mensuales es parte de los acuerdos que firman.

Las partes acordaron varias acciones para mejorar la situación de la mascota. Estos cambios tienen el objetivo de mejorar la relación de la pareja. La presencia de la mascota los lleva a reflexionar, reconociendo que esta solo expresaba los síntomas de los problemas que como pareja debían afrontar. La mediación les sirvió para llegar al acuerdo de comunicarse asertivamente, promoviendo la empatía para comprender las emociones del otro cuando llega casado y afectado por situaciones del trabajo.

Dentro de la lista de compromisos, se resalta la importancia de reconocer los cambios positivos, lo cual promueve la valoración mutua y el respaldo en su relación. Al llegar a la entrevista, llevan consigo una lista de acuerdos y expresan su felicidad por haber iniciado cambios, como salir a pasear en la misma ciudad o lugares cercanos que no suponga un gasto elevado. A la hora de cerrar el proceso la pareja agradece emocionada la oportunidad de participar en la mediación, destacando cómo han tomado conciencia al llevar a cabo sus acuerdos y transformar su vida en pareja.

Para resumir, la investigación se dividió en cuatro etapas secuenciales, que comenzaron con una entrevista previa donde se seleccionó el caso de estudio antes de la mediación. Durante este proceso se observó el caso que cumplía con todos los requisitos legales y éticos. La entrevista se llevó a cabo en persona, con la participación de las partes

involucradas y se acordó que las reuniones posteriores se realizarían de manera sincrónica a través de la plataforma Zoom.

Cuando se abordó la elección de la muestra en el estudio de mediación familiar, se consideraron las categorías fundamentales para el análisis de la investigación. Estas categorías se codificaron y se procedió la grabación de las entrevistas a profundidad de la mediación familiar con la pareja joven. Luego se realizaron las transcripciones, que se organizaron en una matriz de análisis. En esta matriz la primera columna contenía las categorías, la segunda columna albergaba la entrevista de la pareja del estudio, la tercera columna estaba destinada a la mediadora que interpretaba las narrativas, y la última columna se utilizó para análisis de resultados. Este análisis de resultados se sometido a un proceso de triangulación con las categorías previamente abordadas en investigaciones anteriores, con el propósito de generar conclusiones, distinguir los resultados y realizar un análisis exhausto de los hallazgos de este estudio.

4. Consideraciones éticas

Esta investigación se toma como referente ético la constitución política de Colombia la cual en el artículo 68 señala la importancia de la investigación colombiana para el fortalecimiento de una identidad nacional, respetando la dignidad humana, el interés por la salud pública y el medio ambiente en general.

Adicionalmente, el ministerio de salud en su resolución 008430 reconoce el desarrollo de acciones investigativas para comprender los procesos biológicos, psicológicos y sociales en los seres humanos bajo principios éticos universales, por tanto, esta investigación consideró los principios del respeto por las personas, beneficencia, justicia, no maleficencia.

Por último, como trabajo investigativo vinculado a la Maestría en Mediación familiar, se consideró la importancia de llevar a cabo el consentimiento informado individual de cada uno de los participantes y se brindó, información pertinente sobre la investigación a las personas participantes y se protegieron sus derechos a la confidencialidad.

5. Análisis de resultados

En el análisis efectuado, se llevó a cabo un examen minucioso de los datos recopilados con el propósito de adquirir conclusiones significativas. Los datos se organizaron en categorías, después de la elección del método de análisis, lo que dio lugar a la creación de una matriz resumida. Para el análisis de los resultados cualitativos, se procedió a la organización y codificación de los hallazgos en categorías, siguiendo las fases de mediación familiar presentadas en la teoría de Baltazar (2023). Estas fases se consideraron como fundamentos esenciales para la creación de las categorías necesarias en el registro dentro de casa una de las etapas, las cuales fueron sometidas a transcripción e interpretación del análisis de la información. Además, se tomaron en cuenta teorías propuestas por varios autores desde diversas perspectivas, las cuales influyeron en el proceso de examinar los resultados y llegar a conclusiones de este estudio.

Los resultados se interpretaron considerando los hallazgos obtenidos a través de las entrevistas a profundidad con las partes involucradas en la mediación. Se realizó un análisis detenido de los hallazgos y se explicó su relevancia con relación al objetivo del estudio, así como la implicación de los resultados en el contexto de la literatura existente y cómo impactaron en la consecución los acuerdos entre las partes conflictuadas. El énfasis en la presentación de los resultados se centró en comunicar los hallazgos de forma clara y coherente, utilizando tres figuras y una tabla que contribuyen a la comprensión y autenticidad de los resultados.

Asimismo, se consideraron las limitaciones del estudio y como estas pudieron influir en los resultados, lo que permitió la formulación de recomendaciones para futuros estudios o aplicaciones de prácticas. Este estudio fue llevado a cabo de manera rigurosa y sistemática para garantizar que los hallazgos son confiables y útiles.

A continuación se presenta la matriz de análisis cualitativa de y las categorías de análisis resultantes en cada una de las etapas:

Tabla 1. Matriz de análisis cualitativas de las categorías por cada fase

Categorías clasificadas según las fases	Entrevistas	Interpretación	Análisis de resultados
<p>La mediación se basa en los siguientes principios:</p> <p>Neutralidad Voluntariedad Confidencialidad</p> <p>Fase 1: El mediador explica los roles de las partes.</p> <p>Categoría “La perspectiva del conflicto y los objetivos de la mediación”.</p>	<p>María: Y en el tintero está irnos de viaje, por Colombia y lugares cercanos, sino el exterior también.</p> <p>Andrés: Pero siento que en este punto un poquito la monotonía.</p> <p>Andrés: Digamos que yo tuve que acoplarme como en el camino al tema de las tareas de la casa.</p> <p>Andrés: A pesar de que trató de cubrir otras áreas, pero si soy consciente de que hay ciertas tareas que como que no las tengo en el chip.</p> <p>María: Yo siento que se descuidó mucho la relación. Como el esfuerzo, detalles y más allá también la parte sexual. Que de hecho fue un tema de discusión por varios meses,</p>	<p>En los relatos la pareja discute varios aspectos de su relación.</p> <p>María desea viajar por Colombia a otros lugares.</p> <p>Andrés señala la monotonía y que tuvo que adaptarse a las tareas del hogar, lo que afecto la dinámica de la relación.</p> <p>María expresa preocupaciones sobre la falta de motivación, de detalles y cambios en la actividad sexual en su relación, que ha sido tema de discusión durante meses, lo que sugiere los intentos fallidos de solución.</p> <p>Ambos son conscientes de los</p>	<p>En general las narrativas revelan que hay preocupaciones y tensiones en su relación especialmente en lo que respecta a la monotonía, tareas del hogar, falta de intimidad y los desafíos relacionados con su mascota Michin.</p> <p>En el análisis realizado, se descubre un deseo mutuo de la pareja por viajar y explorar nuevas experiencias emocionantes lo cual fue probamente una parte crucial en su relación en sus primeros momentos, pero no se ha logrado materializar.</p> <p>Los conflictos de comunicación, como la monotonía y la adaptación a las tareas del hogar, han</p>

