

NOTA DE PRENSA

Fundación Argibide presenta el I Congreso ‘Coparentalidad Responsable: Validando sus Emociones’ 27 de noviembre de 2025 | Pamplona

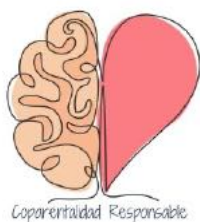
VALIDANDO SUS EMOCIONES: Encuentro para fortalecer el bienestar infantil en situaciones de separación

El congreso “Validando sus emociones” es una iniciativa dedicada a fomentar el bienestar emocional de los hijos e hijas de padres separados, especialmente en contextos de conflictividad. El encuentro se celebrará el jueves 27 de noviembre en el Colegio de Médicos de Navarra, y su grabación estará disponible los días posteriores para quienes se hayan inscrito a la modalidad online (en diferido). La coparentalidad tras la separación no es un ideal inalcanzable, sino una responsabilidad ineludible para garantizar el bienestar emocional de los niños y constituye un derecho fundamental para éstos.

Dada su alta complejidad, especialmente en contextos de conflicto, esta responsabilidad no debe recaer únicamente sobre madres y padres. Requiere la implicación coordinada de educadores, profesionales especializados y de la sociedad en su conjunto, reconociendo que la crianza compartida es un desafío colectivo para construir desde un nuevo paradigma: el de la cooperación, la empatía y el diálogo.

La coparentalidad responsable surge así como una nueva forma de entender la crianza tras la ruptura, que va más allá del reparto de tiempos o custodias, para centrarse en mantener una alianza educativa y emocional orientada al bienestar de los hijos. Apostar por este modelo de crianza significa, en última instancia, apostar por una sociedad más justa, igualitaria y saludable.

En los últimos años, este enfoque ha ganado presencia en la psicología familiar y en los espacios de mediación, y será el eje de este próximo encuentro que reunirá a varios especialistas para abordar sus claves desde distintas perspectivas.



La singularidad de este proyecto radica en que se centra en un grupo especialmente vulnerable: los hijos de padres separados. Aunque existan numerosos programas y servicios dirigidos a ayudar a que madres y padres gestionen el divorcio, pocos se centran en las consecuencias emocionales que estas rupturas tienen sobre los hijos.

Durante la jornada se abordarán temas como la comunicación no violenta, con la especialista Marta Serrano; la mentalización, o la capacidad de comprender las emociones propias y ajenas, a cargo del psicólogo clínico Fermín Goñi; la violencia vicaria, explicada por el psiquiatra Ignacio Mata; la coparentalidad consciente, presentada por Rocío López de la Chica y Miguel Ángel Corrales, fundadores de CREADA. También se ofrecerán herramientas prácticas para la crianza desde la educación emocional, de la mano de la pedagoga Leticia Garcés.

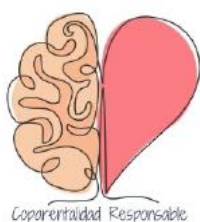
La ponencia inaugural correrá a cargo de Javier Urra, primer Defensor del Menor en España, psicólogo y referente en el ámbito de la infancia y la familia. Urra subraya que los niños y niñas aportan más de lo que reciben y que no son propiedad de los adultos, sino personas con identidad y voz propia. Educar implica cuidar, amar, acompañar y enseñar, pero también recibir de ellos aprendizaje, humor y transformación personal. Nos recuerda que los hijos ya forman parte del presente, ciudadanos con derechos que necesitan adultos disponibles, coherentes y capaces de ofrecer presencia y referencia ética hoy, no solo preparación para el futuro.

Cinco pilares fundamentales sostendrán así una propuesta de transformación social que invita a pasar del conflicto a la cooperación, situando el bienestar emocional de la infancia en el centro de la crianza.

LOS CINCO PILARES DEL CAMBIO

PILAR 1: LA PALABRA COMO PUENTE

Una de las ponencias se centrará en la Comunicación No Violenta, una metodología creada por el psicólogo **Marshall Rosenberg** que propone transformar la forma en que nos expresamos y escuchamos. “La comunicación



no violenta puede ayudar, sobre todo, a padres que están en un momento de separación”, explica la especialista **Marta Serrano**, que nos acompañará en el congreso. “Nos invita a hablarnos desde otro lugar: desde cómo me siento y qué necesito”.

El objetivo, señala, es pasar del reproche a la comprensión. “Hablar de qué me pasa a mí cuando sucede esto, sin que haya esa energía de malestar”, añade. Ese cambio de enfoque genera “un clima de mayor cooperación”, como ella lo llama y evita que los niños carguen con culpas que no les pertenecen.

