

Sobre o Divórcio

Justificar a separação dos pais a uma criança pode ser um processo difícil, por isso aqui está uma ferramenta útil no momento de contar aos mais novos que o pai e a mãe vão passar a viver em casas diferentes.

O vídeo [Divórcio | Eu sinto.me Crianças](#) responde a questões como:

Porque é que as pessoas se divorciam?

Quando o pai e a mãe se divorciam, a culpa é dos filhos?

O pai e a mãe podem deixar de gostar de nós quando se divorciam?

Se os pais se divorciarem, o que vai mudar na minha vida?

E se eu me sentir muito triste ou muito zangado com o divórcio dos meus pais?

Mitos, Factos e Recomendações

"Os divórcios acontecem porque as pessoas não se esforçam", "os processos são sempre conflituosos", "as pessoas que se divorciam ficam infelizes e sozinhas" ou "os divórcios destroem a vida das crianças" são alguns dos mitos sobre o divórcio, que precisam de ser desconstruídos.

Apesar da maioria dos adultos ultrapassarem o divórcio de forma saudável, alguns aspectos do processo de separação são difíceis e desafiantes, por representarem uma ruptura na vida. Ainda assim, é possível superar a separação.

Consulte [aqui](#) o documento disponibilizado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

E quando os filhos são forçados a enfrentar a separação dos pais por um deles ter sido obrigado a emigrar?

Como abordar a forma como essa nova condição de vida se reflete no contexto escolar, não só em termos comportamentais como de aproveitamento.

<https://www.youtube.com/watch?v=nhhDbnXE3EM&t=4s> Mariana Negrão (DRN) no Sociedade Civil: "Como preparar os filhos para o divórcio"