	<p>por mi parte ya no.</p> <p>María: Ambos compartimos la opinión de que el gato está generando numerosas desafíos, y en este momento, nos encontramos en un punto en el que no sabemos cómo abordar esta situación. Hemos intentado solucionarlo en varias ocasiones, pero ninguna alternativa ha resultado efectiva. Además estamos conscientes de que no cumplimos a largo plazo, las promesas que nos hacemos.</p> <p>Andrés: Cuando regresamos a casa, a menudo estamos molestos por la conducta de michin y también hemos notado que la dimensión sexual de nuestra relación se ha descuidado un poco.</p> <p>Ambos comentan: En nuestros días de noviazgo, teníamos el anhelo de viajar juntos y conocer varios lugares bonitos de Colombia, y también teníamos planes de aventúranos en vacaciones a viajar al exterior.</p>	<p>obstáculos vinculados a su mascota y han hecho esfuerzos para abordarlos sin lograr una solución efectiva. Esta situación les genera frustración y resignación, pero también perciben que estos conflictos son el reflejo de problemas más profundos de la dinámica de su sistema familiar.</p> <p>Admiten que no han cumplido con las promesas a largo plazo que se hicieron.</p> <p>Ambos mencionan que durante su noviazgo tenían planes de viajar por Colombia y aventuras viajando al extranjero. Lo que indica un deseo compartido de explorar y disfrutar de nuevas experiencias juntos.</p>	<p>contribuido al estancamiento y al desgaste de la relación con el tiempo (Rosenberg & Seid, 2019).</p> <p>La falta de intimidad y problemas en la vida sexual, componentes esenciales en una relación, también han tenido un impacto significativo en las actividades de la pareja. Además, se evidencia que los desacuerdos en la pareja son reflejos de problemas más profundos en la dinámica familiar, incluyendo dificultades en la comunicación, ya que optan por el silencio durante los conflictos.</p> <p>Esta falta de comunicación abierta, empática y honesta conduce a insatisfacción y descontento en la relación (Rosenberg & Seid, 2019).</p>
--	---	--	---

<p>Fase 2</p> <p>Recogida de información</p> <p>En esta fase, de manera individual el mediador escucha a las partes y sus puntos de vista sobre el conflicto.</p> <p>Categoría: <i>“Las necesidades y los intereses de cada una de las partes”</i></p>	<p>Mediador: ¿cómo se siente con el tema de la mascota?</p> <p>Andrés: Con el gato, ya pasé como a una etapa de resignación, le tengo cariñito, el problema es que se pone muy intenso con los dos y eso es muy malo, me desespera.</p> <p>Mediador: Es claro que tiene problemas ¿Qué alternativas buscaron?</p> <p>Andrés: Adoptamos otra gata y todo sigue igual.</p> <p>Mediador: ¿Que dice María?</p> <p>Andrés: La comunicación con María falla, presuponemos cosas antes de preguntar, antes de comunicar, no intentamos preguntar, ¿Te sientes bien o no?</p> <p>Andrés: Me pasa algo y es que yo por no cargarla no le comunico muchas veces cómo me estoy sintiendo, cómo por no preocuparla, lo toma mal, ella lo nota y entonces dice porque no me lo dice,</p>	<p>Andrés llegó al punto de resignación por los problemas de la mascota. Le tiene cariño, pero llegó al punto que lo desespera. la falta de soluciones efectivas para este problema es evidente.</p> <p>Ambos reconocen problemas de comunicación en la relación.</p> <p>Andrés señala que a menudo asume cosas sin preguntar o comunicar abiertamente lo que lleva a mal entendidos y conflictos, admite que a veces evita comunicar como se siente por miedo a preocupar a María, lo que causa más problemas de comunicación por guardar silencios.</p> <p>María expresa sentirse desconectada y menciona cambios en la forma de recibir cariños, la falta de detalle y regalos que antes eran comunes indican una pérdida de</p>	<p>En los relatos se evidencia inquietudes, conflictos, sentimientos de desesperación, sensaciones de aislamiento, la pérdida del vínculo emocional, la necesidad de validación y, de manera constante, dificultad en la comunicación, donde una de las partes tiende a dar por sentado lo que no comunica de forma adecuada.</p> <p>En conjunto estos elementos indican una serie de problemas en la relación de Andrés y María, que incluye desafíos con la mascota, comunicación deficiente, desconexión emocional, falta de intimidad y problemas en la percepción de la relación. Estos hallazgos son fundamentales para comprender las áreas que necesitan atención y resolución en su sistema familiar.</p> <p>En resumen, el conjunto de problemas señala las áreas que necesitan ser abordadas y resueltas dentro del</p>
--	--	---	--

	<p>entonces se devuelve como un embrollo de cosas.</p> <p>Mediador: Hay algo más que quiera agregar?</p> <p>Andrés: Otro tema es lo sexual está casi en el olvido.</p> <p>Mediador y María</p> <p>María: Siento que estoy ya muy desconectada, me siento muy alejada, ya no es lo mismo, cuando hablamos, la forma de recibir cariño, desde hace mucho tiempo cambio.</p> <p>María: Le pedía tiempo para compartir, encuentros sexuales, pero era algo que se debe dar de forma natural.</p> <p>Mediador: ¿Cómo eras antes de sentirte así desconectada?</p> <p>María: Era detallista con él, en las cosas pequeñas, regalitos, cambios en las rutinas, ahora llegué al punto que ya no entiendo cómo</p>	<p>conexión emocional en la relación. A demás la falta de intimidad puede ser una fuente de estrés adicional.</p> <p>En momentos de enojo Andrés repite su deseo de que maría aporte más en la relación. Siente que no es reconocido en sus entornos.</p> <p>Andrés ha mencionado que guarda silencio con sus padres, y amigos. Lo que ha llevado al mediador a plantear preguntas sobre el aislamiento en la red de apoyo y su posible impacto en la relación de pareja.</p>	<p>sistema familiar. Se deben establecer límites claros y normas, fundamental para que la relación vuelva al equilibrio. Minuchin, (1986).</p>
--	--	---	--

