

Obrigada por ver esta apresentação
Gostaríamos de recordar-lhe que esta apresentação é
propriedade do autor.

É-lhe fornecida pela Sociedade Portuguesa de Pediatria
no contexto do 18º Congresso Nacional de Pediatria,
para seu uso pessoal, tal como submetido pelo autor

© 2017 pelo autor

Gestão do Divórcio

XVIII Congresso Nacional de Pediatria
27 de outubro de 2017



Maria Filomena Ribeiro da Fonseca Gaspar

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

Universidade de Coimbra



- *Divórcio como transição de vida*
- *Coparentalidade*
- *Conflituosidade parental no divórcio*
- *Gestão do divórcio: educação para um divórcio bem sucedido*



Divórcio como TRANSIÇÃO de VIDA



Divórcio implica CRISE

- Divórcio (tal como outras transições de vida significativas) destrói o paradigma familiar, a visão do mundo e as premissas básicas que regulam a identidade familiar e as suas ações (Lebow, 2008) – EDUCAR PARA A GESTÃO DO DIVÓRCIO
- Mesmo nos melhores divórcios implicam: crise, desorganização e recuperação = PROCESSO em etapas que envolve stresse e sofrimento para todos os envolvidos gerando VULNERABILIDADE EMOCIONAL
- CRISE dolorosa não é disfunção
- Consequências negativas a curto prazo – adultos e crianças mostram limitações de papel, comportamentos desajustados, sentimento de “não ser eu” (Hetherington & Elmore, 2003; Hetherington & Kelly, 2002, 2003).

Divórcio é um PROCESSO – não é um evento

- Mesmo os melhores divórcios implicam: crise, desorganização e recuperação
- Etapas:
 - 6 primeiros meses: muito agitados e centrados em questões práticas de organização
 - depois dos 6 meses/ 1 ano surge uma fase mais dolorosa de emergência de sentimentos complexos e de elaboração da perda (do projeto de família): stresse e instabilidade e vulnerabilidade
 - a maioria parece recuperar totalmente o seu funcionamento após 2º ano/ 3º do divórcio, embora possam manter-se memórias tristes e dolorosas (pode demorar até 6 anos).

Divórcio é um PROCESSO – não é um evento

- Crianças em que os pais viveram **divórcios eficazes e não conflituosos** têm menos problemas ao longo da vida (Hetherington, 2002).
- A forma como a separação e divórcio ocorrem estabelece um estágio sobre a organização da família nos anos que se seguem, com particular impacto nas crianças (Green, 2010).
- A existência de atritos conjugais e/ou parentais e dificuldades no exercício da coparentalidade antes do divórcio dificultam a transição positiva, para todos os membros da família. E, em especial, os pais têm mais dificuldade em fazer o luto da relação conjugal e reorganizar a relação parental numa nova configuração, com novos padrões relacionais mais funcionais

Coparentalidade



Coparentalidade

(Pedro & Ribeiro, 2015)

- Coparentalidade – a forma como os elementos do casal se relacionam no seu papel de pais (Feinberg, 2003)
- A influência da coparentalidade na interação pais-filhos e no desenvolvimento infantil é um dos dados mais consistentes da investigação na área da família (Feinberg, 2003)

Coparentalidade

- As relações coparental e conjugal (subsistema conjugal) devem ser entendidas como conceptualmente distintas, apesar de significativamente associadas (Bonds & Gondoli, 2007; McHale, Lauretti, Talbot, & Pouquette, 2002)
- A coparentalidade funciona como um **preditor mais forte** das práticas parentais, da relação progenitor-criança (e.g., Bonds & Gondoli, 2007; Margolin et al., 2001) e de vários aspetos do ajustamento infantil (e.g., Caldera & Lindsey, 2006), **do que a qualidade conjugal em geral.**

Coparentalidade

Modelo tridimensional de Margolin e colegas (2001): 3 dimensões da coparentalidade

1) Cooperação: *reflete* em que medida os pais se valorizam, apoiam e respeitam mutuamente no exercício das suas funções parentais

