



CENTRO JUDICIÁRIO
DE SOLUÇÃO DE CONFLITOS E CIDADANIA

DIVÓRCIO SÓ PARA OS PAIS

Junho/2020



Tribunal de Justiça do Estado de Minas Gerais

Desembargador Nelson Missias de Moraes
Presidente

Desembargador José Afrânio Vilela
Primeiro Vice-Presidente

Desembargadora Áurea Maria Brasil Santos Perez
Segunda Vice-Presidente

Desembargadora Mariangela Meyer Pires Faleiro
Terceira Vice-Presidente e Coordenadora do NUPEMEC

Desembargador José Geraldo Saldanha da Fonseca
Corregedor-Geral de Justiça

Desembargador Jayme Silvestre Corrêa Camargo
Vice-Corregedor-Geral de Justiça

Ficha Técnica

Coordenação Geral

Núcleo Permanente de Métodos Consensuais de Solução
de Conflitos e Cidadania - NUPEMEC
Assessoria da Gestão da Inovação - AGIN

Texto

Extraído da Cartilha do Divórcio para os Pais do
Conselho Nacional de Justiça (CNJ). Brasília, 2013.
Disponível em [https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/conteudo/
destaques/arquivo/2015/06/f26a21b21f109485c159042b5d99317e.pdf](https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/conteudo/destaques/arquivo/2015/06/f26a21b21f109485c159042b5d99317e.pdf)

Projeto Gráfico

Daniela Sousa ASCOM/CECOV

Ilustração

Fernando Lima ASCOM/CECOV

Revisão

ASCOM/CECOV

... O divórcio é normal?

Embora difícil, o divórcio é um acontecimento comum na vida das pessoas. Da mesma forma que muitos já passaram por ele e conseguiram superar, você também conseguirá.

... O divórcio não extingue a família

O divórcio consiste em grande desafio emocional para os pais e filhos. Nesse momento delicado, é necessário o engajamento de todos para a construção de uma paz que possa ser duradoura.

... Impacto do divórcio nos filhos

- Perda ou redução da presença de um dos pais;
- queda no padrão de vida;
- mudança de residência, escola, vizinhança e amigos;
- eventual novo casamento dos pais e ajustamento aos novos membros da família.



... A reação dos filhos ao divórcio

Apresentam vários comportamentos:

CHOQUE - CULPA - RAIVA - ANSIEDADE - VERGONHA
CONFUSÃO - TRISTEZA - SAUDADES - ESPERANÇA - ALÍVIO

O CONFLITO É MAIS PREJUDICIAL
AOS FILHOS QUE O DIVÓRCIO EM SI.

... Possíveis consequências para os filhos dos conflitos entre os pais

- Dificuldade nas relações interpessoais: comportamentos antissociais como brigas, mentiras, **bullying**, hábito de gritar etc;
- dificuldade de lidar com a raiva;
- dificuldade para dormir, sono inquieto, pesadelos frequentes, falta de apetite;
- maior dificuldade em lidar com pessoas investidas de autoridade, como professores superiores hierárquicos;
- maior dependência emocional, redução da autoestima e da autoconfiança e
- doenças psicossomáticas, dentre outras.



... O que os pais podem fazer para ajudar os filhos

Foco 1: VOCÊ

- Cuide-se;
- não direcione as emoções para o seu filho;
- administre as mudanças no orçamento familiar;
- reflita sobre o passado para melhorar o futuro;
- saiba como lidar com múltiplas perdas;
- não se pressione para superar rapidamente a dor que decorre do processo de divórcio e
- procure ajuda.

Foco 2: SEU FILHO

- Você precisa ter um bom relacionamento com seu filho e proporcionar-lhe estrutura, estabilidade, suporte emocional e cuidados apropriados.
- Para o ajustamento dos filhos, são imprescindíveis a continuação da rotina e dos hábitos, a proteção, a confirmação do seu amor por ele e o diálogo.

Foco 3: O PAI OU A MÃE

- Você precisa se comunicar bem com o(a) ex e manter seu filho fora dos conflitos e discórdias.



... Dicas para ajudar os filhos

Informar seu filho da decisão tomada e as mudanças que ocorreram.

Porém, atenção ao COMO dizer

- Decidam juntos sobre como abordar o assunto;
- escolham um ambiente seguro e confortável;
- tentem evitar falar sobre o divórcio quando estiverem ansiosos ou preocupados e
- estejam tranquilos, para não aumentar a ansiedade do filho.

O que não se deve dizer a seu filho

- Não deem detalhes sobre o motivo do divórcio;
- não culpem o outro;
- não façam promessas precipitadas;
- não deem falsa esperança de reconciliação e
- não peçam para manter o divórcio em segredo.

Respondendo às perguntas do seu filho

- Ouçam com atenção;
- levem as questões dele a sério;



- pensem antes de falar e
- respondam às perguntas o mais honesta e abertamente possível.

Ajudem seu filho a lidar com sentimentos dolorosos

- Escutem-no;
- encorajem-no e
- busquem ajuda profissional, se necessário.