	<p>manejar la relación. Me gustaría cumplir los sueños que teníamos de novios. Me siento frustrada, no sé qué hacer.</p> <p>Mediador ¿Qué dice Andrés de los cambios?</p> <p>María: Él dice que quiere más de los dos y lo repite mucho cuando está enojado, también dice que da su 100% en todos sus entornos y más, y que nadie ve eso.</p> <p>María: Si lo veo, pero no sé qué hacer.</p> <p>Mediador: ¿Cuál es la red de apoyo de Andrés? Soy yo, guarda silencios con sus padres y amigos.</p> <p>Mediador: Es la pregunta para Andrés ¿porque se aisló de sus amigos y familia? En la próxima reunión la comentan.</p>		
<p>Fase 3</p> <p>Aclaración de conflictos, generar opciones y buscar soluciones.</p>	<p>Andrés: Me alejé de las amistades y familia desde que entre a la Universidad, estudiaba mucho, y se volvió normal.</p> <p>Andrés: A mí me incomoda la presión inicial</p>	<p>Andrés se alejó de su familia y amigos cuando comenzó la universidad debido a la carga académica. Se aisló de la red de apoyo.</p>	<p>En los relatos de esta categoría se destaca la influencia de las experiencias y antecedentes familiares en la relación de Andrés y María, así como los desafíos que enfrentan,</p>

<p>En esta fase, el mediador desempeña un papel crucial en clarificar los conflictos que permitan proponer alternativas y encontrar resoluciones. También a comprender las pautas interaccionales de la otra persona y a identificar los intereses subyacentes.</p> <p>Categoría:</p> <p><i>“Un problema común”</i></p>	<p>para tomar decisiones, me tomo mi tiempo.</p> <p>María: Mis hábitos y forma de tomar decisiones es diferente a las de Andrés.</p> <p>Mediador: ¿Andrés que recuerda?</p> <p>Andrés: No recuerdo nada</p> <p>Mediador ¿Estudiando también se te olvidaban los temas? ¿en casa de tus padres sucedía igual? No se me olvida ni en el trabajo ni cuando estudiaba.</p> <p>Andrés: Me olvido de algo que me incomoda, porque ella me pregunta y nos sentamos a hablar y todo.</p> <p>María: De casa de mis padres me duele los intentos de solución varios inconvenientes, había violencia psicológica.</p> <p>Mediador: ¿Cómo son las dinámicas en la casa de Andrés?</p> <p>Andrés: Las dinámicas de ambas</p>	<p>Andrés menciona que le incomoda la presión inicial para tomar decisiones y prefiere tomarse su tiempo. Lo que indica diferentes estilos de toma de decisiones entre él y María.</p> <p>María comparte que en su sistema familiar había violencia psicológica y que esto le causaba dolor. Este antecedente familiar podría tener un impacto en su relación actual y su percepción de los conflictos.</p> <p>Andrés comenta que las dinámicas en ambas familias son muy parecidas, con discusiones fuertes y problemas sin resolver. Además, menciona que en su sistema familiar se guardan silencios debido a la dificultad de hablar. Esta similitud en las dinámicas familiares puede influir en la forma en que manejan</p>	<p>como la frustración y el estancamiento en la relación. Diferencia en la toma de decisiones y la distribución de los roles. Estos hallazgos son esenciales para comprender mejor la dinámica de su relación y pueden servir como punto de partida para abordar los problemas y buscar soluciones.</p> <p>En la mediación se dan cuenta que una de las partes se aisló de la red de apoyo, además que tienen diferentes estilos al momento de tomar decisiones entre ellos.</p> <p>Un antecedente de violencia psicológica ha causado sufrimiento y puede tener un impacto en su relación actual y en cómo perciben y manejan los conflictos (Deutsch, 1949). Según Deutsch, las violencias silenciosas en una relación de pareja se caracterizan por su naturaleza sutil e indirecta, lo que dificulta su identificación. Sin</p>
--	---	---	---

	<p>familias son muy parecidas hay discusiones fuertes, cosas que nunca solucionan. En mi casa se guardan silencios porque es muy difícil hablar.</p> <p>María: Siento que no avanzamos, a veces se queja, pero no cambian las cosas.</p> <p>Andrés: Yo no apporto, porque no hago cosas manuales, yo mismo no saco el tiempo para hacer algo y ponerlo en la pareja. Por eso yo nunca te criticaba lo que haces.</p> <p>Andrés: mi papá no mantiene la casa, sino que viaja para trabajar toda la semana y solo los fines de semana llegan a la casa eso fue la mayor tiempo, claro, cuando llegaba él era muy recurrente conflictos que era re maluco y era muy triste porque uno pensaba que llega chévere.</p> <p>No quiero eso en casa.</p> <p>María: Siento que no avanzamos, a veces se queja, pero no cambia las cosas.</p>	<p>los conflictos como pareja.</p> <p>Tanto Andrés como María expresan sentimientos de estancamiento en la relación. Sienten que las cosas no avanzan y que, a pesar de las quejas, las cosas no cambian. Esta frustración es un tema central en la relación.</p> <p>Andrés menciona el ejemplo de su padre, quien por trabajo viajaba y regresaba los fines de semana, se generaba conflictos serios y a él no le gustaba resolver. Andrés no quiere que esta dinámica se repita en su relación actual.</p>	<p>embargo, sus efectos pueden ser profundamente perjudiciales tanto a nivel psicológico como físico para la persona que lo vive. Ejemplo de esta forma de violencia dar la espalda cuando la pareja intenta hablar o negarse comunicar.</p> <p>La consciencia de que existen similitudes en las dinámicas familiares entre las partes podría influir en cómo abordan y resuelven los conflictos en su relación de pareja. Ambos miembros de la familia reflexionan sobre la importancia de evitar la repetición de la violencia silenciosa (Deutsch, 1949).</p>
--	--	--	--