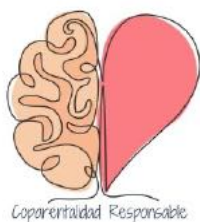
La comunicación no violenta no elimina los conflictos, pero los transforma. Los hace manejables, humanos. En esa escucha mutua se construye el punto de partida para una coparentalidad más consciente.

Sin embargo, hablar con respeto y empatía requiere también comprender lo que sentimos y lo que siente otra persona. La comunicación no violenta ofrece las herramientas para expresar necesidades sin reproches, pero aplicarlas de manera efectiva exige un paso previo: reconocer nuestros propios estados emocionales y los del otro.

PILAR 2: MENTALIZACIÓN

Comprender las emociones propias y las ajenas es una habilidad que se aprende desde la infancia. El psicólogo clínico y doctor en Filosofía **Fermín Goñi** profundizará en la mentalización, un concepto neuropsicológico que describe la capacidad de observar nuestros estados mentales—y los de los demás—para evitar reacciones impulsivas y conflictos innecesarios. Según Goñi, a nivel clínico, la capacidad de observar nuestros estados mentales desde fuera (¿por qué siento esto?) es una capacidad reflexiva y para ello hay que activar la empatía, la simpatía y distintas formas de mirar el mundo.

La mentalización no depende solo de la conciencia individual. Está moldeada por las figuras de crianza: cómo nos atendieron o ignoraron cuando éramos niños define la manera en que hoy entendemos las emociones y los vínculos. “Si lloro y me calman, entiendo que la tristeza sirve para pedir ayuda, y eso me da información sobre cómo se sienten los demás”, apunta este experto.



En la coparentalidad, esta habilidad resulta esencial. Los padres y madres que saben identificar y regular sus emociones y reconocer las de sus hijos, crean entornos de seguridad y aprendizaje emocional. Cuando la mentalización falla, advierte el especialista, surgen conflictos que pueden transformarse en formas de daño más sutiles, pero igualmente devastadoras.

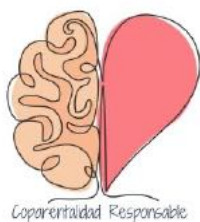
PILAR 3: VISIBILIZAR LA VIOLENCIA VICARIA

La coparentalidad también se enfrenta a amenazas que van más allá de conflictos disfuncionales. Una de ellas es la violencia vicaria, definida como una forma de maltrato en el que el agresor daña a los hijos u otros seres queridos para causar sufrimiento emocional a su expareja, habitualmente, en el marco de una estrategia de dominación y control contra ésta. No hablamos de simples conflictos, sino de acciones deliberadas: incumplimiento reiterado de acuerdos básicos, amenazas veladas, descalificaciones e insultos, instrumentalización de los hijos, inversión de culpas, manipulación emocional, boicot reiterado a la atención de cuidados o interferir en su bienestar para provocar dolor a la madre.

Según el psiquiatra **Ignacio Mata**, quien hablará del tema, este tipo de violencia “suele reconocerse en los casos extremos, pero se produce con mucha mayor frecuencia de un modo sutil”. Y añade: “Es una violencia extrema porque agreden a las madres a través de los hijos, aunque no haya daño físico directo. La mayoría de las veces es sutil, pero continuada durante años y puede tener efectos devastadores”.

El perfil del agresor suele repetirse: educación machista, rasgos narcisistas o psicopáticos y dificultad para aceptar la ruptura. La violencia vicaria no es un conflicto, sino una estrategia sostenida para mantener el control.

Uno de los grandes retos es la visibilización. Hablar de violencia vicaria implica tocar cuestiones de género que a menudo se polarizan. Además, confundirla con conflictos cotidianos o con supuestas acciones de alienación parental invisibiliza su verdadero impacto sobre los niños y las madres. Aunque aún no está



completamente tipificada en la legislación española, ya existen sentencias que la reconocen y se trabaja en modificaciones legislativas para abordarla de manera más explícita.

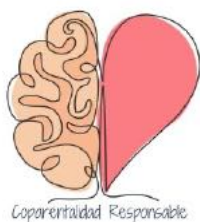
Abordar esta problemática en el encuentro permitirá comprender los perfiles de los agresores, las consecuencias para las familias y las estrategias de prevención y acompañamiento. Distinguir la negligencia del daño intencionado y reconocer el impacto emocional en los hijos es clave para construir modelos de crianza más seguros como la coparentalidad consciente.