2) Conflito entre as figuras parentais relacionado com os assuntos da parentalidade: acerca da educação dos filhos; tentativas de boicotar ou enfraquecer a parentalidade do cônjuge

3) Triangulação: distorção das fronteiras entre os subsistemas parental pai/mãe e filho. A criança é pressionada a aliar-se a um dos pais contra o outro, podendo servir de confidente e transmitir mensagens entre as figuras parentais. Coloca questões de lealdade

Estudos com famílias nucleares e divorciadas mostram que a **triangulação se encontra associada ao desajustamento emocional da criança e do adolescente, bem como a dificuldades conjugais e familiares** (Buchanan et al., 1991; Kerig, 1995).

CONFLITUOSIDADE PARENTAL NO DIVÓRCIO



- Parenting Wisely: triangulação

Conflituosidade no divórcio

Ministério da Justiça, 2013 - Deram entrada nos tribunais de família e menores

- 16.510 processos de regulação do exercício das responsabilidades parentais
- 21.765 processos de alteração e de incumprimento da regulação das responsabilidades parentais
- **taxa de incumprimento de 132%:** por cada regulação temos 1,3 processos de incumprimentos”

Conflituosidade parental no divórcio

[Home](#)[About ACEs](#)[ACEs in Iowa](#)[Resources](#)[About Us](#)

Adverse Childhood Experiences can last a lifetime, but they don't have to.

The first years of a child's life can have a profound impact on future learning, behavior and overall well-being. The Central Iowa ACEs 360 Steering Committee is leading efforts to raise awareness of the life-long impacts of childhood trauma and to support initiatives working to prevent or mitigate its effects.

Research

The *Adverse Childhood Experiences in Iowa* report shares 2012 survey data on the impact of ACEs on Iowa's population.

[Read](#)

Training

These two online courses provide an in-depth introduction to The ACE Study and child abuse prevention as a key response.

[Learn](#)

Community

Join the conversation about how we reduce adverse childhood experiences and the impact of toxic stress on Iowans at ACEs Connection.

[Connect](#)

Adverse Childhood Experiences (ACE)

- Estudo retrospectivo realizado pelos American Centers for Disease Control and Prevention, Iowa, 2012

Conflituosidade parental no divórcio

- **ACEs = Adverse Childhood Experiences**
- ACEs = EACs (experiências adversas em crianças)
- Pontuação de 0 a 8 com base nas seguintes experiências na infância (base recordações)

ABUSO CRIANÇA	DISFUNÇÃO FAMÍLIA
Abuso físico	Problemas saúde mental
Abuso psicológico	Prisão
Abuso sexual	Consumos
	Separação ou divórcio
	Violência doméstica

Conflituosidade parental no pós-divórcio

Biologia do stresse: stresse tóxico

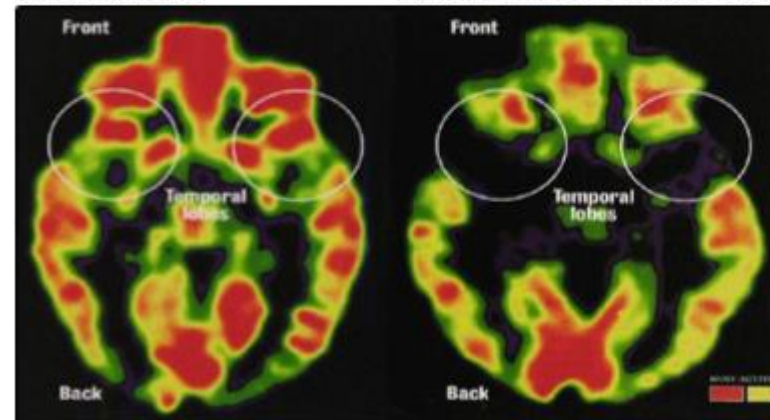
Why Are ACEs So Damaging? Toxic Stress

A Healthy Brain:

Has more activity in the temporal lobes

An Abused Brain:

Has less overall activity, especially in the temporal lobes



The brain on the left is a child with trauma. The brain on the right is a child with trauma. Harvard University. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psyneuen.2010.07.001>

O cérebro de uma criança que sofreu experiências de stresse psicológico tem as Áreas TEMPORAIS com menor atividade = menor capacidade de relação social e emocional com os outros

Gestão do divórcio

Educação para um divórcio bem sucedido



1. Educação para o divórcio: reorganização

- Os pais enfrentam o enorme desafio de diferenciarem o papel conjugal do papel parental na nova relação com o ex-cônjuge e garantirem uma cooperação, como pais, com o menor conflito possível, assegurando o “superior interesse” dos filhos, antes, durante e depois do divórcio.