<p>Fase 4</p> <p>Acuerdos y cierre del proceso de mediación</p> <p>Categoría:</p> <p><i>“Soluciones y acuerdos conjuntos”</i></p>	<p>Programar una reunión mensual para revisar los tres principales puntos de conflicto y ajustar acuerdos si es necesario.</p> <p>En cuanto al gato Michin, se acordó llevarlo al veterinario, donde se recomendó que fuera de nuevo castrado. Además, se decidió comprarle nuevos juguetes, sacarlo de paseo, y permitirle dormir en su propia cama.</p> <p>Andrés se comprometió a contarle a María como se siente cuando llega a casa afectado por situaciones laborales o de otra índole.</p> <p>Andrés solicitó a María que reconociera sus cambios positivos cuando los experimentara.</p> <p>María: Aceptó y expresó su deseo de que Andrés fuera más autónomo y se involucrara en las decisiones del hogar.</p> <p>Andrés: Aceptó.</p> <p>María estaba angustiada por la situación financiera, ya que su</p>	<p>La pareja demuestra un compromiso para abordar de manera continua los problemas y trabajar juntos en la resolución de conflictos, haciendo reuniones mensuales.</p> <p>Se acordaron varias acciones para mejorar la situación de la mascota. Estos cambios tienen como objetivo mejorar la relación con su mascota y reducir los conflictos con la pareja amorosa.</p> <p>Andrés se comprometió a comunicar a María como se siente cuando llega cansado y afectado por situaciones laborales. Esto promueve a una comunicación no violenta, los relatos son empáticos, comprendiendo las emociones del otro miembro del sistema familiar.</p> <p>Importante el acuerdo donde reconocen los cambios</p>	<p>Se han reconocido las características de las vivencias de violencia silenciosa y se han investigado las estrategias previas de la pareja que no arrojaban resultados positivos.</p> <p>Posteriormente, se establecieron espacios de negociación que han generado respuesta favorables, como se refleja en los acuerdos alcanzados.</p> <p>En estos acuerdos, la pareja ha demostrado compromiso en afrontar de manera constante sus problemas y trabajar juntos para resolver los conflictos, lo cual está en sintonía con los objetivos específicos del estudio.</p> <p>Se acordó diferentes acciones con la mascota para reducir los conflictos dentro de la relación de pareja.</p> <p>También se comprometieron a comunicar cuando se sientan cansados afectados por</p>
--	--	--	---

	<p>contrato de trabajo finaliza en diciembre y tiene incertidumbre por su futuro laboral.</p> <p>Llegaron a un acuerdo de mantener un registro financiero en un documento de Excel, para saber cuánto dinero queda para gastos extras.</p> <p>En cuanto a los viajes, decidieron optar por destinos cercanos a su ciudad.</p> <p>Ya viajaron y disfrutaron mucho de esta experiencia.</p> <p>Siguen planificando viajes económicos y ahorrando dentro de lo posible para futuros viajes al extranjero juntos.</p> <p>Acordaron hacer ejercicio juntos, a partir de la segunda sesión de medición familiar.</p> <p>Descubrieron que uno de los motivos de falta de intimidad era su insatisfacción con su apariencia física debido al sobrepeso de ambos, un tema que no habían comunicado previamente.</p>	<p>positivos , fomentando la valoración y el apoyo mutuo en su relación.</p> <p>El acuerdo de participar en las decisiones del hogar ahí se promueve la distribución equitativa de las responsabilidades y decisiones en la relación.</p> <p>El acuerdo del registro financiero debido a la preocupación de una de las partes en un documento de Excel les ayuda a gestionar mejor sus gastos y tener claridad sobre sus recursos económicos.</p> <p>Acordaron destinos de viajes cercanos. Lo que refleja es un deseo de disfrutar juntos nueva experiencia.</p> <p>El acuerdo de hacer ejercicio juntos fue establecido en la segunda etapa o fase, un buen punto de la mediación.</p>	<p>situaciones laborales lo que se refleja en el enfoque de comunicación no violenta, donde los relatos son empáticos y muestran comprensión hacia las emociones del otro miembro de la familia.</p> <p>El acuerdo para conocer los cambios positivos en la relación fomenta la valoración mutua y el apoyo, lo cual es congruente con el objetivo de crear espacios de negociación que faciliten la consolidación de acuerdos relistas y ajustables, promoviendo la autonomía de la voluntad de ambas partes.</p> <p>Al implementar un registro financiero, como se acordó, aborda la preocupación de una de las partes y les ayuda a gestionar mejor sus gastos y atener una comprensión clara de sus recursos económicos.</p> <p>Los acuerdos relacionados con destinos de viajes</p>
--	--	--	--

	<p>Los participantes en el proceso de mediación reflexionaron sobre su experiencia.</p> <p>María me sintió más segura cuando la mediadora aclaraba los temas y permitió a la mediadora abordar asuntos que antes no se atrevía a discutir y solo guardaba silencio.</p> <p>Andrés valoró la posibilidad de expresar los pensamientos a su pareja sin temor a que lo interprete mal.</p> <p>Pareja: agradecieron el proceso de mediación familiar.</p> <p>Mediador: Cerró y también agradeció</p>	<p>Comunicar sobre la insatisfacción con la apariencia física, es un tema delicado para ambos recordar el sobrepeso cuando eran niños y adolescentes. El acuerdo fue una comunicación abierta que es un paso importante hacia la comprensión mutua y la búsqueda de soluciones para intimar.</p>	<p>cercanos y la práctica de ejercicio en conjunto refleja el deseo compartido de disfrutar nuevas experiencias juntos, lo que está alineado con la exploración de estrategias que la pareja emplea antes de la mediación sin resultados positivos y las estrategias después de la mediación con objetivos claros y realizables.</p> <p>Finalmente, el acuerdo para comunicar sobre la insatisfacción con la apariencia física aborda un tema delicado para ambos y representa un paso importante hacia la comprensión mutua y la búsqueda de soluciones para mejorar la intimidad, lo que respalda la consolidación de acuerdos relistas y ajustables.</p> <p>En resumen, los resultados de la mediación familiar están en concordancia con los objetivos del estudio al mostrar un compromiso de la pareja</p>
--	---	--	--

			en resolver sus problemas y al lograr acuerdos que buscan mejorar la relación y promueven la comunicación.
--	--	--	--

4. Discusión

En este estudio, el conflicto que presenta la pareja se centra en la monotonía y la adaptación a las tareas del hogar que contribuyen al establecimiento y al desgaste de la relación con el tiempo. Además, se ha referenciado dificultades en la comunicación donde optan por el silencio durante los conflictos, escalando a la violencia silenciosa. Además, las dinámicas de ambas familias que son un referente previo para esta pareja son muy similares con discusiones intensas y problemas persistentes que nunca logran resolverse, lo cual termina siendo un referente para la relación actual de la pareja y es por ello por lo que probablemente se guardan silencios porque representa menor conflicto que hablarlo, optando por una comunicación que basa su violencia en el silencio.