PILAR 4: COPARENTALIDAD CONSCIENTE

El encuentro también abordará estrategias para una coparentalidad consciente, presentadas por **Rocío López de la Chica y Miguel Ángel Corrales**, fundadores de CREADA, un centro que ayuda a parejas a transitar por el momento de separación. Su propuesta no busca separaciones idealizadas ni amistades forzadas entre exparejas. Se centra más bien en construir un modelo realista y práctico, donde las necesidades de los hijos permanezcan siempre en el centro.

“Nuestros hijos no necesitan que lo hagamos todo perfecto; necesitan a mamá presente y a papá presente, o al menos a uno de los dos”, explica Rocío. “El cómo de cada uno no es lo que les daña. No les perjudica que existan dos modelos distintos de crianza”.

La clave, dicen, está en la coherencia y la estabilidad. Cada progenitor mantiene sus propias normas y límites, pero de forma consciente. “Los niños aprenden que lo que se permite en casa de mamá puede no ser lo mismo que se permite en la de papá”, comenta Miguel Ángel. Esa diferenciación no confunde; al contrario, fortalece su seguridad emocional y evita tensiones innecesarias derivadas de batallas que no benefician a nadie. “Es mucho más importante poner el foco en aquello que, como madre o padre, me genera bienestar. De esa manera puedo estar emocionalmente más presente con mis hijos y ellos lo notan y se benefician”, añade Miguel Ángel.



En este enfoque, la empatía ocupa un lugar central. No se trata solo de entender al otro progenitor, sino de leer las necesidades del hijo y tomar decisiones conscientes—a veces temporales— que favorezcan su bienestar. La experiencia de Rocío y Miguel Ángel muestra que los procesos de separación también pueden convertirse en oportunidades de aprendizaje. “En la vida o ganas o aprendes, y eso lo pierdes cuando eliges no aprender. Este proceso de coparentalidad es una evolución constante”, reflexiona Rocío.

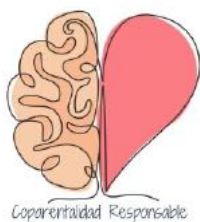
Lejos de fórmulas mágicas, la coparentalidad consciente exige práctica, reflexión y voluntad de adaptación. Sus propuestas ofrecen a las familias herramientas para construir vínculos sólidos, seguros y emocionalmente sanos, incluso cuando la pareja se ha transformado en expareja.

PILAR 5: EDUCACIÓN EMOCIONAL

En esta línea, otra de las ponencias del congreso será llevada a cabo por **Leticia Garcés**. Esta ponencia profundizará en comprender la separación desde la mirada del niño. Ante una separación, es fundamental recordar que los padres pueden romper como pareja, pero la familia no se destruye: se transforma. Es importante transmitir a los niños que, aunque la relación de pareja cambie, la parentalidad permanece.

El proceso comienza con la adaptación emocional, recordando que los niños no procesan la ruptura de manera racional, sino desde la seguridad que perciben en el vínculo con ambos progenitores.

Aunque intentemos explicar la separación, la vivencia del niño está marcada por el temor, la inseguridad y por preguntas internas: “¿hice algo mal?”, “¿podría haberlo evitado?”. Los niños tienden a buscar responsabilidad en sí mismos antes que culpar a sus padres, adoptando comportamientos complacientes o el rol de cuidadores para tratar de recuperar la unidad familiar. Frente a situaciones de conflicto entre padres, el hijo suele sentir lealtad y procura no hablar mal de ninguno para preservar el sentido de un hogar.



Los adultos deben asumir que muchas dificultades vienen de heridas no elaboradas en su propia infancia. El sufrimiento emocional se manifiesta en distintas formas y puede dificultar la contención emocional hacia sus hijos. Cubrir necesidades físicas resulta más sencillo; las emocionales requieren habilidades que muchas veces no se aprendieron de niños.

Trabajar la propia historia personal, abrir “cajones” del pasado y buscar apoyo profesional contribuye a educar desde un lugar seguro. La maternidad o paternidad requiere atención tanto al cuidado de los hijos como a la propia salud emocional, facilitando que el adulto sea contenedor y protector sin sentirse desbordado.

El objetivo de este congreso, en definitiva, es que cada familia aprenda a reconstruirse desde el cuidado y la presencia emocional, incluso cuando la convivencia se desarrolla en dos hogares.

La pregunta central que este congreso plantea es: ¿Podemos pasar del conflicto a la cooperación, situando el bienestar emocional de los niños y niñas en el centro de la crianza y de las políticas familiares?

La respuesta es sí. Y comienza el próximo 27 de noviembre en Pamplona.