1. Educação para o divórcio: reorganização

- Organização em “família de duas casas”: reconfiguração familiar não é sinónimo de fim da família. A família vai ter uma nova estrutura, com dois núcleos familiares, dois lares; surgindo novos papéis, fronteiras, regras e potencialidades.

1. Educação para o divórcio: reorganização

Resultados da investigação

A manutenção de uma relação regular com ambos os progenitores contribui para a manutenção do bem-estar da criança no ajustamento ao pós-divórcio/separação.

Esta relação regular deve por isso acontecer com o progenitor não residente no caso de residência única

International Journal of Law, Policy and the Family, Vol. 20, No. 3, 2006 (**Contact/Shared Residence and Child Well-Being: Research Evidence and its Implications for Legal Decision-Making; Stephen Gilmore**)

2. Educação para o divórcio: comunicação

- Fortalecimento da coparentalidade: a comunicação parental é a prioridade e evitar as “triangulações”.
- Mensagens “eu”....
- O grande objetivo das mensagens Eu é transmitirmos aos outros o que estamos a sentir sem colocar a culpa neles e assim aumentando a probabilidade de nos ouvirem.

2. Educação para o divórcio: comunicação

- Eu sinto Quando tu.....(o que acontece)
- Podes por favor.....(o que gostaria de ver acontecer)?
- “És um irresponsável. Vens sempre tarde e não te interessas nada com o que eu sinto ou os miúdos”
- Eu sinto-me mesmo frustrada quando vens buscar os miúdos tarde.
- Gostava que por favor tentasses ser pontual e que quando te atrasasses me avisasses com um telefonema.

3. Educação para o divórcio: os filhos

- Os filhos têm de ser reassegurados que, apesar de os pais deixarem de ser marido e mulher e/ou de viver juntos, serão sempre o pai e a mãe deles e que tudo farão, como díade parental, para garantir o “superior interesse” dos filhos.
- Os filhos têm de sentir que o pai e a mãe os vão amar e proteger e que continuarão, ambos, a ser a sua “base segura”, apesar de passarem a existir dois núcleos familiares, em vez de um único. A família não termina. Vai reorganizar-se.
- Deixar claro que “a culpa” não é deles e reforçar continuamente

3. Educação para o divórcio: os filhos

- Comunicar sobre o divórcio e estar preparado para responder a questões:
 - É importante que esta comunicação seja feita quando a família está num momento calmo, com tempo, num espaço agradável e privado (casa), em que os filhos se sintam seguros e não haja o risco de serem interrompidos.
 - Para os filhos, verem os pais a cooperar sem conflito interparental, é a primeira garantia de que eles tudo farão para que os seus conflitos e problemas não contaminem de forma negativa a sua coparentalidade na nova estrutura familiar que se está a desenhar.

3. Educação para o divórcio: os filhos

- Comunicar sobre o divórcio e estar preparado para responder a questões:
 - Informação “suficiente” e depois ir respondendo à medida que as questões vão surgindo
 - Esta comunicação tem de ser adequada à idade, maturidade e características pessoais dos filhos.