La comunicación no violenta (CNV), es un enfoque centrado en mejorar la comunicación y los desacuerdos de lo comunicado, por medio de la empatía, la validez y conocimiento de las necesidades de los seres humanos y enfatiza la importancia de la observación objetiva sin emitir juicios ni críticas, evitando interpretaciones y fomentando la escucha activa. En este proceso se reconocen los sentimientos, emociones y sensaciones como respuesta a lo que se ha observado, alentando a las personas a expresar lo que sienten. Asimismo, se identifican las necesidades subyacentes que están relacionados con los sentimientos, y en lugar de exigir, se promueve la formulación de pedidos específicos orientando estas necesidades concretas, fortaleciendo la conexión y la empatía entre las partes involucradas, promoviendo un diálogo más efectivo y respetuoso, como lo señalan Rosenberg & Seid (2019).

La diferenciación clave entre la CNV y la situación de la pareja de esta investigación, radica en la resolución de conflictos y la comunicación. Mientras que la CNV promueve la expresión abierta de sentimientos y necesidades, la pareja opta por los silencios durante los conflictos. La CNV busca una comunicación efectiva y respetuosa, en contraste con dificultades en la comunicación mencionadas en la pareja. La CNV se basa en la empatía y la comprensión, mientras que la situación de la pareja parece mostrar desgaste en la relación debido a la monotonía y la falta de adaptación a las tareas del hogar. En resumen, la CNV ofrece un enfoque constructivo para abordar los conflictos de comunicación, mientras que la situación de la pareja surge una comunicación menos efectiva y problemática. Por tanto,

llevar a la pareja a poner en práctica la CNV puede ser una forma de aportar a la solución de sus problemas.

La teoría de la violencia silenciosa de Morton Deutsch (1949) se refiere a formas de agresión y conflicto que no se expresan abiertamente con violencia física o verbal, pero que puede dañar relaciones y bienestar emocional. Implica actitudes y comportamientos pasivos-agresivos, como rechazo, manipulación y hostilidad encubierta. Deutsch (1949) subraya la importancia de reconocer y abordar estos conflictos sutiles para promover la paz y cooperación en diversas situaciones, desde relaciones personales hasta conflictos internacionales. Esta teoría resalta que la agresión no siempre es obvia y destaca la necesidad de abordarla de manera constructiva.

En el caso de la pareja de la investigación, el hecho de que uno de los miembros se haya aislado de la red de apoyo puede ser visto como una forma de violencia silenciosa, ya que afecta la dinámica de la relación y el bienestar emocional. Este aislamiento puede ser considerado una manifestación de agresión no abierta, que es característica de la violencia silenciosa. Además, la diferencia en los estilos de toma de decisiones entre los miembros de la pareja también puede relacionarse con la teoría de Deutsch (1949). La falta de comunicación abierta y la incapacidad para resolver estas diferencias de manera constructiva puede dar lugar a conflictos sutiles, que encajan en la idea de la violencia silenciosa. En resumen, la teoría de la violencia silenciosa puede ser relevante para comprender la dinámica en la pareja de estudio, especialmente en lo que respecta a las consecuencias del aislamiento y los conflictos relacionados con diferentes estilos de toma de decisiones. Esta teoría sugiere la importancia de abordar a estos problemas de manera constructiva para promover la paz y la cooperación en la relación.

Los conflictos de comunicación, la monotonía y la adaptación a las tareas del hogar, contribuyen al estancamiento y al desgaste de la relación con el tiempo (Rosenberg & Seid, 2019). La falta de intimidad y problemas en la vida sexual, componentes esenciales en una relación, también han tenido un impacto significativo en las actividades de la pareja. Además, se evidencia que los desacuerdos en la pareja son reflejo de problemas más profundos en la dinámica familiar de sus núcleos familiares anteriores, incluyendo dificultades en la comunicación, ya que optan por el silencio durante los conflictos. Esta falta de comunicación

abierta, empática y honesta conduce a insatisfacción y descontento en la relación (Rosenberg & Seid, 2019).

La teoría restauración de la dinámica familiar según Minuchin (1986) subraya la importancia de la dinámica familiar como un elemento esencial para restaurar el equilibrio en las relaciones familiares. Este concepto se basa en tres componentes claves: Jerarquía, límites definidos, y normas claras, en conjunto estos elementos ayudan a restablecer cuando hay cambios en el sistema familiar, promoviendo relaciones más armoniosas satisfactorias entre sus miembros (Minuchin, 2001).

Con base en lo mencionado por Minuchin (2001), en el caso de la pareja de estudio, la dificultad en la comunicación sugiere la falta de normas claras en cuanto a cómo deben expresarse y escucharse mutuamente y por tanto, establecer normas de comunicación puede ayudar a resolver este problema (Minuchin y Fishman 1997).

En cuanto a la sensación de aislamiento y pérdida del vínculo emocional, estos pueden abordarse mediante la restauración de la dinámica familiar al establecer límites claros y definir roles y responsabilidades en la relación, lo que puede ayudar a crear un ambiente más conectado y seguro.

La necesidad de validación de los sentimientos y necesidades de cada miembro de la pareja es un aspecto que se alinea con la idea de comprender las necesidades en la teoría de Minuchin. Al establecer una jerarquía saludable y fomentar la empatía, se puede abordar las necesidades de validación. En cuanto a los conflictos y sentimientos de desesperación, también pueden ser resueltos con las normas claras y jerarquía definida en la relación.

En los relatos se evidencia inquietudes, conflictos, sentimientos de desesperación, sensaciones de aislamiento, la pérdida del vínculo emocional, la necesidad de validación y, de manera constante, dificultad en la comunicación, donde una de las partes tiende a dar por sentado lo que no comunica de forma adecuada. En resumen, los conjuntos de desafíos indican las áreas que necesitan ser abordadas y resueltas dentro del sistema familiar. Es imperativo establecer nuevas pautas de interacción familiar para adaptarse a las nuevas circunstancias adversas que pueden surgir en cualquier fase del ciclo vital de la pareja, con

el fin de evitar complicaciones que puedan llevar a disfunciones y manifestaciones de síntomas.