Quando buscar ajuda profissional para o seu filho

Quando ele apresentar períodos prolongados de

- tristeza e raiva;
- dificuldade para dormir;
- pesadelos frequentes;
- regressão persistente;
- expressão ou desejo de se ferir;
- mudança no aproveitamento escolar e
- aumento de queixas físicas.



O PAI E A MÃE SEMPRE DEVEM EXERCER O PAPEL DE EDUCADOR E CUIDADOR.

Não force o filho a escolher entre o pai e a mãe

Seu filho deve sempre receber mensagem positiva de ambos os pais, de que ele pode continuar amando os dois.

NÃO EXISTE EX-FILHO

Importância da convivência

O pai ou a mãe, mesmo não convivendo, diariamente, com os filhos, devem se fazer presentes na vida deles.

Ao visitar o filho, seja pontual, constante e não o compense por sua ausência com presentes ou satisfazendo todas as vontades dele.

Se você reside com seu filho,

- tenha certeza de que ele tem o endereço e o número de telefone do pai ou da mãe;
- encoraje seu filho a telefonar, mandar e-mail ou escrever cartas ao pai ou à mãe;
- lembre o seu filho de convidar o pai ou a mãe para participar de eventos especiais (festa na escola, competições etc.), se isso for seguro, e
- faça um calendário para que seu filho saiba quando é dia de visitas.

Se você não reside com o seu filho,

- seja pontual quando for pegá-lo;
- evite cancelar as visitas;
- ligue com antecedência se você vai chegar tarde ou se não poderá visitá-lo;
- transforme a sua casa na casa dele, mantendo fotos, pinturas e desenhos dele;

- evite usar amigos ou parentes para cuidar de seu filho em seu lugar durante as visitas;
- explique para ele as regras de sua casa;
- apresente seu filho à vizinhança, passeando e procurando por crianças da idade dele;
- participe da vida escolar e extracurricular dele. Tente acompanhar atividades das quais seu filho participa, como aulas de futebol, natação etc;
- evite comprar o amor dele e
- mantenha um contato regular com seu filho. Telefone, mande e-mail e escreva cartas o quanto você puder.

... Conceitos legais

Guarda

Consiste na obrigação de manter o filho em sua companhia, dando-lhe os cuidados necessários conforme sua idade e se responsabilizando por seus atos.

Tipos de guarda

- Unilateral: atribuída a apenas um dos pais.
- Compartilhada: atribuída a ambos os pais.

Na guarda compartilhada, a criança continua morando com um dos pais, porém, o pai e a mãe continuam decidindo e resolvendo em conjunto a melhor forma de educar os filhos e conviver com eles.

Pensão alimentícia

É a importância monetária que um dos pais ficará obrigado a prestar aos filhos para que eles possam viver com dignidade. Os alimentos não se referem apenas à comida, mas também à educação, formação intelectual, medicamentos, roupa, assistência médica, lazer, moradia etc.

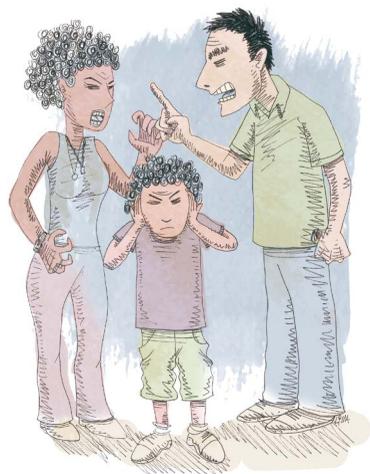
Valor da pensão

Deve ser suficiente para o pagamento das despesas necessárias ao sustento dos filhos e proporcional à renda de quem vai pagá-la. Esse valor pode ser alterado se houver mudanças na vida de quem paga (por exemplo, desemprego ou enriquecimento) ou na vida dos filhos (por exemplo, necessidade de um tratamento médico, necessidade de curso extracurricular, necessidade do uso de aparelho ortodôntico etc.).

Consequência do não pagamento da pensão – Fixada a pensão, a pessoa deve pagá-la. Caso não pague no dia determinado, a pessoa que deve recebê-la pode procurar um advogado para cobrá-la, por meio da execução, pedindo a prisão do devedor ou a penhora dos bens dele.

Alienação parental – (Lei nº 12.318/10)

A participação da mãe e do pai na vida dos filhos é imprescindível para o regular desenvolvimento deles. No entanto, após o término do relacionamento, algumas mães ou pais usam os filhos para atingir o ex-parceiro.



A alienação parental é caracterizada pela interferência na formação psicológica da criança ou adolescente, promovida ou induzida por um dos genitores, pelos avós ou pelos que tenham a criança ou adolescente sob sua autoridade, guarda ou vigilância, para que repudie o outro genitor.

Caracterizados atos típicos de alienação parental ou qualquer conduta que dificulte a convivência de criança ou adolescente com o genitor, o juiz poderá, dentre outras medidas, estipular multa ao alienador, determinar a inversão da guarda ou a suspensão da autoridade parental.