3. Educação para o divórcio: normalizar sinais

- Evitar transformar a criança no PI (paciente identificado): normalizar sinais que são resposta à mudança e ao sofrimento emocional normal e à necessidade de uma nova organização e **fortalecer os pais para responder**
- O sofrimento, tristeza, ansiedade, medo, confusão e zanga que as crianças sentem quando os pais têm dificuldades e as colocam no meio dos conflitos entre eles são exprimidos pelas crianças de forma diferente em função de diferentes variáveis:
 - Da criança (incluindo-se aqui a idade, o género, características emocionais, cognitivas e sociais);
 - Da família (bi)nuclear (ter ou não irmãos, a posição na fratria - ser filho único, mais velho, mais novo, do meio, ...);
 - Das relações com um potencial novo companheiro da mãe e/ou do pai e de filhos destes, e das relações com a família alargada (avós, padrinhos, primos...) e com os outros contextos sociais (escola, amigos,...).

3. Educação para o divórcio: potenciais sinais

- **Crianças mais novas:**

- alterações emocionais, como tristeza, isolamento ou, no polo oposto, irritação e impulsividade, assim como dificuldades de concentração e de autorregulação.
- alteração nos padrões de sono e de alimentação e regressão no controlo dos esfíncteres ou para comportamentos de fases de desenvolvimento anteriores, como por exemplo voltar a molhar a cama à noite.
- mais queixas somáticas (dores de cabeça e de barriga) e podem ficar doentes mais frequentemente, com infeções ou outras doenças potenciadas pelo stresse.

3. Educação para o divórcio: potenciais sinais

- **Crianças em idade escolar:**

- alterações no rendimento escolar e a problemas de comportamento ou emocionais na escola. Os professores são aliados centrais dos pais nestas idades e estão numa posição privilegiada para observar mudanças no comportamento e no humor das crianças.

3. Educação para o divórcio: potenciais sinais

- **Adolescentes e jovens:**

- o consumo de drogas e álcool, o absentismo escolar, a atividade sexual precoce e a associação a pares com comportamentos de risco
- sinais de depressão, de baixa autoestima e de ansiedade. O isolamento e o desinteresse por atividades que anteriormente lhes dava prazer realizarem são sinais importantes.
- Os adolescentes são mais capazes, cognitiva e emocionalmente, de lidar com a transição que o divórcio exige, mas o lado negativo desta vantagem é que podem esconder ou mascarar as dificuldades e problemas que enfrentam com o divórcio dos pais, impedindo os pais de perceberem sinais de alarme e de os apoiarem nesta transição.
- Os pais devem estar também atentos a adolescentes que se mostrem demasiado maduros e responsáveis, particularmente quando há irmãos mais novos. Pode ser um sinal de que os pais os estão a “parentificar”, intencionalmente ou não, assumindo os adolescentes responsabilidades que são dos pais. É importante estarem atentos a sinais de que esta troca de papéis possa estar a acontecer.

Gestão do divórcio

Recursos



A proposta dos Centre for Divorce Education: <http://www.divorce-education.com/>

Co-Fundador e Presidente e autor programas: Don Gordon
(<http://www.familyworksinc.com>; Ohio)

O CDE tem como objetivos

- 1) Ajudar os **pais** separados/divorciados, no presente ou passado, a reduzir o conflito e a triangulação dos filhos e a aumentarem a cooperação
- 2) Disponibilizar aos **tribunais** intervenções eficazes na redução do conflito e no aumento da comunicação e da interação no âmbito dos programas judiciais de regulação do poder parental
- 3) Disponibilizar aos **profissionais** que trabalham com famílias em processo de separação/divórcio intervenções eficazes para aplicarem ou aconselharem aos pais para estes autoaplicarem na promoção da coparentalidade positiva

O Programa Children in Between – Versão pais

- Nos anos 80: Children in the Middle – concebido para ajudar pais em processo de divórcio/separação que, de modo não intencional/consciente, colocavam a criança no “meio” do seu conflito, com consequências negativas para a criança/adolescente

5 problemas típicos na coparentalidade não cooperante:

- Children Carrying Messages between Parents – crianças trianguladas
- Putting Down the Other Parent – desqualificar a outra figura parental
- Money Problems – problemas financeiros
- Quizzing Children about the Other Parent – fazer interrogatórios a criança sobre a outra figura parental
- Long Distance Parenting – parentalidade à distância

“Parents are teachers of human beings, not owners of human beings.”

Virginia Satir