Durante el proceso de mediación, se constata que una de las partes se distanció de la red de apoyo y que presentan estilos diferentes al tomar decisiones entre ellos. Además, surge la revelación de un antecedente de violencia psicológica que ocasionó mucho sufrimiento y que podría impactar en su relación actual y su percepción de los conflictos (Martínez, 2006, p. 617). La otra parte toma conciencia de que en su entorno familiar existe una tendencia a mantener el silencio como respuesta a las dificultades para comunicarse. Esta similitud en las dinámicas familiares podría influir en la manera en que gestionan los conflictos como pareja. Ambas partes reflexionan sobre la necesidad de evitar la repetición de estos patrones negativo. Subrayando así la importancia de abordar y resolver desde la mediación estos problemas.

Como parte de la solución a los conflictos, desde la mediación se reconoció las características de las vivencias de violencia silenciosa y se han investigado las estrategias previas de la pareja que no arrojaban resultados positivos. Posteriormente, se establecieron espacios de negociación que generaron respuesta favorable, como se refleja en los acuerdos alcanzados.

En estos acuerdos, la pareja ha demostrado compromiso en afrontar de manera constante sus problemas y trabajar juntos para resolver los conflictos, lo cual está en sintonía con los objetivos específicos del estudio. Se acordó diferentes acciones con la mascota para reducir los conflictos dentro de la relación de pareja. También se comprometieron a comunicar cuando se sientan cansados o afectados por situaciones laborales, lo que se refleja en el enfoque de comunicación no violenta, donde los relatos son empáticos y muestran comprensión hacia las emociones del otro miembro de la familia.

El acuerdo para conocer los cambios positivos en la relación fomenta la valoración mutua y el apoyo, lo cual es congruente con el objetivo de crear espacios de negociación que faciliten la consolidación de acuerdos realistas y ajustables, promoviendo la autonomía de la voluntad de ambas partes.

Al implementar un registro financiero, como se acordó, se aborda la preocupación de una de las partes y les ayuda a gestionar mejor sus gastos y atener una comprensión clara de sus recursos económicos. Los acuerdos relacionados con destinos de viajes cercanos y la práctica de ejercicio en conjunto refleja el deseo compartido de disfrutar nuevas experiencias juntos, lo que está alineado con la exploración de estrategias que la pareja emplea antes de la mediación sin resultados positivos y las estrategias después de la mediación con objetivos claros y realizables.

Finalmente, el acuerdo para comunicar la insatisfacción con la apariencia física aborda un tema delicado para ambos y representa un paso importante hacia la comprensión mutua y la búsqueda de soluciones para mejorar la intimidad, lo que respalda la consolidación de acuerdos realistas y ajustables.

En resumen, los resultados de la mediación familiar están en concordancia con los objetivos del estudio al mostrar un compromiso de la pareja en resolver sus problemas y al lograr acuerdos que buscan mejorar la relación y promueven la comunicación. Los resultados de la mediación familiar respaldan el objetivo al mostrar un compromiso de la pareja para resolver problemas y alcanzar acuerdos que mejoren su relación y fomenten una comunicación efectiva. Se identificaron características de la violencia silenciosa, se exploraron estrategias previas sin éxito y se establecieron espacios de negociación que llevaron acuerdos beneficiosos. Estos acuerdos reflejan un compromiso constante para abordar conflictos y mejorar la relación, promoviendo la comunicación más saludable y solucionando problemas financieros, de mascotas, viajes y temas sensibles, lo que fortalece la relación.

5. Conclusiones

El estudio reveló que, en casos de conflictos significativos en la comunicación, la violencia se manifestaba de manera silenciosa. Asimismo, se constató la ineficiencia de las estrategias previamente utilizadas por la pareja antes de recurrir a la mediación familiar. Se identificaron y abordaron los conflictos relacionados con la comunicación y la violencia silenciosa y fueron tratados a través de la mediación familiar. Los desafíos en la relación de pareja incluyen la monotonía, la adaptación a las tareas del hogar, la falta de motivación, detalles de cambios y la actividad sexual sin soluciones efectivas, así como la frustración relacionada con los obstáculos vinculados con la mascota.

Estos desafíos reflejan problemas más profundos en la dinámica de la pareja, incluyendo el reconocimiento del incumplimiento de promesas hechas en el noviazgo. Sin embargo, es importante destacar que la pareja comparte un fuerte deseo de explorar nuevas experiencias juntos, especialmente a través de viajes lo que podría ser un gran potencial para resignificar su relación. Uno de los aspectos claves que requiere atención y resolución es la comunicación donde predomina como solución de conflictos el silencio, ya que ambos enfrentan problemas como asumir cosas sin preguntar, evitar expresar sentimientos y cambios en la recepción de cariño. Además una de las partes mediada siente falta de reconocimiento en sus entornos y experimenta un posible aislamiento en sus redes de apoyo.

La pareja enfrenta desafíos que afectan su bienestar emocional y la dinámica de la relación. Para abordar estos desafíos y cumplir con el objetivo del estudio se pueden proponer intervenciones de mediación familiar que se centren en mejorar la comunicación, promover el reconocimiento mutuo y facilitar la negociación de los acuerdos realistas y significativos. Estas estrategias podrían contribuir a fortalecer la relación y superar los obstáculos identificados en el estudio.

6. Limitaciones

Es importante destacar que el estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas sin restar importancia a la investigación. La investigación puede presentar sesgo de selección, el hecho que el estudio se haya focalizado en un solo caso podría limitar su generalización a otra población. Los participantes fueron reclutados de dos regiones muy diferentes en Colombia (Huila y el Valle del Cauca), lo que no representa adecuadamente a las comunidades o grupos demográficos en el país. Esto se debe a que los resultados podrían estar influenciados por las características específicas de estas regiones, lo que hace que su aplicabilidad sea limitada.

Reconociendo estas limitaciones, el trabajo se ha centrado en proporcionar una comprensión más profunda de la violencia silenciosa en un contexto específico. Los hallazgos continúan siendo valiosos para informar y orientar futuras investigaciones y esfuerzos de intervención en el área relacionadas con los conflictos en la comunicación y la violencia silenciosa en las dinámicas de pareja en estos entornos geográficos particulares, contribuyendo así a una mayor comprensión.

7. Referencias

- Árbol Pérez, I. M. (2023). *Las relaciones de pareja: un estudio en Granada a través de la paz de género*.
- Aroca Montolío, C., Bellver Moreno, M. D. C., & Alba Robles, J. L. (2012). La teoría del aprendizaje social como modelo explicativo de la violencia filio-parental. *Revista complutense de educación*.
- Ackerman, N. (2013). *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. Buenos Aires, Argentina: Hormé.
- Baltazar, S. G. P. (2023). La mediación familiar como herramienta para la solución pacífica y protectora de las emociones. *MSC Métodos de Solución de Conflictos*, 3(4).
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. New York: Ballantine
- Buitrago Barrera, Y. S. (2016). *El maltrato hacia el hombre: una problemática invisible en Iberoamérica*. Trabajo de grado
- Bembibre, C. (julio, 2009). *Definición de Verbal*. DefiniciónABC. Desde <https://www.definicionabc.com/social/verbal.php>). Familia y psicopatología: Un estado del arte.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno es tres*. Barcelona, España: Paidó
- Benítez Rodríguez, A. M. (2023). *Familia y psicopatología: Un estado del arte*.
- Coob, S (1997): “Una perspectiva narrativa en mediación “, en Nuevas direcciones en mediación, coord. FOLGER, JOSEPH P. y JONES, TRICIA S. Paidós. *Mediación* n° 7. Buenos Aires.

Coob, S. (1991): Einsteinian practice and Newtonian discourse: Ethical crisis in mediation. En *Negotiation Journal*, 7(1); 87-102.

Cortés, L., Bringas, C., Rodríguez-Franco, L., Flores, M., Ramiro, T., y Rodríguez, F.J. (2014). Unperceived dating violence among Mexican students. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14, 39-47

Cuervo, J. (2019). La conciliación y la mediación como políticas públicas para la reintegración social en el posconflicto en Colombia. *Revista de la Facultad de Derecho*, (47).

Deutsch, M. (1949). *A theory of cooperation and competition*. *Human Relations*, 2, 129-152.

Deutsch, M. (1973). *The resolution of conflict*. New Haven: Yale University Press.

Espinoza Ayala, Y. R., & Falconí Barrantes, C. N. E. (2023). *Violencia de pareja y ansiedad social en mujeres del distrito de Los Olivos*.

file:///Users/mariadelrosariorincon/Downloads/Espinoza_AYR-Falcon%C3%AD_BCNE-SD.pdf

Espínola, I. S., Cambranis, A. O., Salazar, A. M., & Esteves, C. G. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, (29), 7-22.

Fernández (2020). Guía para mejorar los conflictos en pareja durante el confinamiento, durante la alerta sanitaria COVID-19. Ministerio de salud.

<https://blogs.uned.es/spa/wp-content/uploads/sites/139/2020/05/GU%C3%8DA-PARA-MEJORAR-LOS-CONFLICTOS-EN-PAREJA.pdf>

Fisher, R., Ury, W., & Patton, B. (2018). ¡ Sí, de acuerdo!: cómo negociar sin ceder

- Galdón, G. (2001) Desinformación. método, aspectos y soluciones. Pamplona 1994 (1ª edición); introducción a la comunicación y a la información. Barcelona; la violencia a la realidad o la violencia silenciosa. desinformación y manipulación en los medios de comunicación. en escuela abierta, nº 10, 2007.
- Garrido-Antón, M. J., Arribas-Rey, A., de Miguel, J. M., & García-Collantes, Á. (2020). La violencia en las relaciones de pareja de jóvenes: prevalencia, victimización, perpetración y bidireccionalidad. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 12(2), 8-19.
- Gottman, John Mordechai. (2014). *What Predicts Divorce?: The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes*. Nueva York: Psychology Press.
- González, A. B. (2014). Terapia sistémica y violencia familiar: una experiencia de investigación e intervención. *Quaderns de psicologia*. International journal of psychology, 16(2), 43-55.
- González, A. B., Vanegas, G. M., Patarroyo, J. D., & González, E. R. (2017). Reflexión socioconstruccionista y política en torno a la violencia familiar. *Tesis Psicológica*, 12(1), 116-126.
- Guizado Soto, N. A., & Suarez Aponte, M. (2023). Percepciones hacia varones víctimas de violencia de pareja en adultos de Lima Metropolitana, 2022.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw-hill.
- Instituto Nacional de Estadísticas e Informática [INEI]. (2019). PERÚ, Indicadores de violencia familiar y sexual, 2012-2019. 44
https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1686/
- Instituto Nacional de Estadísticas e Informática [INEI]. (2020). Violencia de Género.
<https://www.inei.gov.pe/estadisticas/indice-tematico/violencia-de-genero7921/>

- Jaramillo Sierra, A. L., & Ripoll Núñez, K. (2018). Adaptación de un programa de intervención para violencia situacional de parejas. *Revista de estudios sociales*, (66), 55-70.
- Jaramillo Sierra y Karen Ripoll Núñez (2028), «Adaptación de un programa de intervención para violencia situacional de parejas», *Revista de Estudios Sociales* [En línea], N0.66 consultado el 21 octubre 2023. URL:
<http://journals.openedition.org/revestudsoc/28173>
- Janžić, M. (2019). La ciudad de Madrid en la novela *Tiempo de silencio* (Doctoral dissertation, University of Zagreb. University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences. Department of Romance languages and literature.
- Johnson, Michael P. 2017. “A Personal Social History of a Typology of Intimate Partner Violence.” *Journal of Family Theory & Review* 9: 150-164. <https://doi.org/10.1111/jftr.12187> DOI : 10.1111/jftr.12187
- Javier-Juárez, S. P., Hidalgo-Rasmussen, C. A., & Ramírez-Cruz, J. C. (2023). Patrones de violencia en las relaciones de pareja en adolescentes: una revisión sistemática de la literatura. *Acta Colombiana de Psicología*, 26(1), 56-77.
- Lamont, M. F. G., & Bermudez, J. M. (2023). La Terapia Familiar Sistémica y el pensamiento de Tercer orden. UNAM| FES-Iztacala| LEED.
- López, O. R. (2013). Desarrollo de habilidades investigativas de los estudiantes que cursan el bachillerato en línea. *Revista mexicana de bachillerato a distancia*, 5(10).
- Lozano-Martín, A. M., & González-de-Patto, R. M. (2018). La Mediación Familiar Extrajudicial desde una perspectiva social. *Trabajo Social Global-Global Social Work*, 8(15), 114-137

- Martínez, L. W. (2006). Rompiendo el silencio: del remanso romántico a la agitación de una violencia inesperada. *Fermentum. Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 16(47), 607-640
- Meléndez Ojeda, C. M., & Tito Tami, Y. M. (2023). *Violencia social encubierta de género y conflictos de parejas jóvenes en Lima Metropolitana*, 2022. Tesis de grado.
- Méndez Salazar, M. L. (2023). Significados de masculinidad de un grupo de hombres de la ciudad de armenia maltratados por su pareja.
- Minuchin, S. (2001). Familias y terapia familiar. Editorial Gedisa. Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, (29), 7-22.
- Minuchin, S. (1986). *Familias y terapia familiar*. Gedisa. CONSTRUCCIÓN SOCIAL DE LA DIFERENCIA.
- Minuchin, S. y Fishman, H.C. (1997). *Técnicas de terapia familiar*. Argentina: Paidós
- Minuchin, S. (2009). *Familias y Terapia familiar*. México. Gedisa.
- Napier, A., & Whitaker, C. (1988). *The Family Crucible: The Intense Experience of Family Therapy*. New York: Harper & Row
- Minuchin, S. & Fishman, C. (1984). *Técnicas de terapia familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Minuchin, S. (2001). *Familias y terapia familiar*. Editorial Gedisa.
- Minuchin, S. (2009). *Familias y Terapia familiar*. México. Gedisa.
- Minuchin S, (1974). *Familias y terapia familiar*. México D.F.: Gedisa.
- Morris, DB (1991). La cultura del dolor . *Prensa de la Universidad de California*. Página 33.
[https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=0jseRm2XSAC&oi=fnd&pg=PA9&dq=Morris,+DB+\(1991\).+cultura+del+dolor+&ots=luAgUBxlRJ&sig=XaS a8AC_wj__taJedIHBbZYLg2w&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=0jseRm2XSAC&oi=fnd&pg=PA9&dq=Morris,+DB+(1991).+cultura+del+dolor+&ots=luAgUBxlRJ&sig=XaS a8AC_wj__taJedIHBbZYLg2w&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Muñiz, M. (2010). *Estudios de caso en la investigación cualitativa. División de estudios de posgrado universidad autónoma de nuevo León*. Facultad de psicología. México, 1-8.

Munuera Gómez, P., & Blanco Larrieux, M. (2011). Una mirada hacia mediar o no mediar en casos de violencia: Sara Cobb. *Revista de mediación*, (6).

Munuera Gómez, P., (2007). EL MODELO CIRCULAR NARRATIVO DE SARA COBB Y SUS TÉCNICAS. *Portularia*, VII (1-2), 85-106.

Muñoz-Rivas, M. J., Graña, J. L., O'Leary, K. D., & González, M. P. (2007a). Aggression in adolescent dating relationships: prevalence, justification, and health consequences. *Journal of Adolescent Health*, 40, 298-304.

Núñez, B. I. V., Parra, M. S. L., & Cortés, E. (2022). Violencia silenciosa de la mujer adolescente hacia su pareja hombre.

https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2023/Publicaciones/revistas/vertientes/vertiente_25_1_2/VERT_25_art2.pdf

Organización mundial de la salud (OMS) (2021). violencia contra la mujer.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

Palmetto, N., Davidson, L. L., Breitbart, V., & Rickert, V. I. (2013). Predictors of physical intimate partner violence in the lives of young women: victimization, perpetration and bidirectional violence. *Violence and Victims*, 28(1), 103-121.

Perrone, R. (1.997).“*Violencia y abusos sexuales en la familia: Un abordaje sistémico y comunicacional*”. Buenos Aires: Paidós

Repetto, A. (2023). Definición de Violencia Verbal. Definición ABC.

<https://www.definicionabc.com/ciencia/violencia-verbal.php>

Rivas-Santiago, Susana S.. (2022). Artículo histórico sobre la terapia familiar y su evolución en la medicina familiar. *Revista mexicana de medicina familiar*, 9(3), 93-100. Epub 30 de enero de 2023.<https://doi.org/10.24875/rmf.21000113>

- Rossi, n. El pigmalionismo como una forma de relación perversa en la pareja. out of focus work in progress, p. 42. *International Review of Psychoanalysis of Couple and Family* N° 2008/2 - The violence in the couple
<https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=0f1ab5e1d8938d3a149e730a367e5d5bec3911e9#page=42>
- Rosenberg, M. B., & Seid, M. D. D. A. R. (2019). *Comunicación no violenta*. Puddle Dancer Press.
- Roudinesco, É. (2002). *La familia en desorden*. Fondo de cultura económica.
- Sager, C. (2009). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Satir, V. (2008). *Psicoterapia Familiar Conjunta*. México: La Prensa Médica Mexicana.
- Satir, V. (2015). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Pax.
- Ruiz, Z. A. (1981). *Terapia familiar: teorías y técnicas*. Santo Domingo: Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña.
- Santafé, R. M. (2017). Estrategias de intervención ante la violencia verbal, en estudiantes adolescentes del estado Mérida–Venezuela. *REXE-Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 16(31), 43-53.
- Salazar, & Vinet, E. (2011). Mediación familiar y violencia de pareja. *Revista de derecho* (Valdivia), 24(1), 9-30. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-09502011000100001>
- Stake, R.E. (1994). Case studies. En N.K. Denzin y Y.S. Lincoln (Dirs.).
- Suárez Villegas, J. C., & Marín Conejo, S. (2023). Los reflejos del patriarcado en la comunicación. *Ambitos: Revista Internacional de Comunicación*, 59, 13-23.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (2008). *La entrevista en profundidad*. Métodos cuantitativos aplicados, 2, 194-216.

Toro Sullca, K. E. (2022). Manejo de conflicto y satisfacción en la relación de pareja en mujeres de la provincia de Huamanga, 2022.

Vergara. Espínola, I. S., Cambranis, A. O., Salazar, A. M., & Esteves, C. G. (2017).

Watzlawick, P., Beavin, J. Jackson, D. (1985). *Teoría de La Comunicación Humana*, Barcelona: Editorial Herder.

Watzlawick, P. (2014). *No es posible no comunicar*. Herder Editorial.

Walker, L. E. (1979). *The Battered Woman*, Harper and Row. New York.

Zinker, J. (2005). En busca de la buena forma. México: Instituto Humanista de Sinaloa.